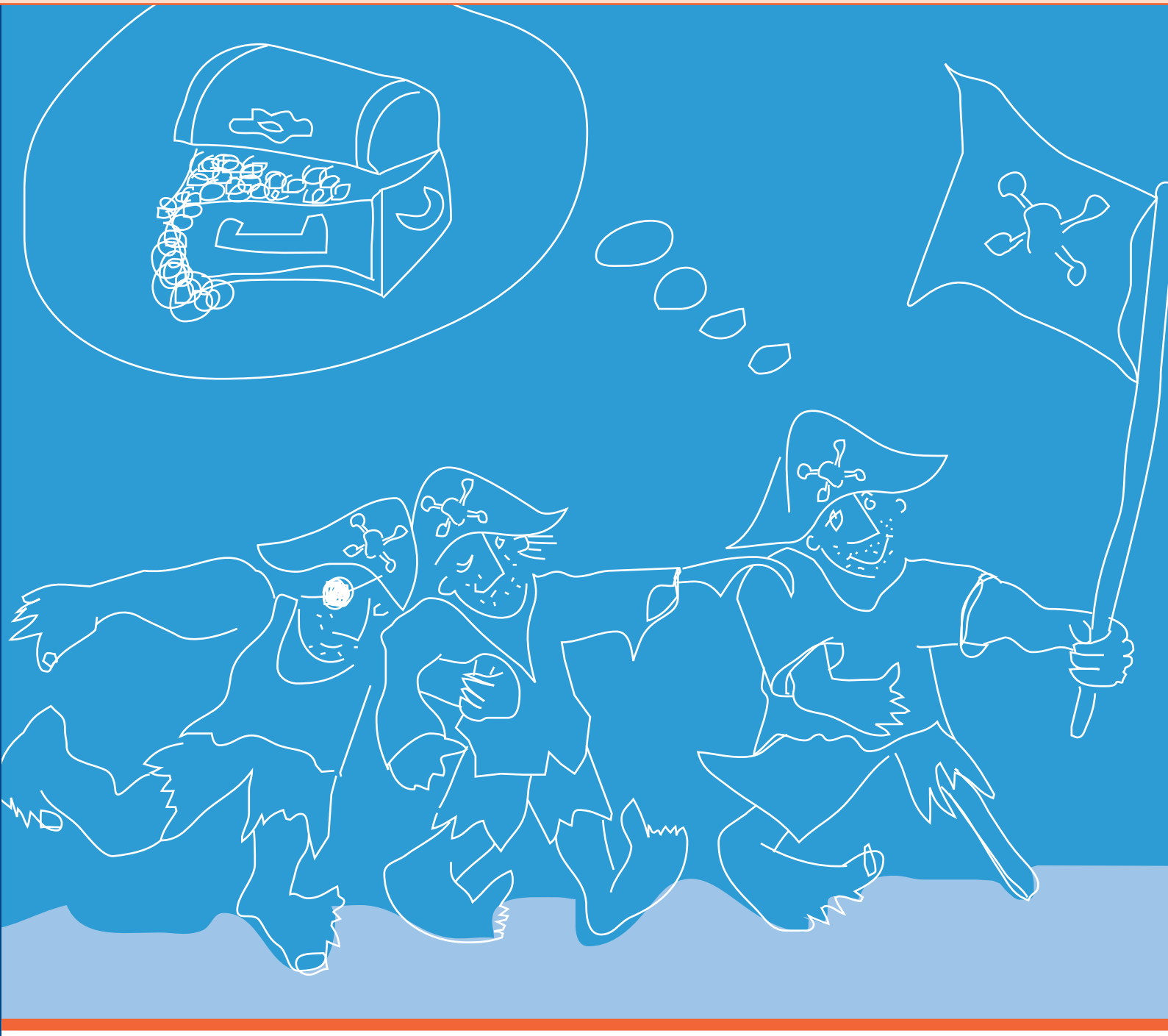
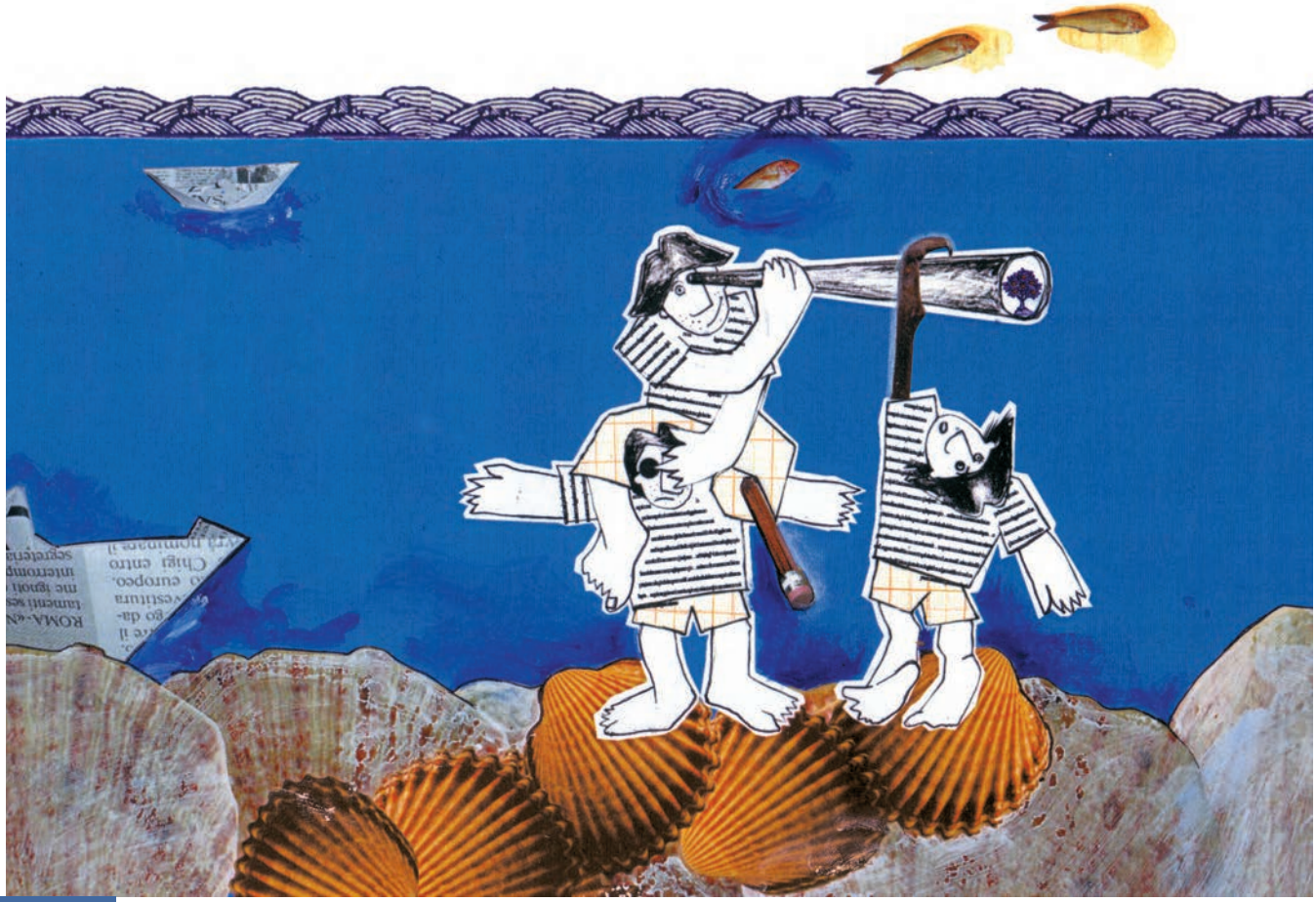
Die Schatzsuche

Ein Modul für eine gute gesunde Grundschule



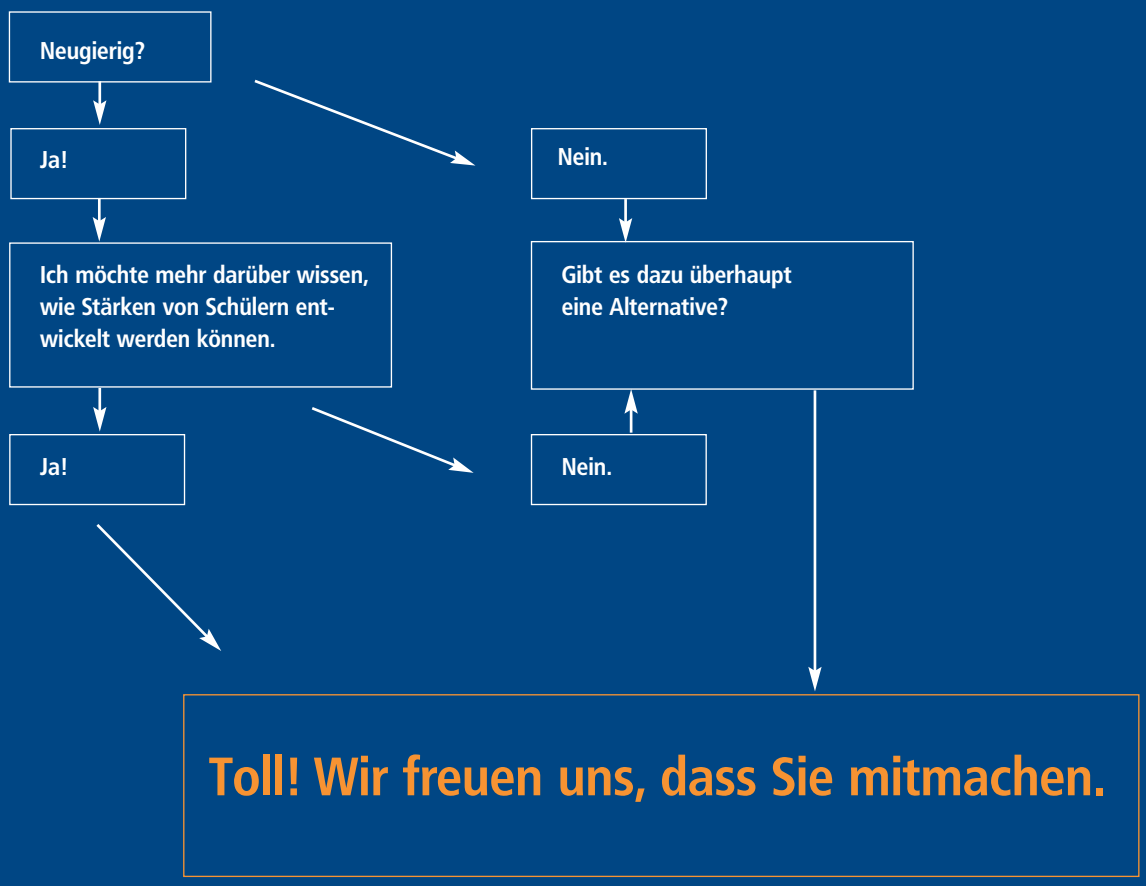
Verein Anschub.de
Programm für die gute gesunde Schule e.V.



Ein Schatzsucher ist eine Lehrkraft, die ...

- Stärken sieht und erhält
- Stärken entwickelt
- Freude an der Schule hat
- sich Herausforderungen stellt

Sind Sie Schatzsucher?



Mitglieder der Arbeitsgruppe (Stand 2006):

Hinnerk Frahm	*Leiter der Koordinationsstelle Schulische Suchtvorbeugung, Kiel*
Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich	*Institut für Sportwissenschaft, Universität Bayreuth, und Deutsche Vereinigung für Sportwissenschaft*
Ingeborg Holterhoff-Schulte	*Erziehungswissenschaftlerin, Referentin für Suchtprävention bei der Niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen, Hannover*
Ines Martens	*Universität Lüneburg, Forschungspraktikantin*
Rainer Siedelberg	*Leiter der Landeskoordinierungsstelle für Suchtvorbeugung Mecklenburg-Vorpommern, Schwerin*
Dr. Marco Franze	*Diplompsychologe, Zentrum für angewandte Gesundheitswissenschaften, Universität Lüneburg*
Hermann Schlömer	*Leiter des SuchtPräventionsZentrums des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung, Hamburg*
Jürgen Bosenius	*Referent für Schule, (ehem.) Deutsches Kinderhilfswerk, Berlin*

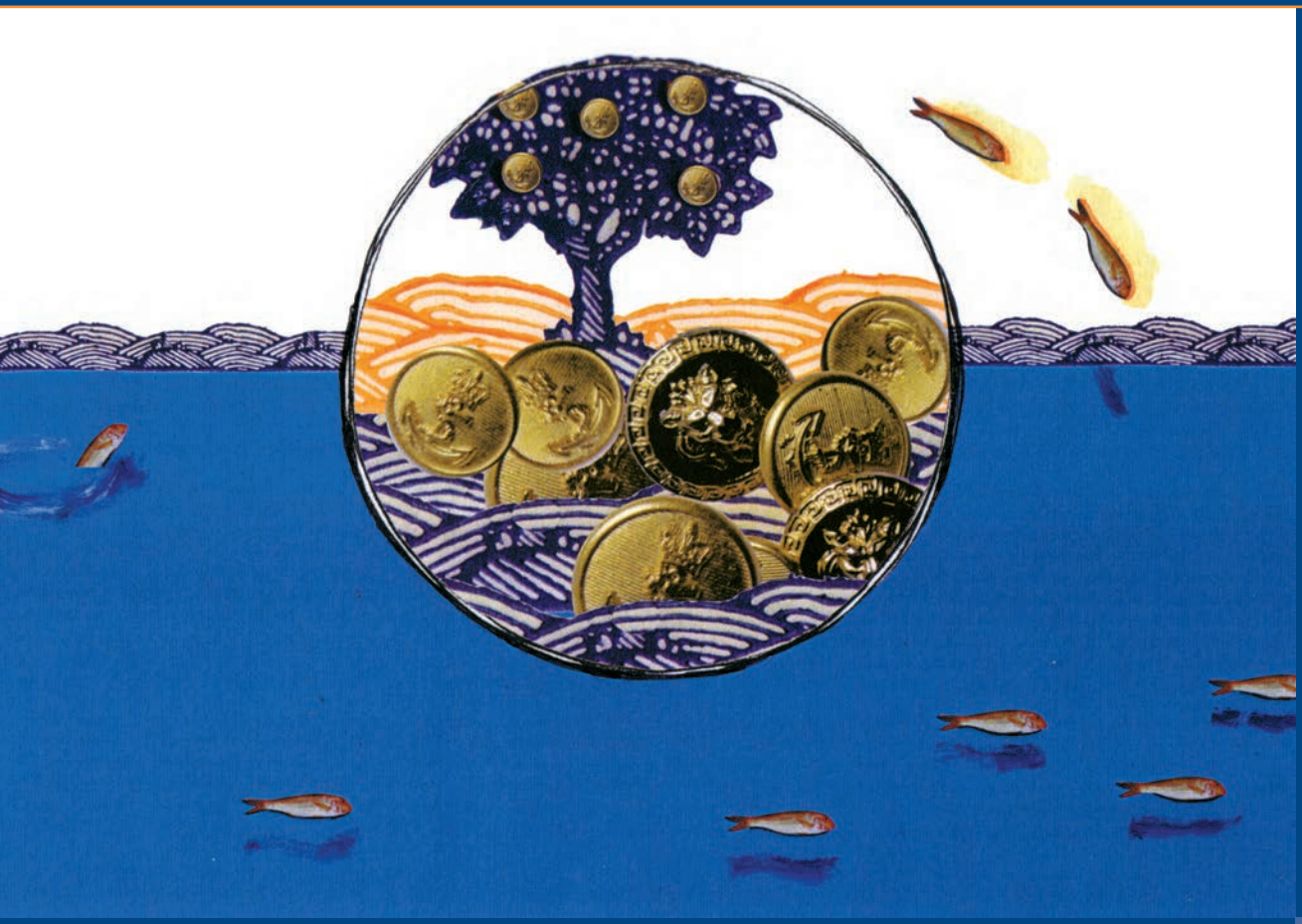
Redaktion	**Rüdiger Bockhorst** *Bertelsmann Stiftung, Gütersloh*

Die Schatzsuche

Ein Modul für eine gute gesunde Grundschule

Gliederung

6	**I. Teil:**	**Vorstellung des Moduls „Die Schatzsuche“**
7		1. Grundlagen und Ziele
10		2. Die Schatzsuche
14		3. Start der Schatzsuche – Was ist sonst noch zu bedenken?
17	**II. Teil:**	**Die Schatzsuche im Detail**
18		1. Information der Eltern
18		2. Befragung der Schüler – eine Analyse ihres Verhaltens
18		3. Eigenreflexion der Lehrkräfte
19		4. Erster Elternabend zur Einführung in die Schatzsuche
25		5. Vorbereitung der Schüler der Klassenstufen 1 bis 4 auf die Schatzsuche
27		6. Durchführung des Verzichts und der Schatzsuche
28		7. Abschlussbesprechung und gemeinsames Fest
29		8. Zweiter Elternabend
30		9. Selbstreflexion des Moduls „Wir Schatzsucher“
39		10. Entscheidung für weitere Schatzsuche
40	**III. Teil:**	**Anhang**
41		• Befindlichkeitsbögen für die Klassenstufen 3 und 4
42		• Wandplan
43		• Urkunde für die Schüler
44		• Einladung zum Elternabend
45		• Vertrag für die Eltern
46		• Befindlichkeitsbogen für die Eltern
46		• Anleitung zum Bau einer Schatzkiste
47		• Schatzkarte
48		• Gewohnheitsspiel für die Klassenstufen 3 und 4
49		• Interviewbogen für die Schüler
52		• Weiterführende Informationen – Hilfen – Ansprechpartner



I. Teil: Vorstellung des Moduls „Die Schatzsuche“

1. Grundlagen und Ziele

Für jede Schule ist es wichtig, dass sie ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag im Rahmen ihrer Schulentwicklung erfüllt. Um diese Ziele zu erreichen, ist die Entwicklung Ihrer Grundschule zu einer guten gesunden Schule eine wesentliche Grundlage. Denn wenn Sie Gesundheitsaspekte bei der Schulentwicklung mitberücksichtigen, wird der Prozess entscheidend gefördert. Das Modul „Die Schatzsuche“ soll Ihnen dabei helfen.

