

# ventuno

BNE für die Schulpraxis



Wie geht es uns?

Interview mit Édouard Gentaz, Professor für Entwicklungspsychologie, und Thomas Minder, Präsident Verband Schulleiterinnen und Schulleiter Schweiz | JÜRGE FREUDIGER

## «Die Schule sollte einem Wohnzimmer ähneln»

Wie hängen Wohlbefinden und nachhaltige Entwicklung an der Schule zusammen? «Es gibt ganz klare Korrelationen», erklärt Dr. Édouard Gentaz, Professor für Entwicklungspsychologie an der Universität Genf. Auch für Thomas Minder, Präsident des Verbands Schulleiterinnen und Schulleiter Schweiz, legen Atmosphäre und Motivation den Grundstein für den Lernerfolg. Und diese lassen sich beeinflussen.



Thomas Minder (links) und Édouard Gentaz im Gespräch

**Herr Gentaz, Herr Minder: Wann fühlen Sie sich besonders wohl?**

*Thomas Minder:* Für mich ist die Antwort einfach: Ich fühle mich gut, wenn ich mit Menschen zusammen sein kann, die mir nahe stehen und mit denen ich mich über das Leben und über Ideen unterhalten kann.

*Édouard Gentaz:* Für mich gibt es da zwei Ebenen. Einerseits die Ebene der Gemütsverfassung: Fühle ich mich generell gut in meinem Leben, meinen Beziehungen, meiner Arbeit? Andererseits die Ebene des bestimmten Augenblicks, also meiner Reaktion auf ein spezifisches Ereignis.

**Das Thema Gesundheit nimmt in den Schulen einen zunehmend wichtigen Platz ein und ist in den Lehrplänen als Bildungsauftrag verankert. Zeigt das Wirkung?**

*Thomas Minder:* Ich denke, es gibt in der Bildungswelt ein ziemlich grosses Bewusstsein für dieses Thema, ja.

*Édouard Gentaz:* Das glaube ich auch. Der Kerngedanke ist ja, dass alles, was mit sozioemotionalen Aspekten und Wohlbefinden zu tun hat, Teil eines umfassenden Gesundheitskonzepts ist. In den Personalabteilungen der Arbeitswelt ist das längst verankert. Auch im Gesundheitswesen hat man verstanden, dass Einfühlungsvermögen zählt und man Ärztinnen und Ärzte darin ausbilden muss. Und jetzt hat das auch den Bildungsbereich erfasst. Inzwischen werden Programme zum Training sozioemotionaler Kompetenzen in den ersten drei Klassen entwickelt.

*Thomas Minder:* Aber leider haben wir eine grosse Tradition, die klassischen Fächer zu unterrichten, nicht die übergreifenden Kompetenzen. In der Schule hörte man früher: «Ich bin hier, um mein Fach zu unterrichten!» Dabei geht es in erster Linie genau um das Wohlbefinden: Wenn sich Ihre Schülerin nicht wohlfühlt, können Sie nicht unterrichten.

*Édouard Gentaz:* Und man kann Soft Skills wie alle anderen lernen und sie trainieren. Es geht darum, eine Atmosphäre zu schaffen,

in der das gelingt, denn dann gibt es echtes Interesse, und dann sind Schülerinnen und Schüler in der Lage, Stunden mit einem Thema zu verbringen.

*Thomas Minder:* In der Zentralschweiz gibt es eine Privatschule, die versucht, ausschliesslich projektbezogen zu unterrichten, beispielsweise in Zusammenarbeit mit echten Unternehmen. Die Kinder sind motiviert und lernen in kürzester Zeit enorm viel.

#### **Dann sind wir also auf Kurs?**

*Édouard Gentaz:* Insgesamt ist die Entwicklung positiv, ja. Aber jetzt muss das alles in die Lehrerausbildung integriert werden. Es ist wichtig, dass auch dort diese Art von Lernen stattfindet, sonst bleibt es quasi fiktiv.

*Thomas Minder:* Ich glaube auch, insgesamt ist das Thema im Bildungsbereich angekommen. Aber: In der Gesellschaft gibt es bis jetzt kein grosses Verständnis dafür. Siehe die ewige Diskussion um Selektion und Noten. Viele wollen eine klassische Schule.

#### **Gesundheit und nachhaltige Entwicklung sind eng miteinander verbunden. Wie kann die Schule diese beiden Aspekte weiter stärken?**

*Édouard Gentaz:* Wir brauchen erstens eine Vorbildfunktion auf institutioneller Ebene, sonst sehen die Kinder Worte, denen keine Taten folgen. Und wir müssen zweitens Programme zur nachhaltigen Entwicklung initiieren, müssen experimentieren und herausfinden, was funktioniert. Wenn ich mich zu Fuss oder mit dem Fahrrad fortbewege, geht es mir besser, und es ist gut für die Umwelt. Es entsteht eine positive Schleife. Lehrpersonen müssen aus der Forschung bekannte Programme ausprobieren, ihre Wirksamkeit messen und sie dann anpassen.

*Thomas Minder:* Ich finde auch, wir müssen mehr Wert auf Erfahrung und akademische Forschung legen und das anwenden, was

funktioniert. In meinen Augen ist das Gefühl der Selbstwirksamkeit eine sehr wichtige Kompetenz. Es gibt zu viele Eltern, die ihrem Kind jeden Stein aus dem Weg räumen.

#### **Aber ganz konkret, wie vermittelt man Kindern solche Fähigkeiten und Kompetenzen?**

*Édouard Gentaz:* Man muss die Selbstständigkeit im Alltag und auch beim Lösen komplexer Probleme trainieren. Nicht nur Komplexes anbieten, um die Kinder nicht abzuhängen, aber auch nicht nur Einfaches. Denn sie werden später so oder so mit komplexen Problemen konfrontiert.

*Thomas Minder:* Motivation ist extrem wichtig. Wenn Kinder an persönlichen Projekten arbeiten, rund um ein Thema, das sie interessiert und zu dem sie am Ende eigene Ergebnisse präsentieren, fühlen sie sich wertgeschätzt.

#### **Herr Gentaz, sie betreiben Forschung auf diesem Gebiet. Haben Sie konkrete Ergebnisse in Bezug auf die Verbindung zwischen Wohlbefinden und nachhaltiger Entwicklung?**

*Édouard Gentaz:* Es gibt klare Korrelationen zwischen dem Niveau des Wohlbefindens und dem Niveau der Nachhaltigkeit. Beispielsweise ist ein Zusammenhang nachweisbar zwischen den Merkmalen einer Umgebung – ist sie verschmutzt, nicht verschmutzt usw. – und der kognitiven Entwicklung des Kindes. Aber Kausalzusammenhänge nachzuweisen, ist schwieriger, das steckt in den Anfängen. In Frankreich gibt es die ELFE-Kohorte, in der 10 000 Kinder von Geburt an begleitet werden bezüglich Ernährung, welcher Umweltverschmutzung sie ausgesetzt sind und wie sich das auf ihre geistige und körperliche Gesundheit auswirkt. Ein so grosses Sample finden wir in der Schweiz natürlich nicht.

#### **Gibt es bezüglich Wohlbefinden von Kindern je nach Alter oder Bildungszyklus besondere Herausforderungen?**

*Thomas Minder:* Die Bedürfnisse kleiner Kinder sind anders als diejenigen von Teenagern, klar. Und dem werden wir offenbar nicht gerecht. In der Deutschschweiz kommen in der 3. Klasse 80 % der Schülerinnen und Schüler gerne in die Schule. Aber in der 9. Klasse sind es nur noch 25 %. Das ist schon eine Herausforderung.

*Édouard Gentaz:* Auf dieser Stufe haben wir eine Riesenkonkurrenz, weil die Schülerinnen und Schüler Smartphones haben und damit extrem vielen Reizen ausgesetzt sind. Um dieser Konkurrenz standzuhalten, sollten wir auf Engagement und Autonomie setzen und die jungen Menschen an Projekten arbeiten lassen, die sie motivieren.

*Thomas Minder:* Genau, es kommt auf die Atmosphäre an. Meine Vision einer Schule ist, dass sie eher einem Wohnzimmer oder einer Küche ähnelt, dass man in der Schule so lebt, wie man zu Hause lebt.

#### **Und was ist Ihre Vision einer Schule, die persönliches und globales Wohlergehen fördert, Herr Gentaz?**

*Édouard Gentaz:* Meiner Meinung nach muss die Schule zwangsläufig die Eltern integrieren. Die Vorstellung, dass die Schule eine Insel ist, ist eine totale Illusion. Wenn wir weder das soziale Verhalten noch Soft Skills und auch nicht die Erwachsenen, die sich um die Kinder kümmern, miteinbeziehen, wird die Wirkung der Schule sehr gering sein.



Thomas Minder: «Wenn sich Ihre Schülerin nicht wohlfühlt, können Sie nicht unterrichten.»



Édouard Gentaz: «Es gibt eine klare Korrelation zwischen dem Niveau des Wohlbefindens und dem der Nachhaltigkeit.»

### Wie beeinflusst sich denn das Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern und Lehrpersonen gegenseitig?

*Édouard Gentaz:* Es geht letztlich um die Struktur, den Rahmen. Wenn Sie jeden Morgen Prüfungen ansetzen, mit Noten und einer Rangliste, wird das der Schule eine andere Tonalität geben, als wenn Sie die Schülerinnen und Schüler zu viert gemeinsam eine Aufgabe erledigen lassen. Es ist klar, dass solche Organisationsformen das Wohlbefinden aller beeinflussen.

