

# Konzept

## Gesunde Schule

---

**Gültig ab 1. August 2021**

## **Inhaltsverzeichnis**

|          |                                                                            |           |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Rechtliche Grundlagen</b> .....                                         | <b>3</b>  |
| <b>2</b> | <b>Leitgedanken</b> .....                                                  | <b>3</b>  |
| <b>3</b> | <b>Modellübersicht</b> .....                                               | <b>3</b>  |
| 3.1      | Allgemein .....                                                            | 3         |
| 3.2      | Unsere Werte und Haltung.....                                              | 3         |
| 3.3      | Modell Gesunde Schule.....                                                 | 4         |
| <b>4</b> | <b>Früherkennung und Frühintervention (F &amp; F)</b> .....                | <b>5</b>  |
| 4.1      | Interventionsprozess.....                                                  | 5         |
| 4.2      | Werkzeuge der Früherkennung und Frühintervention .....                     | 5         |
| 4.2.1    | Workshops mit Präventionscharakter.....                                    | 5         |
| 4.2.2    | Leitfäden bei psychischen Problemen und Schulabsentismus.....              | 5         |
| 4.2.3    | Leitfaden Betäubungsmittel.....                                            | 5         |
| 4.2.4    | IDT – Interdisziplinäre Teams .....                                        | 6         |
| 4.2.5    | Wellentag .....                                                            | 6         |
| 4.2.6    | Lernen aus Erfahrung (Auswertung von Fällen) .....                         | 6         |
| 4.2.7    | Beobachtungs- und Reflexionsbögen zur Gesprächsführung .....               | 6         |
| 4.2.8    | Pausenaufsicht: Haltung des Hinschauens.....                               | 6         |
| <b>5</b> | <b>Prävention ist Bildungsarbeit</b> .....                                 | <b>7</b>  |
| 5.1      | Präventionskonzept .....                                                   | 7         |
| 5.2      | Themen der personalen und sozialen Prävention .....                        | 7         |
| 5.3      | Einbezug Klassenrat und Schülerparlament.....                              | 8         |
| 5.4      | Einbezug von Eltern und externen Stellen .....                             | 8         |
|          | <b>Anhang 1: Prozess Frühintervention Gesunde Schule</b> .....             | <b>9</b>  |
|          | <b>Anhang 2: Einbezug von externen Fachstellen zur Früherkennung</b> ..... | <b>10</b> |
|          | <b>Anhang 3: Jahresplan der Präventionsarbeit</b> .....                    | <b>11</b> |
|          | <b>Anhang 4: Schwerpunkte der Prävention</b> .....                         | <b>12</b> |
|          | <b>Anhang 5: Angebote und Workshops</b> .....                              | <b>13</b> |

# Konzept

## Gesunde Schule

### 1 Rechtliche Grundlagen

Volksschulgesetz (VSG) §4

...Die Volksschule fördert die Achtung vor Mitmenschen und Umwelt und strebt die ganzheitliche Entwicklung der Kinder zu selbstständigen und gemeinschaftsfähigen Menschen an....

Personalgesetz (PSG) §39

<sup>1</sup>Der Staat achtet die Persönlichkeit der Angestellten und schützt sie. Er nimmt auf deren Gesundheit gebührend Rücksicht.

<sup>2</sup>Er trifft die zum Schutz von Leben, Gesundheit und persönlicher Integrität seiner Angestellten erforderlichen Massnahmen.

### 2 Leitgedanken

Im Kanton Zürich besteht seit einigen Jahren ein kantonales Netzwerk „gesundheitsfördernde und nachhaltige Schulen“. Die Beratung läuft über die regionalen Suchtpräventionsstellen. Für die Sekundarschule Bonstetten ist die Supad Affoltern/Dietikon zuständig. Eine Beratungsperson der Supad hat beim Konzept mitgewirkt.

„Gesundheitsfördernde und nachhaltige Schulen setzen sich ein für motivierendes und zukunftsorientiertes Lernen, Leben und Arbeiten in einer lebendigen Schulgemeinschaft, in der sich Kinder und Erwachsene wohlfühlen. Sie orientieren sich an den Prinzipien Partizipation, Visionsorientierung, vernetztes Denken, Chancengerechtigkeit, Empowerment und Langfristigkeit. Schule wird als Ort gestaltet, an dem Gesundheit und nachhaltige Entwicklung im Alltag gestärkt und gefördert werden.“ (Broschüre: Schule entwickeln – Gesundheit und Nachhaltigkeit fördern).

### 3 Modellübersicht

#### 3.1 Allgemein

Die Sekundarschule Bonstetten hat eine Arbeitsgruppe eingerichtet mit der Aufgabe, das bestehende Konzept „Sucht- und Gewaltprävention“ zu überarbeiten und an die aktuellen Erkenntnisse aus Theorie und Praxis anzupassen. Dabei wurden folgende Ziele gesetzt:

- Überprüfung der Werte und Kultur an der Sek Bonstetten im Hinblick auf eine «Gesunde Schule».
- Überprüfung und Aktualisierung des bestehenden Konzeptes.
- Bereitstellen von Gefässen, um die sozialen und personalen überfachlichen Kompetenzen aus dem LP 21 im Unterricht zu thematisieren.
- Überarbeitung des Früherkennungs- und Frühinterventionsmodells.
- Erarbeitung eines Disziplinarkonzeptes bei Verstössen gegen Regeln und Gesetze.
- Beteiligung des gesamten Lehrkörpers an der Entwicklung und Umsetzung des Konzeptes.