Lange wurde Gesundheit nur als Abwesenheit von Krankheit verstanden. Seitdem die Weltgesundheitsorganisation (WHO) „Wohlbefinden“ definiert hat, hat sich immer stärker eine Vorstellung von Gesundheit entwickelt, die sie positiv definiert. Entscheidend mit zu diesem Wandel hat in den letzten Jahren der israelisch-amerikanische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky (1923–1994) beigetragen. Er begann nach Stärken zu suchen, die es Menschen möglich machen, selbst unter ungünstigen Bedingungen gesund zu bleiben. Sein Blick richtete sich u.a. auf physische, psychische und psychosoziale Ressourcen (sog. „Kraftquellen“ oder „Ressourcen“). Zu den physischen Ressourcen zählen Fitness bzw. körperliche Leistungsfähigkeit, zu den psychosozialen Ressourcen Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz. Gut ausgebildete Gesundheitsressourcen ermöglichen es Kindern und Jugendlichen, Anforderungen mit einer hohen Leistungs- und Widerstandsfähigkeit zu begegnen und ihr Befinden positiv zu regulieren.

Siehe Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Forschung und Praxis d. Gesundheitsförderung, Band 6 „Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert“ http://www.bzga.de/infomaterialien/forschung-und-praxis-der-gesundheitsfoerderung/

Um pädagogische Anliegen durch gesundheitsfördernde Maßnahmen zu unterstützen, muss es darum gehen, diese Ressourcen zu stärken. Für Sie als Lehrkraft bedeutet dieses Verständnis von Gesundheit, mit den Kindern gemeinsam auf Schatzsuche zu gehen, – das heißt: Sie sollen sich nach Möglichkeit weniger an Schwächen, Problemen und Risiken orientieren, sondern die positiven Ressourcen gemeinsam entdecken und weiterentwickeln. Dies kann auch bedeuten, in den Schwächen, Fehlern oder Risiken, positive Aspekte zu entdecken („Lob des Fehlers“ bzw. „Krise als Chance“). Deshalb heißt unser Modul auch: „Die Schatzsuche“.

Solche Ressourcen können Sie und die Schüler* dazu befähigen, die Erwartungen, die mit ihren Rollen in der Schule verbunden sind (Lehren und Lernen), besser zu erfüllen.

Vergl. Raschke, P., Kalke, J. (2002), Lernen durch Vielfalt. Konzept und Wirkungen des suchtpräventiven Unterrichtsprogramms „Gläserne Schule“. Baltmannsweiler, Schneider Verlag Hohengehren

In die Schatzsuche fließen Erkenntnisse aus der Suchtprävention ein. In den erfolgreichen Programmen steht die Steigerung der Lebenskompetenzen im Mittelpunkt. Nur sie ermöglichen es Kindern, mit den Herausforderungen ihres täglichen Lebens angemessen umgehen zu können.

Konkret kann das bedeuten: Kinder zu stärken, an sich zu glauben und ein positives Bild von sich aufzubauen. Es kann bedeuten, den Umfang des täglichen Fernsehkonsums zugunsten der Stärkung einer Ressource etwa der körperlichen Fitness zu reduzieren. „Sport treiben statt Fernsehen“ könnte dann das Motto lauten. Wenn die Kinder zu viel naschen, sollen sie zunächst eine gewisse Zeit auf Süßigkeiten verzichten. Stattdessen können sie gesündere Nahrung zu sich nehmen. „Stärke durch Verzicht“, auch „initiierte Abstinenz“ genannt, ist als suchtpräventiver Aspekt deshalb hier integriert worden.

Mit diesen Anregungen wollen wir Sie unterstützen, die Stärken bzw. Ressourcen Ihrer Schüler auszubauen und wichtige Lebenskompetenzen zu entwickeln bzw. weiterzuentwickeln. Gleichzeitig wollen wir aber auch Problemverhaltensweisen „anschauen“ und sie durch gezielte Verknüpfung mit einer Schatzsuche abbauen. Diese Arbeit soll zu einem durchgängigen Unterrichtsprinzip werden.

Wird die Schatzsuche im Schulalltag zum durchgängigen Prinzip, kann sie Einfluss auf folgende Dimensionen und Merkmale der guten gesunden Schule nehmen:

* Diese Publikation verwendet vornehmlich die männliche Sprachform. Alle Personen- und Funktionsbezeichnungen gelten für beide Geschlechter.

Dimensionen und Merkmale der guten gesunden Schule

1. Bildungs- und Erziehungsauftrag	2. Lernen und Lehren	3. Führung und Management	4. Schulklima und Schulkultur	5. Zufriedenheit
1.1. Fach- und Sachkompetenz	2.1. Lern- und Lehrstrategien	3.1. Leitbild und Entwicklungs-vorstellungen	4.1. Schulklima	
1.2. Sozialkompetenz				
1.3. Lern- und Methodenkompetenz	2.2. Bewertung von Schülerleistungen			
1.4. Selbstkompetenz und Fähigkeit zum kreativen Denken				
1.5. Praktische Kompetenz				

Anhaltspunkte für die Realisierung der einzelnen Qualitätskriterien sind:

Zu 1.1. – Fach- und Sachkompetenz:

- Aneignung und Erweiterung von Kenntnissen/Wissen über persönliche Gesundheit und Gesundheitsgefahren
- Aneignung und Erweiterung eigener Ressourcen

Zu 1.2. – Sozialkompetenz

- Entwicklung der Fähigkeit, Rollen und Perspektiven übernehmen zu können; Empathie
- Entwicklung der Team- und Kooperationsfähigkeit
- Entwicklung von Solidarität, Toleranz, Hilfsbereitschaft
- Entwicklung von sozialer Verantwortung

Zu 1.3. – Lern- und Methodenkompetenz

- Übertragung der positiven Erfahrungen der Schatzsuche auf verschiedene Lernbereiche
- Entwicklung von individuellen gesundheitsförderlichen Lernstrategien
- Erhöhung der Bereitschaft zur Annahme von Herausforderungen im Lernprozess
- Verbesserung der Lernausdauer und Motivationsaufbau durch Erfolge bei der „Schatzsuche“

Zu 1.4. – Selbstkompetenz
- Entwicklung von Selbstwertgefühl
- Entwicklung von Selbstwirksamkeit
- Entwicklung eines verantwortungsvollen Umgangs mit der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer
- Entwicklung von Genussfähigkeit

Zu 1.5. – Praktische Kompetenz
- Entwicklung von Kreativität
- Ausprobieren und Erlernen neuer Verhaltensweisen

Zu 2.1. – Lern- und Lehrstrategien
- Lern- und Lehrmethoden werden durch diesen Ansatz bereichert

Zu 2.2. – Bewertung von Schülerleistungen
- Die Schatzsuche eröffnet neue Sichtweisen auf die Bewertung von Schülerleistungen

Zu 3.1. – Leitbild- und Entwicklungsvorstellungen
- Entwicklung einer neuen Schulidentität – „Schule der Schatzsuche“

Zu 4.1. – Schulklima
- Partnerschaftliches Miteinander von Lehrer-, Schüler- und Elternschaft
- Beteiligung von Eltern und Schülern an den relevanten Entscheidungsprozessen
- „Plätze für Alternativen“, etwa Spiel- und Sportecken schaffen

2. Die Schatzsuche

Vorüberlegungen

Gesundheitsschätze sind Ressourcen oder Potenziale von Menschen. Sie ermöglichen ihnen, sich auch unter belastenden Lebensbedingungen gesund zu entwickeln. Ein Gesundheitsschatz kann in der Stärke bestehen, die ein Mensch entwickelt, der gelernt hat, auf etwas zu verzichten.

Diese Potenziale spielen bei der Schatzsuche eine zentrale Rolle. Vor allem im Elternhaus und in der Schule können sie gezielt gestärkt und entwickelt werden.

Um in die Schatzsuche in der Schule einzusteigen, empfehlen wir folgende Strategie:

Starten Sie in der ersten Runde den Einstieg in die Schatzsuche zusammen mit den Eltern!
Gerade bei jüngeren Kindern sollten die Eltern in die Schatzsuche eingebunden werden. Sie können die Kinder in erheblichem Umfang unterstützen und durch Vorbildverhalten der Schatzsuche zu einem Erfolg verhelfen. Die Einbindung der Eltern ist aber auch wichtig, damit sie erkennen: „Unsere Schule verändert sich, und wir sind dabei."

Wenn die erste Runde der Schatzsuche erfolgreich mit den Eltern gelaufen ist, sollte sich die nächste Schatzsuche konkret auf die Schule beziehen.

Siehe Modul:
Prima Klima – Miteinander die gute gesunde Schule gestalten
Siehe Modul:
Bewegungsfreudige Schule

Starten Sie in die zweite Runde der Schatzsuche mit dem Lernen und Leben in der Schule!
Lehrkräfte suchen zusammen mit den Kindern nach Schätzen, die die Bedingungen des Lernens in der Schule betreffen. Dabei sind verschiedene Akzente denkbar:

- In unsere Schule kommt Bewegung! Ideen der Bewegten Schule wie bewegter Unterricht, Bewegungspausen im Unterricht oder bewegungsfreundliche Pausenhofgestaltung werden umgesetzt, um die Lernbedingungen kindgerecht und an ihrem Entwicklungsstand orientiert zu gestalten. Schatzsucher lernen unter Beachtung der Ziele der Klasse, für sich zu sorgen!

- Wir stärken die „Lebenskompetenzen"! Damit Kinder kompetent die Herausforderungen des Lebens meistern können, sollte die Schule sie darin unterstützen. Selbstvertrauen, Anstrengungsbereitschaft, Selbstdisziplin und Selbstwirksamkeit können solche Merkmale sein.

- Wir stärken unsere Leistungen und suchen unsere Schätze im Schulalltag! Häufig schauen die Lehrkräfte in der Schule nur auf Fehler. Bei den Schatzsuchern sollen aber die Ressourcen und Potenziale, die es zu „heben" gilt, im Vordergrund stehen. Sie sind auch in Fehlern der Kinder verborgen („Lob des Fehlers").

Die Schatzsuche kann ausgeweitet werden und als Perspektive mit in die Überlegungen zur Entwicklung eines Schulprogramms und -leitbildes einfließen. So kann sie zu einem Merkmal der Identität der Schule werden.

Start der Schatzsuche – konkrete Schritte von Anfang an
Im Folgenden werden die einzelnen Schritte beim Einstieg in die Schatzsuche beschrieben.

Erster Schritt der Schatzsuche: Verhaltensanalyse

Wenn Sie sich auf die Schatzsuche begeben, verschaffen Sie sich zunächst Klarheit über die Verhaltensweisen der Kinder in Ihrer Klasse: Was tun die Kinder etwa in ihrer Freizeit, und / oder welche Essgewohnheiten zeigen sie? Zu diesen Verhaltensweisen finden Sie im Anhang einen Fragebogen, den Sie mit Ihrer Klasse ausfüllen können. In dem Fragebogen geht es einerseits um Verhaltensweisen, die als problematisch gelten können, andererseits geht es um Gesundheitsressourcen. Wenn Sie die Befragung durchgeführt und ausgewertet haben, erhalten Sie ein Profil von risikohaftem und gesundheitsschützendem oder -stärkendem Verhalten der Kinder in Ihrer Klasse. Damit haben Sie einen ersten Schritt getan und konkrete Information eingeholt. Sie sind nicht mehr auf Vermutungen angewiesen. Jetzt kann gehandelt werden!

Zweiter Schritt der Schatzsuche: Verhaltensweisen zum Verzicht auswählen, Verhaltensweisen zur Stärkung bestimmen

Vergl. Raschke, P., Kalke, J. (2002), Lernen durch Vielfalt. Konzept und Wirkungen des suchtpräventiven Unterrichtsprogramms „Gläserne Schule". Baltmannsweiler, Schneider Verlag Hohengehren

Im zweiten Schritt geht es darum, auf Verhaltensweisen zu verzichten, die die Gesundheit beeinträchtigen können, und dafür gesundheitsförderliche Verhaltensweisen zu stärken. Dazu sollen die förderlichen und die beeinträchtigenden Verhaltensweisen gemeinsam herausgearbeitet werden.

Aus den Ergebnissen einer Untersuchung von Raschke und Kalke (2002) zur „Initiierten Abstinenz" in den Klassen der Jahrgänge 6 bis 8 ist bekannt, dass fast 100 Prozent der Raucher wissen: Rauchen ist gesundheitsschädlich. Dennoch rauchen sie. Offensichtlich helfen hier Informationen und Appelle nicht entscheidend weiter. Durch die Beachtung der mit diesem problematischen Verhalten verbundenen Gefühle und Erfahrungen kann das Verhalten überprüft und möglicherweise korrigiert werden.

Eltern und Lehrkräfte in den Grundschulen wissen, dass zu viel naschen und falsche Fernsehgewohnheiten der Entwicklung ihrer Kinder nicht förderlich sind. Trotzdem schleicht sich solches Verhalten ein und wird zur Gewohnheit.

Das gilt ebenso für die Gewohnheiten der Eltern und Lehrkräfte selbst: Kann man nicht auch abends einmal lesen oder spielen, statt fernzusehen? Ist der tägliche Kaffeekonsum übertrieben? Muss das regelmäßige abendliche Glas Bier oder Wein wirklich sein? Es gibt sicher noch eine Reihe weiterer Beispiele für Gewohnheiten, die sich im Laufe der Zeit einschleichen und die wir als Erwachsene nur selten hinterfragen.

Die Schatzsuche will eine Gelegenheit zur Überprüfung der Erfahrungen und der damit verbundenen Gefühle bieten und auf bessere Alternativen aufmerksam machen.

Die Teilnehmer an diesem Modul (Kinder, Lehrer/in, Eltern) entscheiden sich freiwillig, für einen Zeitraum von zwei Wochen auf etwas zu verzichten. Meistens kommen für den Verzicht in Frage: naschen, fernsehen, am PC spielen, mit dem Gameboy oder mit der Playstation spielen und eventuell sammeln (etwa Pokémon-Bilder). Eine Klasse kann sich auch auf einen Verzichtsgegenstand festlegen und sich darauf einigen, dass z.B. keiner fernsieht oder die gesamte Klasse nicht nascht. Die Eltern können sich diesem Verzicht anschließen oder etwas anderes aus dem Sucht- und Genussmittelbereich wählen.

Es ist natürlich auch möglich, den Verzicht einzuschränken. Das kann bedeuten, nur noch einen bestimmten Zeitumfang oder ausgewählte Sendungen im Fernsehen anzuschauen oder nur eine bestimmte Zeit am Tage mit dem Gameboy zu spielen oder bei besonderen Anlässen zu naschen oder nicht mehr automatisch fernzusehen, wenn einem langweilig ist.

