



# Jedes Schulkind hat seine eigene Vorstellung von Gesundheit

**Kinder entwickeln basierend auf Erfahrungen, Interessen oder erworbenem Wissen ihre eigenen Ideen, was gesund ist. Diese lassen sich als Ausgangspunkt für Gespräche und als Zugang zu Gesundheitsthemen nutzen.**

Mali ist neunjährig und sie weiss, was ihr guttut: «Gesundheit bedeutet für mich das Wichtigste im Leben. Wenn ich gesund bin, fühle ich mich sehr gut und dankbar.» Die Stiftung Éducation 21 hat sich für ihr Dossier «Wie geht es uns?» in einer Berner Schulklasse in Belp umgehört und die Kinder gefragt, was ihnen Gesundheit bedeutet. Eines der Schulkinder meinte: «Süssigkeiten und viel Zucker machen mich krank. Ich esse gesunde Sachen, oder im Sommer gehe ich nicht mit Pulli und Jacke raus.»

Die Kinder haben diese Einstellungen entwickelt, bevor die Themen an der Schule behandelt worden sind. Ihre individuellen Vorstellungen, auch Präkonzepte genannt, bringen sie dann in den Unterricht mit. Das Dossier «Wie geht es uns?» zeigt auf, wie diese Vorstellungen entstehen. Es enthält didaktische Vorschläge, wie die Schule diese im Unterricht nutzen kann und Materialien zur Umsetzung.

## Was Gesundheitsvorstellungen prägt

Beeinflusst werden Gesundheitsvorstellungen vom eigenen Naturell, dem Umfeld, in dem Schülerinnen und Schüler aufwachsen, wie sie erzogen werden und welche persönlichen Erfahrungen und Interessen sie mit dem Thema verbinden. Die Spannweite reicht von «Ich weiss es nicht» bis zu stark ausdifferenzierten persönlichen Meinungen und Werthaltungen. Kinder mit weniger differenzierten Gesundheitsvorstellungen nehmen Gesundheit und Krankheit dabei stärker als unterschiedliche Konzepte wahr. Ältere Schülerinnen und Schüler erweitern den Gesundheitsbegriff eher und differenzieren: «Gesundheit bedeutet für mich Familie und Freunde. Stirbt

ein Elternteil oder eine verwandte Person, macht mich das krank», sagt Chantal und integriert dabei das soziale Umfeld in ihre Gesundheitsvorstellung.

Gesundheit eignet sich ausgezeichnet als Unterrichtsthema im Bereich Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE). BNE versteht Gesundheit umfassend. Das heisst: Neben Körper und Psyche werden auch das soziale Umfeld und die natürliche Umwelt miteinbezogen. Der BNE-Unterricht reichert also nicht nur bestehende Gesundheitskonzepte an, sondern motiviert Kinder und Jugendliche, ihre Vorstellungen zu reflektieren. Wichtig dabei ist, die individuellen Vorstellungen frühzeitig zu erheben. So kann im Unterricht darauf eingegangen werden.

## Vorstellungen als Ausgangspunkt

Damit man Gesundheitsvorstellungen als Ausgangsbasis nutzen kann, müssen Kinder diese in Texten, Bildern oder Handlungen ausdrücken. Folgende Fragen helfen dabei:

- Was bedeutet für dich Gesundheit?
- Wie fühlst du dich, wenn du gesund beziehungsweise nicht gesund bist?
- Was kannst du unternehmen, damit du gesund bleibst?
- Wie hängt deine Gesundheit mit der natürlichen Umwelt zusammen?

Viele Schülerinnen und Schüler verbinden Gesundheit mit Naturphänomenen. Max

*«Damit ich gesund bleibe, esse ich gesund, mache Sport und dehne mich.»*

weiss zum Beispiel: «Ich werde krank, wenn ich im Winter mit kurzen Hosen



herumlaufe.» An solche Aussagen können Lehrpersonen anknüpfen. Sie können etwa den Einfluss der natürlichen Umwelt auf die Gesundheit thematisieren.

Ein anderes häufiges Muster in Gesundheitsvorstellungen deutet an, dass Kinder selbst etwas zur Gesundheit beitragen können. Luana findet: «Damit ich gesund bleibe, esse ich gesund, mache Sport und dehne mich.» Häufig werden Ernährung und Bewegung als Bereiche erkannt, auf die man Einfluss hat und Verantwortung für die Gesundheit über-

nehmen kann. Darauf können Gespräche folgen, ob und wie das auch bei Naturbegegnungen, dem zwischenmenschlichen Umgang in der Klasse oder für die Freizeitgestaltung gilt. ■

**Tanja Stern von Éducation 21**

### Weiter im Netz

Themendossier «Wie geht es uns?»: [education21.ch > de > themendossier > wie-geht-es-uns](http://education21.ch/de/themendossier/wie-geht-es-uns)



Fragt man Kinder danach, was gesund ist, hat jedes sein eigenes Bild dazu. Foto: ZVG