#### 3.2 Unsere Werte und Haltung

Gesundheitsförderung wird an der Sekundarschule Bonstetten schon lange gelebt und seit 2009 besteht dazu ein ausgearbeitetes Konzept.

„Wir sind eine zukunfts- und ressourcenorientierte Schule, die stärkenorientiert und fortschrittlich ihre SuS auf die Herausforderung des Berufs- und Erwachsenenlebens vorbereitet. Dabei verbinden wir Tradition mit Innovation und praktizieren lebenslanges Lernen.“

Gemäss dieser Vision orientieren wir uns im Unterricht und im schulischen Zusammenleben an den folgenden Wertepaaren. Diese bilden die Haltung, auf der wir das Konzept der gesunden Schule aufbauen.

- Vertrauen und Wertschätzung

Wir leben ein wohlwollendes Miteinander, geben uns ermutigendes Feedback und vertrauen darauf, dass alle ihr Bestes geben.

- Respekt und Toleranz

Wir akzeptieren und achten einander, in dem wir Verschiedenheiten anerkennen und nutzen.

- Partizipation und Kooperation

Wir beteiligen uns an der stetigen Weiterentwicklung unserer Schule, bringen unsere individuellen Stärken ein und arbeiten konstruktiv zusammen.

- Professionalität und Spass

Wir bilden unsere Fach-, Methoden- und Sozialkompetenzen laufend weiter aus - ein bisschen Spass darf sein.

- Führung und Verantwortung

Wir führen zielorientiert und empathisch, übernehmen Verantwortung für unser Handeln und leben eine positive Fehlerkultur.

### 3.3 Modell Gesunde Schule

Zur Gesundheitsförderung, Früherkennung und Frühintervention wurde ein Modell erarbeitet, welches aus verschiedenen Bausteinen besteht. Kern des Konzeptes bilden die zwei gesundheitsfördernden Bausteine:

- Früherkennung und Frühintervention
- Präventive Massnahmen

Diese zentralen Bausteine werden von den bestehenden Bausteinen eingerahmt. Leitbild und Werte geben die Haltung vor, unter der sich Lehrpersonen, Mitarbeitende und SuS begegnen und wohlfühlen. Die Regeln des Zusammenlebens geben Orientierung, vermitteln Sicherheit und bieten Halt bei Übertretungen. Wir bauen ein gutes Netzwerk mit externen Stellen und Fachpersonen auf, um damit Lehrpersonen und das Schulsystem entlasten zu können. Der Einbezug von SuS und Eltern bilden bei der Umsetzung eine wichtige Rolle. Eltern werden als Partner gesehen, der regelmässige Austausch über Elternrat und Elternabende wird aktiv gesucht.



Abb 1: Modell der Gesunden Schule

## 4 Früherkennung und Frühintervention (F & F)

Probleme und Krisen der Jugendlichen sind oft an ihrem Verhalten zu beobachten. Früherkennung und Frühintervention haben das Ziel, Verhalten und Situationen, welche sich negativ auf die psychische, wie auch auf die gesundheitliche Entwicklung auswirken können, möglichst früh zu erkennen. Unterstützende Angebote und Massnahmen zur Förderung einer gesunden Entwicklung der Jugendlichen können eingeleitet werden. F&F beinhaltet eine Kultur des genauen Hinschauens. Relevante Beobachtungen können an Sitzungen ausgetauscht werden. Verschiedene Sichtweisen von herausforderndem Verhalten werden unter Berücksichtigung der Werte unseres Leitbildes aufgezeigt, aktualisiert und diskutiert.

Problemsituationen sollen früh erkennbar sein, damit adäquate, hilfreiche Massnahmen im Fachteam besprochen und angewandt werden können. Nicht alle herausfordernden Verhaltensweisen der Jugendlichen müssen mit einem Suchtpotential einhergehen. In offenen und wenig strukturierten Gemeinschaften muss mit dem Instrument F&F verantwortungsbewusst umgegangen werden. So können Ausgrenzung und Stigmatisierung von Andersdenkenden vermieden werden. (Broschüre Suchtprävention im Kanton Zürich, Juli 2004)

### 4.1 Interventionsprozess

Bei Verhaltensauffälligkeiten, Suchtmittelkonsum, Schulabsentismus, verbaler oder körperlicher Gewalt soll der Leitfaden der Früherkennung und Frühintervention helfen, Beobachtungen frühzeitig zu thematisieren. Der Leitfaden gibt für alle Lehrpersonen das Vorgehen vor und unterstützt sie durch die verschiedenen Phasen in der Bearbeitung der Fälle. Ziel dabei ist es, so schnell wie möglich zu reagieren und weitere Personen zu involvieren. Nach jeder Phase wird entschieden, ob sich der Fall bereits gelöst hat, oder die nächste Phase einzuleiten ist. Dabei wird die Fallführung zur Entlastung der Klassenlehrperson ab der 3. Phase an die SSA oder die Schulleitung delegiert, siehe Anhang 1.

