

Verantwortung lernen – gesund leben

Die österreichische Sozialversicherung setzt bei der schulischen Gesundheitsförderung erstmals auf Peer-Education

Neben Eltern und Lehrern spielen Freunde und Schulkollegen im Leben von Jugendlichen eine entscheidende Rolle. Mit dem Projekt „Jugendgesundheits-Coaches“ nutzt der Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger die Erfahrung, dass Jugendliche ihre Gleichaltrigen für besonders glaubwürdig halten und setzt seit kurzem „Peer-Education“ in der Umsetzung seiner Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie ein. „Peers“ sind Schülerinnen und Schüler, die eine spezielle Ausbildung in Sach- und Lehrkompetenz erhalten. Das Training ist kostenfrei, jedoch wird als Gegenleistung erwartet, dass jeder Jugendgesundheits-Coach sein Wissen und seine Erfahrungen anschließend an Klassenkollegen und in der ganzen Schule – sei es im Unterricht, bei Schulaktionen oder einfach beim Zusammensein – weitergibt. So entsteht ein angestrebter Multiplikatoreneffekt, der sich weiter und weiter fortsetzt, wenn die Gesundheitsbotschafter ihr neu erworbenes Wissen an ihren Freundeskreis weitergeben – und diese wiederum andere informieren.

„Peer-Education“ ist eine sozialpädagogische Bildungsstrategie, die Mitte der 1970er Jahre in den Vereinigten Staaten von Amerika und England, vorwiegend für schwierige Gesundheitsthemen wie Sexualaufklärung, entwickelt wurde. Der weise Spruch *„Sag es mir und ich werde es vergessen. Zeige es mir und ich werde mich erinnern. Lass es mich machen und ich werde es verstehen“* verdeutlicht im übertragenen Sinn, wie wichtig es ist, wenn Menschen aktiv und wertschätzend in Handlungen und Diskussionen einbezogen werden. Im Peer Education-Prozess geht es nicht um dozierende Wissensvermittlung, sondern um Bewusstseinsbildung und die Vermittlung von Werten und Haltungen – diese können Jugendliche an andere Jugendliche auf Augenhöhe glaubwürdig weitergeben. Nachdem die „Peers“ zuvor selbst beim Training den Lernprozess durchlaufen haben, können sie sich leicht in die Situation ihrer Mitschüler einfühlen und spezifischer Inhalte besser erklären.

Aus Schülern werden Gesundheitsbotschafter

Im Frühjahr des Jahres 2017 beschloss der Hauptverband, Peer-Education als eine unterstützende Maßnahme im Bereich „Gesundheitskompetenz in der Schule“ einzusetzen und hob das Pilotprojekt „Jugendgesundheits-Coaches“ gemeinsam mit



© Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark

In einem dreitägigen Training werden die zukünftigen Jugendgesundheits-Coaches sorgfältig auf ihre zukünftige Mission vorbereitet.

der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse und dem Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark aus der Taufe.

Das Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark verfügte bereits über eine jahrelange Erfahrung mit Peer Education in verschiedenen Themenbereichen. Vorhandene Konzepte wurden für das Pilotprojekt mit dem speziellen Fokus auf Stärkung der Gesundheit und Gesundheitskompetenz von Schülern adaptiert. Auch die Steiermärkische Gebietskrankenkasse hatte schon eine umfangreiche Expertise in der Beratung und Betreuung von Schulen. Ihre beiden Programme „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ für Neue Mittelschulen, Polytechnische Schulen und Gymnasien sowie das Programm „Gesunde BMHS“ für berufsbildende mittlere und höhere Schulen waren etabliert. Daher lag es nahe, erste Kontakte mit jenen Schulen aufzunehmen, die sich schon einmal bei einem dieser Programme beteiligt haben, denn für das Gelingen von Peer-Education ist der Rückhalt durch die Schule sehr wichtig.

30 Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 16 und 17 Jahren, die sich zu einem Jugendgesundheits-Coach ausbilden lassen wollten, waren schnell gefunden. Nicht verwunderlich, zeigt doch eine aktuelle Jugendstudie, dass das Thema „Gesundheit“ nach „guten Freunden“ und „harmonischem Familienleben“ als dritt wichtigstes Ziel genannt wird. In einem dreitägigen Training konnten die Schülerinnen und Schüler dann ausreichendes Know-how zu ausgewählten Themen aus den Bereichen „Gesundheit, Gesundheitsförderung und -präventi-

STGKK-Generaldirektorin
Andrea Hirschenberger
(1. Reihe, vierte von rechts),
STGKK-Obmann Josef Harb
(links davon) und Dr. Peter Scholz
vom Hauptverband (links außen)
mit den ausgezeichneten
Jugendgesundheits-Coaches.



