

3 | 2016

schulblatt

DAS SCHULHAUS



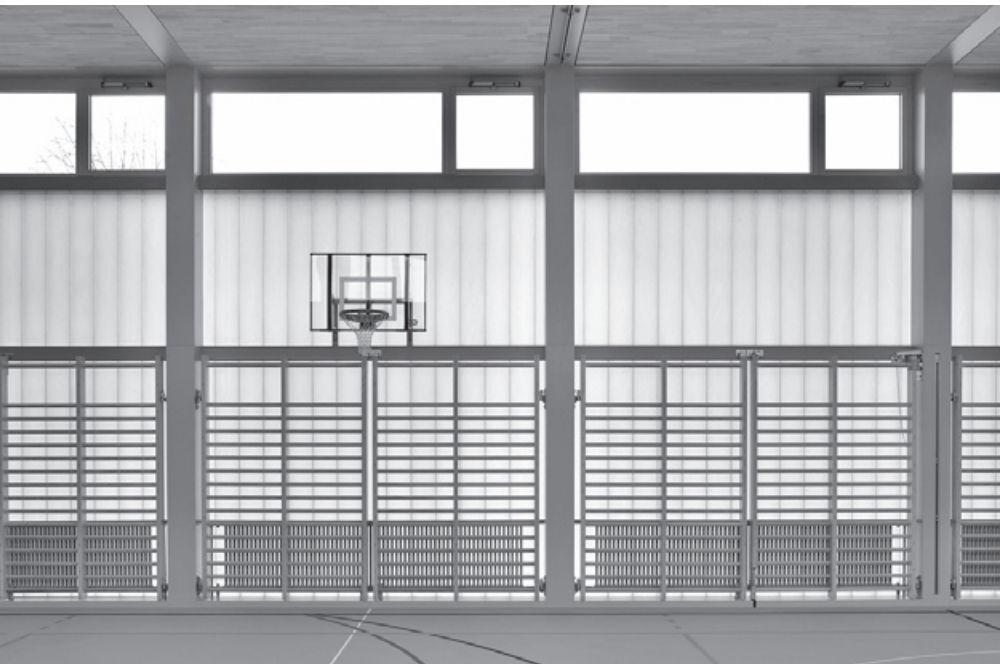


Bild: moos. giuliani. herrmann. architekten.

GESUNDHEIT & PRÄVENTION

Architektur der Lehrpersonen- gesundheit

Wir verbringen viele Stunden am Arbeitsplatz. Was tun wir für gesunde Arbeitsbedingungen vor Ort?

Martina Dumelin, Gesundheitsförderung und Prävention, Perspektive Thurgau

Die Gesundheit des Schulpersonals lässt sich durch einfache, niederschwellige Massnahmen begünstigen: durch Schulbehörden, Schulleitungen, Schulteams oder jede einzelne Lehrperson. Eine ressourcenorientierte Haltung ist Grundvoraussetzung, damit die über 2000 Arbeitsstunden jähr-

lich leichter und nachhaltiger gestaltet werden können. Menès Sperber sagte schon 1984: «Der Mensch ist Produkt und Produzent seiner Umstände¹» – ein Aufruf an uns alle, den gesundheitsfördernden Gestaltungsspielraum zu nutzen, ob in der Gestaltung der Verhältnisse oder des Verhaltens. Gebäude, Einrichtungen, Tagesgestaltung oder Schulhauskultur – alle Bereiche bieten Möglichkeiten, die gesundheitlichen Ressourcen mit einfachen Massnahmen zu fördern. Lassen wir uns von zwei Sichtweisen inspirieren, die eines Architekten und eines Schulleiters.

Menschenfreundliche Gebäude

Architekten beeinflussen die Infrastruktur für einen gesunden Alltag in der Schule bereits in der Planungsphase. Jan Gehl, dänischer Architekt mit Fokus Städteplanung, sagte in einem Interview «Indem Städte menschenfreundlicher werden, werden sie automatisch lebhafter, gesünder und nachhaltiger.²» Ist dies nicht auch direkt auf die Schule übertragbar? Gibt der Architekt bereits früh in der Planung Impulse zur Gesundheit ab, werden alle weiteren davon beeinflusst. Ein Thurgauer Architekt sinniert über seinen Einfluss auf die Lehrpersonengesundheit.

Roman Giuliani Dipl. Architekt FH/SIA, moos. giuliani. herrmann. architekten.

Inwiefern kann ein Schulgebäude die gesundheitlichen Komponenten der Lehrperson stärken?

Es sind Kriterien, die nicht einfach mess- oder definierbar sind. Ein gutes Schulhaus lässt sich am einfachsten über seinen eigenen Charakter definieren. Dies hat unsere Gesellschaft längst gemerkt und baut dementsprechend individuell und auf das Umfeld angepasst, sodass es keine zwei identischen Schulbauten in unserem Land gibt. Themen wie Lichtführung, Introvertiertheit oder ausgebaute Begegnungszonen sind wichtige Gestaltungselemente zugunsten der Gesundheit. Zentral ist, dass sich sowohl die Lehrpersonen als auch die Jugendlichen in den Schulhäusern wohl und geborgen fühlen.

Arbeiten Sie mit dem Blick auf die Gesundheit der Personen, die im zukünftigen Gebäude

arbeiten, wenn Sie einen Bau oder Umbau planen?

Wir versuchen die Themen einer guten Schule in unsere Entwürfe zu integrieren. Dies in der Entwurfsphase vor allem bezugnehmend auf die Raumstimmungen, die Proportionen und die Raumbeziehungen. Selbstverständlich versuchen wir auf der direkt beeinflussbaren Ebene mit natürlichen Materialien, mit genügend natürlicher Belichtung, mit grosszügigen Raumhöhen, mit einer guten Raumakustik und mit beruhigenden Farben und Materialien die gesundheitlichen Parameter positiv zu steuern.