Nach einem Interventionsprozess folgen die Evaluation und Reflexion, was gut gelaufen ist, wo wir stehen und welche Lehren wir daraus ziehen? Die Terminierung und Zuständigkeiten der Massnahmen werden klar festgelegt.

### 4.2 Werkzeuge der Früherkennung und Frühintervention

Die Sekundarschule Bonstetten arbeitet mit diversen Fachstellen zusammen, die von Lehrpersonen oder der Schulleitung einbezogen werden können. Diese Fachstellen sind im Anhang 2 aufgeführt.

#### 4.2.1 Workshops mit Präventionscharakter

Erste Ansprechperson ist die SSA. Sie kann Workshops im Bereich der Prävention und der Intervention zu diversen Themen durchführen. Intervention und Prävention können auf Klassen-, Gruppen- und/oder Einzellebene stattfinden. (Konfliktfähigkeit, Klassenklima, respektvoller Umgang, Zivilcourage, Sexting, Cybermobbing, Umgang mit Genuss- und Suchtmittel, Diversität, Rollenbilder, Mobbing etc.). Es besteht aber auch die Möglichkeit, in konkreten Fällen für Workshops externe Fachpersonen einzuladen.

#### 4.2.2 Leitfäden bei psychischen Problemen und Schulabsentismus

Die Schulsozialarbeitenden des Bezirk Affoltern haben zusammen mit dem SPD einen Leitfaden im Umgang mit auffälligem Verhalten entwickelt. Dieser Leitfaden dient der SSA bei ihrer Arbeit als Orientierung. Sie ist die Hauptansprechperson bei auffälligem Verhalten mit vermuteten psychischen Hintergründen.

#### 4.2.3 Leitfaden Betäubungsmittel

Die Lehrpersonen sind auf Grund ihrer Zusammenarbeit mit den einzelnen SuS im Stande, deren Leistungsfähigkeit und Arbeitsbereitschaft zu beurteilen. Stellen Lehrpersonen eine auffallend verminderte Arbeits- und Leistungsfähigkeit fest, bieten sie die SuS zu verbindlichen Nacharbeiten des Schulstoffes auf. Im Gespräch mit dem SuS versucht die KLP Hilfe zu leisten und thematisiert dabei auch den möglichen Missbrauch von Betäubungsmitteln.

Ist keine Verbesserung spürbar, lädt die KLP die Erziehungsverantwortlichen und die Schulsozialarbeiterin zu einem Gespräch ein. Sie erörtert die aufgetretenen Probleme und weist auf einen möglichen Betäubungsmittelmissbrauch hin. Die Schulsozialarbeiterin orientiert über ihre Möglichkeiten und über die Fachstellen. Die Schulleitung wird informiert. Es werden Vereinbarungen und nötige Massnahmen getroffen, um die Situation des jungen Menschen zu verbessern.

#### **4.2.4 IDT – Interdisziplinäre Teams**

Ein Gefäss, jenes des interdisziplinären Teams, bietet Lehrpersonen die Möglichkeit, Fälle im Bereich Lernschwierigkeiten, psychischen Problemen und auch Schulabsentismus mit einem Vertreter des SPD im Schulhaus niederschwellig zu besprechen, um danach das weitere Vorgehen zu definieren (siehe Sonderpädagogisches Konzept).

#### **4.2.5 Wellentag**

Der Übertritt an die Sekundarschule Bonstetten ist für viele Kinder ein einschneidendes Erlebnis in ihrer Schulkarriere. Übertritte und Schulwechsel können eine herausfordernde Situation darstellen. Viele meistern den Übertritt in die Oberstufe problemlos, obwohl er mit Ängsten und Fragen verbunden sein kann. Um Ängste und Fragen im Zusammenhang mit dem Übertritt zu sammeln und den Übertritt begleiten zu können, wurde ein Leitfaden entwickelt. Bereits vor den Sommerferien sollen verschiedene Themen, auch auf der Ebene der Peers geklärt werden. Am sogenannten Wellentag im Juli werden die neuen Erstklässler vor Ort begrüsst und erhalten einen Einblick in die Sekundarschule Bonstetten (Räumlichkeiten, Lehrpersonen, Abläufe, etc.).

#### **4.2.6 Lernen aus Erfahrung (Auswertung von Fällen)**

Durch die Aufarbeitung konkreter, exemplarischer Fälle erweitern und optimieren alle Beteiligten ihr Handlungsrepertoire. Dies fördert den Mut und die Stärke bei neuen Fällen angemessen zu reagieren, sowie sich für Früherkennung und Frühintervention zu sensibilisieren. Dokumentation und Aufbewahrung erfolgen in den üblichen Erfassungstools.

#### **4.2.7 Beobachtungs- und Reflexionsbögen zur Gesprächsführung**

Probleme und Schwierigkeiten im Klassenverband können meistens durch ein Gespräch gelöst werden. Es ist allerdings ratsam, Gespräche zu führen, wenn sich die Gemüter beruhigt haben. Als Vorbereitung auf das Gespräch kann es hilfreich sein, vorgängig über einen bestimmten Zeitraum einen Beobachtungsbogen auszufüllen. Dabei soll das beobachtete Verhalten sowie die eigenen Reaktionen darauf festgehalten werden. Ebenfalls kann es sinnvoll sein, wenn sowohl der Schüler als auch die Lehrpersonen einen Reflexionsbogen ausfüllen.