Genau hier setzt unsere „Schatzsuche" ein. Unsere Schätze sind die alternativen Möglichkeiten, die unser Gesundheitspotenzial stärken, die wir kennen oder wieder „neu" entdecken und entwickeln müssen. Wenn ich nicht fernsehe, habe ich viel mehr Zeit zur Verfügung. Diese kann ich dann nutzen und draußen spielen (z.B. Stärkung meiner Bewegungsaktivitäten), lesen, malen (z.B. Stärkung meines Selbstkonzeptes), mich mit einem Freund oder einer Freundin treffen (z.B. Stärkung meines sozialen Netzwerkes) usw.

Dritter Schritt der Schatzsuche: Erfahrungen mit Verzicht und Stärkung

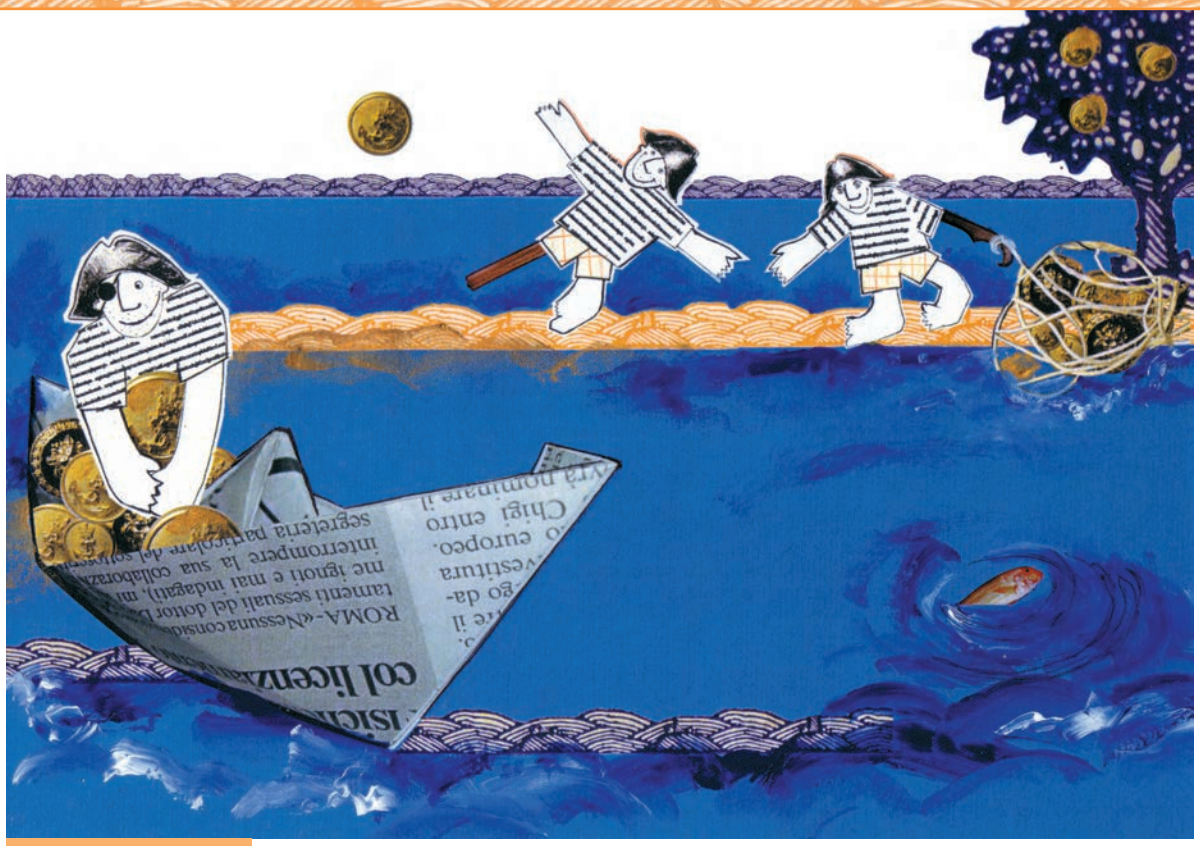
Während der Phase des Verzichts erfahren die Beteiligten dann, ob ihnen der Verzicht schwerfällt oder ob es ganz einfach ist, sich von einer Gewohnheit zu lösen und etwas Neues auszuprobieren oder bestimmtes Verhalten zu stärken. Manchmal kann man auch einen „Rückfall“ erleiden. Das ist nicht schlimm. Aber man weiß dann, dass es schwerfällt, sich von lieb gewordenen Gewohnheiten zu trennen.

> An dieser Stelle muss deutlich darauf hingewiesen werden, dass Gewohnheiten an sich sehr wichtig und wertvoll sind. Sie geben unserem Leben Halt, Struktur und Sicherheit. Aber wir verinnerlichen Gewohnheiten so, dass wir sie nicht mehr hinterfragen. Damit entziehen sie sich einer bewussten Kontrolle. Das erleichtert das Leben, wir sind aber auch oft nicht mehr in der Lage, die „guten“ von den „schlechten“ Gewohnheiten zu unterscheiden. Es geht deshalb auch um das Bewusstwerden problematischer Gewohnheiten und das Stärken und Üben und Stabilisieren gesundheitsförderlichen Verhaltens, sodass dieses dann zur Gewohnheit werden kann.

Die Erfahrungen mit Verzicht und Stärkung werden besprochen. Sie können dazu führen, dass die Beteiligten für die Zukunft mit ihren Gewohnheiten einen sensibleren Umgang pflegen. Alternative Verhaltensweisen, die sie während der Abstinenz ausprobiert haben – statt fernzusehen einen Freund zu besuchen, sich zu bewegen und Sport zu treiben oder ein Buch zu lesen, sind erste Ansätze, das gesundheitsförderliche Verhaltensrepertoire zu erweitern und die Lebenskompetenz der Kinder zu festigen.

Auch wenn die Initiative für die Schatzsuche von der Schule ausgeht, geht sie weit über ihren Rahmen hinaus. Denn die Teilnehmer werden durch die Schatzsuche mit ihrem Umfeld konfrontiert, z.B. mit dem Elternhaus, dem Verein, den Freunden und der Clique. Hier können sie Unterstützung erfahren. Es kann sogar sein, dass ihr Verhalten andere zum Mitmachen anregt oder zumindest zum Nachdenken. Es kann aber auch sein, dass ihnen Verständnislosigkeit entgegengebracht wird oder sie sogar aufgefordert werden, ihren Verzicht oder Teilverzicht zu unterbrechen. All die dadurch entstehenden Gespräche und Konflikte können zu weitreichenden Verhaltensänderungen beitragen.

Siehe Elternabende des Moduls Schatzsuche und vergl. Modul Prima Klima – Miteinander die gute gesunde Schule gestalten



3. Start der Schatzsuche – Was ist sonst noch zu bedenken?

Bevor Sie starten, gilt es noch Folgendes zu bedenken:

- Die Beteiligung der Eltern ist vorgesehen. Sie ist wesentlicher Bestandteil des Moduls.
- Jeder Teilnehmer verzichtet individuell auf eine (problematische) Gewohnheit und stärkt oder entwickelt eine neue (gesundheitsförderliche) Gewohnheit.
- Die Dauer der gezielten Erfahrung sollte zwei Wochen nicht überschreiten. Mit dieser Zeitspanne sind die besten Erfahrungen gemacht worden.
- Der günstigste Zeitpunkt für den Beginn ist der Wochenanfang.
- Sollten Klassen oder auch einzelne Schüler schwer zu motivieren sein, bietet sich die Möglichkeit des reduzierten Konsums an. Es kann ein Ziel sein, statt täglich drei Stunden nur noch eine Stunde vor dem Fernseher zu sitzen oder nur noch gezielt ausgesuchte Sendungen zu sehen. Solche Ziele sind für einige Schüler manchmal realistischer. Dennoch sollte man die Zielsetzung nicht von vornherein zu niedrig ansetzen.
- Es ist unbedingt notwendig, dass Sie als Klassenlehrer an dem Verzicht teilnehmen. Zum einen sind Sie Vorbild der Schüler, die sich dem gleichen „Wagnis“ aussetzen. Zum anderen können Sie einen solchen Weg nur sinnvoll begleiten, wenn Sie über ähnliche Erfahrungen verfügen wie die Schüler.
- Die Schatzsuche ist nicht nur flexibel im Hinblick auf die Strenge des Verzichtes, sondern auch im Hinblick auf die Begleitmaßnahmen.

- Wirken Sie darauf hin, dass die Schüler und Sie als Lehrkraft am Schluss ein Erfolgserlebnis haben. Das heißt, dass Sie darauf achten, dass die Schüler sich nicht zu viel vornehmen. Die Ziele müssen erreichbar sein!
- Die begleitenden pädagogischen Maßnahmen können vom einfachen „Drüber-Reden“ bis zu intensiven Auseinandersetzungen mit einzelnen Gewohnheiten oder Verhaltensweisen reichen.
- Die eingehende Beschäftigung mit den eigenen Gefühlen, Zweifeln, Stärken und Schwächen wertet das gesamte Modul auf und gibt ihm einen wichtigen Stellenwert im sozialen Gefüge der Klasse.
- Es kann hilfreich sein, sich fachliche Hilfe von außen (z.B. Erziehungsberatung, Suchtpräventionsstellen, Schulpsychologen, Kinderarzt) zu holen.

Die einzelnen Schritte der Schatzsuche im Überblick:

(1) Die Eltern werden über das Modul informiert, Sie als Lehrkraft und die Eltern motivieren die Schüler, treffen eine Entscheidung und sagen Ihre Teilnahme zu.

(2) Die Schüler werden durch Sie befragt.

(3) Sie sollten auf der Grundlage der Befragungsergebnisse qualifiziert werden, um das Modul in den Klassen mit den Schülern und Eltern durchführen zu können.

(4) An einem Elternabend werden die Eltern in das Modul eingeführt.

(5) Die Schüler bauen eine Schatzkiste.

(6) An einem Schulvormittag wird die Klasse in die Schatzsuche eingeführt, und die Schatzsuche wird vorbereitet. Dazu werden folgende Übungen durchgeführt, die in der Anlage ausführlich beschrieben sind:
- Die Gewohnheiten, auf die verzichtet werden soll, werden besprochen.
- Die Schatzkarten werden ausgefüllt.

(7) Die Schatzsuche beginnt. Über das Erfahrene und Erlebte findet ein ständiger Austausch statt (siehe Wandplan). Begleitmaßnahmen finden nach Absprache statt.

(8) Das Modul endet mit einer Abschlussbesprechung und einem gemeinsamen Fest.

(9) Der zweite Elternabend findet statt. Er dient der Auswertung der Erfahrungen beim Verzicht und der Schatzsuche von Eltern und Kindern. Es wird besprochen, wie die „Schätze“, die die Kinder gefunden haben, dauerhaft als Ressource gesichert werden können.

(10) Sie führen für sich oder mit den beteiligten Lehrkräften eine Reflexion durch.

Einige Hinwiese zur Durchführung:

Für die Elternabende

Auf einem Elternabend wird die Schatzsuche vorgestellt. Die Eltern werden gebeten, an der Schatzsuche teilzunehmen. Dabei sollte ihnen deutlich gemacht werden, dass sie Vorbilder sind, an denen ihre Kinder lernen. Die Kinder übernehmen oft unbewusst Verhalten und damit auch möglicherweise problematisches Gesundheitsverhalten der Eltern. Außerdem stellt es für die Kinder eine zusätzliche Schwierigkeit dar, wenn sie aufgefordert werden, auf etwas zu verzichten, die Eltern aber ungehemmt weiter konsumieren. Können sich die Eltern nicht für eine Teilnahme entscheiden, sollten sie zumindest ihre Kinder unterstützen und sie in ihrem Handeln ernst nehmen.

Nach der Durchführung des Moduls bietet es sich an, einen weiteren Elternabend durchzuführen, auf dem die gemachten Erfahrungen ausgewertet werden.

Es ist durchaus möglich, dass es außerdem eine Veranstaltung mit Lehrkräften, Eltern und Schülern gibt, auf dem das Modul gemeinsam ausgewertet wird. Gleichzeitig kann man dann das Treffen nutzen, um gemeinsam zu feiern und sich zu belohnen. Solche Feiern haben oft sehr positive Nebeneffekte. Man lernt sich in entspannter Atmosphäre besser kennen, kann neue Kontakte knüpfen oder schafft oft eine Vertrauensbasis.

Für Sie als Lehrkraft

Sie als Lehrkraft, die die Schatzsuche mit der Klasse durchführt, sollten einen Vormittag für die Hinführung und den Vertragsabschluss einplanen.

Im Folgenden werden Ihnen hier Methoden der Hinführung in den Klassen 1–4 vorgestellt. Sie können aber je nach Sachkenntnis, Fantasie und Engagement auch andere Methoden wählen, wenn sie zum gleichen Ziel führen.

Für die Schüler

Die Schüler entscheiden sich für einen oder zwei Verzichtsgegenstände und eine entsprechende Anzahl Verhaltensalternativen. Es ist ihnen freigestellt, wie sie den Verzicht und das Ausprobieren von alternativen Verhaltensweisen individuell dokumentieren wollen.

Klasse 1 und 2:

Die Kinder können eine Bildermappe anfertigen, in die sie täglich ihre Erfahrungen mit Verzicht und Alternativen malen. Sie können eine Kassette aufnehmen, auf die sie ihre Erfahrungen sprechen, oder sie dokumentieren mithilfe von „Smileys“ ihre Befindlichkeit.

Klasse 3 und 4:

Sie können ein Tagebuch führen, in das sie ihre Erlebnisse hineinschreiben. Diese Dokumente sind am Ende bei der Auswertung sehr hilfreich. Sie können auch den Befindlichkeitsbogen ausfüllen, der im Anhang vorgestellt wird.

II.Teil:
Die Schatzsuche im Detail

1. Information der Eltern

Die Eltern müssen informiert werden, dass die Schule an Anschub.de teilnimmt und dass die Klasse sich entschieden hat, auf dem Weg zu einer guten gesunden Schule eine Schatzsuche durchzuführen. Den Eltern muss verdeutlicht werden, dass gesunde, starke Kinder mit Belastungen besser umgehen und auf Anforderungen erfolgreicher reagieren können. Es kommt darauf an, diese Stärken bei den Kindern zu entdecken und zu fördern.

Siehe Modul:
Prima Klima – Miteinander die gute gesunde Schule gestalten

Mit der Schatzsuche wird bei den Eltern möglicherweise ein Umdenken im Umgang mit ihren Kindern initiiert. Aufgrund ihrer eigenen Sozialisation wird die Mehrzahl der Eltern eher „Fehlerfahnder“ als „Schatzsucher“ sein.

Damit die Schatzsuche erfolgreich wird, ist es wichtig, dass sich die Eltern mit auf Schatzsuche begeben. Denn dann kann die Schatzsuche sowohl in der Schule als auch zu Hause stattfinden und hat mehr Chancen auf nachhaltigen Erfolg. Bei dem gemeinsamen Start in dieses Thema dürfen zunächst alle Beteiligten gleichzeitig noch nach Fehlern fahnden und nach Schätzen suchen. Dies sollte den Start in den Prozess des Umdenkens erleichtern. Durch kurze Elternbriefe können Sie diese von den Eltern erwünschte Änderung in der Wahrnehmung noch zusätzlich begleiten.

2. Befragung der Schüler – eine Analyse ihres Verhaltens

Die Grundlage für die Durchführung der Schatzsuche sind Informationen über Konsumgewohnheiten und das Sozialverhalten der Kinder. Eine Umfrage gibt den Schülern und Ihnen Aufschluss über das Freizeitverhalten der Klasse und dient ebenfalls auf den Elternabenden als Diskussionsgrundlage.

Die Umfrage wird mithilfe eines Interviewbogens durchgeführt (siehe Anhang).

In der Klasse lesen Sie die Fragen laut vor, bitten dann die Schüler um Handzeichen und tragen die jeweilige Anzahl in den Fragebogen ein. Bei jeder in Klammern dargestellten Zahl wird eine Angabe benötigt. Bei Bedarf kann eine kurze Pause gemacht werden. Diese Befragung sollte nicht an einem Montag durchgeführt werden, denn es sollen Alltags-, nicht Wochenendgewohnheiten erfasst werden.

Die Ergebnisse der Befragung können von der Lehrkraft den Eltern auf verschiedene Weise dargestellt werden. Für die Visualisierung gibt es geeignete Computerprogramme. Es gibt natürlich auch die Möglichkeit, die Ergebnisse verbal oder in einer Wandzeitung darzustellen.