© STGKK/Maminger

on“ sowie „Gesundheitskompetenz“ erwerben, wie z. B. Bewegung, Ernährung, psychische Gesundheit (Mobbing), Suchtverhalten (Alkohol, Rauchen, Drogen, Smart Phone, Spiele, Internet), Sexualität (Aids), oder auch, wie man gesundheitsförderliche Entscheidungen im Alltag trifft. Zudem erhielten sie soft skills und organisatorische Tipps für die Arbeit als Multiplikatoren.

Die selbständige Peer-Arbeit konnte beginnen. Zurück an ihren Schulen wurden sie von je zwei Lehrern und dem Schularzt unterstützt. So konnte der Fokus vollständig auf das Projekt gelegt und das Erlernte in den Schulalltag mitgenommen sowie auch angewendet werden. Wie im Pilot-Konzept vorgesehen, sollte jeder „Peer“ sein Wissen über Gesundheitsthemen an 150 Schülerinnen und Schüler in Workshops, Vorträgen, Diskussionsveranstaltungen oder Theaterstücken weitergeben. Daraus ergab sich ein Multiplikationseffekt von 3.700 Schülern, die auf diesem Weg direkt zum Thema Gesundheit angesprochen wurden. Es zeigte sich, dass die Mehrheit der jungen Menschen gerne bereit war, sich zu engagieren und Verantwortung zu übernehmen. Je alltagsnäher die Aufgaben, umso interessierter und aktiver waren sie. Rechnet man damit, dass diese auch mit ihren Familien und Freunden über das Erlernte sprechen, erhöht

sich die Reichweite auf über 9.000 Personen. Der gesamte Pilot-Prozess wurde von einem Lenkungsgremium – bestehend aus Vertretern des Hauptverbandes der österreichischen Sozialversicherungsträger und der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse – begleitet. Im Hinblick auf fachliche, organisatorische und pädagogische Fragen stand das Umweltbildungszentrum Steiermark als laufende Ansprechstelle zur Verfügung. Regelmäßig fand mit allen beteiligten Personen ein runder Tisch zum Erfahrungsaustausch statt. Zum Abschluss wurden am 28. November 2018 die ersten 30 Jugendgesundheits-Coaches in einer feierlichen Zeremonie in der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse in Anwesenheit von STGKK-Obmann Josef **Harb**, der STGKK-Generaldirektorin Andrea **Hirschenberger** sowie dem stv. Generaldirektor des Hauptverbandes, Mag. Bernhard **Wurzer** mit einer Urkunde ausgezeichnet.

Die Jugendgesundheits-Coaches wird es in der Steiermark auch weiterhin geben: Nach der Evaluierung des Pilotprojekts nimmt sie die Steiermärkische Gebietskrankenkasse in den Regelbetrieb auf. Eine flächendeckende Umsetzung von Peer Education in der schulischen Gesundheitsförderung wird in ganz Österreich angestrebt.

Mag. Astrid Kleber (Hauptverband)

Schüler können nur dann lernen, wenn es ihnen gut geht

Schulpsychologe Dr. Josef Zollneritsch im Interview über freiwillige Peer-Arbeit an Schulen, welchen Nutzen sie Schülern persönlich bringt und welchen Einfluss Gesundheit auf das Lernen hat. Die Fragen stellte Mag. Astrid Kleber.

Mit welchen Herausforderungen sind Schülerinnen und Schüler heute konfrontiert, wenn es um ihre Gesundheit geht?

Zollneritsch: Das ist ein sehr umfangreicher Themenbogen. Ein Bereich, der vor allem jüngere Schüler betrifft, ist Übergewicht, mangelnde Bewegung und ungesunde Ernährung. Ein anderer die Suchtproblematik wie Alkohol, Tabak oder Mager-

sucht. Vieles davon ist sozial – von Gruppennormen und Gruppenzwängen – beeinflusst. Wiederum ein anderer Bereich betrifft psychische Erkrankungen, im speziellen die juvenile Depression.

Haben Schülerinnen und Schüler ausreichendes Wissen in Gesundheitsfragen?