#### **4.2.8 Pausenaufsicht: Haltung des Hinschauens**

Die Pausenaufsicht sollte neben der Kontrolle der Pausenregeln im Sinne der Früherkennung folgende Haltung einnehmen:

- Ich bin hier, wenn ich gebraucht werde.
- Ihr seid mir wichtig.
- Ich Sorge mich um euch.
- Ich bin ansprechbar.
- Ich nehme Euch wahr.

## 5 Prävention ist Bildungsarbeit

Der häufig verwendete Begriff „Prävention“ wird zunehmend abgelöst von einem neuen Bildungsverständnis. Begleitforschungen von Präventionsprogrammen kamen immer wieder zum Ergebnis, dass punktuelle Präventionsarbeit nicht die gewünschte bzw. die entsprechende Wirkung zeigte. Im Präventionsdenken müssen Gefahren definiert werden, denen Kinder und Jugendliche in der Zukunft begegnen werden, dazu werden Kinder und Jugendliche als Personen gesehen, die auch selbst potentielle Gefahren darstellen können. Präventionsdenken benötigt deshalb eine Auflistung von unerwünschten Zuständen, die durch Präventionsarbeit verhindert werden sollen. Bildungsorientierte Arbeit benötigt ebenfalls eine Vorstellung von der Zukunft, sieht ihre Aufgabe jedoch darin, Kinder und Jugendliche für die zu erwartende Zukunft stark zu machen.

Während Präventionsarbeit demnach eine Auflistung von gesellschaftlich nicht erwünschten Zuständen voraussetzt, setzt Bildungsarbeit eine Vorstellung dessen voraus, was Erwachsene den Kindern und Jugendlichen mitgeben und ermöglichen wollen, damit sie ihre Gegenwart und Zukunft individuell befriedigend und sozial verträglich leben können. Präventionsarbeit ist somit im Kern darauf ausgerichtet, unerwünschte Zustände bzw. Verhaltensweisen festzulegen und zu verhindern, bildungsorientierte Arbeit orientiert sich an wünschenswerten Zuständen und Verhaltensweisen und versucht diese den Kindern und Jugendlichen wie auch deren Eltern zu ermöglichen (aus dem SSA Jahresbericht 18/19, S. 8 ff).

Im Lehrplan 21 werden im Bereich überfachliche Kompetenzen Schwerpunkte zur Bearbeitung von personalen und sozialen Kompetenzen gesetzt, wie:

Schüler/innen können...

- Eigene Gefühle wahrnehmen und situationsangemessen ausdrücken.
- Ihre Interessen und Bedürfnisse wahrnehmen und formulieren.
- Stärken und Schwächen ihres Sozialverhaltens einschätzen.
- Fehler analysieren und über alternative Lösungen nachdenken.
- Eigene Einschätzungen und Beurteilungen mit denen von aussen vergleichen und Schlüsse ziehen (Selbst- und Fremdeinschätzung).
- Können Menschen in ihren Gemeinsamkeiten und Differenzen wahrnehmen und verstehen.
- Können respektvoll mit Menschen umgehen, die unterschiedliche Lernvoraussetzungen mitbringen, oder sich in Geschlecht, Hautfarbe, sozialer Herkunft, Religion oder Lebensform unterscheiden.

Wenn wir im Folgenden von Prävention schreiben, dann meinen wir präventive Bildungsarbeit.

### 5.1 Präventionskonzept

Für eine gelingende Präventionsarbeit ist die systemische Orientierung wichtig. Es soll auf mehreren Ebenen und in mehreren Kontexten angesetzt werden.

Vor dem Hintergrund der Annahme, dass Präventionsarbeit Bildungsarbeit ist und daher immer wieder thematisiert werden sollte, wird es notwendig, Prävention als eine durchgehende Aufgabe zu verstehen, bei der die Kinder und Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl gestärkt werden. Die Sekundarschule Bonstetten betreibt durch ihr gutes Schulklima, ihre klaren Regeln und die vielen gemeinsamen Aktivitäten bereits Prävention, indem sie den SuS das Gefühl einer Gemeinschaft vermittelt, die füreinander einsteht.

Sucht und Gewaltprävention ist uns ein besonderes Anliegen, da SuS in diesem Alter besonders gefährdet sind. Daher bildet dieser Bereich einen Schwerpunkt unserer Präventionsarbeit.

Die Jahresübersicht in Anhang 3 zeigt auf, welche aufeinander aufbauenden Aktivitäten in den Klassen, Jahrgängen und in der Gesamtschule zum Schulklima beitragen und die Gemeinschaft unterstützen.

### 5.2 Themen der personalen und sozialen Prävention

Im Schulalltag aber auch durch gezielte Massnahmen, Workshops und Schulaktivitäten werden Schülerinnen und Schüler in ihrer persönlichen und sozialen Entwicklung gestärkt. Gemeinschaftsbildende Aktivitäten auf Klassen-, Jahrgangs- und Schulebenen tragen ebenso dazu bei wie Themen, die im Unterricht integriert oder im Klassenrat/-stunde angesprochen werden. Die Interaktion in der Klasse bietet immer wieder Anknüpfungspunkte, um auf soziales Verhalten hinzuweisen, nachhaltiges Handeln zu üben und psychisch stärkendes Empfinden zu thematisieren. Die Themen der Prävention lassen sich in sieben Präventionsschwerpunkte aufteilen:

- Psychosoziale Gesundheit
- Suchtprävention
- Gewalt- und Konfliktprävention
- Sexuelle Gesundheit
- Bewegung und Ernährung
- Verkehrsprävention
- Medienprävention

Um die SuS im Bereich der sozialen und personalen Kompetenzen zu stärken und sie auf die oben genannten Herausforderungen und Themen vorzubereiten, werden die Präventionsschwerpunkte (Anhang 4) im Jahresplan integriert. Jedem Quintal wird pro Jahrgang ein Präventionsschwerpunkt zugeordnet. Somit können Klassen- und Fachlehrpersonen diesen Schwerpunkt im Rahmen des Unterrichts und in der Klasse besprechen (Anhang 3). Als Unterstützung gibt es Workshops zum Abrufen (Anhang 5) und vorbereitete Unterrichtssequenzen aus dem Freelancer Ordner.

### **5.3 Einbezug Klassenrat und Schülerparlament**

Partizipation ist ein gesundheitsförderndes Mittel, um Betroffene zu Beteiligten zu machen und somit ihre Verbundenheit und Identifizierung mit der Schule zu stärken. Das Schülerparlament bildet somit eine zentrale Organisation für die Mitwirkung der SuS im Schulgeschehen.

Das Schülerparlament wird in die Planung von jahrgangsübergreifenden Veranstaltungen einbezogen und erhält jährlich Spielraum für eigene Themen und Veranstaltungen.

Grundlage für die Mitwirkung auf der Schulebene bildet die Mitwirkung in der Klasse. Der Klassenrat bestimmt die Delegierten für das Schülerparlament und sorgt somit für einen Austausch auf Schulebene.

Hinweis: Die Partizipation von SuS in der Schule ist im Klassenrats- und Schülerparlamentsreglement geregelt.

### **5.4 Einbezug von Eltern und externen Stellen**

Die Eltern werden im Rahmen des Elternrates in die Planung von Schulprogramm, Schulveranstaltungen und aktuellen Themen einbezogen. Sie führen einmal pro Jahr einen interaktive Workshops nach der Methode World Café durch, an dem Ideen und Anregungen gesammelt werden.

Hinweis: Die Partizipation der Eltern ist im Elternratsreglement geregelt.

