

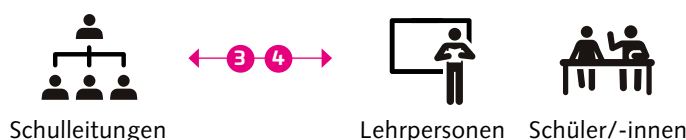
# Gesundheit stärkt Bildung\*

Kinder und Jugendliche verbringen während des Schuljahres einen grossen Teil des Tages in der Schule. Deshalb nimmt die Schule als Lernort und Lebensraum eine wichtige Rolle ein. Das vorliegende Argumentarium zeigt auf, dass die Gesundheit, das Wohlbefinden, die Leistungsmotivation und der Bildungserfolg der Schülerinnen und Schüler zusammenhängen mit Merkmalen des Unterrichts und des Schulklimas sowie mit der Gesundheit und dem Wohlbefinden von Lehrpersonen und Schulleitungen.



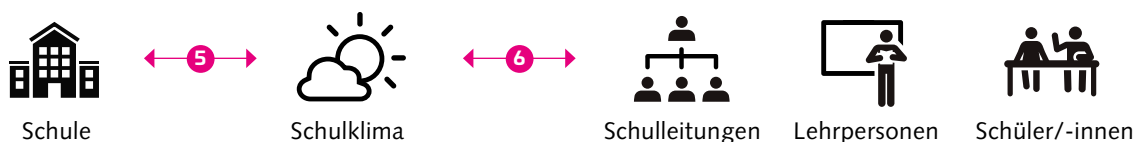
«Eine hohe Unterrichtsqualität setzt gesunde und leistungsfähige Lehrpersonen voraus.»

«Guter Unterricht fördert das Wohlbefinden, die Gesundheit sowie die Lernmotivation und den Bildungserfolg der Schüler/-innen.»



«Schulleitungen beeinflussen die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit der Lehrpersonen und Schüler/-innen durch ihr Führungsverhalten und Gesundheitsmanagement.»

«Gesunde und motivierte Schulleitungen können ihre Führungsaufgaben besser wahrnehmen.»



«Gesundheitsfördernde Schulen tragen zu einem guten Schulklima bei und wirken sich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden aller aus.»

«Ein positives Schulklima schafft eine günstige Lernumwelt und unterstützt die Gesundheit und das Wohlbefinden aller Beteiligten.»

\* Dies gilt auch umgekehrt: Bildung und Einkommen beeinflussen ihrerseits das gesundheitsbewusste Verhalten. Menschen mit einem tieferen Bildungsniveau und Einkommen haben ein mehrfach erhöhtes Risiko für nicht-übertragbare Krankheiten (Chancengleichheit und Gesundheit, Zahlen und Fakten für die Schweiz, Bundesamt für Gesundheit, Januar 2018). Im vorliegenden Dokument liegt der Fokus jedoch auf «Gesundheit stärkt Bildung».

---

**1**

**« Eine hohe Unterrichtsqualität setzt gesunde und leistungsfähige Lehrpersonen voraus.»**

---

Verschiedene Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen dem Wohlbefinden der Lehrperson und der Unterrichtsqualität. Emotionale Erschöpfung wirkt sich negativ auf die Unterrichtsqualität, auf die Schülerleistung, die Schulzufriedenheit und die von den Schülern/-innen wahrgenommene Unterstützung aus.<sup>1</sup>

Nehmen Schüler/-innen Unterstützung, Enthusiasmus und Engagement der Lehrpersonen wahr, wird die Lernfreude, der Bildungserfolg, das Wohlbefinden und die Gesundheit der Schüler/-innen gefördert.<sup>2</sup>

Ein gutes Klassenklima wird begünstigt, wenn Lehrpersonen Wärme, Vertrauen und Empathie ausstrahlen sowie über die Fähigkeit verfügen, positive soziale Beziehungen aufzubauen.<sup>3</sup>

Soziale Unterstützung, Verbundenheit, Vertrauen, Nähe und Sensibilität, Verstehen der eigenen Emotionen und derjenigen der Schüler/-innen sind Schlüsselfaktoren für die Qualität der Beziehung zwischen Lehrpersonen und Lernenden.<sup>4</sup>

Fühlen sich Lehrpersonen wohl und sind sie zufrieden mit dem allgemeinen Klima an der Schule, sind sie eher bereit, Schüler/-innen mit beeinträchtigter psychischer Gesundheit zu helfen.<sup>5</sup>

---

**2**

**« Guter Unterricht fördert das Wohlbefinden, die Gesundheit sowie die Lernmotivation und den Bildungserfolg der Schüler/-innen.»**

---

Klarheit des Unterrichts, ein angemessenes Unterrichtstempo und eine gute Beziehung zwischen der Lehrperson und Schüler/-innen wirken sich positiv auf das Wohlbefinden<sup>1</sup> und den Lernerfolg<sup>2</sup> aus.