3. Eigenreflexion der Lehrkräfte

Wer mehr Bewegung in die Schule bringen will, sollte sein eigenes Bewegungsverhalten anschauen, wer über Konsum mit den Eltern reden will, sollte das eigene Konsumverhalten analysiert haben. Wer „Die Schatzsuche“ in seiner Schule einführen will, sollte deshalb bei sich selbst schon mal auf Schatzsuche gegangen sein! Veränderungen brauchen deshalb zunächst eine Reflexionsphase über das eigene Gesundheits- und Konsumverhalten. Folgende Anregungen und Fragen zeigen Ihnen, mit welchen Themen und Eigenbezügen Sie sich zunächst selbst auseinandersetzen sollten, bevor Sie sich auf Schatzsuche mit anderen begeben:

1. Denken Sie über das eigene Verhalten nach:

Wie gehe ich mit Belastungen um?
Wie entspanne ich mich? – Ist das langfristig gut für mich?
Wie sehen meine Ernährungsgewohnheiten aus? – Erhalten sie meine Gesundheit?
Wie gehe ich mit dem Konsum von… (z.B. Alkohol, Süßigkeiten, Tabak) um? – Stärkt mich das?
Wie bewegt ist mein Leben? – Fühle ich mich dabei wohl?
Wer bin ich? Ich bin…
(Haben Sie eher Stärken oder Schwächen benannt?)
Was kann ich? Ich kann ..... – Stärkt mich das?

Siehe Arbeitsblatt dazu im Anhang

2. Überprüfen Sie Ihre Rolle als Lehrkraft:
Welches Verhalten ist förderlich für die Schatzsuche, welches eher hinderlich?

3. Denken Sie über Ihre Grundhaltung nach! Sind Sie eher „Schatzsucher“ oder „Fehlerfahnder“?
Versuchen Sie bei Schülern, die Ihnen mit ihrem Verhalten „auf die Nerven gehen“, „Schätzen“ nachzuspüren!
Versuchen Sie bei Kollegen, die Sie als schwierig empfinden, „Schätzen“ nachzuspüren!
Versuchen Sie bei Eltern, mit denen Sie „nicht zurechtkommen“, „Schätzen“ nachzuspüren!
Versuchen Sie bei Menschen in Ihrem Umfeld, mit denen Sie „Probleme haben“, „Schätzen“ nachzuspüren!

4. Überlegen Sie, wie Sie und Ihre Kolleginnen und Kollegen bei Schülern
das Selbst- und Körperkonzept
die Selbstwirksamkeit
die Sozialkompetenz und die soziale Integration
die Widerstandskraft (Resilienz)
den Kohärenzsinn (das überdauernde Gefühl des Vertrauens auf ein gelingendes Leben)
und ...
stärken können!

5. Reden Sie mit Kollegen, die auch eine gute gesunde Schule realisieren wollen, über die „Schatzsuche“!

Siehe „Weiterführende Informationen“ im Anhang

Es ist auf jeden Fall vorteilhaft, vor Einstieg in die „Schatzsuche“ an einer themenspezifischen Fortbildung teilzunehmen. Hier können Sie u.a. die Grundtechniken der Gesprächsführung und Moderation erwerben, um Eltern und Kinder für eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Verhalten zu sensibilisieren und bei einer Verhaltensänderung wirksam zu begleiten.

4. Erster Elternabend zur Einführung in die Schatzsuche

Vgl. zur Moderation: Prima Klima – Miteinander die gute gesunde Schule gestalten

Der Elternabend gliedert sich in fünf Teile:

I. Was sind die Schätze der Kinder aus Sicht der Eltern, was sind die Schätze der Eltern?
II. Vorstellung der Schatzsuche
III. Vorstellung der Ergebnisse der Befragung
IV. Übung: Gründe – Wirkungen – Folgen
V. Liebe Gewohnheiten

Dauer des Elternabends etwa 2–3 Stunden.

I. Was sind die Schätze der Kinder aus Sicht der Eltern, was sind die Schätze der Eltern?

Zur Einstimmung wird eine Übung durchgeführt, bei der die Eltern ihr Kind der Gruppe vorstellen und dabei eine Stärke (einen Schatz) benennen, die ihr Kind ihrer Meinung nach hat – eine Stärke, die in der Schule nicht unbedingt sichtbar wird.

Dann werden die Eltern gebeten, auf eine Moderationskarte eine Stärke von sich (einen Schatz) aufzuschreiben und die Karte kommentarlos an die Tafel oder den Flip-Chart aufzuhängen.

II. Vorstellung der Schatzsuche

Sie als Lehrkraft und der/die Elternvertreter weisen auf die Grundidee von „Anschub.de“ hin. Dann wird die Schatzsuche vorgestellt. Dabei sollten folgende sich bietende Ziele und Möglichkeiten angesprochen werden:

1. Alle Beteiligten – Eltern, Kinder und Lehrkräfte – sollen die Möglichkeit erhalten, ihre Stärken zu erkennen, zu entwickeln oder neue zu entdecken.
2. Die Beteiligten können sich ihre Gewohnheiten bewusst machen, sie können sie hinterfragen und gegebenenfalls ändern.
3. Auf einem weiteren Elternabend können bei Bedarf die gemachten Erfahrungen und die gewonnenen Erkenntnisse ausgetauscht und besprochen werden.
4. Es geht um eine gemeinsame Arbeit zwischen Eltern und Schule.

III. Vorstellung der Ergebnisse der Befragung

Die Ergebnisse der Befragung werden den Eltern von Ihnen in geeigneter Weise vorgestellt. Das kann mithilfe ausgewählter Grafiken geschehen, die von Ihnen erstellt worden sind. Sie können die Eltern auch Vermutungen äußern lassen und dann die Ergebnisse präsentieren. Das erleichtert den Einstieg in die Diskussion. Die Ergebnisse werden dann besprochen, und es werden Wünsche und Anregungen der Eltern zum Umgang mit den Ergebnissen gesammelt. Sie und andere anwesende Lehrkräfte beteiligen sich ebenfalls mit ihren Ideen an der Diskussion.

Die Eltern werden nun gebeten, sich auf zwei Übungen einzulassen, die bei ihnen die Schatzsuche anbahnen soll.

Die Eltern bilden für die Übungen einen Stuhlkreis.

IV. Übung: **Gründe – Wirkungen – Folgen**

Ziele: Sensibilisierung für das Thema Sucht, Suchtentstehung und Suchtentwicklung. Auseinandersetzung mit den möglichen Ursachen einer Suchtentwicklung. Entwicklung von allgemein gültigen Kriterien für die Beschreibung des Suchtbegriffes.

Material: Karteikarten in den Farben Weiß, Grün und Rot. Wenigstens drei Eddings, Tesafilm und eine Wand- bzw. Stelltafel.

Bemerkungen: Es geht in dieser Übung darum, Gründe für einen möglichen Konsum von Sucht- und Genussmitteln bzw. bestimmte Verhaltensweisen wie etwa Fernsehen, Spielen oder Essen zu benennen. Die Eltern beschreiben die gewünschten Wirkungen und benennen die kurz-, mittel- und langfristigen Folgen.

Diese Übung eignet sich gut als Einstieg in das Thema Sucht und Suchtentwicklung. Es hat noch die nötige Distanz zur eigenen Person, aber schon die notwendige Nähe zur Problematik.

Vorbereitung:

Es werden drei Zettel mit Überschriften vorbereitet:
Gründe: weißer Zettel; erwünschte Wirkungen: grüner Zettel; unerwünschte Folgen: roter Zettel. Die Überschriften werden an einer Tafel befestigt. Platz zwischen zwei Überschriften 40–50 Zentimeter.

Weiter sollten drei Stapel Zettel, weiß, grün und rot (ca. 20 pro Farbe) vorhanden sein. Klebeband: Es dient später dazu, die ausgefüllten Zettel unter die Überschriften zu kleben.

Durchführung:

Drei Gruppen bilden sich mit dem Spiel „Gewohnheitssalat“:
Ein Elternteil wird gefragt, welche liebe Gewohnheit er/sie hat. Z.B.: fernsehen, lesen, naschen, rauchen, jeden Abend ein Glas Wein trinken usw. Der Elternteil nennt eine Gewohnheit. Dann wird der nächste Elternteil in der Reihe gefragt, dann der dritte. Jetzt haben drei Elternteile ihre Gewohnheiten benannt: Zum Beispiel: fernsehen, naschen oder Musik hören. Jetzt wird in dieser Reihenfolge durchgezählt, bis jeder Elternteil eine dieser drei Gewohnheiten zugeordnet ist. Die Lehrkraft steht in der Mitte, hat auch eine Gewohnheit zugeordnet bekommen, aber keinen Stuhl, auf den sie sich setzten kann. Nun ruft sie beispielsweise: „Fernsehen!“ Alle Eltern mit der Gewohnheit Fernsehen müssen sich einen neuen Platz suchen. Sie als Lehrkraft auch. Ein anderer Elternteil (hoffentlich) hat nun keinen Platz mehr. Er kann nun eine oder zwei andere Gewohnheiten aufrufen, und die entsprechenden Gruppen müssen sich neue Plätze suchen. Ruft die Person, die in der Mitte steht: „Gewohnheitssalat!“ müssen sich alle einen neuen Platz suchen. Wenn es am schönsten ist, beenden Sie das Spiel.

Jede Gruppe (in diesem Fall: naschen, fernsehen und Musik hören) bekommt nun einen Stapel Zettel und einen Edding. Dann erfolgt die Aufgabenstellung. Dabei bekommen beispielsweise die „Fernseher“ die weißen Zettel, die „Biertrinker“ die grünen Zettel und die „Nascher“ die roten Zettel.

Die Gruppe mit den weißen Zetteln:

Aufgabe:
Sie sollen sich jetzt Gedanken darüber machen, aus welchen Gründen Sie oder auch andere Personen Alkohol trinken, rauchen, fernsehen, am Computer spielen, im Internet surfen, kiffen, naschen usw.

Jeden Grund notieren Sie bitte auf einem Zettel. Sie müssen bei den Gründen nicht aufschreiben, für welches Tun es steht.

Es kommen dann Gründe wie Spaß haben, Neugierde, Langeweile, Kontakt erleichtern, Probleme, Lust, cool sein, Gruppendruck, Stress usw.

Sammeln Sie bitte so lange, bis Ihnen kein Grund mehr einfällt, dann versuchen Sie die Gründe zu ordnen. Die Kriterien für die Ordnung können Sie selbst festlegen.

Die Gruppe mit den grünen Zetteln:

Aufgabe:
Sie sollen überlegen und sich austauschen, welche Wirkungen es hat, wenn jemand Alkohol trinkt, raucht, fernsieht, am Computer spielt, im Internet surft, kifft, nascht usw. Sie schreiben dann jede Wirkung auf einen Zettel. Dabei müssen Sie nicht schreiben, bei welchem Genussmittel oder bei welcher Verhaltensweise es sich um welche Wirkung handelt. Wenn Ihnen keine Wirkung mehr einfällt, ordnen Sie Ihre Zettel. Die Kriterien für eine Ordnung legen Sie bitte selbst fest.

Die Gruppe mit den roten Zetteln:

Aufgabe:
Schreiben Sie bitte auf, welche kurz- mittel- und langfristigen Folgen es hat, wenn jemand ständig Alkohol trinkt, raucht, fernsieht, am Computer spielt, im Internet surft, kifft, nascht usw. Schreiben Sie bitte auf jeden Zettel nur eine Folge. Wenn Sie fertig sind, ordnen Sie die Folgen nach den o.a. Kriterien, kurz-, mittel- und langfristig.

Auswertung:
Wenn alle Gruppen ihre Aufgabe gelöst haben, stellen sie nacheinander ihre Ergebnisse dem Plenum vor. Das Plenum ergänzt gegebenenfalls.

So könnte das Tafelbild aussehen:

Gründe (weiß)	Wirkungen (grün)	Folgen (rot)
Neugierde	Entspannung	Kater, Übelkeit
Langeweile	gelöst sein	Gesundheitsschäden
Stress, Gruppendruck	high sein	Isolation, Einsamkeit
Probleme, Einsamkeit	Hemmschwelle sinkt	Tod, Probleme
cool sein, angeben	Kontaktaufnahme wird erleichtert	schlechte Haut
erwachsen wirken	betrunken sein	Lungenkrebs
feiern	abschalten	
	Probleme lösen	

Nun findet eine Diskussion über die Ergebnisse statt. Dabei könnten folgende Fragen den Verlauf leiten:

- Können Sie sich anhand der Ergebnisse einen zeitlichen Verlauf einer möglichen Suchtentwicklung vorstellen?
- Wie könnte ein solcher Verlauf aussehen?
- In welchem der drei Bereiche spielt sich zurzeit Ihr Leben ab?
- Welche Gründe spielen bei Ihnen eine Rolle?
- Welche Wirkungen wünschen Sie sich?
- Welche unangenehmen Folgen kennen Sie bei sich?
- In welchen Bereich wollen Sie nicht abrutschen und warum nicht?
- Mithilfe welcher „Mittel“ erreichen Sie erwünschte Zustände?
- Warum sind diese Farben für die Zettel gewählt worden?

Es gibt sicher weitere Fragen. Hier sind Ihrer Phantasie und Kreativität keine Grenzen gesetzt.

Kommentar
Bei dieser Übung wird sehr deutlich, dass wir, die Erwachsenen, in der Auseinandersetzung mit unseren Kindern häufig mit den Gründen aus dem „roten“ Bereich (Folgen) argumentieren bzw. abzuschrecken versuchen, die Kinder aber ihre Erfahrungen und Erlebnisse fast ausschließlich im „weißen“ (Gründe) und im „grünen“ (Wirkungen) Bereich gemacht haben oder machen.

In der Regel lassen sich alle Karten aus dem weißen Bereich (Gründe) und dem grünen Bereich (Wirkungen) sinnvoll verbinden. Was zusammenpasst, kann durch Zusammenstellung verdeutlicht werden.

- Stress – Entspannung
- Langeweile – Beschäftigung
- Neugierde – Befriedigung von Neugierde
- Gruppendruck – Zugehörigkeit
- Abschalten – high sein

Darüber hinaus wird deutlich, dass Vieles, das wir bei den Gründen finden, wie z.B. Einsamkeit oder Probleme, sich bei den Folgen wiederfinden lässt. Damit schließt sich der Kreis, und es kann deutlich gemacht werden, dass Suchtmittelkonsum keine Lösung für Probleme darstellt. Sehr wohl ist aber das Lösen von Problemen mithilfe von Sucht- oder Genussmitteln oder angenehmen Verhaltensweisen zuerst einmal eine Form der Lebensbewältigung oder Selbstmedikation. Deutlich wird außerdem, dass fast immer die Entwicklung mit Neugierverhalten beginnt und positive Erfahrungen gemacht werden, bevor die Mittel bewusst eingesetzt werden, um negative Gefühle wie Einsamkeit oder Probleme zu kompensieren. Es muss bei der Auswertung aber immer klar gemacht werden, dass eine Suchtentwicklung nicht zwangsläufig ist. Sie ist dann möglich, wenn bestimmte Gefahrensignale übersehen werden. Diese Signale kann man aus den Ergebnissen herausarbeiten und unter der Frage festhalten:

Was kann uns möglicherweise vor einer Suchtkarriere schützen? Ein möglicher „Schutz“ kann ein regelmäßiges Überprüfen der Gewohnheiten sein. Wie das geschehen kann, soll die Übung „Liebe Gewohnheiten“ (siehe unten) deutlich machen.

Abschließend können Sie noch besprechen, ob und welche Faktoren in den Ergebnissen sichtbar werden, mit denen Sucht definiert werden kann.

Nach wissenschaftlich verbürgten Erkenntnissen kann Sucht vorliegen, wenn bei einem Menschen im Zusammenhang mit dem Konsum bestimmter Substanzen oder dem Ausüben bestimmter Verhaltensweisen

- Zwang
- Leid
- Dosissteigerung
- Entzugserscheinungen
- Kontrollverlust
- dass das Suchtmittel zum Lebensmittelpunkt geworden ist

zu beobachten sind. Dies sind nur Anhaltspunkte und keine Diagnosen einer Sucht.

V. Übung: Liebe Gewohnheiten

Ziel: Auseinandersetzung mit den eigenen Konsumgewohnheiten

Material: Tablett mit Gegenständen, die Assoziationen zu Sucht- und Genussmitteln und ausweichenden und süchtigen Verhaltensweisen ermöglichen.
Bonbons, Schokolade, CDs, Musikkassetten, Videokassetten, Computerspiele, Zigarettenschachteln, Bierdosen, Fernbedienungen für den Fernseher, Kartenspiele, Ball, Turnschuhe, Tablettenschachteln, Werkzeuge, Buch, Schminke, Flachmann, Kaffeedose, Teebeutel, Putzmittel, Haschischpfeife, Chips, Spielzeugauto usw.

Überblick

Einstieg:
Über die Symbole für bestimmte Gewohnheiten.

Aktivitäten:
Auseinandersetzung mit den eigenen Gewohnheiten und Gespräch mit den anderen Eltern darüber.

Abschluss:
Abmachung, worauf ich für den Zeitraum bis zum nächsten Elternabend verzichten bzw. was ich einschränken möchte.

Aufgabe:
Verzicht bzw. Einschränkung üben.

Ablauf

Einstieg
Auf einem Tablett wird ein Sortiment zusammengestellt (siehe oben), das für Männer und Frauen unterschiedlich sein kann (z.B. Putzmittel mehr bei Frauen und Computer mehr bei Männern):

Ein großes Plakat mit der Aufschrift „Liebe Gewohnheiten“ wird in der Mitte des Raumes auf den Fußboden gelegt. Die Eltern setzen sich im Stuhlkreis um das Plakat herum.

Aktivitäten
„Wir wollen uns jetzt mit unseren lieben Gewohnheiten beschäftigen. Wenn Sie sich die Gegenstände anschauen, merken Sie sicher, dass Sie mit einigen eine liebe Gewohnheit verbindet. Ich möchte mit Ihnen jetzt über diese lieben Gewohnheiten reden.

Wir gehen der Reihe nach vor. Jeder sucht sich die Gegenstände aus, mit denen ihn liebe Gewohnheiten verbinden. Es können auch Gewohnheiten sein, die uns auch schon hin und wieder stören; die uns eventuell gar nicht mehr so „lieb“ sind.“

Ein Elternteil nimmt seinen/ihren Gegenstand oder seine/ihre Gegenstände und legt sie in die Mitte. Dann berichtet er/sie über diese Gewohnheit. Andere Eltern können Fragen stellen. Wenn der Elternteil fertig ist und keine Fragen mehr offen sind, räumt er/sie seine/ihre Gegenstände ab, und der nächste Vater oder die nächste Mutter sucht seine/ihre Gewohnheiten aus.

Auswertung:
Im Verlauf des Auswertungsgespräches sollte über die Grenzen gesprochen werden zwischen ausweichendem Verhalten, Gewöhnung und Sucht. Dabei ist darauf zu achten, dass Sie als Lehrkraft sich an der Übung beteiligen und auch über Ihre Gewohnheiten sprechen.

Die weitere Auswertung erfolgt in Kleingruppen. Es finden sich dann diejenigen zusammen, die die gleichen oder ähnlichen Gewohnheiten vorgestellt haben. Durch die Arbeit in der Gruppe können Ähnlichkeiten und Unterschiede festgestellt und besprochen werden.

Dann legt jeder Elternteil fest, auf welche Konsumgewohnheit oder Verhaltensweise er/sie für den festgesetzten Zeitraum verzichten möchte oder welche Gewohnheit oder Verhaltensweise wie reduziert werden soll.

Nun schreibt jede Gruppe auf einen Zettel, welche Gewohnheit sie bearbeitet und welche Alternativen zu den jeweiligen Verhaltensweisen und Gewohnheiten sie überlegt hat. Die Zettel werden an eine Pinnwand geheftet oder an die Tafel geklebt. Im Plenum werden dann die am Anfang benannten Stärken der Eltern zusätzlich an die Pinnwand geheftet. Über die Vorschläge erfolgt keine Diskussion. Die Vorschläge sollten möglichst konstruktiv und lösungsorientiert sein bzw. neue Möglichkeiten der Freizeit- oder Feierabendgestaltung eröffnen. Wenn keine Einfälle mehr kommen, darf sich jeder Elternteil einen Zettel holen, auf dem eine Verhaltensweise steht, die er/sie gerne einmal ausprobieren möchte. Wenn zwei den gleichen Zettel nehmen wollen, wird ein zweiter Zettel ausgefüllt.

Beispiele:

ein Buch lesen	statt	am Computer spielen
joggen	statt	rauchen
Musik machen	statt	Musik hören
einen Freund besuchen	statt	Videos gucken
Mineralwasser	statt	Alkohol

Es sollte aber nicht allein bei der Überlegung bleiben, was Eltern initiieren können, sondern auch, wer ihnen helfen kann, neue Verhaltensweisen auszuprobieren. Von großem Interesse sind außerdem die Fragen, „Wie überwinde ich meine eigenen Widerstände, wenn ich in Gewohnheiten abzurutschen drohe, weil es ja viel ‚einfacher' ist, als sich mit neuen Verhaltensweisen zu beschäftigen?", „Wie verhalte ich mich in Verführungssituationen?" Vielleicht hilft es Eltern, wenn sie sich einen Satz zurechtlegen, den sie in solchen Situationen anwenden können, wie etwa: „Nein, heute möchte ich nicht naschen. Ich probiere etwas Neues aus."

Zur Unterstützung siehe Liste im Anhang

Zum Schluss dieses Elternabends wird auf den nächsten Elternabend hingewiesen.

Nun können die Eltern Verträge zur Selbstverpflichtung ausfüllen und unterschreiben.
In den Befindlichkeitsbogen können die Eltern und Sie als Lehrkraft ihre Gefühle und Erfolge im Verlauf des Projektes eintragen. Die Ergebnisse dienen dann als eine Grundlage für die Auswertung am zweiten Elternabend.

Der Befindlichkeitsbogen und der Vertrag befinden sich im Anhang

Siehe Vorlage für Vertrag im Anhang

5. Vorbereitung der Schüler der Klassenstufen 1 bis 4 auf die Schatzsuche

Am Tage der Einführung sollte die Pausengestaltung individuell erfolgen, denn die einzelnen Elemente der Vorbereitung auf die Schatzsuche können in der Zeit sehr variieren.

Dieser Modul sollte in der ersten Klasse möglichst im zweiten Halbjahr durchgeführt werden, weil die Klasse und die Eltern sich dann erfahrungsgemäß schon besser kennen, sodass die Aussichten auf ein erfolgreiches Projekt wesentlich größer sind.

Vgl. Materialien des aid-infodienstes (siehe Anschub website)

Gemeinsames Frühstück

Ein gemeinsames Frühstück als Einstieg in den Tag hat mehrere positive Aspekte:

- Frühstücken ist ein Gemeinschaftserlebnis.
- Die Lehrkraft erfährt eine Menge über die Kinder.
- Gemeinsames Frühstücken ist eine gute Gelegenheit, etwas über den Umgang miteinander zu lernen.
- Und es ist für alle ein Genuss.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, ein Frühstück zu organisieren. Man kann es als Frühstücksbüfett vorbereiten. Dazu bringen alle Kinder bestimmte Lebensmittel mit, die dann aufgebaut werden. Die Sitzordnung kann während des Frühstücks frei gewählt werden. Man kann auch ein traditionelles Frühstück machen. Jeder bringt etwas für sich selbst mit. Tauschen oder Abgeben geschieht freiwillig. Es ist auch möglich, das Frühstück unter ein Thema zu stellen: Müslifrühstück, Marmeladenfrühstück, Wurst- und Käsefrühstück, Schwarzbrotfrühstück usw. Das gibt allen die Möglichkeit, einmal wieder etwas Neues auszuprobieren.

Wichtig ist immer, dass alle eine Aufgabe bei der Gestaltung des Frühstücks übernehmen. Außerdem gilt, je schöner der Rahmen – Servietten, Kerzen usw. –, desto mehr haben alle etwas davon.

Gespräch über Gewohnheiten und Stärken

Die Klasse setzt sich in einen Stuhlkreis. So können sie sich alle sehen. Sie erinnern die Kinder an die Befragung und sprechen mit ihnen über die Ergebnisse. Dies kann auch über ein Spiel bzw. ein Übung geschehen.

Nun wird den Kindern Gelegenheit gegeben, über die eigenen Gewohnheiten ausführlicher zu erzählen. Hier soll deutlich werden, welche Gewohnheiten sie haben. Die Kinder sollen benennen, welche angenehmen Gewohnheiten sie haben, bei denen sie sich wohlfühlen, etwa mit den Freunden spielen, Sport treiben u.a.m. Anschließend sollen die Kinder aber auch erzählen, welche Gewohnheiten sie selbst manchmal als störend empfinden oder bei denen sie sich eigentlich nicht so richtig wohlfühlen, etwa immer fernsehen, um Langeweile zu vertreiben. Es wäre schön, wenn jedes Kind zu Wort kommt und etwas benennt. Ob das möglich ist, hängt aber immer auch von der Klassengröße, dem sozialen Verhalten der Kinder und mit der Frage zusammen, ob und wie oft solche Gesprächsrunden in der Klasse schon geübt worden sind.

Stärken in der Schatzkiste

Die Kinder sollen nun noch einmal aufzählen, was sie an „guten Gewohnheiten“, was sie an Stärken haben. Sie benennen also, was sie sehr gut können, worin sie klasse sind und was ihnen richtig guttut. Jedes Kind malt dann eine (besondere) Stärke auf ein Kärtchen. In einer der vorigen Stunden haben die Kinder eine Schatzkiste (siehe Anhang) gebaut. Nun packt jedes Kind seine Stärkekarte in die Schatzkiste. Außerdem sollten die Kinder zu jedem Kind überlegen, was kann dieses Kind besonders gut (Klasse 1). In den Klassen 2–4 schreibt jedes Kind für jeden Mitschüler eine Stärkekarte. Auch diese „von außen“ gesehene Stärke wird aufgemalt und kommt noch mit in die Schatzkiste. Sie als Lehrkraft haben ebenfalls eine Schatzkiste, in der Sie Ihre eigene Stärke und auch eine von den Kindern benannte Stärke legen.

Sie haben auf einen vorbereiteten Wandplan (siehe Anhang) alle Namen der Kinder notiert. Sie schreiben oder malen nun zu jedem Kind die zwei Stärken auf, die sich auch in der Schatzkiste befinden.

Die Lehrerin hat eine Schatzkiste, in der ein Spiegel auf dem Boden befestigt ist. Sie sagt den Kindern: „Wenn ihr in diese Schatzkiste seht, erblickt ihr einen Schatz!“ Sie lässt die Kinder hineinschauen. Sie sehen sich selbst und begreifen (hoffentlich), dass sie der Schatz sind.

Die Schatzkarte
Anschließend bekommt jedes Kind eine Schatzkarte (siehe Anhang). Auf der Schatzkarte wird festgehalten, auf welche Gewohnheit das Kind 14 Tage verzichten will und welcher „Schatz“, welche „Stärke“ stattdessen in den nächsten 14 Tagen ausprobiert werden soll.

6. Durchführung des Verzichts und der Schatzsuche

Nun beginnt der Verzicht und die Erprobung der Stärken. Dabei bietet die Wandzeitung eine Möglichkeit der Begleitung und Auseinandersetzung (siehe Anhang). Sie stellt den öffentlichen Teil des Moduls dar und soll den Zweck verfolgen, sich täglich mit dem Fortgang auseinanderzusetzen. Erfahrungen haben gezeigt, dass das Führen der Wandzeitung das Gemeinschaftserlebnis entscheidend fördert.

Die Wandzeitung besteht aus einem großen Stück Papier. Es wird eine Tabelle aufgetragen. In der Senkrechten sind alle Namen der Schüler, die Ziele und Stärken eingetragen. In der Waagerechten sind die Tage dargestellt. Jeden Morgen wird nun nachgefragt, wie es am Vortage gelaufen ist. Nach einer kurzen Rückmeldung wird für das Einhalten des Verzichtes ein Smiley eingetragen. Bei Rückfällen erhält es heruntergezogene Mundwinkel, bei fast eingehaltenem Verzicht einen geraden Mund. Jeder Teilnehmer entscheidet, was er bei sich einträgt. Die tägliche Besprechung und das Führen dieser Wandzeitung stärken das Gemeinschaftsgefühl, sie helfen bei Schwierigkeiten („den anderen geht es genauso“) und geben notwendige Gesprächsanlässe. Außerdem unterstreicht das Eintragen in die Wandzeitung die Ernsthaftigkeit und Bedeutung des gesamten Projektes. Es erleichtert außerdem die Bereitschaft, über sich und seine Gefühle zu reden.

Die Schatzkiste sollte während der 14 Tage des Verzichts zur Motivationsunterstützung genutzt werden. Kinder können sich bei Bedarf Schätze aus ihrer Schatzkiste herausholen, sie sich anschauen, wieder zurücklegen – d.h., die Schatzkiste sollte die gesamte Zeit die Suche unterstützend begleiten.

Die individuelle Begleitung der Schatzsuche kann für alle Kinder ein Tagebuch sein, in dem sie ihren Verzicht dokumentieren und ihre Erfahrungen mit den alternativen Verhaltensweisen/Stärken festhalten.

Für die 3. und 4. Klassen können Sie außerdem den Befindlichkeitsbogen (Anhang) einsetzen. Diesen sollen sie während der Verzichtsphase kontinuierlich ausfüllen. Der Befindlichkeitsbogen verdeutlicht ihnen in einer Linie oder Kurve, wie es ihnen während des Verzichtes ergangen ist. Dabei können unter Umständen Höhen oder Tiefen zu bestimmten Zeiten (Wochenende) deutlich sichtbar werden. Diese Befindlichkeitsbögen können anonym geführt werden und zu abschließenden Vergleichen und Verallgemeinerungen dienlich sein.

Es ist außerdem natürlich noch möglich, Hörkassetten anzufertigen oder mithilfe der Eltern kleine Videofilme zu drehen, die zeigen, welche Alternativen ausprobiert werden.

Folgende Punkte sind vor Beginn der Verzichtsphase zu klären:

1. Der Beginn der Verzichtsphase muss festgelegt werden.
2. Die Wandzeitung muss angefertigt werden.
3. Es muss geklärt werden, ob und wie die Kinder ihre individuellen Erfahrungen im Verlauf des Moduls dokumentieren können oder sollen.
4. Wenn die Klasse keinen festen Raum hat, muss geklärt werden, wie mit der Wandzeitung verfahren wird.
5. Es muss gesichert sein, dass sich jeden Tag eine Lehrkraft um die Rückmeldungen der Schüler und Schülerinnen kümmert.
6. Der Abschlusstag muss organisiert werden.
7. Es muss mit der Klasse besprochen werden, welche Belohnung sie sich wünscht.

Raum für weitere Ideen:

8.
9.
10.
11.

7. Abschlussbesprechung und gemeinsames Fest

Am Ende des Moduls erfolgt die Auswertung. Sie sollte in drei Teilen erfolgen:

- Was war?
- Was ist?
- Was wird?

Was war?
Hier erfolgt die klasseninterne Auswertung mithilfe der Wandzeitung, der Befindlichkeitsbögen und der Konsumtagebücher. Es werden alle Ergebnisse zusammengetragen, und zwar zuerst einmal unkommentiert. Nach dieser Bestandsaufnahme erfolgt der nächste Schritt.

Was ist?
Die Schüler diskutieren die Erkenntnisse, die sie gewonnen haben. Sie tragen zusammen, welche gemeinsamen Erfahrungen sie gemacht haben und welche unterschiedlichen Erfahrungen sie festgestellt haben. Sie halten fest, welche alternativen Verhaltensweisen sie kennengelernt und ausprobiert haben. Sie überlegen, was sie aus den Berichten der Mitschüler für sich mitnehmen können. Sie können vielleicht nun auch eine neue Stärke in ihre Schatzkiste tun.

Was wird?
Es soll in diesem Teil im Wesentlichen um folgende Fragestellungen gehen:

- Will ich mein eigenes Verhalten aufgrund der gemachten Erfahrungen verändern?
- Worauf will ich zukünftig achten?
- Wollen wir unsere Ergebnisse dokumentieren?
- Wollen wir eine schulinterne Ausstellung der Ergebnisse machen?
- Wollen wir unsere neuen Schätze der örtlichen Presse vorstellen?
- Wollen wir in einem Vierteljahr noch einmal über die Schätze reden?
- Wollen wir mit anderen Klassen Kontakt aufnehmen, die ebenfalls auf Schatzsuche waren?
- Womit wollen wir weitermachen?

Es liegt in Ihrem Ermessen, den Schülern am Schluss Urkunden (siehe Anlage) zu überreichen. Damit wird noch einmal die Bedeutung der Schatzsuche betont. Die Schüler können stolz auf ihre Leistung sein. Ihr Selbstwertgefühl wird gesteigert, und der Stellenwert der Schatzsuche wird unterstrichen.

Gemeinsamer Ausklang
Ein Fest stellt den Abschluss dieses Teils der Schatzsuche dar. Das Motto kann lauten: „Wir haben uns gemeinsam angestrengt, nun wollen wir gemeinsam feiern."

Die Klasse kann einen Spielevormittag gestalten. Ein Besuch im Schwimmbad ist möglich, genauso wie ein gemeinsamer Theater- oder Kinobesuch. Natürlich können/sollen auch die Eltern miteinbezogen werden.

8. Zweiter Elternabend

Thema:
Auswertung der Schatzsuche und Besprechung des weiteren Vorgehens.

Schwerpunkte des Elternabends:

1. Austausch und Reflexion der eigenen Erfahrungen.
2. Austausch über das Verhalten und die Erfahrungen der Kinder aus der Sicht der Eltern und der Lehrkräfte.
3. Besprechung des weiteren Vorgehens und eventuell Vorstellung weiterer Möglichkeiten der Fortführung der Schatzsuche.

Vorbemerkung:
Dieser Elternabend wird voraussichtlich zwei bis drei Stunden dauern und sollte in angenehmer Umgebung stattfinden. Für diesen Elternabend ist es notwendig, ein Ergebnisprotokoll zu fertigen, um die wesentlichen Erkenntnisse und Erfahrungen zu dokumentieren und das weitere Vorgehen festzuhalten.

I. Austausch (ca. 30 Minuten)

Nach der allgemeinen Begrüßung und Festlegung des Ablaufes tauschen sich die Eltern zuerst einmal paarweise aus, indem sie sich mit ihrem Sitznachbar über die Erfahrungen unterhalten. Dies sollte ca. fünf Minuten dauern.

Dann stellt die Lehrkraft die Frage an die Elterngruppe: „Was war Ihr ‚Highlight' bei der Schatzsuche in der letzten Woche?" Mit einem Satz sollen die Eltern dieses Ereignis benennen.

Dann gehen die Eltern in Kleingruppen. Die Gruppen bilden Sie nach den Gewohnheiten, die sie im Projekt „bearbeitet" haben. Also Gruppe fernsehen, naschen usw. In den Gruppen erfolgt ein gezielterer Austausch. Dabei werden die folgenden Leitfragen als „Merkzettel" mit in die Gruppen gegeben.

- Wie leicht/schwer ist es Ihnen gefallen, auf Ihre Gewohnheiten oder Tätigkeiten zu verzichten oder sie zu verändern?
- In welchen Situationen ist Ihnen die Schatzsuche besonders leicht gefallen?
- In welchen Situationen gab es „Ausrutscher"?
- Was hat Ihnen bei der Schatzsuche geholfen? Was hat sie Ihnen erschwert?
- Können Sie sich vorstellen, die Schatzsuche „Verzicht" noch einmal zu wiederholen? Warum?
- Sollte man die Verzichtsphase verlängern?
- Welche „Schätze" haben Sie entdeckt oder entwickelt?
- Werden Sie die „Schätze" in Ihr „Repertoire" aufnehmen?
- Riskieren Sie einen Blick in die Zukunft. Wie sieht es mit Ihrer Gewohnheit in einem halben Jahr aus?

Es können hier zur Unterstützung der Diskussion die Befindlichkeitsbögen eingesetzt werden. Im Plenum besteht zum Abschluss die Möglichkeit, noch einmal die wesentlichen Erfahrungen mitzuteilen bzw. allgemeine Erfahrungen deutlich zu machen. Hier kann auch diskutiert werden, ob die gesamte Klasse mit Elternschaft und Lehrkräften sich mit einem Fest, einem Theater- bzw. Kinobesuch, einem gemeinsamen Ausflug, einem Schwimmbadbesuch usw. belohnen will.

II. Austausch über die Erfahrungen der Kinder (ca. 30 Minuten)

Dieser Austausch erfolgt über ein Gespräch im Plenum. Die Eltern können ihre Beobachtungen mitteilen und sich austauschen. Sie als Lehrkraft teilen Ihre Beobachtungen ebenfalls mit.

Dabei kann man sich an den Fragen orientieren, die in der Gruppenarbeit bereits eingesetzt wurden. Vor allem aber sollte der Frage nachgegangen werden, welchen positiven Nutzen das Modul für alle Beteiligten hatte und wie die Stärken, die die Kinder entwickelt haben, weiter eingeübt werden können. Das wird in Thesenform aufgeschrieben und in die Klasse gehängt.

Abschließend sollte die Frage gestellt werden, ob die Phase des Verzichts und die Suche nach Schätzen von allen Beteiligten im nächsten Jahr wiederholt werden sollen.

III. Das weitere Vorgehen

Die Frage nach dem weiteren Vorgehen schließt sich fast automatisch an. Es werden noch einmal die wichtigsten Ergebnisse der Befragung genannt und als Stichworte an die Tafel geschrieben. Dann können Sie als Lehrkraft vorstellen, welche Folgemodule sich für die Bearbeitung der dargestellten Ergebnisse am besten eignen. Danach findet eine Diskussion mit anschließender Entscheidung für ein Projekt statt. Dabei ist es Ihnen überlassen, wie weit Sie die Entscheidung in die Hand der Eltern geben wollen. So kann das Abstimmungsergebnis lediglich ein Meinungsbild darstellen, oder es ist als verbindlich für die Durchführung eines Moduls weiter anzusehen. Sollte es nicht möglich sein, derartige inhaltliche Fragen (aus welchen Gründen auch immer) mit den Eltern abzustimmen, geben Sie unter dem Punkt „weiteres Vorgehen“ nur bekannt, mit welchen Ideen Sie in der Klasse weiterarbeiten werden.

Es sollten die nächsten Elternabende verabredet werden, damit eine kontinuierliche Information und Beteiligung der Eltern gewährleistet wird.

Je nach Stimmung, Erfolg in dem Modul und Vertrautheit kann der Abend mit einer kurzen Übung beendet werden:

Alle Personen stellen sich Schulter an Schulter im Kreis auf. Dann machen sie alle eine Viertelumdrehung nach rechts. Nun klopfen sie sich gegenseitig auf die Schulter. Dabei sagt man z.B.: „Das haben wir gut gemacht!“ oder: „Das kriegen wir schon hin!“

Damit endet der Abend.

9. Selbstreflexion des Moduls „Wir Schatzsucher“

Mit dieser Selbstreflexion können Sie abschätzen, ob die einzelnen Schritte des Moduls erfolgreich waren und wo es eventuell noch etwas zu verbessern gibt. Wir möchten Sie aber auch auffordern, sich mit anderen Schulen, die ebenfalls im Rahmen von Anschub.de mit diesem Modul arbeiten, in Verbindung zu setzen und Ihre Reflexionsergebnisse auszutauschen. Nutzen Sie diese Selbstreflexion aber auch, um sich selbst auf Ihre persönliche Schatzsuche zu begeben! Würdigen Sie daher in ausreichendem Maße auch das, was bei der Durchführung gelungen ist.

Als Hauptziele des Moduls wurden benannt:

- Die Stärken bzw. Ressourcen der Beteiligten sollen ausgebaut werden.
- Problematische Verhaltensweisen sollen erkannt und durch gezielte Verknüpfung mit einer Schatzsuche abgebaut werden.

Haben Sie diese Ziele erreicht?

Die Reflexion besteht aus folgenden Elementen

I. Befragung der Schüler/innen
II. Fortbildung der Lehrkräfte
III. Einbindung der Eltern
IV. Einführung der Schülerinnen und Schüler/Anfertigen der Schatzkarte
V. Phase des initiierten Verzichts mit Schatzsuche – Begleitmaßnahme
VI. Abschlussbesprechung und Belohnung
VII. Abschlussbesprechung und Fest
VIII. Nachhaltigkeit und Einfluss auf das Klassenklima

Im Folgenden sollen Sie die Möglichkeit haben, jedes Element des Moduls noch einmal zu reflektieren und sich z.B. zu fragen: Was hat besonders gut geklappt? Womit war ich nicht ganz zufrieden?

Zu jedem Element des Moduls wurden einige Sätze formuliert, sogenannte Indikatoren. Wenn diese Indikatorsätze auf Sie persönlich voll und ganz zutreffen, konnten Sie dieses Element des Moduls erfolgreich durchführen. Sie haben hier also eine besondere Stärke. Tragen Sie diese Stärke in das angegebene Feld ein.

Wenn nicht alles einhundertprozentig geklappt hat, tragen Sie das, was Ihrer Meinung nach besser gemacht werden könnte, in das Feld „Verbesserungsbereich“ ein.

Sie können diese Selbstreflexion begleitend zum Modul durchführen. Immer dann, wenn ein Teil abgeschlossen ist, können Sie schon die entsprechenden Stärken oder Verbesserungsbereiche dazu benennen. Dies hat den Vorteil, dass Sie sich und Ihr Vorgehen zu einem Zeitpunkt bewerten, an dem Ihre Eindrücke noch „frisch“ sind. Somit vergessen Sie nicht wesentliche Punkte (Schwächen, aber mindestens genauso auch Stärken!).

I. Befragung der Schüler

Alle haben ernsthaft mitgemacht.

Besondere Stärke bei der Durchführung der Befragung

Verbesserungsbereich im Hinblick auf die Befragungsdurchführung

Es konnten Bereiche identifiziert werden, durch die Kinder relativ leicht ihren „Verzichtsbereich“ festlegen konnten.

Besondere Stärke bei der Identifizierung des Verzichtsbereichs

Verbesserungsbereich

II. Fortbildung der Lehrkräfte

Ich habe an meiner Fortbildung teilgenommen.

Stärke

Verbesserungsbereich

Ich persönlich fühlte mich anschließend ausreichend sicher, das Modul durchzuführen.

Stärke

Verbesserungsbereich

III. Einbindung der Eltern

Der Elternabend hat stattgefunden.

Stärke

Verbesserungsbereich

Die Eltern konnten für das Projekt interessiert werden und sind auch selbst bereit, zwei Wochen aktiv mitzumachen und zu verzichten.

Stärke

Verbesserungsbereich

IV. Einführung der Schüler – Anfertigen der Schatzkarte

Den Kindern ist es relativ leichtgefallen, auf der Schatzkarte ihren Verzichtsgegenstand zu benennen.

Stärke

Verbesserungsbereich

V. Phase des initiierten Verzichts mit Schatzsuche – Begleitmaßnahme

Die Kinder waren zwei Wochen lang mit Engagement dabei.

Stärke

Verbesserungsbereich

Die Kinder äußerten sich offen über ihre Erfahrungen und Gefühle mit dem Verzicht.

Stärke

Verbesserungsbereich

Im Sinne der Schatzsuche fanden die Kinder alternative Verhaltensweisen (Schätze) und probierten sie auch aus.

Stärke

Verbesserungsbereich

Als Klassenlehrer habe ich ebenfalls teilgenommen und mich in den Prozess mit eingeklinkt.

Stärke

Verbesserungsbereich

Am Ende der zwei Wochen hatten alle Schüler/innen das Gefühl, das Projekt erfolgreich beendet zu haben. Keiner ist an einem zu hohen Verzichtsziel gescheitert.

Stärke

Verbesserungsbereich

VI. Begleitmaßnahmen

Während der zwei Wochen haben mindestens drei Begleitmaßnahmen stattgefunden.

Stärke

Verbesserungsbereich

VII.. Abschlussbesprechung und Fest

In dem Abschlussgespräch mit den Kindern wurde deutlich:
Es hat eine Sensibilisierung der eigenen Verhaltensweisen stattgefunden.

Stärke

Verbesserungsbereich

Eigenes Verhalten wurde kritisch beleuchtet.

Stärke

Verbesserungsbereich

Die gewählten Alternativen waren echte „Stärken“ und haben den Kindern Spaß gemacht.

Stärke

Verbesserungsbereich

Es gibt einige Kinder, die beschließen, dauerhaft etwas anders zu machen und z.B. bei „Stärken“ zu bleiben.

Stärke

Verbesserungsbereich

Einige Kinder äußerten den Wunsch, sich demnächst wieder auf eine Schatzsuche zu begeben.

Stärke

Verbesserungsbereich

VIII. Nachhaltigkeit und Einfluss auf das Klassenklima (nach ca. einem Monat ausfüllen)

Das Klassenklima hat sich insgesamt verbessert.

Stärke

Verbesserungsbereich

Ich habe mich weiter in Richtung „Schatzsucher“ entwickelt und sehe jetzt eher die Stärken der Kinder

Stärke

Verbesserungsbereich

Wie geht es weiter?

Nach Abschluss der Schatzsuche können (und sollen) Sie durch die Befragungsergebnisse und durch die Erfahrungen mit der Schatzsuche herausgefunden haben, wie und in welchen Bereichen Sie die Schatzsuche fortführen können. Sie sollten also Bereiche identifizieren, an denen weitergearbeitet werden sollte, z.B. am Thema Stress, Bewegung, Suchtprävention (allgemeine Lebenskompetenzen fördern), Lernen oder anderes.

Die Schatzsuche wird fortgesetzt, indem wir nun ein anderes Thema (Bewegung, Stress ...) aufgreifen.

Stärke

Verbesserungsbereich

Kommentar:
Wenn Sie diesen Reflexionsbogen sorgfältig ausgefüllt und nicht zu viele „Stärken“ und „Verbesserungsbereiche“ unausgefüllt gelassen haben, haben Sie jetzt am Schluss eine ausführliche Bewertung des gesamten Moduls „Die Schatzsuche“.

Wenn Sie bei jedem Element eine oder mehrere Stärken benennen konnten, ist das Gesamtmodul sehr erfolgreich durchgeführt worden, und Sie haben die genannten Hauptziele erreicht.

Sie können aber auch sehen, wo es Schwachstellen gegeben hat. Es ist ja nicht eine Maßnahme insgesamt „schlecht gelaufen“, wenn es eine Schwachstelle z.B. im Bereich der Elternarbeit gibt.

Bei sorgfältiger Selbstreflexion können Sie Ihre Verbesserungsbereiche „schwarz auf weiß“ sehen und werden wissen, wo Sie – eventuell wenn Sie ein Folgeprojekt durchführen wollen oder wenn Sie die Schatzsuche im nächsten Schuljahr wieder machen wollen – noch etwas mehr tun müssen, Dinge verändern sollten, andere Methoden wählen sollten oder Ähnliches.

Sehr sinnvoll ist es natürlich, wenn auch andere Lehrkräfte, die das Projekt durchführen wollen, Ihre Selbstreflexion zu sehen bekommen. Auch Sie selbst profitieren sicherlich von den Reflexionen Ihrer Kollegen. Dadurch könnten eventuell „Fallen“, in die man leicht hineintappen kann, gleich vermieden werden. Es wäre also gut, wenn es zu einem Austausch von Erfahrungen käme.

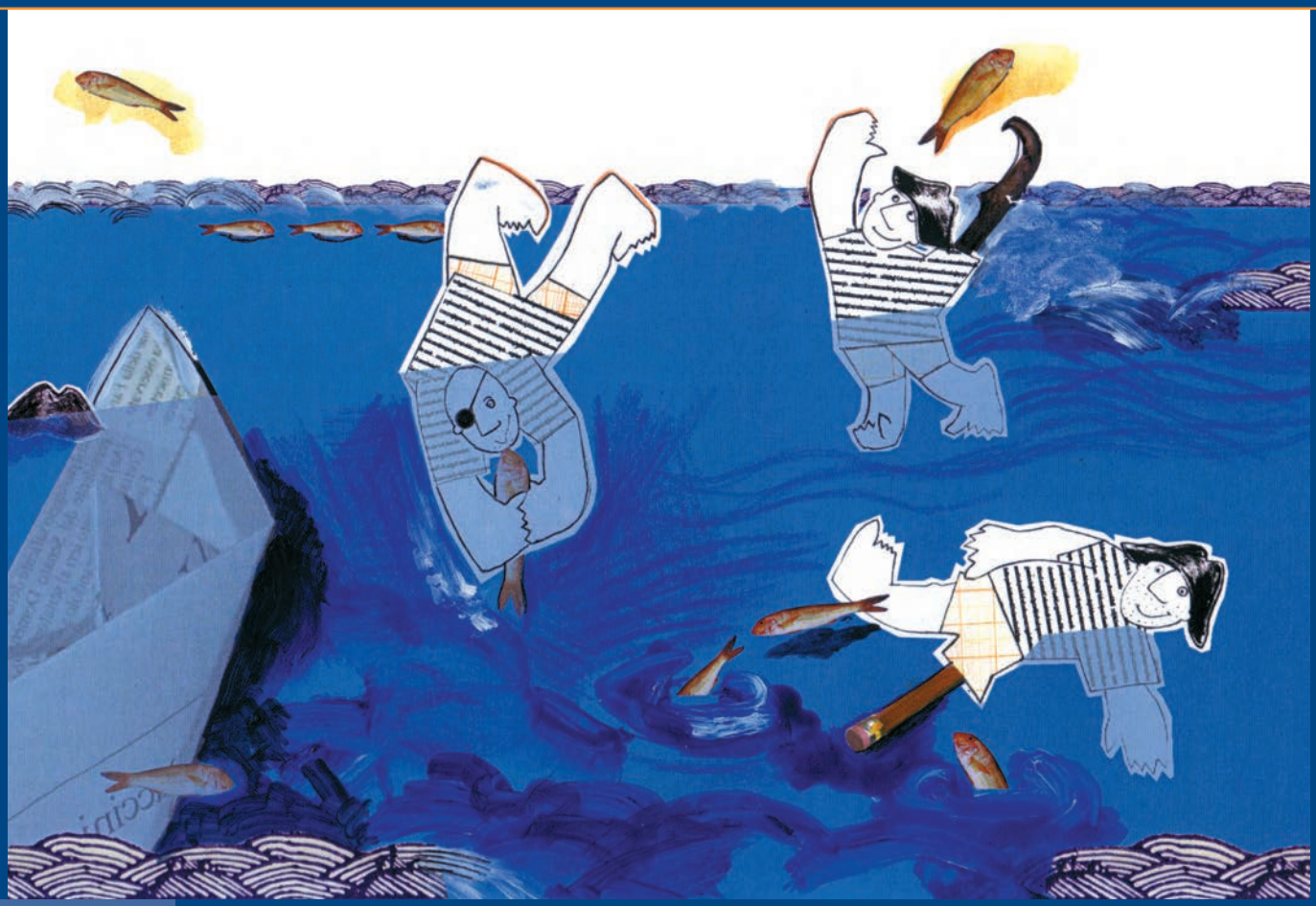
10. Entscheidung für die weitere Schatzsuche

Der erste Durchlauf der Schatzsuche ist beendet. Jetzt soll ein weiteres Modul anschließen. Die Entscheidung, welches es sein soll, wird durch drei Elemente erleichtert:

- die Ergebnisse der Befragung
- die Erfahrungen der Eltern, der Schülern sowie Ihre Erfahrungen
- Ihre Selbstreflexion

Auf dieser Grundlage fällt die Entscheidung für das weitere Vorgehen. In die Entscheidungsfindung sollten die Eltern möglichst eingebunden werden (siehe auch zweiter Elternabend).

Nach der Durchführung des nächsten Moduls kann dann eine neue Selbstreflexion das weitere Vorgehen bestimmen. Damit wird das Ziel einer langfristigen, kontinuierlichen Qualitätsverbesserung der Schule mit Gesundheit erreicht, die mit dem Programm Anschub.de nachhaltig verfolgt wird.



III. Teil: Anhang

- Befindlichkeitsbögen für die Klassenstufen 3 und 4
- Wandplan
- Urkunde für die Schüler
- Einladung zum Elternabend
- Vertrag für die Eltern
- Befindlichkeitsbogen für die Eltern
- Schatzkarte
- Anleitung zum Bau einer Schatzkiste
- Gewohnheitsspiel für die Klassenstufen 3 und 4
- Interviewbogen für die Schüler
- Weiterführende Informationen – Hilfen – Ansprechpartner

Befindlichkeitsbogen für die 3. und 4. Klassen

Bitte fülle diesen Bogen jeden Tag aus und bringe ihn am Ende des Projektes zur Abschlussbesprechung mit in die Schule.

Wochentage	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag	6. Tag	7. Tag	8. Tag	9. Tag	10. Tag	11. Tag	12. Tag	13. Tag
+3													
+2	☺												
+1													
0	😐												
−1													
−2													
−3	☹												

Die Zahlen von 1–13 in der Waagerechten sind die fortlaufenden Tage des Projektes.
Trage bitte täglich ein, ob dir der Verzicht leicht- oder schwergefallen ist.

- 0 bedeutet: geht so
- +3 bedeutet: besonders leicht
- −3 bedeutet: besonders schwer

Verbinde die Punkte zu einer Linie. Trage bitte die Wochentage in die Tabelle ein. Z.B.: 1.Tag, Montag usw.

Viel Erfolg.

Wandplan

Der Wandplan sollte aus einem großen Papierbogen hergestellt sein. Er wird, wenn alle einverstanden sind, in der Klasse aufgehängt. Jeden Morgen tragen Lehrkräfte und Schüler ein, wie leicht oder schwer ihnen ihr Verzicht am Vortage gefallen ist. Zu Beginn des Moduls kann das noch kommentiert werden. Am Ende ist es meist so, dass eingetragen wird und nur noch nach den Wochenenden und bei Besonderheiten Schüler sich zu Wort melden und berichten. Wenn die Schüler wenig von sich berichten, kann die Lehrkraft durch die Darstellung eigener Erfahrungen die Schüler durchaus motivieren, selbst mehr zu erzählen.
Am Ende des Verzichts dient der Wandplan als Grundlage für die Auswertung.

Name	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag	6. Tag	7. Tag	8. Tag	9. Tag	10. Tag	11. Tag	12. Tag	13. Tag
Susi													
Pit	☺												
Kim													
Marie	😐												
Jule													
Hans													
Tom													
Herr Lau	☹												
Frau Dau													
Anni													
Paul													

☹ Bedeutet: Ich habe es nicht geschafft und bin unzufrieden.

😐 Bedeutet: Ich habe es nicht ganz geschafft und bin nicht richtig zufrieden.

☺ Bedeutet: Ich habe es geschafft und bin zufrieden.

Urkunde

für

_____

Herzlichen Glückwunsch zu deinem Mut, etwas Neues zu probieren und auf etwas Gewohntes zu verzichten!

überreicht durch

_____

Ort _____

Datum _____

Unterschrift _____

Einladung zu einem Elternabend mit dem Thema: „Die Schatzsuche“

am _____

um _____

Ort _____

Liebe Eltern der Klasse _____,

wie Sie bereits wissen, haben wir in der Klasse eine Befragung durchgeführt. Die Ergebnisse möchten wir Ihnen gern vorstellen und mit Ihnen diskutieren. Danach möchten wir Ihnen „Die Schatzsuche“ vorstellen, die wir mit Ihren Kindern und Ihnen durchführen möchten.

Während der „Schatzsuche" verzichten Ihre Kinder, wir Lehrkräfte und Sie für 14 Tage auf eine Gewohnheit bzw. Verhaltensweise, wie z.B. fernsehen, naschen, rauchen, Alkohol trinken, im Internet surfen usw. Sie erfahren dabei etwas über Ihre Gewohnheiten beim Umgang mit bestimmten Sucht- und Genussmitteln und können Ihren Konsum reflektieren. Außerdem erhalten wir alle Gelegenheit, alternative Verhaltensweisen kennenzulernen und auszuprobieren und uns unserer besonderen Stärken bewusst zu werden.

Wir bitten Sie, Ihre Kinder während der Dauer des Verzichts zu unterstützen. Über das gesamten Modul, die Rahmenbedingungen und den Verlauf möchte ich Sie auf einem Elternabend gerne informieren. Mit diesem Modul haben Sie die Chance zu erfahren, wie es sich eine Zeit lang ohne Zigaretten, Süßigkeiten, Bier, Wein oder Fernsehen leben lässt und welche Alternativen es dazu gibt. Bitte bestätigen Sie auf dem unteren Abschnitt, dass Sie am Elternabend teilnehmen werden.

Mit freundlichen Grüßen

_____

Klassenlehrer/in

Bestätigung

Ja, ich/wir nehme/n am Elternabend der Klasse _ mit _ Personen teil.

Ich/wir habe/n Interesse am Modul „Die Schatzsuche“.

Ja _

Nein _

_____

Name und Unterschrift

Vertrag

zwischen

_____

_____

und

_____

_____

Folgende Gewohnheit möchte ich in der Zeit

vom _____

bis zum _____

überprüfen und verändern: _____

Dabei hilft es mir, wenn ich ...

_____

_____

_____

_____

Datum _____

Ort _____

Unterschrift _____

Befindlichkeitsbogen für die Eltern

Wochentage	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag	6. Tag	7. Tag	8. Tag	9. Tag	10. Tag	11. Tag	12. Tag	13. Tag
+3													
+2	☺												
+1													
0	😐												
−1													
−2													
−3	☹												

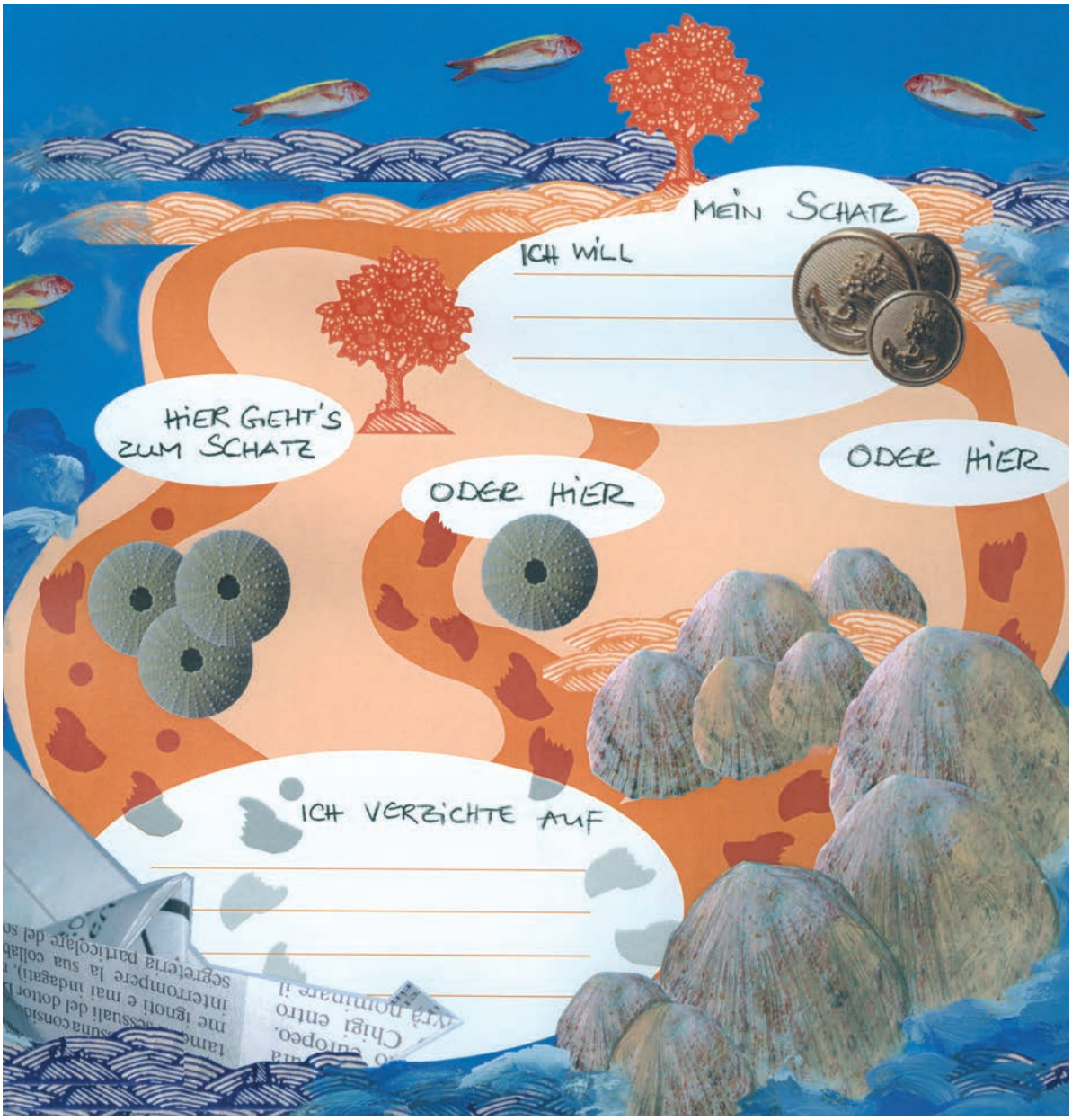
Die Zahlen von 1–13 in der Waagerechten sind die fortlaufenden Tage des Moduls.
Tragen Sie bitte täglich ein, ob Ihnen Ihr Vorhaben leicht- oder schwergefallen ist.
0 ist neutral. +3 bedeutet besonders leicht, −3 bedeutet besonders schwer.
Verbinden Sie die Punkte am Ende zu einer Linie.

Anleitung zum Bau einer Schatzkiste

Die Lehrkraft bastelt die Schatzkiste mit den Schülern im Unterricht.

Sie kann aus einem Schuhkarton, einer Zigarrenkiste, einer Blechdose usw. hergestellt werden. Die Schüler bekleben ihre Schatzkiste oder bemalen sie. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Zusätzlich kann man eine Geschichte vorlesen, in der eine Schatzkiste eine Rolle spielt.

Die Schatzkarte



Die Schatzkarte

Diese Schatzkarte soll den Schülern als Vorlage dienen. Sie können sich dann selbst eine eigene malen. Unten wird der Verzichtsgegenstand eingetragen, z.B. fernsehen, naschen, Gameboy spielen usw.. Oben trägt man den Schatz ein, den man neu entdecken will, z.B. besser lesen, Rad fahren, schwimmen lernen, sich mit seiner Schwester vertragen usw. Dann schreibt man auf die Wege die Methoden, die man benutzen will, um das gesteckte Ziel zu erreichen, z.B. ich will besser lesen lernen. Dann schreibt man auf den ersten Weg: „Ich gehe in die Bücherei und leihe mir Bücher.“ Auf den zweiten Weg: „Ich frage meine Oma, ob sie mit mir übt.“ Auf den dritten Weg schreibt man: „Ich lese meinem Schmusetier vor.“ Jetzt hat man verschiedene Möglichkeiten, um zum Ziel zu kommen. Man kann sich nun für die eine oder andere entscheiden.

Gewohnheitsspiel für die Klassenstufen drei und vier

Zeit: ca. 15–20 Minuten
Materialien: DIN-A5-Karten und Kreppklebeband
Ziel: Vorstellung der Befragungsergebnisse, eher für die Klassenstufen drei und vier geeignet.

Vorbereitung:
Die Lehrkraft beschriftet DIN-A5-Zettel mit den Gewohnheiten, die die Kinder in der Befragung angegeben haben. Auf jeden Zettel kommt eine Gewohnheit. Z.B.: fernsehen, naschen, Computer spielen, Gameboy spielen, Musik hören usw. Es können auch spezielle Naschvorlieben einzeln auf Karten geschrieben werden, z.B. Bonbons, Schokolade, Chips, Milchschnitten usw.

Durchführung:
Jedem Schüler wird mit einem Stück Klebeband ein Zettel auf den Rücken geklebt. Es macht nichts, wenn auf mehreren Zetteln die gleiche Gewohnheit steht. Die Schüler dürfen ihren eigenen Zettel nicht vorher lesen.

Nun gehen die Schüler durch die Klasse und suchen sich einen Gesprächspartner. Der darf den Zettel des anderen Schülers lesen. Jetzt versuchen die Schüler durch wechselseitige Fragen herauszubekommen, welche Gewohnheit bei ihnen auf den Rücken geklebt ist. Die Fragen müssen dabei so gestellt werden, dass sie nur mit „Ja“ oder „Nein“ beantwortet werden können.

Beispiel: „Kann ich das essen?“ Wenn ein Begriff geraten worden ist, wird er der Lehrkraft gegeben. Die Schüler, die fertig sind, bekommen entweder einen anderen Begriff oder helfen Mitschülern, die Schwierigkeiten haben. Die Lehrkraft klebt die geratenen Begriffe an die Wandtafel.