*Thomas Minder:* Bei uns haben wir fast jeden Morgen Assistentinnen und Assistenten in der Schule, also eine zweite Person in der Klasse, die nicht unterrichtet und die den Schülerinnen und Schülern Aufmerksamkeit schenkt. Leider ist das keine generelle Lösung, denn das kostet viel Geld. Immerhin könnte man an eine Einbindung von Assistenzlehrpersonen denken, zum Beispiel in Form eines Praktikums während der Ausbildung.

*Édouard Gentaz:* Also, wenn wir unseren Studierenden einen Praktikumsplatz als Assistenzperson anbieten könnten, hätten sie einen Studentenjob und wären glücklich!

### Konzepte wie «One Health» oder «Planetary Health» gehen ebenfalls von der Idee aus, dass Umwelt- und Gesundheitsfragen miteinander verbunden sind. Diese Prämisse ist also unbestritten?

*Édouard Gentaz:* Wie gesagt, die Korrelation besteht zweifellos. Wichtig ist: Die Menschen müssen sofort die Wirksamkeit einer

Verhaltensänderung sehen. Es darf nicht theoretisch bleiben, und es darf kein Befehl sein, sonst sträuben sie sich. Es muss auf Freiwilligkeit basieren.

*Thomas Minder:* Ich erinnere mich an eine Kampagne von Heidi-land mit Plakaten, auf denen beispielsweise ein Schlafzimmer voller Müll zu sehen war. Und darüber stand: «Was im Schlafzimmer stört, stört auch in der Gondel.» Das ist sehr anschaulich. Wie kann man geniessen, wenn die Umgebung schmutzig ist? Individuelles Wohlergehen und Umwelt hängen unmittelbar zusammen.

*Dr. Édouard Gentaz ist Professor für Entwicklungspsychologie und Vizerektor der Universität Genf. Er ist in dieser Funktion zuständig für das Programm «vivre ensemble», das sich für das Wohlbefinden der Studierenden einsetzt.*

*Thomas Minder ist Schulleiter in Eschlikon (TG), Präsident des Verbands Schulleiterinnen und Schulleiter Schweiz (VSLCH) und Stiftungsrat von éducation21. Zudem ist er Vater von drei schulpflichtigen Kindern.*

## Inhalt

- 
- 2–4 **Interview**  
Mit Édouard Gentaz und Thomas Minder

---

  - 5 **Editorial**  
Klára Sokol, Direktorin éducation21

---

  - 6 **Bildungsangebote**

---

  - 7 **Fokus**  
«Wie geht es uns?» Einführung ins Thema

---

  - 8–9 **Fokus**  
Die Rolle der Empathie für das Wohlbefinden

---

  - 10–17 **Für die Praxis**  
Gedanken und Konkretes zum Thema Wohlbefinden und BNE

---

  - 18–19 **Rückblick**  
Ciao ventuno

---

  - 20 **Ausblick**  
Impulstagung Schulnetz21  
«Wie geht es uns?»



### Impressum

**Herausgeberin** éducation21, Monbijoustrasse 31, 3011 Bern,  
T 031 321 00 21, info@education21.ch

**Redaktionsleitung** Sonja Kobelt

**Redaktion dieser Ausgabe** Valérie Arank,  
Dr. Isabelle Bosset, Dr. Jessica Franzoni, Christoph Frommherz,  
Fabio Guarneri, Iwan Reinhard, Renate Scheurer, Tanja Stern, Roger Welti  
**Externe redaktionelle Mitarbeit** Cornelia Conrad Zschaber, Jürg Freudiger  
**Übersetzungen** Apostroph Bern

**Bilder** 1–4 Marco Zanoni

**Layout und Druck** Stämpfli Kommunikation, [staempfli.com](http://staempfli.com)

**Auflage** 23 666 (112 135 Deutsch, 9850 Französisch, 1681 Italienisch)

**Erscheinungsweise** jährlich 3 Ausgaben

**«ventuno» online** [education21.ch/ventuno](http://education21.ch/ventuno)



Die vorliegende ist die letzte Ausgabe von ventuno. Wollen Sie weiterhin über BNE-Themen auf dem Laufenden bleiben?

Abonnieren Sie unseren Newsletter unter:  
[education21.ch/newsletter](http://education21.ch/newsletter)

**éducation21** Die Stiftung éducation21 koordiniert und fördert Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) in der Schweiz. Sie wirkt im Auftrag der Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektorinnen und -direktoren (EDK), des Bundes und der Zivilgesellschaft als nationales Kompetenzzentrum für die Volksschule und die Sekundarstufe II.



## Auf Wiedersehen

«Die einzige Konstante im Leben ist die Veränderung.» Diese Weisheit des griechischen Philosophen Heraklit betrifft auch unser Praxismagazin ventuno. Nach 37 Ausgaben sagen wir «ciao». Sie halten die letzte ventuno-Ausgabe in Händen. Das ventuno hat éducation21 seit der Gründung begleitet. Von Kreislaufwirtschaft über Demokratie bis hin zum Wasser haben wir verschiedenste Themen beleuchtet. Auf den Seiten 18 und 19 verabschieden wir uns und lassen die Geschichte des ventuno Revue passieren. Wir danken unseren Leserinnen und Lesern herzlich für ihr anhaltendes Interesse und für die vielen positiven wie auch konstruktiv-kritischen Rückmeldungen.

Das ventuno geht zwar in Rente. Wir bringen aber BNE weiterhin zu Ihnen, nun mehrheitlich auf digitalen Kanälen. Über die neu aufgegleiste, enge Zusammenarbeit mit RSI bereichern wir unseren Auftritt mit Video-Elementen. Mit Interviews und Blogbeiträgen vertiefen wir punktuell und mit aktuellem Bezug Nachhaltigkeitsthemen, der Auftritt über weitere Social Media wird gestärkt, und unsere Beiträge in Fachpublikationen, angepasst an die sprachregionalen Bedürfnisse, werden ausgebaut. Unser Newsletter wird einen Relaunch erfahren und Sie im neuen Kleid begleiten. Wer also nichts verpassen möchte, abonniert unsere news21 mittels QR-Code links unter dem Impressum.

In dieser letzten Ausgabe des ventuno wollen wir symbolisch feiern und dem vielleicht wichtigsten Thema für Schülerinnen und Schüler, dem Wohlbefinden, Raum geben. «Wie geht es uns?» – dieser Frage stellen wir uns aus unterschiedlichen Blickwinkeln. Wir schauen in Schulen und Klassenzimmern vorbei (S. 12–13 und S. 16–17), befragen zwei Experten (Interview, S. 2–4) und zeigen auf, was éducation21 und ihre Partnerorganisationen zum besseren Wohlbefinden beitragen können. Begleitend zu dieser Ausgabe widmen sich der Frage auch die drei sprachregionalen Grossveranstaltungen von éducation21: die Impulstagung, die Journée d'étude und die Giornata ESS (S. 20) sowie das neue, gleichnamige Themendossier. Darin finden Sie stufenspezifisch Ideen und Angebote. So stellt beispielsweise das neue Unterrichtsangebot «ResponsAbilita» (siehe auch S. 14–15) die Förderung der Lebenskompetenzen in den Fokus und verbindet Gesundheit konsequent mit nachhaltiger Entwicklung.

Ich wünsche Ihnen viel Spass beim Lesen und sage: «Auf Wiedersehen, einfach auf einem anderen Kanal.»

Klára Sokol,  
Direktorin éducation21

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



**Bildungsaktivität  
Greentopf Projects**

Basierend auf dem im Mai 2019 erschienenen Lehrmittel Greentopf, der vegetarischen und veganen Ergänzung zum Tiptopf, werden unter «Greentopf Projects» weiterführende, spannende Ideen und Angebote rund um das Buch vorgestellt. Ausgehend vom Grundgedanken und Inhalt des Buches soll die Vision von Projekten umgesetzt werden, welche die ganzheitliche Betrachtung der Themen Essen, Nahrungszubereitung, Ernährungsformen, Konsum, Klima, Gesundheit, Bewegung und Wohlbefinden fördern.



Schulstufe Zyklus 1-3

**Bildungsaktivität  
Parkourzipation**

In den «Parkourzipation»-Workshops können die Schüler/innen einen Parkour mit einem Profi ausprobieren und erleben. Sie lernen, physische und psychische Hindernisse zu überwinden. Spielend werden dabei die Selbstwirksamkeit gestärkt, eigene und fremde Werte reflektiert und die Gesundheit gefördert.



Schulstufe Alle Zyklen

**Lernmedium  
Lernplattform One Health**

Warum hat Massentierhaltung Auswirkungen auf die Gesundheit von Menschen? Und was hat Umweltschutz mit der Übertragung von Krankheiten zu tun? Fragen rund um die Wechselwirkungen zwischen der Gesundheit von Mensch, Tier und Umwelt werden mittels der digitalen Lernplattform «One Health» erarbeitet.



Schulstufe Zyklus 3

**Lernmedium  
Projektwoche Lernfeld  
One Health**

Der One-Health-Ansatz strebt das gemeinsame Wohl von Mensch, Tier und Umwelt an. Anhand der Fleischproduktion wird das Thema mit spannenden und zweckmäßigen Methoden von den Schülerinnen und Schülern bearbeitet.



Schulstufe Sek II

**Lernmedium  
Was brauche ich  
zum Wohlfühlen?**

Die Unterrichtsankündigung leitet die Kinder dazu an, herauszufinden und zu benennen, wann und wieso sie sich wohlfühlen. In einer ersten, einführenden Sequenz geschieht dies im Schulzimmer. Der zentrale Teil ist dann der Tag im Wald, wo die Kinder ihren Wohlfühlort suchen und auch gemeinsam Wohlfühlorte einrichten. So wird einerseits die individuelle Achtsamkeit gefördert, andererseits aber auch Perspektivenwechsel und Kooperation geübt.



Schulstufe Zyklus 1

**Lernmedium  
Wie geht's dir?**

Mit den Unterrichtsmodulen und der dazugehörigen App werden die psychische Gesundheit von Jugendlichen gestärkt, die Resilienz gegenüber Belastungen trainiert und Handlungsmöglichkeiten für die Zukunft gesucht.



Schulstufe Zyklus 3, Sek II

Thema «Wie geht es uns?» | TANJA STERN UND SONJA KOBELT

## Wohlbefinden: mehr als das Fehlen von Krankheit



**Gesundheit und Wohlbefinden hängen von vielen Faktoren ab. Das macht das Thema vielschichtig und Ansätze zwingend ganzheitlich. Ein Überblick.**

«Hatschi» – «Gesundheit!» So leicht, wie uns das Wort «Gesundheit» über die Lippen geht, wenn jemand niest, so vielschichtig ist das Konzept, das dahintersteckt. Eine Vielzahl physischer, psychischer, sozialer und ökologischer Faktoren beeinflusst unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit als einen «Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens, der nicht nur als das Fehlen von Krankheit und Gebrechen zu verstehen ist». Um Gesundheit im Kontext der nachhaltigen Entwicklung zu begreifen, ist es wichtig, alle diese Dimensionen, insbesondere auch die ökologische, zu berücksichtigen.

### Wie geht es uns? – Eine Diagnose

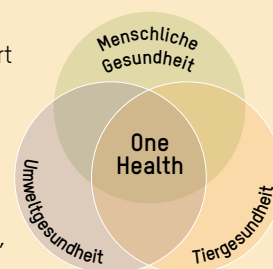
Die Erde leidet unter «Fieber»: Menschliches Handeln wirkt sich zunehmend negativ auf unser globales Ökosystem aus. Besonders der Klimawandel, der mit dem Verlust der biologischen Vielfalt einhergeht, bedroht ernsthaft die menschliche Gesundheit – was auch die WHO anerkennt. Gleichzeitig können aber Massnahmen zum Klimaschutz einen positiven Effekt auf unsere Gesundheit haben, es entstehen sogenannte Co-Benefits (siehe S. 10-11). Schweizer Kinder und Jugendliche fühlen sich zunehmend unwohl: Gemäss Stressstudie von Pro Juventute (2021) leidet ein Drittel unter Stress. Und auch die Lehrpersonen sind stärker belastet, wie die Berufszufriedenheitsstudie 2024 des Lehrerinnen- und Lehrerverbands Schweiz zeigt.

### Ganzheitliche Ansätze

Diese systemischen Zusammenhänge zwischen unserem Umfeld, der Umwelt und unserem Wohlbefinden bedingen mehrperspektivische und transdisziplinäre Herangehensweisen, wie die beiden bekanntesten wissenschaftlichen Konzepte One Health und Planetary Health.

#### One-Health-Ansatz

Der One-Health-Ansatz fokussiert aufgrund seiner Entstehungsgeschichte in der Medizin auf die Schnittstellen zwischen Menschen und Tieren. Dabei wird der Mensch mit seiner Gesundheit als Teil des Tierreichs betrachtet, das wiederum Teil einer gemeinsamen Umwelt ist. Forschungsschwerpunkte liegen auf der Prävention von neu auftretenden und ansteckenden Krankheiten, insbesondere Zoonosen, die in ökonomische und sozialpolitische Kontexte eingebettet werden.



#### Planetary-Health-Ansatz

Der Fokus von Planetary Health liegt auf den planetaren Belastungsgrenzen und Kippelementen des Erdsystems. Der Ansatz nimmt somit die grösstmögliche Perspektive ein und schaut auf den gesamten Planeten Erde mit all seinen menschengemachten und natürlichen Systemen als Grundlage unserer Gesundheit. Im Zentrum stehen Themen wie Klimawandel, Biodiversitätsverlust, Umweltverschmutzung und gesellschaftliche Transformation.

Mehr Hintergrundinformationen  
im Themendossier «Wie geht es uns?»  
[eduaction21.ch/de/themendossier/  
wie-geht-es-uns](https://eduaction21.ch/de/themendossier/wie-geht-es-uns)



Die Rolle der Empathie für das Wohlbefinden | DR. ISABELLE BOSSET

## Mit anderen mitfühlen tut gut

**Empathie ist eine sozioemotionale Kompetenz in der BNE, die sich auf das Wohlbefinden auswirkt. Sie birgt aber auch einige Fallstricke. Will man an der Schule ein Umfeld schaffen, das Empathie fördert, gilt es, sie zu vermeiden.**

«Mit den Augen eines anderen zu sehen, mit den Ohren eines anderen zu hören, mit dem Herzen eines anderen zu fühlen»: So definierte der Psychologe Alfred Adler Empathie. Empathie ist eine Kompetenz, die in der Schule als erstrebenswert gilt: Sie begünstigt unter anderem das Zusammenarbeiten, die Konfliktlösung und positive soziale Beziehungen. Doch was umfasst sie genau, und worauf ist zu achten, wenn man sie entwickeln möchte?

### Facetten der Empathie

Empathie ist von griechisch «pathos» für Leiden, Zuneigung, Emotion abgeleitet und meint die Fähigkeit, das Leiden einer anderen Person – weniger deren positive Emotionen – nachzuempfinden. Sie kann dazu führen, dass man anderen Menschen hilft. Gemäss Tisseron (2024) hat Empathie zwei Facetten:

– **Kognitive Empathie:** die Vorstellung, die wir uns von dem machen, was andere erleben, denken oder sich vorstellen, von ihren Überzeugungen und Absichten. Dazu braucht es Wissen, man muss beobachten und schlussfolgern können. Doch ohne Zuhören und Perspektivenwechsel kann diese Vorstellung des Erlebens anderer auch falsch sein.

– **Affektive Empathie:** spontane emotionale Reaktion, die unsere Sensibilität für die Emotionen anderer Menschen widerspiegelt; dies kann so weit gehen, dass wir dieselben Emotionen spüren. Affektive Empathie kann sich sogar körperlich zeigen (schwitzen, Herzrhythmus). Bei zu starker Ausprägung kann sie dazu führen, dass man sich unglücklich fühlt.

Diese beiden Facetten finden sich auch in der Empathiedefinition von *éducation21* (2023, S. 14): «Die Lernenden können die Eigenschaften eines anderen berücksichtigen, die Meinungen und Standpunkte eines anderen anhören und miteinbeziehen, sich in einen anderen hineinversetzen, das heisst erkennen, was diese Person denkt und fühlt, insbesondere wenn sie einer anderen Gemeinschaft angehört.»

### Empathie beeinflusst das Wohlbefinden in der Schule

Die sozioemotionalen BNE-Kompetenzen, zu denen auch die Empathie gehört, fördern die emotionale Intelligenz, die wiederum einen grossen Einfluss auf das Wohlbefinden hat (Martins et al., 2010). Die Forschung hat gezeigt, dass Empathie und Wohlbefinden in der Schule positiv korrelieren. So stellten beispielsweise Cunsolo et al. (2021a) fest, dass die Empathie von Lernenden mit prosozialem Verhalten (z. B. Teamarbeit), guten Beziehungen zu Peers und weniger Mobbing in Zusammenhang steht. Veldin et al. (2019) zeigten, dass Empathie sich positiv auf das Klassenklima auswirkt, Vinayak und Judge (2018) fanden einen positiven Zu-







sammenhang zwischen Empathie und Resilienz. Gleichzeitig sind in der Forschung einige Fragen noch ungeklärt: Dazu gehören die verschiedenen möglichen Konzeptualisierungen von Empathie (z. B. die «positive» Empathie, bei der man die positiven Emotionen der anderen Person wahrnimmt) oder der Einfluss des Umfelds (z. B. Kontakt zu empathischen Lehrpersonen) auf die Entwicklung von Empathie.

### Entwicklung von Empathie

Einige Aspekte verzerren jedoch das Empfinden von Empathie. Es ist hilfreich für Lehrpersonen oder Schulleitungen diese zu kennen, wenn sie die Entwicklung von Empathie fördern möchten, (Tisseron, 2024):

- **Ähnlichkeit:** Je ähnlicher uns eine Person ist – beispielsweise körperlich oder bezüglich Vorlieben –, desto eher glauben wir, manchmal zu Unrecht, dass sie die Welt so wahrnimmt wie wir, und desto empathischer sind wir ihr gegenüber.
- **Vertrautheit:** Damit ist Vertrautheit aufgrund familiärer, freundschaftlicher oder geografischer Verbindungen gemeint (S. 59). Wie die Ähnlichkeit verzerrt auch Vertrautheit unsere Empathie, denn sie führt dazu, dass wir diejenigen, die uns nahestehen, gegenüber denen bevorzugen, die woanders herkommen.
- **Salienz:** Hier geht es um den Grad an Aufmerksamkeit, den wir einer Person widmen können. Dieser ist bei einer Einzelperson grösser als bei einer Gruppe.
- **Stress:** Stress kann Emotionen überborden lassen. Um Gegensteuer zu geben, reagieren wir möglicherweise damit, eine empathische Reaktion zu hemmen oder sogar zu unterdrücken. Dies gilt insbesondere, wenn wir Unbekanntem begegnen.

Diese Aspekte illustrieren, dass Menschen stets «die Ihren» – also diejenigen, die sie kennen, erkennen, mit denen sie sich identifizieren – bevorzugen gegenüber jenen, die fremd, anders, unbekannt sind. Die nachfolgenden Beispiele konkreter Aktivitäten für den Unterricht berücksichtigen diese Aspekte.

### Möglichkeiten und konkrete Aktivitäten

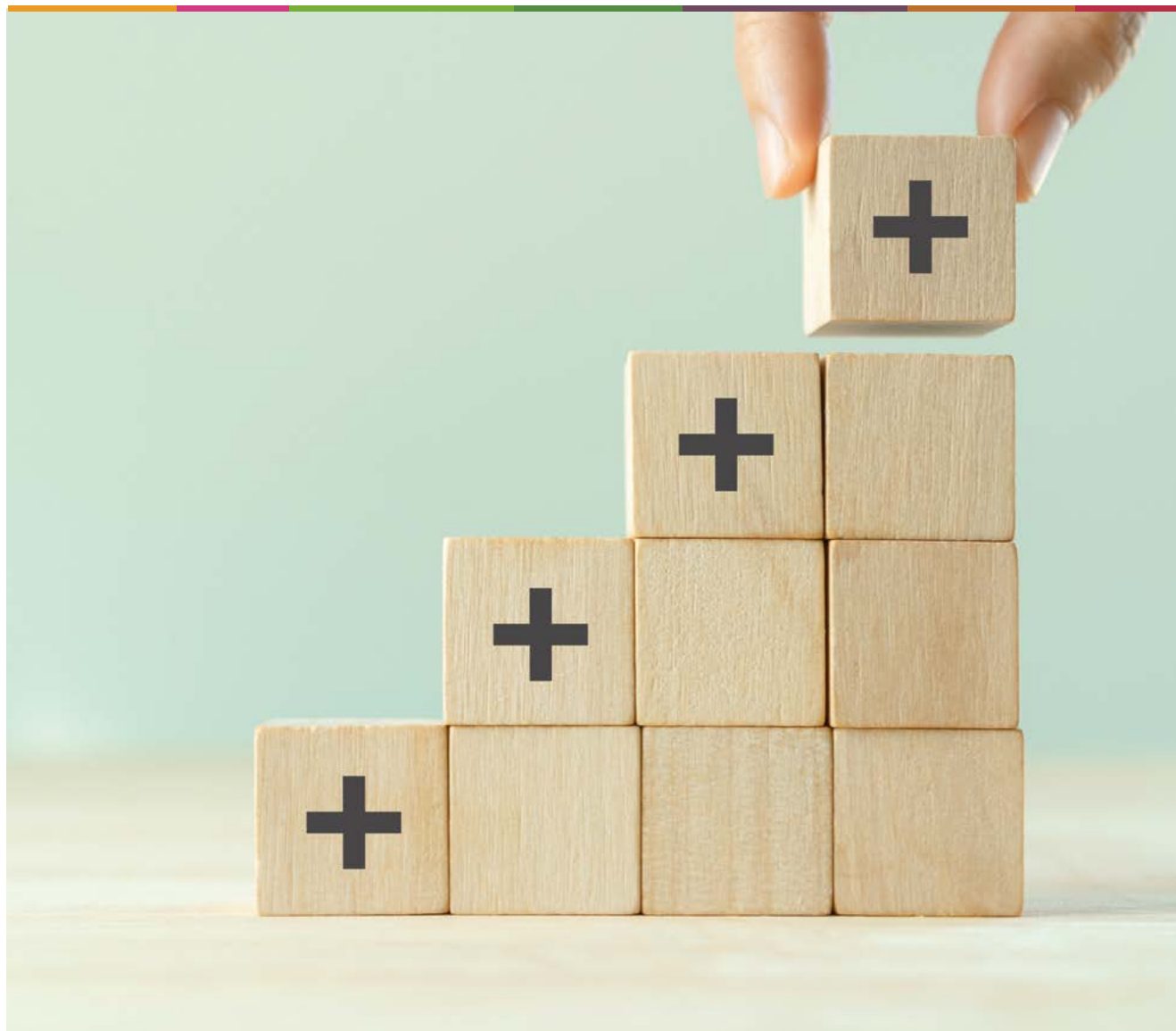
Tisseron (2024) schlägt verschiedene Möglichkeiten vor, Empathie zu stärken: Gemeinsame Aktivitäten etwa ermöglichen es, «Fremde» in die Kategorie «Freunde» «umzuordnen» und so eine der oben genannten Verzerrungen zu eliminieren. Die künstlerische und kulturelle Bildung unterstützt den «Wechsel der emotionalen Perspektive» (S. 110) beispielsweise mithilfe von Kunstwerken. «Immersive Erfahrungen» [z. B. den Alltag einer Person miterleben, die anders ist als wir] wirken Stereotypen entgegen, während das kooperative Lernen (z. B. Spiele, bei denen man zusammenarbeiten statt konkurrieren muss) und Peer Tutoring gegenseitige Empathie fördern (S. 111). Lamboy et al. (2021) schlagen eine Fülle konkreter Aktivitäten für den Zyklus 2 vor, die die psychosozialen Kompetenzen und damit auch die Empathie fördern. Aktivität 34, «Unterschiedliche Freunde», zielt darauf ab, «sich der Haltung gegenüber Kindern, die anders sind, bewusst zu werden und diese falls nötig zu ändern», gezeigt am Beispiel von Ines, einem Kind mit Behinderungen. Mit Aktivität 15, «Meine Stressfaktoren und meine Anti-Stress-Strategien», können Lernende ihre Stressreaktionen, ihre Strategien – z. B. Empathie zu hemmen – und deren Wirksamkeit feststellen. Bei Aktivität 40, «Empathisch zuhören», erzählen die Lernenden einander in Zweiergruppen Geschichten und üben empathisches Zuhören, anschliessend berichten sie von ihren Eindrücken und Gefühlen.

### Fazit

Empathie lässt sich nicht verordnen: Sie braucht einen Rahmen, der sie fördert und gleichzeitig die erwähnten Verzerrungen vermeidet. Wird sie durchdacht in den Lehrplan und in die gesamte Schule integriert, ist sie ein wesentlicher Grundbaustein für persönliches Wohlbefinden und Zusammenarbeiten, zwei zentrale Bestandteile von BNE.

Quelle:  
– <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.05.029>

- Bibliografie:
- Cunsolo, S., Richardson, D., & Vrolijk, M. (2021). How empathizing develops and affects well-being throughout childhood. UNICEF Office of Research – Innocenti, Florence.
  - *éducation21* (2023). Compréhension de l'ÉDD. Une définition de travail pour *éducation21*.
  - Lamboy, B., Shankland, R., Williamson, M.-A. (2021). Les compétences psychosociales. Louvain-la-Neuve: de Boeck.
  - Martins, A., Ramalho, N., & Morin, E. (2010). A comprehensive meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and individual differences*, 49(6), 554–564. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.05.029>.
  - Tisseron, S. (2024). *L'empathie*. Paris: Que sais-je?
  - Veldin, M., Kozina, A., Perše, T. V., Vidmar, M., Jugović, I., & Oskarsson, M. (2019). Empathy and classroom climate as predictors of student's well-being: An international pilot study. *Psychological Applications and Trends*.
  - Vinayak, S., & Judge, J. (2018). Resilience and empathy as predictors of psychological wellbeing among adolescents. *International Journal of Health Sciences and Research*, 8(4), 192–200.



Wie sich Co-Benefits in den Schulkontext bringen lassen | DR. JESSICA FRANZONI

## Co-Benefits: doppelter Nutzen

**In einer herausfordernden Zeit wie der unseren sind positive Nebeneffekte erwünschter denn je. Der Begriff «Co-Benefit» gewinnt an Bedeutung – aus einer nachhaltigen Perspektive, für einen langfristigen Diskurs und auch in der Schule.**

Essen, Bewegung, Arbeits- und Freizeitgestaltung – unser Alltag wirkt sich nicht nur auf die Gesundheit des Einzelnen, sondern auch auf die unseres Planeten aus. Verändern wir unser individuelles Verhalten, hat dies also nicht nur einen Effekt auf unsere eigene Gesundheit, sondern auch auf die Gesundheit der natürlichen Umwelt und deren langfristigen Erhalt. Ist dieser (Neben-)Effekt ein positiver, so spricht man in der wissenschaftlichen Literatur zur Nachhaltigkeit von einem «Co-Benefit», das heisst, «den positiven Effekten von Massnahmen, die Umweltschäden verringern, auf die menschliche Gesundheit oder, umgekehrt, den positiven Effekten auf den Erhalt der Um-

welt durch Massnahmen zur menschlichen Gesundheitsförderung» (Gonzalez Holguera und Senn, 2021, S. 808, eigene Übersetzung). Co-Benefits beziehen sich also auf Massnahmen, die der menschlichen Gesundheit zugutekommen und gleichzeitig negative Umweltauswirkungen verringern. Sie nützen damit doppelt – sowohl dem Klima als auch dem Menschen (und, im Allgemeinen, allen Lebewesen). Ein Beispiel: Wie wir uns ernähren, wirkt sich nicht nur stark auf uns selbst, sondern auch auf die Umwelt aus. Die wissenschaftliche Literatur konzentriert sich in dieser Frage auf die drei Handlungsfelder Gesundheit, Umwelt und Mobilität. Folgt man ihr, so sollten wir uns global gesehen so ernähren, dass wir und die Umwelt möglichst wenig Schaden nehmen. Unserer eigenen Gesundheit zuliebe und auch, um Nahrungsmittel nachhaltig produzieren zu können. Um diesen «Idealzustand» zu erreichen, müssen wir uns folgende Fragen stellen: Welche Auswirkungen hat die Lebensmittelpro-

duktion (z. B. von Fleisch) derzeit auf die Umwelt und die Gesundheit? Ist betreffend Konsum das, was gut für uns ist, auch gut für unseren Planeten? Wie wirkt sich, wie wir uns ernähren, auf unsere Gesundheit und die Umwelt aus? Ist, was nachhaltig für die Umwelt ist, auch nachhaltig für unsere Gesundheit und umgekehrt?

### Co-Benefits in der Schule

Wie lassen sich diese Fragen auf schulischen Kontext übertragen, was bedeuten Co-Benefits in der Schule? Wie können sie im Unterricht umgesetzt werden? Wie kann man sie in den Stundenplan oder in eine Projektwoche integrieren? Wie kann die Schule als Ganzes durch ihr tägliches Handeln zum Wohlbefinden der Beteiligten und des gesamten Planeten beitragen? Nur wenig ist dazu nötig, wie folgende drei Beispiele zeigen.

#### Praxisbeispiel «Das Wohlbefinden der Schüler/innen: eine Priorität»

Das Praxisbeispiel «Das Wohlbefinden der Schüler/innen: eine Priorität» zeigt, wie sich die Idee «Co-Benefits» mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung und nachhaltige Entwicklung umsetzen lässt. Mit kleinen, speziellen Momenten im Unterricht (z. B. Aktivitäten im Freien) oder mit Spezialtagen oder Projektwochen (z. B. «Tagesausflug in den Schnee» oder «Woche im Grünen») engagiert sich die Primarschule La Réselle (Kanton Jura) seit Langem dafür, das Leben der Schülerinnen und Schüler aktiv zu gestalten und sich um ihr Wohlbefinden und die Umwelt zu kümmern. Sie bereiten zusammen Apfelpürees mit regionalen Früchten zu oder integrieren Entspannungsmöglichkeiten in der Natur in den Schulalltag. Es sind kleine Aktionen, die den Kindern ihre Beziehung zur Umwelt und die Funktionsweise ihres Kör-

pers bewusst machen. So kann es gelingen, ein kollektives Wohlbefinden zu erreichen, «um einen gesunden Lebens- und Lernraum zu garantieren» (siehe Merkblatt zu diesem Praxisbeispiel).

#### Projekt «Naturnahe und partizipativ geplante Pausenräume»

Ziel des Projekts «Naturnahe und partizipativ geplante Pausenräume» ist es, den Pausenraum nach den Bedürfnissen der Kinder auszurichten und ihn gleichzeitig mit Respekt für die Umwelt zu gestalten. Er ist ein Ort, um sich zu begegnen, zu erholen und zu lernen. Alle Schülerinnen und Schüler arbeiten aktiv mit, diesen Freizeitraum zu schaffen, die Gestaltungsphasen werden auf die Bedürfnisse und Ressourcen der Schule abgestimmt. Das Thema des Pausenraums kann auf eine andere, noch partizipativere und kreativere Weise angegangen werden.

#### Projekt «Der ideale Spielplatz?»

Das Projekt «Der ideale Spielplatz?», das im Rahmen der Bildungslandschaft Schönberg (Freiburg) entwickelt wurde, will den idealen Spielplatz schaffen – vom Entwurf bis zum Bau. In partizipativen Workshops haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, ihren Bedürfnissen, Wünschen und Ideen Ausdruck zu verleihen. Nicht jeder Wunsch kann erfüllt werden. Neben der wirtschaftlichen Machbarkeit soll vor allem auch der nachhaltige Aspekt (in seiner ökologischen Dimension) berücksichtigt werden.

#### Bibliografische Referenzen:

– Gonzalez Holguera, J., Senn, N. (2021). Co-bénéfices santé-environnement: revue de la littérature, Bulletin des Médecins Suisses, 102 (24), S. 807-809.

#### Das Wohlbefinden der Schüler/innen



#### Der ideale Spielplatz?



#### Bildungslandschaft Schönberg



#### Naturnahe und partizipativ geplante Pausenräume



Wie Präkonzepte von Schülerinnen und Schülern im Unterricht genutzt werden | TANJA STERN

## Gesundheit mit fremden Augen sehen



**Wir alle haben ein Verständnis davon, was Gesundheit bedeutet, wie wir gesund bleiben oder was uns krank macht. Auch Schülerinnen und Schüler verfügen über eigene Gesundheitskonzepte. Wie können solche Präkonzepte zum Thema Gesundheit wirkungsvoll in den Unterricht einbezogen werden?**

«Gesundheit bedeutet für mich das Wichtigste im Leben. Wenn ich gesund bin, fühle ich mich sehr gut und dankbar. Süßigkeiten und viel Zucker machen mich krank. Ich esse gesunde Sachen, oder im Sommer gehe ich nicht mit Pulli und Jacke raus. So bleibe ich gesund.» Mali (9 Jahre) weiss, was für sie Gesundheit bedeutet. Das zeigt, dass Schülerinnen und Schüler nicht als unbeschriebenes Blatt in den Unterricht kommen. Bestehende Gesundheitskonzepte zu berücksichtigen und Möglichkeiten zu schaffen, diese weiterzuentwickeln, sind für einen wirkungsvollen Unterricht zentral. Ziel eines BNE-Unterrichts ist es, Gesundheit umfassend zu verstehen. Das heisst: Individuelle Faktoren, das soziale Umfeld und die natürliche Umwelt werden mitgedacht und in eine gesunde Lebensweise integriert.

**Drei Gründe, die für den Einbezug von Präkonzepten in den Unterricht sprechen**

- Lernstandniveau erkennen, nächste Schritte planen  
Indem Lehrpersonen die Präkonzepte ihrer Schülerinnen und Schüler ermitteln, erhalten sie einen Überblick über deren

aktuellen Lernstand. Sie können daraus aktuelle Befindlichkeiten und Anknüpfungspunkte für den Unterricht ableiten und in die kompetenzorientierte Planung integrieren.

- Lernhemmnisse ermitteln, Fehlkonzepte korrigieren  
Sind Schülerinnen und Schüler von ihren Vorstellungen überzeugt, integrieren sie neue Inhalte nur zögerlich, was sogar zu Lernhemmnissen führen kann. Forschungsergebnisse zeigen weiter, dass Schülerinnen und Schüler insbesondere in naturwissenschaftlichen Themen Fehlkonzepten folgen. Die Lehrpersonen sind deshalb gefordert, Unterrichtssequenzen so zu planen, dass Schülerinnen und Schüler angeregt werden, ihre Konzepte zu überprüfen und falls nötig anzupassen.
- **Nebst dem Denken auch das Handeln verstehen**  
Präkonzepte beeinflussen nicht nur das Konstruieren von neuem Wissen. Sie steuern auch das Handeln im Alltag. Diese Erkenntnis ist für das Thema Gesundheit relevant. Lehrpersonen sind nicht nur angehalten, das Gesundheitswissen von Schülerinnen und Schülern zu erweitern, sondern auch, sie zu einem gesunden Handeln – einer gesunden Lebensweise – zu befähigen.

**Mit Präkonzepten den Unterricht planen**

Seit den 1980er-Jahren rücken Forschende die Präkonzepte von Schülerinnen und Schülern zum Thema Gesundheit vermehrt in den Fokus. Folgende vier Forschungsergebnisse unterstützen Lehrpersonen darin, die Präkonzepte ihrer Schülerinnen und

Schüler besser zu verstehen. Für die Weiterarbeit im Unterricht werden mögliche Schritte aufgezeigt:

- **Gesundheit und Wohlbefinden**  
Studien zeigen, dass Schülerinnen und Schüler aller Altersstufen Gesundheit als Zustand des Wohlbefindens beschreiben. Er ermöglicht ihnen, aktiv am Leben teilzunehmen, Sport zu treiben und Freunde zu treffen. Victoria (9 Jahre) drückt es so aus: «Ich habe viel Kraft, um alles zu machen, was ich will und muss.» Mit den Schülerinnen und Schülern kann darüber philosophiert werden, was Wohlbefinden für sie bedeutet.
- **Gesundheitskonzepte ausdifferenzieren**  
Gesundheitskonzepte reichen von «Ich weiss es nicht» bis zu bereits stark ausdifferenzierten Haltungen. Jüngere Kinder oder solche mit weniger differenzierten Gesundheitskonzepten nehmen Gesundheit und Krankheit stärker als zwei unterschiedliche Konzepte wahr. Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Krankheit sehen sie noch nicht klar. Acht- bis Elfjährige weisen bereits detaillierte Vorstellungen auf. So auch Chantal (9 Jahre), die bereits die Bedeutung des sozialen Umfelds in ihr Konzept integriert hat: «Gesundheit bedeutet für mich Familie und Freunde. Stirbt ein Elternteil oder eine verwandte Person, macht mich das krank.» Ein grösser werdender Erfahrungsschatz, aber auch erworbenes Wissen erweitern die Präkonzepte der Lernenden. Ein BNE-Unterricht bietet dazu ideale Möglichkeiten. Gesundheit wird dabei umfassend beleuchtet. Neben physischen und psychischen Faktoren werden auch soziale und ökologische Gesundheitsaspekte thematisiert.
- **Umwelt und Gesundheit**  
Viele Schülerinnen und Schüler verbinden Gesundheit mit Aspekten aus der Natur: «Ich werde krank, wenn ich im Winter mit kurzen Hosen herumlaufe» (Max, 9 Jahre). Solche Verbindungen zur Natur und zu planetaren Gegebenheiten bieten Lehrpersonen ideale Anknüpfungspunkte, um das Gesundheitsverständnis ihrer Schülerinnen und Schüler mit der ökologischen Dimension zu erweitern.
- **Mitverantwortung übernehmen**  
Geht es darum, Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen, nennen Schülerinnen und Schüler zwischen 5 und 16 Jahren vor allem die Handlungsfelder «Ernährung» und «Bewegung». So auch Luana (9 Jahre): «Damit ich gesund bleibe, esse ich gesund, mache Sport und dehne mich.» Im Unterricht werden diese Handlungsfelder weiter ausgebaut. Zum Beispiel kann der Frage nachgegangen werden, wie eine ge-

sunde Ernährung im Einklang mit dem Planeten aussehen könnte. Themenbereiche wie «Naturbegegnungen», «Klassenklima» oder «Freizeitgestaltung» bieten weitere Möglichkeiten, Kinder und Jugendliche zur Mitverantwortung zu befähigen.

#### Fazit

Lehrpersonen können die Weiterentwicklung des Gesundheitsverständnisses und der Handlungskompetenzen der Schülerinnen und Schüler unterstützen. Dabei hilft es, bestehende Präkonzepte zu ermitteln, diese zu verstehen und weitere Unterrichtsschritte zu planen. Auf der ersten Zyklusstufe kann die Lehrperson das Zusammenspiel von Gesundheit und Krankheit thematisieren und ein kausales Verständnis dieser Konzepte fördern. In den nachfolgenden Zyklusstufen geht es darum, Unterrichtsgelegenheiten zu schaffen, in denen Schülerinnen und Schüler ihre Konzepte zu einem holistischen Gesundheitskonzept ausbauen können. Dabei lernen die Schülerinnen und Schüler, vernetzt zu denken, und erarbeiten individuelle und kollektive Handlungsoptionen. So werden sie Schritt für Schritt zur Mitverantwortung für ihre persönliche und die planetare Gesundheit befähigt.

#### Quelle:

- Adamina et al. (2018): «Wie ich mir das denke und vorstelle...»: Vorstellungen von Schülerinnen und Schülern zu Lerngegenständen des Sachunterrichts und des Fachbereichs Natur, Mensch, Gesellschaft. Julius Klinkhardt.

#### Wie erhebe ich Präkonzepte in meinem Unterricht?

Um Präkonzepte zum Thema «Gesundheit» zu erheben, können Lehrpersonen den Schülerinnen und Schülern folgende Fragen stellen:

- Was bedeutet für dich Gesundheit?
- Wie fühlst du dich, wenn du gesund / nicht gesund bist?
- Was kannst du unternehmen, damit du gesund bleibst?
- Wie erkennst du, ob jemand aus der Klasse / der Familie gesund ist?
- Was kann dich krank machen?
- Wie hängt deine Gesundheit mit der natürlichen Umwelt zusammen?



Unterrichtsangebot ResponsAbilita | IWAN REINHARD

## Fair antworten

**Wer ist eigentlich für Wohlbefinden und Gesundheit verantwortlich? «Eigenverantwortung» schallt es von den einen, «Wirtschaft und Politik sind schuld, wenn die Gesellschaft krank», hallt es von den anderen. Mittendrin steht die Schule, die Schülerinnen und Schüler zu einem gesunden Lebensstil befähigen soll. Wie geht das?**

Forschungsergebnisse zeigen: Signifikante Erfolge in der Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen erzielen Lehrpersonen, wenn sie Lebenskompetenzen fördern. Das heisst: Umgang mit Stress lernen, Gefühle wahrnehmen und reflektieren, eigene Werte entwickeln und dafür einstehen, kompetente Entscheide fällen. Lebenskompetenzen stärken explizit die psychische Gesundheit. Das wirkt sich wiederum positiv auf den Lernerfolg aus. Im Lehrplan 21 finden sich diese Fähigkeiten als überfachliche Kompetenzen verankert.

### Kompetenzen fürs Leben statt erhobener Zeigefinger

Verantwortung für eine gesunde Lebensweise übernehmen und einfordern – diese Haltung zieht sich als roter Faden durch alle vier Module («you», «surroundings», «society», «world») des Unterrichtsangebots ResponsAbilita, entwickelt für die Sekundarstufe I. ResponsAbilita ist mehr als «Tabak- und Nikotin-Prävention». Es betreibt Prävention ohne erhobenen Zeigefinger, will Kinder und Jugendliche befähigen, selbst Antworten zu finden und ihre Lebenswelt aktiv mitzugestalten. Eine perfekte Möglichkeit, Gesundheitsförderung und Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) zu verbinden und die jeweiligen Methoden anzuwenden, also die Themenbereiche Gesundheit und Prävention durch die Dimensionen Umwelt, Gesellschaft, Wirtschaft, Raum und Zeit zu flankieren und kritisch Spannungsfelder zu diskutieren. Die vier Module des Angebots ermöglichen es, unterschiedliche Perspektiven einzunehmen – vom Ich zur Welt.





### Mit Sam und Chris: Modul «you»

Die Hauptfiguren des Unterrichtsangebots, Sam und Chris, berichten im Modul «you» live von ihren verrückten Alltagserlebnissen. Damit bilden sie die Brücke zur Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler. Oder, wie es die Klassenlehrerin einer achten Klasse formuliert, die das Modul getestet hat: «Sie haben meine Schülerinnen und Schüler buchstäblich in ihren Bann gezogen.»

Im Modul werden ausgewählte Lebenskompetenzen gestärkt. Fünf Lernjournale fördern das selbstorganisierte Lernen, und die Lehrperson hat Gelegenheit, ihren Unterricht zu individualisieren.

### Das Umfeld prägt: Modul «surroundings»

Stressfaktoren erkennen und die eigene Lebenswelt gesundheitsfördernd mitgestalten sind die Lernziele des Moduls «surroundings». Um diese Lernziele zu vermitteln, eignet sich projektorientierter Unterricht besonders gut. In einem Workshop, in dem Lehrpersonen dabei mitgewirkt haben, das Angebot zu entwickeln, wünschten sie sich Hilfsmittel für die Umsetzung offener Lernformen. Design Thinking bot die Antwort auf dieses Bedürfnis. Unterrichtsbereite Erklärvideos und Arbeitsmaterialien stehen für kreative Ideenfindung und Projektumsetzung bereit.

### Verführerische Werbung: Modul «society»

Gemäss Studienergebnissen sind junge Erwachsene im Schnitt über 532-mal täglich tabakfreundlichen Stimuli ausgesetzt. Auch wenn durch die Annahme der Initiative zum «Schutz der Kinder und Jugendlichen vor Tabakwerbung» künftig diese Möglichkeiten eingeschränkt werden, bleibt versteckte Werbung, beispielsweise durch Influencer oder an Events, bestehen. Im Modul «society» setzen sich die Schülerinnen und Schüler deshalb mit ihrer persönlichen Affinität für verschiedene Werbestrategien auseinander. Sie erkennen, wodurch sie im Alltag beeinflusst werden, auch von teilweise indirekten Marketingmassnahmen.

### Vom Ich zur Welt: Modul «world»

Konsum ist eine individuelle Entscheidung. Aber welche Folgen hat er für andere? Das Modul «world» zeigt globale Zusammenhänge mittels der Mystery-Methode auf. Gesteuert durch eine Leitfrage und bedient mit Faktenkarten, decken die Schülerinnen und Schüler auf, dass die eigenen Konsumententscheidungen

nicht nur Einfluss auf die persönliche Gesundheit haben, sondern auch auf Gesellschaft und Umwelt. Spätestens bei dieser Unterrichtseinheit entdecken die Schülerinnen und Schüler Zusammenhänge zu Planetary Health und Co-Benefits.

### Befähigen, Antworten zu geben

ResponsAbilita ist methodisch vielseitig, bietet individualisierten Unterricht, projektartiges Lernen, einen modularen Aufbau, und durch die unterschiedlichen thematischen Schwerpunkte werden alle wichtigen Aspekte einer erfolgreichen Gesundheitsförderung und Prävention abgedeckt. Die Lernreise, hier vorgestellt vom «Ich zur Welt» kann auch umgekehrt, von der «Welt zum Ich», angetreten werden. Durchgehend wird eine zentrale BNE-Kompetenz trainiert: Verantwortung (Responsibility). Sie zählt zu den metakognitiven Kompetenzen und trägt damit zur Reflexion der eigenen Denkprozesse und Entscheidungen bei: «Die Schülerinnen und Schüler können bewusste, individuelle und kollektive Entscheidungen im Rahmen des Lernens, der schulischen Aktivitäten, in Bezug auf das eigene Leben und die Gesellschaft im Allgemeinen treffen» (éducation21, BNE-Verständnis, 2023, S. 14). Im Sinne der Wortherkunft von Verantwortung werden die Schülerinnen und Schüler also befähigt, Antworten zu finden. Auch auf die Frage, wer nun für die Gesundheit verantwortlich ist. Nicht überraschend lässt sich diese Frage weder einfach noch abschliessend beantworten. So kann man nur im Rahmen der eigenen Möglichkeiten für sich selbst Verantwortung übernehmen sowie erkennen, wo Akteure wie der Staat oder die Wirtschaft mehr Einfluss haben, und so Verantwortlichkeiten Dritter benennen und einfordern. Die Prävention unterteilt diese beiden Ebenen in die Verhaltens- und Verhältnisprävention. Erstere stärkt die Individuen, kann jedoch nicht allen gerecht werden. Letztere ist äusserst wirksam, kann jedoch nur sehr langfristig über politische Prozesse erreicht werden. Nutzen wir diese Erkenntnisse für die Schulen und stützen die Lernenden auf allen Ebenen. ResponsAbilita bietet Hand, um dazu faire Antworten zu finden.



Angebot ResponsAbilita:  
[education21.ch/de/responsabilita](https://education21.ch/de/responsabilita)



## So fühlen wir uns wohl in der Schule



**Die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern, Lehrpersonen und Schulleitenden spielt eine zentrale Rolle für den Lernerfolg, die Qualität der Bildung und das eigene Wohlbefinden in der Schule. Wie können wir sie stärken?**

Ob sich Schülerinnen, Schüler und Lehrpersonen wohlfühlen, beeinflusst das Schulklima und die Bildungsqualität stark. Darin sind sich die Protagonistinnen und Protagonisten im Video zu MindMatters – einem Programm, das die sozioemotionalen

### Schulklima und Schulkultur sind facettenreiche, schwer fassbare Begriffe. Der Versuch einer Definition:

Das **Schulklima** beschreibt die allgemeine Atmosphäre und das tägliche Erleben an einer Schule, geprägt durch das Verhalten und die Einstellungen von Schulleitenden, Lehrpersonen, Schülerinnen und Schülern und dem gesamten Schulpersonal. Es umfasst Aspekte wie Sicherheit, Beziehungen und Unterstützung innerhalb der Schule.

Die **Schulkultur** umfasst die gemeinsamen Werte, Normen, Traditionen und Überzeugungen, die das Verhalten und die Entscheidungen innerhalb der Schule leiten. Sie wird unter Mitwirkung der Schülerinnen und Schüler, Lehrpersonen, Schulleitenden und Eltern gestaltet und beeinflusst die Identität der Schule langfristig.

Kompetenzen wie das Sprechen über eigene und fremde Gefühle, Achtsamkeit oder die Verbundenheit mit der Klasse und der Schule fördert und damit die psychische Gesundheit stärkt – einig. Psychisch gesunde Menschen sind leistungsfähiger, lernfähiger und konstruktiver im Umgang mit anderen. Für das Schulumfeld bedeutet das: Eine fürsorgliche Schulkultur, tragende Beziehungen und guter Unterricht sind eng miteinander verknüpft. Den Grundstein für ein gesundes Schulklima und eine nachhaltige Schulkultur legen die Schulleitenden mit ihrem Führungsverhalten und ihrem Gesundheitsmanagement. Gesunde Lehrpersonen wiederum sind motivierter, engagierter und resilienter gegenüber einem belastenden Schulalltag. Dadurch verbessern sich nicht nur ihre Unterrichtsqualität und ihre Beziehungen zu den Schülerinnen und Schülern, sondern sie sind auch entspannter im Umgang mit Kolleginnen, Kollegen und Eltern. Die Lernmotivation psychisch gesunder Schülerinnen und Schüler ist höher, ihre Leistungen sind besser, das Risiko für Schulabbrüche ist geringer. Was Schülerinnen und Schüler, Lehrpersonen und Schulleitende brauchen, um schulische, berufliche, persönliche und soziale Herausforderungen zu meistern und dabei gesund zu bleiben, sind emotionale Stabilität und Resilienz. Was kann die Schule, was können die Lehrpersonen dazu beitragen?

### Schulentwicklung: gemeinsam gesund und stark

«Psychische Gesundheit und Schulentwicklung hängen eng miteinander zusammen», ist Stefan Fretz, Schulleiter Primarschule Ottikon-Kyburg überzeugt. Er hat in seiner Schule das Programm MindMatters mit Fokus auf Schülerinnen und Schüler umgesetzt.



Das Angebot «Schule handelt» setzt bei der Gesundheit der Lehrpersonen, Schulleitenden und weiteren Mitarbeitenden an. Die Massnahmen setzen auf eine unterstützende Schulkultur, die auf Vertrauen, Wertschätzung und Zusammenarbeit basiert, das Gemeinschaftsgefühl stärkt und das Wohlbefinden aller Beteiligten fördert. Ein positives Schulklima, geprägt von Offenheit und gegenseitigem Respekt, reduziert Stress und Konflikte und unterstützt so die psychische Gesundheit. Damit eine Schule gezielte, auf sie abgestimmte Massnahmen bestimmen und ergreifen kann, ist eine vorausgehende Situationsanalyse wertvoll. Einen wesentlichen Erfolgsfaktor für die betriebliche Gesundheitsförderung stellt zudem eine professionelle, externe Begleitung dar. Gesundheitsförderung und Wohlbefinden sollten nicht als zusätzliche Aufgaben empfunden werden. Stattdessen geht es darum, Strukturen und die täglichen Aufgaben gesundheitsfördernd zu gestalten und regelmässig zu reflektieren. Dies hat mit Werten und Haltung zu tun. Dabei sollten die individuellen Stärken jeder Person im Vordergrund stehen.

### Wie BNE die Psyche stärkt

Auch Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) bietet vielfältige Ansätze, um die psychische Gesundheit zu fördern. Partizipation ist dabei ein zentraler Aspekt: Schülerinnen und Schüler sowie Lehrpersonen werden in Entscheidungsprozesse eingebunden, was ihre Autonomie, Verantwortungsübernahme und Selbstwirksamkeit stärkt. Durch kooperative Lernformen und Teamarbeit werden soziale und emotionale

Kompetenzen gefördert und die gegenseitige Unterstützung innerhalb der Schulgemeinschaft erhöht. Praxisnahe Projekte und Aktivitäten ermöglichen es Schülerinnen und Schülern, ihre Fähigkeiten praktisch anzuwenden und Erfolgserlebnisse zu erfahren, das ist gut fürs Selbstbewusstsein. BNE vermittelt eine positive und nachhaltige Zukunftsperspektive, fördert Hoffnung und Motivation und stärkt emotionale Intelligenz, Empathie und Konfliktlösungskompetenzen.

### Instrumente und Angebote

Für die schulische Gesundheitsförderung stehen also verschiedene Ansätze, Instrumente und Angebote zur Verfügung. Die wichtigsten hier noch einmal im Überblick:

Die **Qualitätskriterien von Schulnetz21** helfen Schulen, die psychosoziale Gesundheit von

Schülerinnen und Schülern, Lehrpersonen sowie Schulleitenden systematisch in den Alltag zu integrieren und Fortschritte zu evaluieren. Die **Orientierungshilfe von Schulnetz21 zu den überfachlichen Kompetenzen** wurde neu überarbeitet. Sie unterstützt Schulen praxisnah, diese wichtigen Lebenskompetenzen für die psychische Gesundheit im Unterricht zu fördern. **Praxisbeispiele von éducation21** bieten konkrete Inspiration und Orientierung, wie Gesundheitsförderung erfolgreich umgesetzt werden kann. Das Angebot **schule-handelt.ch von RADIX** und Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt Schulen zudem dabei, gesundheitsfördernde Massnahmen für das Schulpersonal zu entwickeln und umzusetzen.

Für die Gesundheitsförderung der Kinder und Jugendlichen existieren Instrumente, die die sozioemotionale Kompetenz stärken, darunter Programme wie **MindMatters.ch**. Schülerinnen und Schüler erleben Selbstwirksamkeit und ein Gemeinschaftsgefühl im Schulalltag. Das steigert Motivation, Selbstbewusstsein und Wohlbefinden.

Die **Allianz Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) in Schulen und RADIX Gesunde Schulen** bieten zudem vielfältige Unterstützung und Ressourcen, um Schulen zu einem gesunden und nachhaltigen Lebens-, Lern- und Arbeitsort zu entwickeln.

Die Integration dieser Angebote in die Schulentwicklung verbessert die psychische Gesundheit aller Beteiligten nachhaltig.

All diese Instrumente und Angebote unterstützen Schulleitende und Lehrpersonen also darin, ein gesundes und nachhaltiges Lernumfeld zu schaffen, sozioemotionale Kompetenzen zu stärken und dabei selbst gesund zu bleiben. Literatur und Erfahrungen aus der Praxis zeigen, dass die Förderung der psychischen Gesundheit Motivation, Lernerfolg, Absentismus, Wohlbefinden/Gesundheit positiv beeinflusst. Schule ist mehr als «nur» Wissen aneignen, oder wie es Stefan Fretz formuliert: «Es ist toll, wenn unsere Kinder schriftlich rechnen können. Aber es ist noch viel toller, erfüllender und sinnhafter, wenn unsere Kinder starke Menschen werden.»<sup>1</sup>

## Fruchtbare Zusammenarbeit

Das Schulnetz21 von éducation21 und RADIX Gesunde Schulen unterstützen sich gegenseitig auf dem Weg zu ihrem Ziel gesunder und nachhaltiger Schulen.