Positive Emotionen im Klassenzimmer fördern die Lernfreude, den Bildungserfolg, das Wohlbefinden und die Gesundheit der Schüler/-innen.<sup>3</sup>

Eine hohe Unterrichtsqualität und eine Lernumgebung, die Mobbing und Überforderung der Schüler/-innen vorbeugt, wirken sich positiv auf die psychische Entwicklung von Schüler/-innen aus.<sup>4</sup>

Grundlage des Wohlbefindens in der Klasse ist ein positives Vertrauensklima, das entsteht, wenn Schüler/-innen den Unterricht mitgestalten können und Wohlwollen und Fürsorge der Lehrperson erfahren.<sup>5</sup>

Die Unterstützung durch die Lehrperson ist zentral für die Schulzufriedenheit und das Wohlbefinden der Schüler/-innen.<sup>6</sup>

---

**3**

**« Schulleitungen beeinflussen die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit der Lehrpersonen und Schüler/-innen durch ihr Führungsverhalten und Gesundheitsmanagement.»**

---

Der Führungsstil der Schulleitung beeinflusst die Arbeitszufriedenheit, das Commitment und das Wohlbefinden der Lehrpersonen.<sup>1</sup> Erste Studien weisen darauf hin, dass ein transformationales Führungsverhalten der Schulleitung (z.B. echte Partizipation, individuelle Unterstützung und Förderung der Mitarbeitenden, Kommunikation und Fairness, gemeinsame Ziele und Perspektiven) positiv mit der Gesundheit der Lehrpersonen im Zusammenhang steht.<sup>2</sup>

Schulleitungen können die Gesundheit aller an der Schule Beteiligten durch die Einführung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements positiv beeinflussen.

Die Gewissheit, dass der Leitung das Wohlbefinden und die Gesundheit der Angestellten wichtig ist, führt zu höherem Engagement.<sup>3</sup>

Gute Beziehungen sind für die Gesundheit, erfolgreiche Stressbewältigung und Leistungsbereitschaft der Lehrpersonen von grosser Bedeutung. Belastungen durch zu viel Arbeit und nicht gelingende, zwischenmenschliche Beziehungen auf Ebene Schüler/-innen, Lehrerkollegium und Schulleitung können durch die Erfahrung mangelnder Unterstützung im Kollegium und durch die Schulleitung verstärkt werden und zu Unzufriedenheit und Unwohlsein führen.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Rasclé & Bergugnat (2016); Klusmann, Richter & Ludtke (2016); Klusmann & Waschke (2018)

<sup>2</sup> Frenzel et al. (2009); Doudin, Meylan & Curchod-Ruedi (2013)

<sup>3</sup> Steffens & Höfer (2016)

<sup>4</sup> Obsuth et al. (2016); Curchod-Ruedi & Doudin (2015); Albanese & Gabola (2016); Gabola & Curchod-Ruedi (2017)

<sup>5</sup> Sisask et al. (2013)

---

<sup>1</sup> Hascher & Hagenauer (2011)

<sup>2</sup> Zierer (2014)

<sup>3</sup> Frenzel et al. (2009)

<sup>4</sup> Bilz & Melzer (2011); Zierer (2014)

<sup>5</sup> Fend & Sandmeier (2004)

<sup>6</sup> Hamre & Pianta (2010); Rasclé & Bergugnat (2016)

---

<sup>1</sup> Hundeloh (2012)

<sup>2</sup> Gerick (2014)

<sup>3</sup> Dollard & Bakker (2010)

<sup>4</sup> Leitz (2015); Doudin & Curchod-Ruedi (2009); Kyriacou (2001)

---

**4**

**« Gesunde und motivierte Schulleitungen können ihre Führungsaufgaben besser wahrnehmen.»**

---

Gesundheitsmanagement ist Führungsaufgabe. Die Schulleitung hat dabei eine wichtige Vorbildfunktion. Schulleitungen müssen zur eigenen Gesundheit Sorge tragen und Voraussetzungen schaffen, um bei der Erhaltung und Förderung der Gesundheit ihrer Mitarbeitenden aktiv mitzuwirken.<sup>1</sup>