Zollneritsch: Nein. Ich mache mir durchaus Sorgen, was das Gesundheitsverhalten betrifft. Es kommt auch im schulischen Kontext eher zu kurz. Gesundheitskompetenz hängt wesentlich mit dem Lebensstil und der sozialen Herkunft zusammen. Dort, wo es eine gute soziale Einbettung gibt, ist auch das Gesundheitsbewusstsein höher.

Die Sozialversicherung setzt erstmals Peer Education in der schulischen Gesundheitsförderung ein. Im Jahr 2018 wurde das Pilotprojekt „Jugendgesundheits-Coaches“ an 15 steirischen Schulen durchgeführt und 30 Schüler wurden zu Jugendgesundheits-Coaches ausgebildet. Ihr Wissen haben sie dann an über 4.500 Schüler weitergegeben. Wie sehen Sie die Zusammenarbeit von gesellschaftsrelevanten Institutionen wie der Sozialversicherung mit Schulen?

Zollneritsch: Derzeit ist eine große Reform – die Umgestaltung der Landesschulräte in Bildungsdirektionen – im Gange. Damit verbunden die Förderung von schulinternen Unterstützungssystemen. Ziel ist es, in jeder Schule ein tragfähiges Unterstützungssystem mit Beratungslehrern, Schulärzten, Schulpsychologen etc. zu installieren, das sich möglichst niederschwellig um die umfängliche Gesundheit und das Befinden von Schülern kümmert. Peers, wie sie derzeit von der Sozialversicherung in der Steiermark eingesetzt werden, spielen darin eine ganz wesentliche Rolle.

Was lernt ein „Peer“?

Zollneritsch: Zum einen Fachverständnis. Zum anderen geht es darum, emphatische Fähigkeiten und Beratungs-Skills zu erwerben. Die Bereitschaft, sich überhaupt in Probleme anderer Gleichaltriger hineinzusetzen, ist bereits eine hohe Kompetenz. Schon allein, wenn ein Schüler lernt, dass er sich bei Problemen an jemanden wenden kann, ist das ein wesentlicher Schritt in Richtung Problembewältigung.

Was bringt diese Ausbildung für einen Schüler persönlich?

Zollneritsch: Eine Erweiterung der Persönlichkeitsbildung. Und das ist eine sehr gefragte Schlüsselkompetenz. Gerade heute kommt es bei Stellenbewerbungen darauf an, dass man ausgeprägte, personale Kompetenzen hat, dass man fähig ist, mit Schwierigkeiten, Fragestellungen und Problemen anderer Menschen umzugehen.

Was bringt ein „Peer“ einer Schule?

Zollneritsch: Wir wissen aus eigenen Untersu-

chungen, dass 15 bis 30 Prozent der Schüler in ihrer Lernfähigkeit durch Befindlichkeitsstörungen beeinträchtigt sind. Eine Schule, die ein entwickeltes Peer-System hat, signalisiert nach innen wie nach außen, dass der Umgang mit Befindlichkeitsfragen ein wesentlicher Teil ihrer Lernförderung ist. In der Schule geht es ums Lernen. Und lernfähig sind Schüler nur dann, wenn es ihnen gut geht.

Es gab einen regelrechten Ansturm auf Peer-Ausbildung. Wie kommt es, dass Jugendliche voller Engagement und vor allem freiwillig zusätzliche Aufgaben übernehmen?

Zollneritsch: Kinder und Jugendliche haben eine Freude, wenn sie sich einbringen und in der Schule mitgestalten können. Und weil das soziale Miteinander für Schüler ein wesentlicher Anreiz ist, in die Schule zu gehen – dort treffen sie ihre Freunde – interessiert es sie, dass es ihren Mitschülern gut geht.

Welchen Wunsch haben Sie persönlich, wenn es um die die Stärkung der Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern geht?

Zollneritsch: Dass man im schulischen Getriebe Befindlichkeitsfragen ernster nimmt und dass es mehr Zeit für Prävention gibt. Heute dreht sich alles nur noch um die Zentralmatura. Deshalb gibt es an vielen Schulen einen unglaublichen und sinnlosen Leistungsdruck. Wenn man vom Lernen spricht, dann geht es um die Menschen. Dieser Zusammenhang sollte man nie aus den Augen verlieren.



HR Dr. Josef Zollneritsch ist Leiter der Abteilung „Schulpsychologie & Schulärztlicher Dienst“ der Bildungsdirektion Steiermark.

© Foto Fischer