### Schulnetz21

Das Schulnetz21 unterstützt Schulen dabei, Gesundheitsförderung und BNE umzusetzen. Es bietet Ressourcen und Vernetzungsaktivitäten, fördert den Austausch guter Praxis und die Implementierung ganzheitlicher Schulentwicklungsstrategien. Mit seinen 23 kantonalen und regionalen Netzwerken finden Schulen vor Ort Ansprechpersonen. Rund 2200 Schulen sind Mitglied im Schulnetz21.

### RADIX Gesunde Schulen

Gesundheit als zentraler Aspekt von Schulqualität erfordert gezielte Schulentwicklung. In Zusammenarbeit mit Bund, Kantonen und Fachorganisationen unterstützt RADIX Schulen bei der Realisierung von Massnahmen im Schulalltag und stärkt die scholorientierte Gesundheitsförderung und nachhaltige Entwicklung. Insgesamt nutzen mehr als 3500 Schulen und Kindergärten die Angebote von RADIX.

## Übersicht Angebote



### Allianz Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) in Schulen



<sup>1</sup>Video MindMatters.ch (August 2024).

Letzte Ausgabe Praxismagazin ventuno | SONJA KOBELT

# Ciao ventuno



Nach über zehn Jahren verabschieden wir uns vom ventuno in seiner heutigen Form. Das ist aber kein Abschied von spannenden BNE-Inhalten. Ein Rückblick und Ausblick.

Am 21. März 2013 erscheint die erste Ausgabe des ventuno zum Thema Mobilität. Im Editorial erläutert der damalige Direktor Jürg Schertenleib die Rolle der soeben gegründeten Stiftung éducation21, die aus den bisherigen Stiftungen Bildung und Entwicklung und Umweltbildung Schweiz hervorgegangen ist: «Neben Themen des Globalen Lernens und der Umweltbildung werden zunehmend auch Fragen der Gesundheit, der Politischen Bildung (inkl. Menschenrechtsbildung) und der Wirtschaft aufbereitet. Die Palette an Vorschlägen wird damit für Sie vielfältiger und

reichhaltiger.» Dieses Versprechen hat éducation21 eingelöst – und das ventuno war über zehn Jahre lang ein Fenster für die BNE-Themen gegen aussen, ein Kanal zu unseren Zielgruppen an den Schulen. Jetzt stellt éducation21 das ventuno in seiner heutigen Form ein.

**Am Puls der Zeit: Pandemie, Frieden, KI**  
Der Name «ventuno» baute geschickt den Bezug zur italienischsprachigen Schweiz in die Kommunikationspalette von é21 ein. Seit der Ersterscheinung kamen jährlich mindestens drei Ausgaben heraus, unzählige Expertinnen und Experten zu Wort und haben viele Mitarbeitende von éducation21 mit Herzblut mitgewirkt. Die ventuno-Ausgaben orientierten sich an einer Breite

## Facts + Figures

11

Jahre

37

Ausgaben

38

Interviewpartner/innen

Über

250 Personen

haben mitgewirkt

2

Spezialausgaben

zu BNE-Grundlagen  
und Berufsbildung16 bis  
28 Seiten lang

Bildungsangebote

werden vorgestellt

35 verschiedene  
Themen behandelt –  
von «Arbeit im Wandel»  
bis «Wasser»

Die Interviewten kommen aus **allen Sprachregionen**, 16 arbeiten an **Hochschulen**, einer sitzt in der Geschäftsleitung von **economiesuisse**, einer flog mit einem **Solarflugzeug** um die Welt, und zwei nahmen am **Klimastreik** teil.

von BNE-Themen, die Schulen, Lehrpersonen und Schülerinnen und Schüler bewegen. Dabei wagte sich das ventuno auch an Themen, die nicht auf den ersten Blick als «klassisch BNE» scheinen, wie «Tourismus» (01/2016) oder «Kreativität» (02/2018). Aktualität begleitete die Themenwahl. So erschienen mitten im zweiten Pandemiejahr die Ausgabe zu «Gesundheit / Bewegung / Natur» (02/2021), das Thema «Frieden» im Herbst 2022 oder «Künstliche Intelligenz» mit dem Aufkommen von ChatGPT und Co. Seit 2023 waren die ventuno-Ausgaben inhaltlich konsequent mit neuen Themendossiers verbunden und stärkten so noch konsequenter die inhaltlichen Schwerpunkte von *éducation21*.

## Pioniere und Botschafter

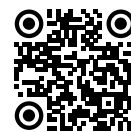
Eine Konstante im sich stetig wandelnden ventuno bildeten die Interviews auf den ersten Seiten, die sich mit wenigen Ausnahmen in allen Ausgaben finden. Expertinnen und Experten aus Wissenschaft, Wirtschaft, Politik und NGOs, aber auch Pioniere in ihrem Gebiet, Klimastreikende und Lehrerinnen und Lehrer kamen hier zu Wort. Von Bertrand Piccard über Milo Schefer und Saskia Rebsamen (Klimastreik), Prof. Dr. Rudolf Minsch (*economiesuisse*) und Laurent Gotschel (Direktor Schweizerische Friedensstiftung *swisspeace*) bis hin zum Schweizer Botschafter bei der UNO, Jürg Lauber, haben viele spannende Persönlichkeiten aus unterschiedlichen Ecken und Enden ein inhaltliches Highlight ermöglicht. Ihre Gedanken wie auch viele der Texte in den 37 ventuno-Ausgaben sind und bleiben interessante Lektüre. Der Dank ge-

bührt allen Mitwirkenden und unseren Leserinnen und Lesern.

## Und so geht es weiter

Das ventuno geht in dieser Form in Pension, sein Geist aber lebt weiter – nur anders. Wir schauen digital in die Zukunft und bereichern unseren Webauftritt mit neuen Formen an. In Interviews und Blogbeiträgen vertiefen wir punktuell und mit aktuellem Bezug Nachhaltigkeitsthemen. Über die neu aufgegleiste, enge Zusammenarbeit mit RSI ergänzen wir unseren Auftritt mit Video-Elementen. Wir verstärken unsere Präsenz in den sozialen Medien und bauen unsere Beiträge in Fachpublikationen sprachregional angepasst aus. Wer nichts verpassen möchte, abonniert unseren Newsletter *news21*. Auch er erfährt einen Relaunch und bleibt die relevante Quelle für alle an BNE interessierten. In diesem Sinne kein Abschied von spannend aufbereiteten BNE-Inhalten, sondern nur ein Abschied von der gedruckten Magazinform. Ciao ventuno.

BNE-Praxismagazin ventuno  
[education21.ch/de/ventuno](http://education21.ch/de/ventuno)



Newsletter abonnieren  
[education21.ch/newsletter](http://education21.ch/newsletter)



## Alle Ausgaben auf einen Blick

2013 Mobilität (01/13)  
Wasser (02/13)  
Kinderrechte (03/13)

2014 Landwirtschaft (01/14)  
Klima (02/14)  
Schulprojekte (03/14)

2015 Energie (01/15)  
Konsum (02/15)  
Demokratie (03/15)

2016 Tourismus (01/16)  
Migration (02/16)  
BNE-Grundlagen (03/16)

2017 Filme für BNE (01/17)  
Biodiversität (02/17)  
Wirtschaft (03/17)

2018 Solidarität (01/18)  
Kreativität (02/18)  
Wald (03/18)

2019 Spiele und BNE (01/19)  
SDGs in der Schule (02/19)  
Kinderrechte (03/19)  
Berufsbildung (04/19)

2020 Klima (01/20)  
Markt und Werte (02/20)  
Ernährung (03/20)

2021 Gender und Gleichstellung (01/21)  
Gesundheit / Bewegung / Natur (02/21)  
Demokratie (03/21)

2022 Boden (01/22)  
Kreislaufwirtschaft (02/22)  
Frieden (03/22)

2023 Arbeit im Wandel (01/23)  
Künstliche Intelligenz (02/23)  
Mein, dein – unser (03/23)

2024 Gemeinsam für morgen – SDGs (01/24)  
Tiere wie wir? (02/24)  
Wie geht es uns? (03/24)



Impulstagung, 30. November 2024, Pädagogische Hochschule Bern

## Wie geht es uns?

Klimawandel, Biodiversitätsverlust, Pandemien: Unser Wohlbefinden und dasjenige unseres Planeten sind untrennbar verbunden. Ob wir uns wohlfühlen, hängt von einem intakten sozialen und ökologischen Umfeld ab, das wir mit unserem Verhalten mitgestalten. Wir diskutieren, was das für die Schule bedeutet und wie wir ein gesundes, nachhaltiges Zusammenleben und Lernen fördern können. Erweitern Sie Ihr Wissen, teilen Sie Erfahrungen und lassen Sie sich inspirieren.

Mehr erfahren:

<https://www.schulnetz21.ch/treffen/impulstagungen>



**P.P.**  
CH-3011 Bern

Post CH AG