Die Gesundheit der schulischen Führungskräfte beeinflusst ihr Führungsverhalten und das Gesundheitsmanagement.<sup>2</sup> Nur wenn Führungspersonen sich selbst gut führen, verfügen sie über die notwendigen Ressourcen und die Sensibilität, um Gesundheitsprobleme der Mitarbeitenden wahrzunehmen.<sup>3</sup>

Es gibt empirische Hinweise auf einen Zusammenhang zwischen dem Wohlbefinden als auch der emotionalen Erschöpfung von Schulleitern/-innen und Lehrpersonen: je wohler sich die Schulleitung fühlt, desto wohler fühlt sich das Kollegium – und umgekehrt.<sup>4</sup> Schulleitungen mit weniger Gesundheitsproblemen haben auch bessere Beziehungen zu den Eltern der Schüler/-innen.<sup>5</sup>

---

**5**

**« Gesundheitsfördernde Schulen tragen zu einem guten Schulklima bei und wirken sich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden aller aus.»**

---

Eine Organisationskultur, die auf gemeinsame Werte und Ziele baut und die Sinnhaftigkeit von Entwicklungsvorhaben sichtbar macht, wirkt sich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden aller aus.

Gesundheitsfördernde Schulen verankern Gesundheitsförderung und Prävention im Leitbild und Schulprogramm und setzen sie als Schulentwicklungsprozess um. In der Folge beobachten sie eine Sensibilisierung für Themen der Gesundheitsförderung, ein höheres Wohlbefinden von Schüler/-innen und Lehrpersonen und ein besseres Schulklima.<sup>1</sup>

Gesundheitsfördernde Schulen implementieren häufiger Präventionsprogramme. Diese können zur Förderung der psychischen Gesundheit aller Mitarbeitenden in Schulen, zur Motivation, Effizienz, Zufriedenheit beitragen und die Kompetenzwahrnehmung und den Optimismus fördern.<sup>2</sup>

---

**6**

**« Ein positives Schulklima schafft eine günstige Lernumwelt und unterstützt die Gesundheit und das Wohlbefinden aller Beteiligten.»**

---

Studien zeigen einen positiven Einfluss eines guten Schulklimas auf den Selbstwert, das Selbstkonzept und das Wohlbefinden der Schüler/-innen, auf den Substanzkonsum, auf Gewalt und Kriminalität, psychiatrische Probleme und Schulschwächen.<sup>1</sup>

Ein gutes Schulklima unterstützt das Gelingen von Prävention und Gesundheitsförderung.<sup>2</sup>

Lehrpersonen, die den Lernerfolg und das Wohlbefinden der Schüler/-innen bewusst unterstützen, fördern zudem die Fairness im Umgang miteinander und ein stimulierendes Klassenklima für Fragen der Schüler/-innen.<sup>3</sup>

Das Schulklima beeinflusst die Lernmotivation und den Schulerfolg. Ein positives Schulklima unterstützt kooperatives Lernen, Respekt und gegenseitiges Vertrauen und wirkt sich damit günstig auf die Lernumwelt aus.<sup>4</sup>

Es gibt Hinweise, dass ein gutes Schulklima den Einfluss des sozioökonomischen Hintergrunds der Schüler/-innen auf die Schülerleistung abschwächt.<sup>5</sup>

Zentrales Element eines guten Schulklimas ist die Qualität der Beziehung zwischen Lehrperson und Schüler/-innen.<sup>6</sup> Eine gute Beziehungsqualität begünstigt prosoziales Verhalten und unterstützt die Vorbildwirkung der Lehrperson.

---

<sup>1</sup> Baeriswyl, Dorsemagen & Krause (2013)

<sup>2</sup> Dadaczynski & Paulus (2011)

<sup>3</sup> Mattig (2014)

<sup>4</sup> Harazd, Gieske & Rolff (2009)

<sup>5</sup> Garon et al. (2006)

---

<sup>1</sup> Balthasar et al. (2007)

<sup>2</sup> Théoret & Leroux (2014)

---

<sup>1</sup> Satow (2002); Thapa et al. (2013)