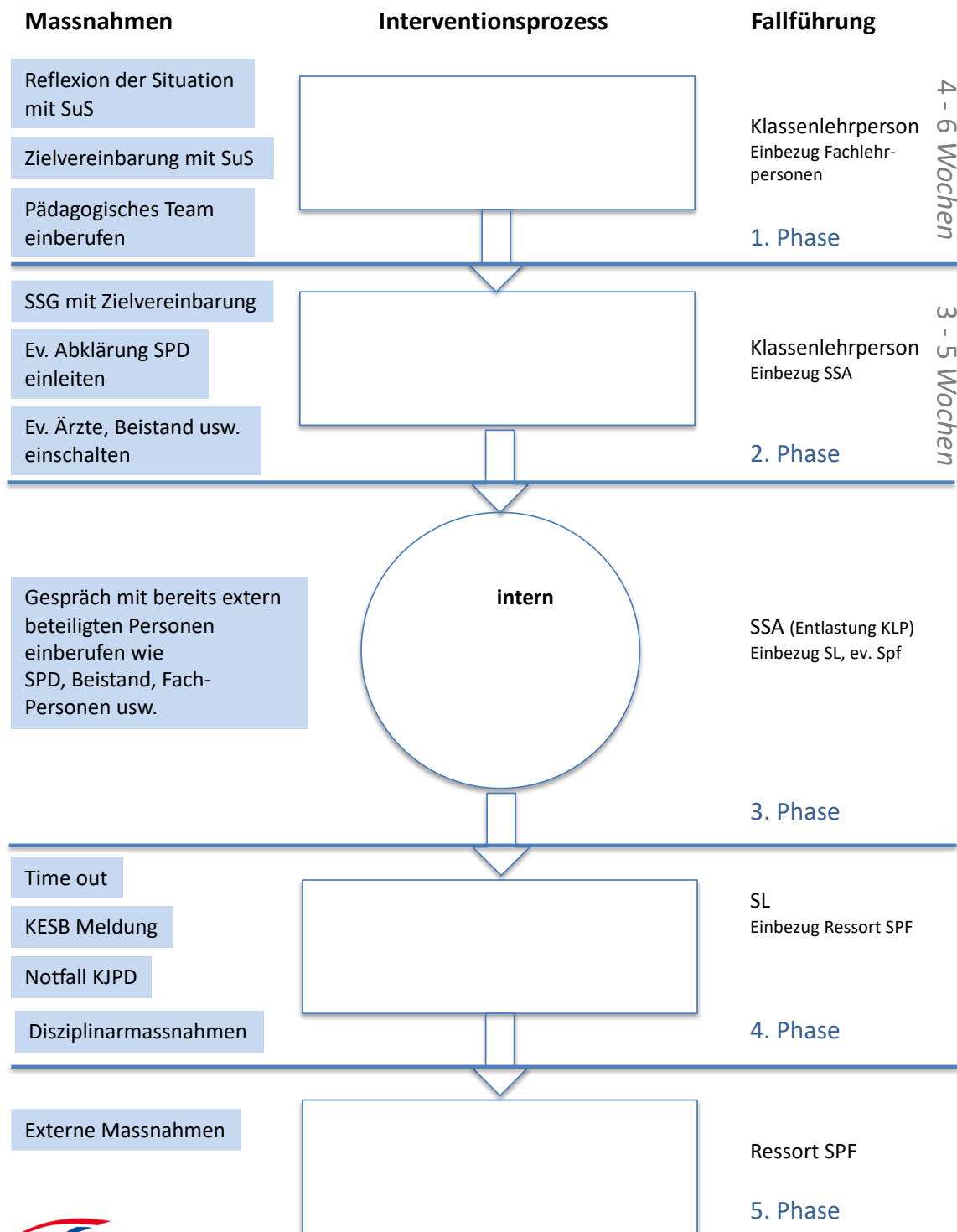
### **Genehmigung**

Das vorliegende Konzept wurde an der Schulkonferenz vom 20.08.2021 abgenommen. Es tritt rückwirkend auf den 1. August 2021 in Kraft und ersetzt das bisherige Konzept „Sucht- und Gewaltprävention an der Sekundarschule Bonstetten.“



## Anhang 1: Prozess Frühintervention Gesunde Schule

### Frühintervention bei auffälligen Schülerinnen und Schülern in der Regelschule



## Anhang 2: Einbezug von externen Fachstellen zur Früherkennung

| Thema                                | Institution/Adresse                                                    | Kontakt                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Suchtprävention                      | Supad - Suchtprävention                                                | Maya Kipfer<br>044 733 73 68<br><a href="mailto:maya.kipfer@sd-l.ch">maya.kipfer@sd-l.ch</a>                                                            |
|                                      | Chili - Schweizerisches Rotes Kreuz                                    | Karin Blaser<br>052 269 31 60<br><a href="mailto:Karin.Blaser@srk-zuerich.ch">Karin.Blaser@srk-zuerich.ch</a>                                           |
| Psychosoziale Gesundheit             | Krisenkompetenz                                                        | Michael Freudiger<br>052 544 29 28<br>info@krisenkompetenz.ch                                                                                           |
|                                      | Schulpsychologischer Dienst                                            | 043 322 70 94                                                                                                                                           |
|                                      | Schulsozialarbeit                                                      | Sibylle Bucher<br>079 881 07 96<br><a href="mailto:schulsozialarbeit@sek-bonstetten.ch">schulsozialarbeit@sek-bonstetten.ch</a>                         |
| Sexuelle Gesundheit                  | GGL (Gleichgeschlechtliche Liebe leben)                                | <a href="http://gll.ch/kontakt.php">http://gll.ch/kontakt.php</a>                                                                                       |
|                                      | Spiz (Sexualpädagogik in Zürich)                                       | <a href="https://spiz.ch/lehrende/anfrage-fuer-sexualpaedagogische-einsaetze/">https://spiz.ch/lehrende/anfrage-fuer-sexualpaedagogische-einsaetze/</a> |
|                                      | Herzprung, Radix Ostschweiz                                            | Christian Ingold<br>044 360 41 07<br><a href="https://www.herzprung.ch">https://www.herzprung.ch</a>                                                    |
| Gewaltprävention                     | Präventionsabteilung Jugendintervention                                | Maja Schäffer<br>044 762 16 48<br>079 955 47 23<br><a href="mailto:smaj@kapo.zh.ch">smaj@kapo.zh.ch</a>                                                 |
|                                      | TRIVAS                                                                 | Samuel Geissdörfer / Oliver Engeler<br>079 706 58 37<br><a href="mailto:kontakt@trivas.ch">kontakt@trivas.ch</a>                                        |
| Medienprävention                     | Zischtig.ch                                                            | Claudia Gada<br>076 309 22 49<br>claudia.gada@zischtig.ch                                                                                               |
|                                      | Aebi Hus                                                               | Elisa Mombelli<br>079 812 48 62<br><a href="mailto:elisa.mombelli@aebi-hus.ch">elisa.mombelli@aebi-hus.ch</a>                                           |
| Verkehrskunde und Kriminalprävention | Kantonspolizei Zürich, Präventionsabteilung, Kinder-/Jugendinstruktion | Patrik Suter<br>079 947 37 68<br>Supa@kapo.zh.ch                                                                                                        |

## Anhang 3: Jahresplan der Präventionsarbeit



### Jahresübersicht – Gesunde Schule (soziale und personale überfachliche Kompetenzen LP21)

|            | 1. Jahrgang                                                                                                                                                                               | 2. Jahrgang                                                                                                                                                                                                                  | 3. Jahrgang                                                                                                                                                                                   | Alle                                                                                       |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
|            | <b>Gewaltprävention<br/>Medienprävention</b>                                                                                                                                              | <b>Suchtprävention<br/>Gewaltprävention<br/>Psychosoziale Gesundheit</b>                                                                                                                                                     | <b>Psychosoziale Gesundheit<br/>Sexuelle Gesundheit</b>                                                                                                                                       | <b>Gewaltprävention<br/>Bewegung und Ernährung<br/>Partizipation</b>                       |
| 1. Quintal | Klassenklima<br>( <b>SÜK, D, RKE</b> ) durch KLP<br>z.B. <i>Umgang in Gruppen,<br/>Klassenregeln, Klassenchat<br/>Schulreise</i> (7)                                                      | Psychosoziale Gesundheit (2)<br>( <b>PÜK, RKE, BO</b> ) RKE und BO decken ab<br>z.B. <i>Identität, Ressourcenarbeit<br/>Fremd- und Selbstbild<br/>Klassenlager</i> (34)                                                      | Psychosoziale Gesundheit (2)<br>( <b>PÜK, BO, WAH</b> ) KLP<br>z.B. <i>Umgang mit Stress, Ängsten,<br/>Druck<br/>Krisenkompetenz einbeziehen<br/>Suizidprävention, Selbstverletzung</i>       | Clean up day<br>( <b>SÜK, BO, WAH</b> )<br>Limmatstaffette<br>Klassenrat und SP (5)<br>(4) |
| 2. Quintal | Konfliktkompetenz (4)<br>( <b>SÜK, PÜK, D, RKE, MI, BS</b> ) KLP und FLP<br>z.B.<br><i>Fair streiten (BS)<br/>Zivilcourage (RKE)<br/>Nähe und Distanz (D)</i>                             | Umgang mit Vielfalt (4)<br>( <b>PÜK, RKE, NMG, NT</b> ) RKE deckt ab<br>z.B. <i>Respekt, Rassismus,<br/>Diskriminierung<br/>Sexualkundeunterricht (4)<br/>z.T. Geschlechtergetrennt<br/>NT deckt ab ev. zusammen mit SSA</i> | Sexuelle Gesundheit (2)<br>( <b>NMG, MI, NT</b> ) Lektüre im D<br>z.B. <i>Gewalt in Beziehungen<br/>Nähe und Distanz in Beziehungen<br/>Liebe, Beziehungen und Grenzen<br/>Schulreise</i> (7) | Schulsilvester<br>Klassenrat und SP (4-8)                                                  |
| 3. Quintal | Konflikttraining (Chili) (12)<br>( <b>SÜK, PÜK, D, RKE, MI, BS</b> )<br>Externes Angebot mit KLP                                                                                          | Suchtprävention (13)<br>( <b>PÜK, D, RKE, WAH, NMG</b> ) alle LPs<br><i>Kiffen/rauchen<br/>Alkohol<br/>Rollenbilder/Schönheitsideale<br/>Gruppendruck<br/>Bewegung &amp; Ernährung<br/>Psychosoziale Gesundheit (extern)</i> | Schneesporthag (7)<br>Sozialprojekt (6)<br>Budget/Verschuldung (4)<br>( <b>WAH</b> ) MA deckt ab und WAH Wf                                                                                   | Spielsporttag<br>Klassenrat und SP (7)                                                     |
| 4. Quintal | Medienprävention (Kapo) (2)<br>z.B. <i>Cybermobbing, Sexting,<br/>Pornografie (rechtl. Fragen)</i><br>Gewaltprävention (KLP) (2)<br><i>Aufarbeiten Konflikttraining</i><br>Schulreise (7) | Suchtprävention (KLP) (2)<br>( <b>WAH, RKE</b> )<br><i>Aufarbeiten Suchtprävention,<br/>punktuell vertiefen bei besonderem<br/>Bedarf, aktueller Anlass</i>                                                                  | Umgang mit Vielfalt (2)<br>( <b>PÜK, NMG, NT D</b> oder NMG<br>z.B. <i>Rollenbilder, LGBTQ,<br/>Sexuelle Orientierung, Film Diversity</i> )                                                   | Verkehrsprävention (1)<br>Klassenrat und SP                                                |
| 5. Quintal | Medienprävention (3)<br>( <b>MI, D, RKE, NMG</b> ) MI deckt ab<br>z.B. <i>Klassenchat, Games,<br/>Mediennutzung, Spielsucht</i>                                                           | Reihenuntersuchung (1)<br>Medienprävention (2-7)<br>z.B. <i>Klassenchat, Cybermobbing usw.<br/>Einbezug PICTS, Zischig oder<br/>Workshop mit Aebihub<br/>Schulreise</i> (7)                                                  | Psychosoziale Gesundheit (2)<br>( <b>PÜK, BO</b> ) KLP<br>z.B. <i>Abschluss / Übergang<br/>Abschlussreise</i> (20)                                                                            | Projekt/Sportwoche (24)<br>Leichtathletiksporttag (5)<br>Klassenrat und SP                 |

Legende: **rote Schrift** = Kompetenzen im LP21  
*Kursiv* = Beispiele für Bildungsinhalte  
**(4)** = Minimale Lektionenzahl  
**bold** = Verantwortliches Fach oder verantwortliche LP

Stand, Oktober 2020

## Anhang 4: Schwerpunkte der Prävention

### Psychosoziale Gesundheit

- Umgang mit Stress, Ängsten und Druck
- Identität und Selbstbild, Selbstwert, Umgang mit Kritik, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbstannahme
- Achtsamkeit, Psychohygiene, Ausgleich im Alltag
- Umgang mit Konflikten in der Familie und mit Kollegen/innen
- Umgang mit kritischen Lebensereignissen (z.B. Tod und Krankheit, Depression, Suizidalität)

### Suchtprävention

- Genuss- und Suchtmittel, Substanzkonsum (Tabak, Alkohol, illegale Drogen, Medikamente)
- Spielsucht, Kaufsucht, Verschuldung
- Selbstverletzendes Verhalten
- Essstörungen, Körperoptimierungs- und Muskelsucht
- Medienkonsum und Gamesucht
- Gruppendruck

### Gewalt- und Konfliktprävention

- Konfliktlösung, fair streiten, gewaltlose Kommunikation
- Respekt, Mobbing, soziale Ausgrenzung und Konflikte
- Rassismus, Diskriminierung, Extremismus
- Klassenklima, Umgang miteinander, Klassenregeln, Solidarität
- Social Media, Cybermobbing, Sexting
- Anti-Mobbing-Programm
- Umgang mit Misserfolg, Enttäuschung und Ungerechtigkeit
- Psychische Gewalt
- Häusliche Gewalt

### Sexuelle Gesundheit

- Sexuelle Gewalt, sexuelle Ausbeutung, Respekt in Paarbeziehungen
- Paarbeziehungen und Sexualität
- Sexualpädagogische Themen (z.B. Besuch beim Frauenarzt)
- Nähe und Distanz
- «Mein Körper gehört mir!», Nein sagen, Hilfe holen
- Sexualität in den Medien, Pornographie
- Sexuelle Orientierung

### Bewegung und Ernährung

- Gesunde Ernährung, Adipositas, Orthorexie, Anorexie, Bulimie
- Positiver Umgang mit dem eigenen Körper
- Sport und Körperkult, Muskelsucht
- Achtsamkeit, Körperwahrnehmung

### Verkehrsprävention

- Gefahrenlehre und 3A-Technik
- Passive Sicherheit (Gurt und Helm tragen)
- Verkehrsunfall mit Mofa und deren Folgen (Haftpflicht, Regress nach Grobfahrlässigkeit, Strafverfahren, Zivilforderung)

### Medienprävention

- Gefahren im Internet (Cyber-Mobbing/-Sexting)
- Verhalten bei allfälliger Betroffenheit
- Rechtliche Fragestellungen
- Medienkonsum und Gamesucht

## Anhang 5: Angebote und Workshops

| Thema                          | Workshop                                                                         | Lekt. | Anbieter            |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------|
| Psychosoziale Gesundheit       | Suizidprävention                                                                 | 2     | Krisenkompetenz     |
| Suchtprävention                | Alkohol und Cannabis                                                             | 2     | Lehrpersonen        |
|                                | Adrenalin oder Grenzerfahrungen                                                  | 2     | Lehrpersonen        |
|                                | Schönheitsideale                                                                 | 2     | Lehrpersonen        |
|                                | Werbung - !? «Lässt du dich von Werbung beeinflussen oder sogar manipulieren?»   | 2     |                     |
|                                | Gespräch mit Alkoholabhängigen                                                   | 2     | Anonyme Alkoholiker |
|                                | Benebelte Köpfe versus klare Köpfe: Rauchen und Kiffen                           | 2     | Lehrpersonen        |
|                                | Gamesucht                                                                        | 2     | Lehrpersonen        |
| Gewalt- und Konfliktprävention | Hate Speech                                                                      | 2     | Lehrpersonen        |
|                                | Chili – Konstruktive Konfliktbearbeitung für Jugendliche                         | 12    | Schw. Rotes Kreuz   |
| Sexuelle Gesundheit            | Sexuelle Orientierung / Coming out                                               |       | GLL                 |
|                                | Sexuelle Entwicklung, sexuelle Orientierung, Geschlechterrollen, sexuelle Rechte | 3     | Spiz                |
|                                | Präventionsprogramm für Freundschaft, Liebe, Sexualität ohne Gewalt              |       | Herzsprung          |
| Bewegung und Ernährung         | Freifach Sport über Mittag                                                       | 1     | Lehrpersonen        |
|                                | Workshop                                                                         |       | WAH Team            |
| Verkehrsprävention             | Gefahrenlehre / 3-A-Technik 1. Jg.                                               | 1     | Verkehrspolizist    |
|                                | Passive Sicherheit (Gurt-/Helmtragen) 2. Jg.                                     | 1     | Verkehrspolizist    |
|                                | Verkehrsunfall mit Mofa (Haftpflicht, Regress, Strafverfahren) 3. Jg.            | 1     | Verkehrspolizist    |
| Medienprävention               | smart@phone                                                                      | 2     | Zischtig.ch         |
|                                | Theaterimprovisation                                                             | 8     | Aebi hus            |
|                                | Cybermobbing und rechtliche Konsequenzen                                         | 2     | Verkehrspolizist    |
|                                | Medienkonsum und soziale Netzwerke                                               | 2     | Lehrpersonen        |