Es liegt uns aber auch sehr viel daran, dass wir uns sehr genau mit der Nutzer- und Lehrerschaft über die Funktionen und Abläufe ihres Gebäudes austauschen können. Eine Schule ist so individuell wie deren Menschen, die darin unterrichten respektive unterrichtet werden. Somit hoffen wir, dass wir die Gesundheit auf der psychosomatischen Ebene positiv beeinflussen können.»

Werte verstehbar machen

Sinnhaftigkeit und Verstehbarkeit sind zwei Grundsätze, worauf Gesundheitsförderung und Unterrichtsqualität aufbauen. Jürg Frick, Dozent und Berater an der PHZH, greift in seinem Buch «Gesund bleiben im Lehrberuf» die Chancen und Gefahren der psychosozialen Bedeutung von Arbeit bei Lehrpersonen auf und stellt fest: «Der Lehrberuf zählt zu den sinnhaftesten und zugleich verantwortungsvollsten Berufen in der Gesellschaft.¹» Weil Sinnhaftigkeit eine gesundheitliche Ressource ist, sollten Lehrpersonen die Chance haben, dieser möglichst oft an ihrem Arbeitsort zu begegnen. Für den befragten Schulleiter ist die Entdeckung der Sinnhaftigkeit ein möglicher Weg zur gesundheitsfördernden Kultur im Schulhaus.

Michael Kubli, Schulleiter Sekundarschulzentrum Remisberg, Kreuzlingen

Was tun Sie, um die gesundheitlichen Ressourcen der einzelnen Lehrpersonen und des Teams zu stärken?

Ich verstehe meine Aufgabe als Schulleiter darin, Belastungen zu reduzieren, indem ich höchstens einmal pro Woche

die Lehrpersonen per Mail informiere und nur «Gefiltertes» weitergebe. Eine hohe Präsenz und Ansprechbarkeit der Schulleitung für meine Mitarbeiter ist mir wichtig. Mein Büro befindet sich als eigener Raum direkt im Lehrerzimmer. Die Türe ist höchstens bei Gesprächen geschlossen. Vertrauen im Team aufzubauen, dass ich in diesbezüglichen Fragen kompetent bin und die Interessen der Schule und der Lehrpersonen gleichermaßen einbringe, verstehe ich ebenfalls als wichtiges Element. Einer meiner Grundsätze ist, dass wir uns damit beschäftigen müssen, wieso wir Schule machen, wie wir das tun wollen und was uns dabei wichtig ist.

Ich lege viel Gewicht auf das Positive, indem ich dieses sichtbar mache und dafür sensibilisiere. Der Begriff «Glücksmomente» hat einen eigenen Bereich an der Informationswand im Vorbereitungsraum, ist meist der erste Beitrag in den Newslettern und neu auch Titel der Schülerkontaktheftseite, welche früher «positive Einträge» hiess. Es geht darum, das Positive zu sehen, sich vielleicht auch dazu zu zwingen, auch wenn es im Moment sehr stressig ist. Denn Glücksmomente finden immer statt – man muss sie nur erkennen.

Gespräche zum Berufsverständnis zu führen und damit die Resonanz zwischen äusseren Anforderungen und inneren Bedürfnissen zu fördern, ergibt für mich viel Sinn. Gerade wenn wir Energie und Zeit in unseren Job investieren, sollten wir auch etwas dafür erhalten. Meist verwende ich zu Beginn des Schuljahres einen anregenden Spruch, der dann insbesondere in den Mitarbeitergesprächen vertieft werden kann, zum Beispiel «Die Ausprägung des Alltäglichen soll die Qualität ausmachen und nicht die Menge des Zusätzlichen.»

Ich unterstütze konsequent alle Ideen, die Neugierde auf das Lernen und persönliche Entwicklungsideen enthalten. Dabei leitet mich die «personal mastery» von Senge. Ich versuche zu unterstützen und zu verstärken, wo ich kann. Wichtig ist mir dabei, dass ein Einzelner keine neuen Standards für andere setzen kann. Das nimmt Druck und schafft Akzeptanz im Team, wenn jemand etwas Neues wagen will. Das optimale System Schule ist beweglich und beständig zugleich.

INFORMATION

Sommerputz und «echte Pausen»

Architekten, Behörden und Schulleitungen spielen wichtige Rollen in der Bereitstellung der gesundheitsfördernden Verhältnisse. Lehrpersonen haben jedoch gute Möglichkeiten, sich daran zu beteiligen. Über eine Facebook-Umfrage bei Lehrpersonen wurden weitere einfache Massnahmen für einen gesunden Arbeitsplatz genannt: Sommerputz und Entrümpelungsaktionen, echte und bewusste Pausen ohne Schulgespräche, sich an die frische Luft zu begeben und Sport zu treiben, Entspannungsübungen durchzuführen, einen Rückzugsort zu haben im Schulhaus oder einfach wieder einmal richtig gut das Schulzimmer zu durchlüften.

Sagen Sie uns, was Sie tun, um sich gute gesundheitliche Bedingungen am Arbeitsort Schule zu schaffen. Wir veröffentlichen die Sammlung der Architektur der Lehrpersonengesundheit auf www.schulblatt.tg.ch

Einsendungen an

m.dumelin@perspektive-tg.ch

QUELLEN

- 1 Frick, Jürg; Gesund bleiben im Lehrberuf, Ein ressourcenorientiertes Handbuch; Hans Huber Verlag 2015
- 2 www.zukunft-mobilitaet.net/101043/umwelt/jan-gehl-stadtplanung-verkehr-ideal-menschen/