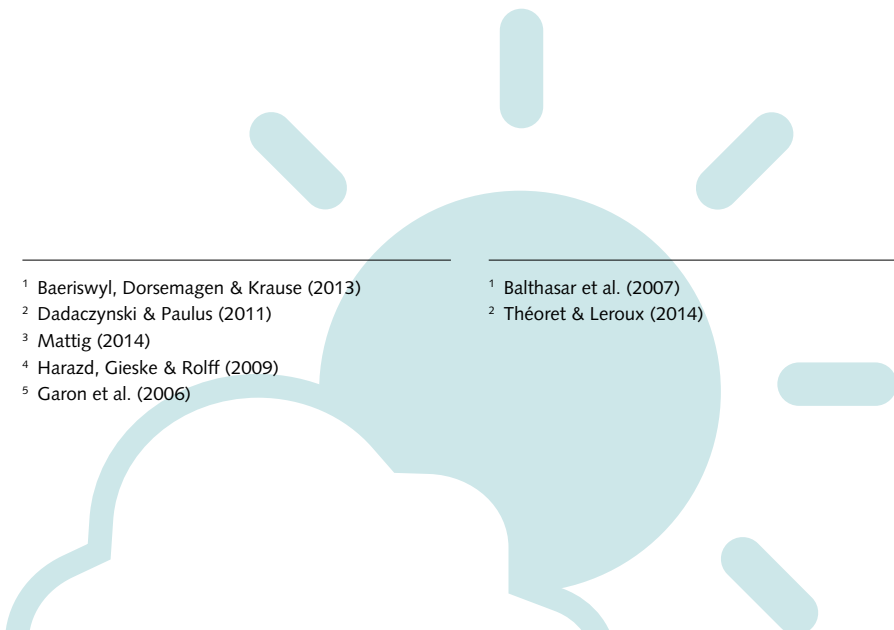
<sup>2</sup> Thapa et al. (2013)

<sup>3</sup> Suldo et al. (2009)

<sup>4</sup> Thapa et al. (2013)

<sup>5</sup> Astor, Benbenishty & Estrada (2009)

<sup>6</sup> Brühwiler, Helmke & Schrader (2017); Leitz (2015); Debarbieux & Jourdan (2011)



## Zusammenhänge in Kürze

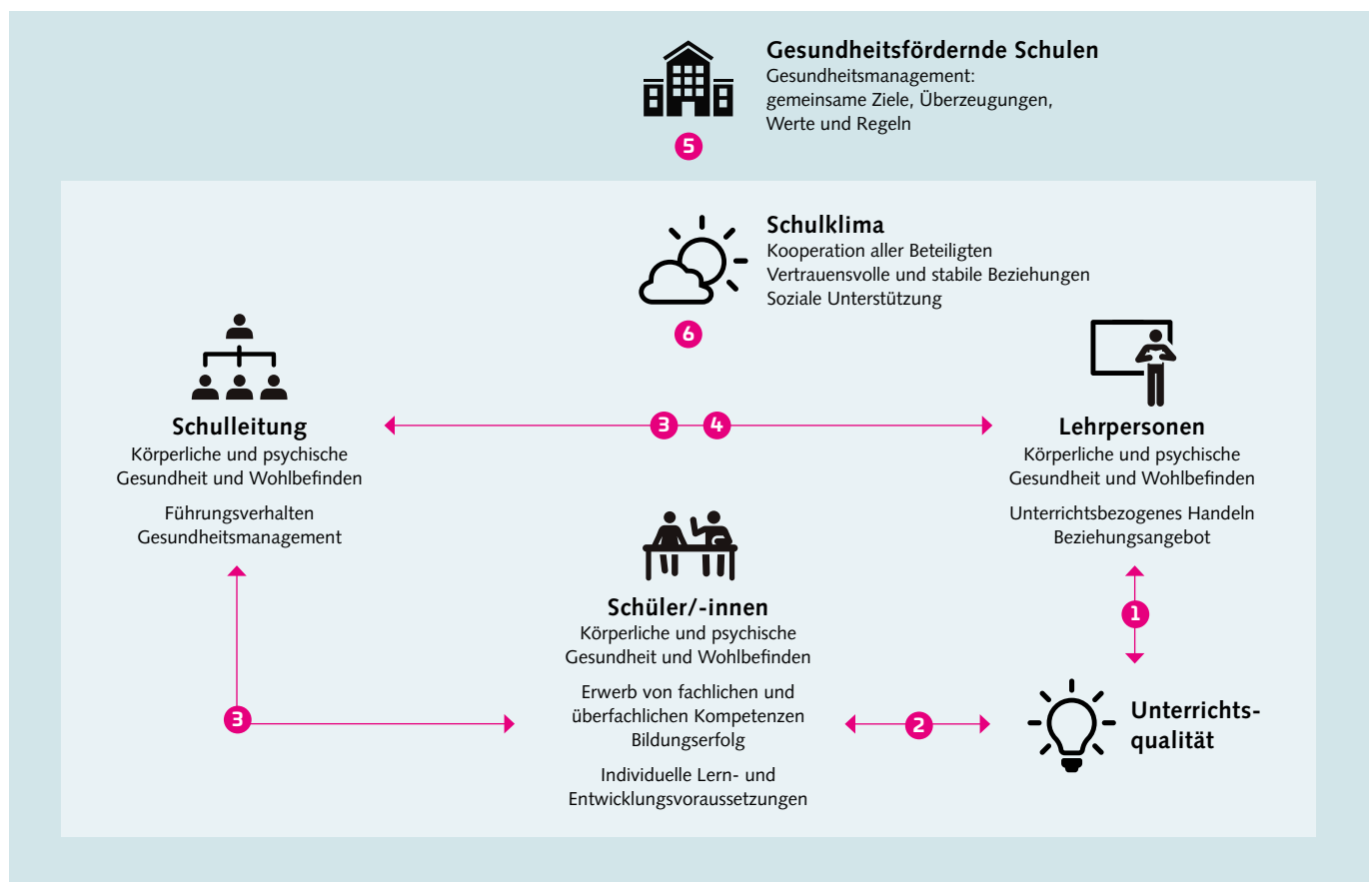
Kinder und Jugendliche bewältigen während der obligatorischen Schulzeit viele schulische und andere alltägliche Anforderungen. Damit sie körperlich und psychisch gesund bleiben, benötigen sie persönliche Ressourcen und Unterstützung durch ihr Umfeld in der Schule, zu Hause oder in Gleichaltrigengruppen. Sind Schülerinnen und Schüler belastet, dann ist auch ihre Leistungsfähigkeit blockiert. Schulversagen und Leistungsdefizite drücken auf das Selbstwertgefühl und beeinträchtigen das Wohlbefinden und die Gesundheit. Gesunde und engagierte Schulleitungen und Lehrpersonen gestalten das Schulleben und den Unterricht so,