Auswertung:
Die Auswertung erfolgt im Stuhlkreis. Die Lehrkraft kann nun mit den Kindern über die Gewohnheiten sprechen. (siehe Modul)

Hinweise zur Durchführung einer Fortbildung

Von der Fehlerfahndung zur Schatzsuche

Die Fortbildung sollte Aussagen und Übungen zu folgenden Elementen des Gesamtprojektes und der Schatzsuche enthalten:

- Einführung in das Projekt Anschub.de. Grundaussagen
- Vorstellung der Idee, der Ziele und der Strategie der Schatzsuche
- Rollenklärung. Die Lehrer definieren ihre Rolle als Schatzsucher

Übungen zur Schatzsuche mit den Kindern

- Lehrkräfte sammeln auf einem Plakat Ressourcen und Schätze, die sie bei den Kindern ihrer Klasse kennen oder vermuten.
- Sammeln von Problemverhalten der Schüler. Überlegen, mit welchen Schätzen kann das Problemverhalten überwunden werden. Stärke durch Verzicht
- Schatzkiste bauen
- Schatzkarte entwickeln

Übungen zum Verzicht und zur Schatzsuche mit den Eltern

- Gründe – Wirkungen – Folgen
- Liebe Gewohnheiten

Organisatorisches zur Schatzsuche

- Ablauf des Projektes
- Offene Fragen

Interviewbogen

Zusammenarbeit von Koordinationsstelle Suchtvorbeugung (KOSS) und Landesstelle für Suchtfragen für Schleswig-Holstein LSSH

Anleitung für die Lehrkraft: Bitte lesen Sie, bevor Sie beginnen, den Fragebogen einmal durch.
In der Klasse lesen Sie die Fragen laut vor, bitten dann die Schüler um Handzeichen und tragen die jeweilige Anzahl in den Fragebogen ein. Sollte es seitens der Schüler Fragen geben, beantworten Sie diese und zählen dann. Bei jeder in Klammern dargestellten Zahl wird eine Angabe benötigt. Bei Bedarf kann eine kurze Pause eingefügt werden. Diese Befragung soll nicht an einem Montag durchgeführt werden! (Wir wollen Alltags- und nicht Wochenendgewohnheiten erfassen.)
Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

(1) Schule: _____ **(2) Klasse:** _____

(3) Datum: _____ **(4) Wochentag:** _____

(5) Bitte zählen Sie die anwesenden Schüler/innen und geben die Anzahl an: _____

(6) Davon sind _____ **Mädchen und** **(7)** _____ **Jungen.**

Frage, die von der Lehrkraft in der Klasse verlesen wird.
Lehrer: „Was tut ihr ... ?"
Lehrer: „Wer hat ... ?"

Hier bitte die jeweilige Anzahl eintragen (um Handzeichen bitten).

Freizeit und Bewegung

(Bitte erst alle Alternativen einmal der Klasse vorlesen und dann einzeln wiederholen, um dann zu zählen; Mehrfachnennungen möglich)

Was tut Ihr in eurer Freizeit am häufigsten?

(8) Lesen	**Ja:**
(9) Mit Freunden spielen	**Ja:**
(10) Alleine spielen	**Ja:**
(11) Mit den Eltern spielen	**Ja:**
(12) Draußen spielen	**Ja:**
(13) Fernsehen	**Ja:**
(14) Am Computer (auch Gameboy, Nintendo, Playstation, X-Box usw.) spielen	**Ja:**
(15) Musik oder Hörspiele hören (Kassette oder CD o.Ä.)	**Ja:**
(16) Basteln, malen	**Ja:**
(17) Ein Musikinstrument lernen	**Ja:**

Sport

(18) Wer von euch treibt Sport (im Verein und nicht im Verein)? Ja:

(19) Wenn du Sport treibst, machst du das dann in einer Gruppe?
(z.B. Ballett, Fußball, Handball, Reiten, Kampfsport ...) Ja:

(20) Wer treibt mehrmals pro Woche Sport? Ja:

Wie kommt ihr meistens zur Schule?

(21) Zu Fuß Ja:

(22) Mit dem Bus Ja:

(23) Ich werde mit dem Auto gebracht. Ja:

(24) Anders (hier bitte auch Mischungen angeben wie mit dem Auto
zur Bushaltestelle und dann mit dem Bus, Fahrrad o.Ä.) Ja:

Computer

(25) Hat heute jemand vor der Schule am Computer gespielt?
(auch Gameboy, Nintendo, Playstation, X-Box usw.) Ja:

(26) Wer hat gestern am Computer gespielt?
(auch Gameboy, Nintendo, Playstation, X-Box usw.) Ja:

(27) Darfst du das nur eine bestimmte Zeit? Ja:

(28) Ist es deinen Eltern egal, wie lange du spielst? Ja:

Fernsehen

(29) Hat heute jemand vor der Schule ferngesehen? Ja:

(30) Wer hat gestern ferngesehen? Ja:

Wie lange gestern ungefähr ferngesehen?

(31) Bis zu einer Stunde Ja:

(32) Mehr als eine Stunde Ja:

In welcher Zeit habt Ihr gestern ungefähr ferngesehen?

(33) vor 20.00 Uhr Ja:

(34) nach 20.00 Uhr Ja:

Gesundheit – Belastung

Wer von euch hat in der letzten Woche ... gehabt?

(35) Bauchschmerzen Ja:

(36) Kopfschmerzen Ja:

Wie spät war es gestern Abend, als ihr ins Bett gegangen seid?

(37) vor 20 Uhr Ja:

(38) nach 20 Uhr Ja:

Ernährung und Naschen

(39) Wer hat heute Süßigkeiten oder Salzgebäck gegessen (Bonbons, Lakritz, Chips usw.)? Ja:

(40) Wer hat heute Cola getrunken (Coca-Cola, Pepsi usw.)? Ja:

(41) Wer hat heute gefrühstückt? Ja:

(42) Wer hat heute Pausenbrot mitbekommen? Ja:

(43) Wer hat heute Obst oder Gemüse mitbekommen? Ja:

(44) Wer hat Knoppers, Milchschnitte oder Riegel (Snickers, Mars usw.) für die Pause mit? Ja:

(45) Wer hat gestern Süßigkeiten oder Salzgebäck gegessen (Bonbons, Lakritz, Chips usw.)? Ja:

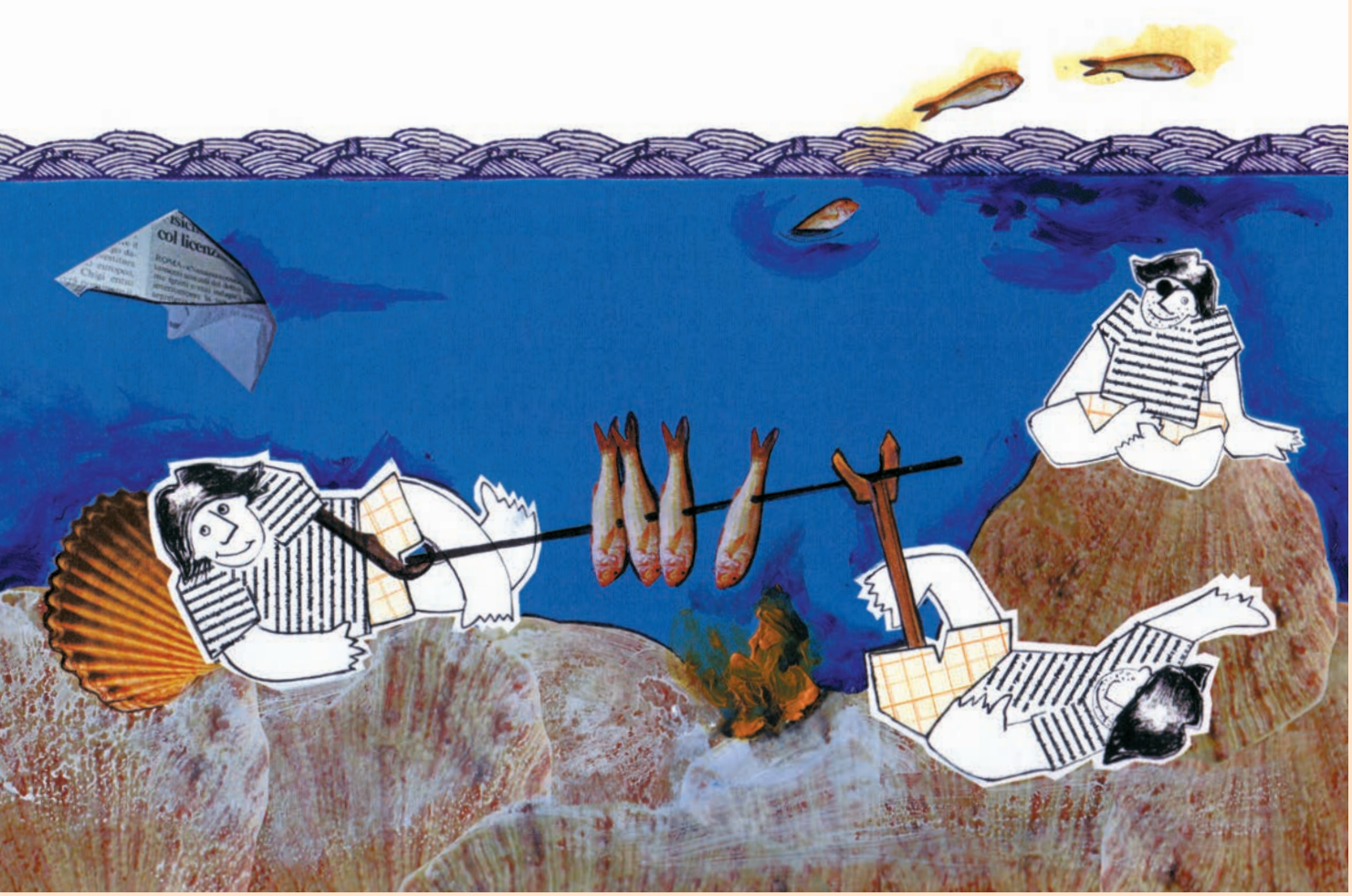
(46) Wer hat gestern Cola getrunken (Coca-Cola, Pepsi usw.)? Ja:

Vielen Dank an die Klasse. Vielen Dank an die Lehrkraft.

Alle Rechte an diesem Erfassungsbogen behalten wir uns vor.
Kontakt: Landesstelle gegen die Suchtgefahren für Schleswig-Holstein e.V. (LSSH)
Koordinationsstelle schulische Suchtvorbeugung (KOSS)
24105 Kiel, Schauenburger Str. 36, Tel.: 0431–56477 0
www.lssh.de, sucht@lssh.de

Weiterführende Informationen – Hilfen – Ansprechpartner

Bei den folgenden Institutionen und Organisationen erhalten Sie weiterführende Informationen, Anschriften und Telefonnummern von lokalen Ansprechpartnern, ggf. werden Lehrerfortbildungen angeboten oder Hilfestellungen bei der Durchführung von Eltern- und Informationsveranstaltungen.



Übergeordnet

http:/www.dhs.de	Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.	
http://www.bzga.de	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	unter Service –> Beratungsstellen erhalten Sie eine große Auswahl von Beratungsstellen nach Bundesländern sortiert. Tel: (02 21) 89 20 31 - DAS BZgA - INFOTELEFON ZUR SUCHTVORBEUGUNG vermittelt Ihnen Anschriften und Telefonnummern der Suchtberatungsstellen und benennt lokale Ansprechpartner zur Unterstützung oder Beratung präventiver Maßnahmen sowie relevanter BZgA- Medien zur Sucht - prävention
http://www.ift-nord.de/	Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung (IFT-Nord)	Weiterführende Informationen zu den Projekten Be Smart Don't Start, Just Be – Smokefree oder der Aktion Glasklar
http://www.koss-sh.de/ Hinnerk Frahm Schauenburger Str. 36 24105 Kiel Tel.: 04 31-56 47 70 sucht@lssh.de	Koordinationsstelle Schulische Suchtvorbeugung	KOSS
http://www.lis.uni-bremen.de/lis/	Landesinstitut für Schule – Bremen	

Bayern

http://alp.dillingen.de/	Akademie für Lehrerfortbildung und Personalführung	bietet zentrale Fortbildungen
http://www.lzg-bayern.de/	Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V.	Zentrale Info Sucht

Berlin

http://www.lisum.berlin-brandenburg.de Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (LISUM) 14974 Ludwigsfelde-Struveshof Tel.: 0 33 78-209-100 E-mail: heike.haseloff@lisum.berlin-brandenburg.de	Berliner Landesinstitut für Schule und Medienindex	

Hamburg

http://www.li-hamburg.de/abt.lip/spz/ SuchtPräventionsZentrum	Sucht-Präventions-Zentrum	Im Rahmen der Personalqualifizierung bietet es u.a. zentrale und schulinterne Fortbildungsangebote zu suchtpräventiven Unterrichtsprogrammen, bietet Hilfestellungen bei der Durchführung von Eltern- und Informationsveranstaltungen

Mecklenburg-Vorpommern

http://www.bildung-mv.de Ellerried 5 19061 Schwerin Telefon.: 03 85-7 60 17-0 E-mail: lisa@lisa-mv.de	Landesinstitut für Schule und Ausbildung Mecklenburg-Vorpommern (L.I.S.A.)	
http://www.lakost-mv.de/ Voßstr. 15a 19053 Schwerin Tel.+AB: 03 85-7 85 15 60, Fax: 03 85-7 58 94 90 E-mail: info@lakost-mv.de Ihr Ansprechpartner: Herr Rainer Siedelberg	Landeskoordinierungsstelle für Suchtvorbeugung (LAKOST) Mecklenburg-Vorpommern	

http://www.lvg-mv.de/

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Mecklenburg-Vorpommern e. V. (LVG)

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Zum Bahnhof 20
19053 Schwerin
Tel.: 03 85-7 58 98 94
Fax: 03 85-7 58 98 95
E-mail: info@lvg-mv.de

Niedersachsen

http://www.nls-suchtgefahren.de/
E-mail: info@nls-online.de

Niedersächsische Landesstelle gegen Suchtgefahren

http://www.gesundheit-nds.de/

Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V.

Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V.
Fenskeweg 2
30165 Hannover

Tel.: 05 11- 3 50 00 52
Fax: 05 11- 3 50 55 95
E-mail: lv-gesundheit.nds@t-online.de

Herausgeber:
Verein Anschub.de
Programm für die gute gesunde Schule e.V.
Carl-Bertelsmann-Straße 256
33311 Gütersloh

Redaktion:
Bettina Tausendfreund, Anschub.de

Lektorat:
Arno Kappler, Soest

Gestaltung/Illustrationen:
www.a3plus.de
Ines Meyer, Gütersloh

Druck:
Druckerei Scholz, Oelde

© 2010
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, mit vorheriger schriftlicher Einwilligung der Herausgeber.

www.anschub.de

Weitere Themenhefte

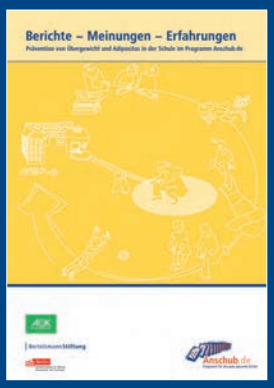
Die gute gesunde Schule
Mit Gesundheit gute Schule machen

Lust auf Schule

Ergebnisse der Schulleiterbefragung in Anschub.de – Programm für die gute gesunde Schule

Schule is(s)t in Bewegung

Schule – Gebäude – Freiflächen – Gesundheit

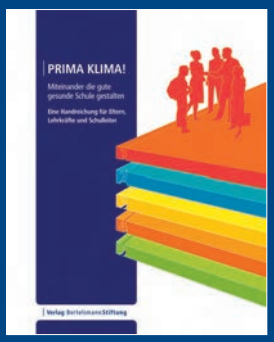


Berichte – Meinungen – Erfahrungen
Prävention von Übergewicht und Adipositas in der Schule

PeP – Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention

Raucherzimmer Ade! – Ein Leitfaden zur Tabakentwöhnung für Lehrkräfte

Die Schatzsuche – Ein Modul für eine gute gesunde Grundschule

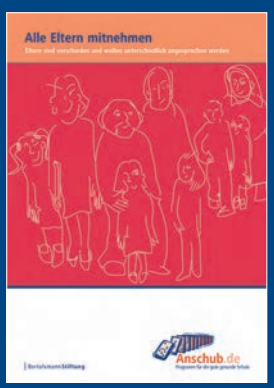


Prima Klima! Miteinander die gute gesunde Schule gestalten

Praxis der Klimakonferenz
Elternbeteiligung in der guten gesunden Schule

Ein guter Start – Wie ein Projekt zur guten gesunden Schule laufen lernt

Eltern informieren Eltern – Eltern für das Programm für die gute gesunde Schule ansprechen und gewinnen



Alle Eltern mitnehmen – Eltern sind verschieden und wollen unterschiedlich angesprochen werden

Die kleinen Schatzsucher –
Kinder entdecken, was sie stark macht

Weitere Infos zu den Themenheften finden Sie auf der website www.anschub.de/Themenhefte