dass Kinder und Jugendliche sich wohlfühlen und gute Lernfortschritte erzielen. Die Förderung der Gesundheit von Lehrpersonen und Schulleitungen stärkt die Schule in ihrer Kernaufgabe, der Bildung. Die nachstehende Grafik stellt die Wechselbeziehungen zwischen Schulleitungen, Lehrpersonen und Schülerinnen und Schüler in den Mittelpunkt. Es wird ersichtlich, dass die Gesundheit, das Wohlbefinden, die Leistungsmotivation und der Bildungserfolg der Schülerinnen und Schüler mit Merkmalen des Unterrichts, des Schulklimas sowie der Gesundheit und des Wohlbefindens der Lehrpersonen und Schulleitungen zusammenhängen.

## Kantone und Gemeinden schaffen die Voraussetzungen

Die Wechselbeziehungen werden durch das Umfeld und die Strukturen beeinflusst. Die Kantone und Gemeinden schaffen die Voraussetzungen für eine gesundheitsfördernde Arbeitsumwelt (z.B. Schulorganisation, personelle und finanzielle Ressourcen, Unter-

richtsräume, Lärm, Schulentwicklung). Darüber hinaus sind kulturelle Bedingungen sowie gesellschaftliche Erwartungen zu berücksichtigen. Unterstützende Eltern, Familien, Peers und Fachstellen sind weitere wichtige Rahmenbedingungen.



Hinweis: Die Nummern beziehen sich auf die Aussagen auf den Seiten 2 und 3.

### Herausgeber

© Juni 2018, Allianz BGF in Schulen

Verband Schulleiterinnen und Schulleiter Schweiz (VSLCH)/Conférence latine des chefs d'établissement de la scolarité obligatoire (CLACESO); Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (LCH)/Syndicat des enseignants romands (SER); RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung; weitere Allianzmitglieder ([www.radix.ch/bgf](http://www.radix.ch/bgf))

### Wissenschaftliche Grundlage

Achermann Fawcett, E., Keller, R. & Gabola, P. (2018). Die Bedeutung der Gesundheit von Schulleitenden und Lehrpersonen für die Gesundheit und den Bildungserfolg von Schülerinnen und Schülern. Zürich und Lausanne: Pädagogische Hochschule Zürich und Haute école pédagogique Vaud.

Download des Berichts sowie des vollständigen Literaturverzeichnisses unter [www.radix.ch/bgf](http://www.radix.ch/bgf)

### Auskünfte/Informationen

Geschäftsstelle Allianz BGF in Schulen  
c/o RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung  
Seidenhofstrasse 10, 6003 Luzern  
Tel. +41 41 211 05 06  
Info-lu@radix.ch  
[www.radix.ch/bgf](http://www.radix.ch/bgf)

Mit freundlicher Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz