

Lehrpersonen

Psychische und körperliche Gesundheit, Sucht
Herausforderungen, Ressourcen, Erfahrung

Oliver Padlina, November 2019

RADIX

feel-ok.ch

Pfingstweidstrasse 10

8005 Zürich

padlina@radix.ch

feel-ok.ch/infos-berichte

Zusammenfassung	3
Hintergrundinformationen und Methode	5
Themenübersicht Lehrpersonen	5
Was Schulen beschäftigt	6
Themen, die Jugendliche beschäftigen	9
Gewünschte Hilfestellung	12
Praktische Erfahrungen	15
Wirkung	18
Empfehlungen für Fachorganisationen	19
Jugendliche und Lehrpersonen Zwei Perspektiven	24
Implikationen	27

Zusammenfassung

Methode

452 12-16-Jährige und 41 Lehrpersonen in den Kantonen Bern, Solothurn, Thurgau, Sankt Gallen und Zürich haben an einer Schulumfrage zu den Themen «Psychische und körperliche Gesundheit, Sucht» zwischen November 2018 und Juni 2019 teilgenommen.

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Umfrage für Lehrpersonen zusammengefasst. Die Befunde aus der Umfrage für Jugendliche können auf feel-ok.ch/2019-jb heruntergeladen werden.

Ergebnisse

Was Lehrpersonen beschäftigt, sind u.a. Gewalt (vor allem Mobbing), Gesundheitsprobleme wie psychische Belastungen, Suizidalität und Sucht, soziale Beziehungen und Konflikte, Umstrukturierungen, neue Lerntechniken, Medienkompetenz, die Umsetzung von Regeln und die eigene Gesundheit. | [S.6](#)

Von der Lehrpersonenperspektive sind vor allem folgende Themen für Jugendliche relevant: Soziale Medien, Smartphones und Games, Sexualität und Liebesbeziehungen, Stress, Sucht, Freundschaft, die Gruppenzugehörigkeit, die Berufswahl, die Selbstfindung und das eigene Aussehen. | [S.9](#)

Um ihre Tätigkeit zur Förderung der psychischen Gesundheit und zur Suchtprävention zu unterstützen, wünschen sich Lehrpersonen vor allem pfeifenfertige Unterrichtsinstrumente, fachliche Unterstützung und mehr Zeit (im Stundenplan). | [S.12](#)

Lehrpersonen fördern schon heute aktiv die psychische Gesundheit Jugendlicher: Dazu gehören ein offenes Ohr für Probleme und Anliegen zu haben, der Aufbau einer guten Beziehung mit den Schülern/-innen, die Pflege eines guten Klassenklimas und eine jugendpartizipative Vorgehensweise. Lehrpersonen schlagen eine Reihe von praktischen Methoden vor, die zur Förderung der psychischen Gesundheit dienen: u.a. Kummerkarten, Bewegungspausen, das Wochenbuch «Wie geht es dir?», feel-ok.ch, Arbeitsblätter, Filme, Spiele, Befragungen, Entspannungstechniken, Zeitungsartikel, Materialien von regionalen Fachstellen, Klassen-Soziogramme, positive Verstärkungen und gemeinsame Erlebnisse. | [S.15](#)

29 SPRINT-Umfragen weisen darauf hin, dass die Arbeit der Lehrpersonen Wirkung zeigt: die Mehrzahl der befragten 12-15-Jährigen hat mit der Schulklasse eine gute Beziehung, fühlt sich in der Schule wohl, weiss, an wen sie sich wenden kann, falls Hilfe benötigt wird, kann auf die Unterstützung des Klassenlehrers zählen und hat auch sonst mit den Lehrern/Lehrerinnen eine gute Beziehung. | [S.18](#)

Lehrpersonen wünschen sich von Fachorganisationen Unterrichtsmaterialien, die bestimmte Eigenschaften haben: Sie sollten u.a. videogestützt sein, kurze Texte, Bilder und Symbole enthalten, flexibel einsetzbar und vielfältig sein, an Sprache und Alter Jugendlicher angepasst werden (zielgruppengerecht), spielerisch, humorvoll, interaktiv und wenig zeitintensiv sein (kurze Einheiten), in den Unterricht einbettbar sein und / oder aktuelle Inhalte vertiefen. Sie sollten zudem die Selbstreflektion anregen, so dass die Schüler/-innen eine eigene Meinung bilden können und auf persönliche Fragen eingehen. Einige Lehrpersonen betonen die Wichtigkeit, Jugendliche aktiv einzubeziehen und auf ihre Interessen Rücksicht zu nehmen. Einfach ist dies aber nicht, wie ein Lehrer hervorhebt: *«In der Oberstufe sind all die Klassen unterschiedlich reif, auch innerhalb der Klasse sehr grosse Unterschiede. Braucht Fingerspitzengefühl»*. Moralisierende Botschaften und eine «missionarische» Haltung kommen bei Jugendlichen nicht gut an. | [S.19](#)

Implikationen

Die Jugend- und Lehrpersonen-Studie bilden eine Einheit. Aus diesem Grund wird für die globalen Implikationen auf den Jugendbericht verwiesen (Download: [feel-ok.ch/2019-jb](https://www.feel-ok.ch/2019-jb), Seite 9).

Hintergrundinformationen und Methode

Aus dieser Studie sind zwei Berichte entstanden:

- Der Jugendbericht | Download auf feel-ok.ch/2019-jb
- Der Lehrpersonen-Bericht, den Sie gerade lesen | Download auf feel-ok.ch/2019-e

Informationen über feel-ok.ch, über diese Studie sowie einen Gesamtüberblick aller Themen finden Sie im Jugendbericht.

Themenübersicht Lehrpersonen

Die Lehrpersonen haben im Rahmen dieser Studie folgende Themen vertieft:

- **Was Schulen beschäftigt** | *Was sind aktuelle Themen in Ihrer Schule? Was beschäftigt Ihre Schule?* | [S.6](#)
- **Themen, die Jugendliche beschäftigen** | *Was sind Ihrer Meinung nach Themen, die Jugendliche, mit denen Sie in Kontakt sind, beschäftigen?* | [S.9](#)
- **Gewünschte Hilfestellung** | *Was würde Sie darin unterstützen, suchtspezifische Themen oder Themen zur Förderung der psychischen Gesundheit mit Ihrer Schulklasse zu vertiefen?* | [S.12](#)
- **Praktische Erfahrungen** | *Wenn Sie beauftragt werden, die psychische Gesundheit in Ihrer Schulklasse zu fördern: Wie gehen Sie vor? Oder wie würden Sie vorgehen? Falls Sie in diesem Bereich schon Erfahrung haben: Was hat sich bewährt?* | [S.15](#)
- **Wirkung** (Frage für Jugendliche) | *Welchen Aussagen zu deiner Schule stimmst du zu?* | [S.18](#)
- **Empfehlungen für Fachorganisationen** | *Zahlreiche Fachorganisationen versuchen Inhalte zu Sucht- und anderen Gesundheitsthemen durch die Schule zu vermitteln. Was sollten diese Fachorganisationen bei ihrer Arbeit unbedingt berücksichtigen? Welche Botschaft haben Sie für diese Fachorganisationen? Wie sollen Projekte, Materialien, didaktische Unterrichtseinheiten... aufgebaut sein, damit Sie Gesundheitsförderung und Prävention im Rahmen des Lehrplans 21 gut umsetzen können?* | [S.19](#)
- **Implikationen** | [S.27](#)

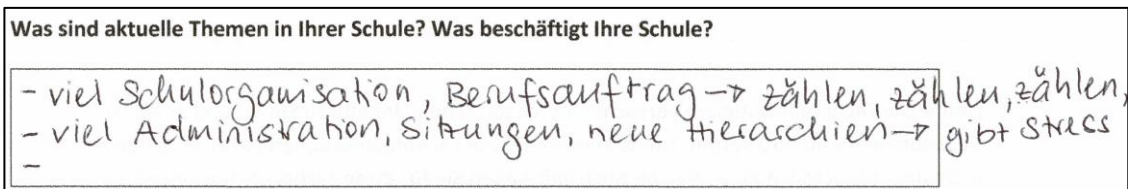
Was Schulen beschäftigt

Im Rahmen der Datenerhebung mit Lehrpersonen wurden auf die Frage «Was sind aktuelle Themen in Ihrer Schule? Was beschäftigt Ihre Schule?» 41 zum Teil differenzierte Rückmeldungen erfasst, die 13 Kategorien zugeordnet wurden. Die Häufigkeit der Nennungen wird von der Wortwolke abgebildet.



Abb. 1: Antwort auf die offene Frage «Was sind aktuelle Themen in Ihrer Schule? Was beschäftigt Ihre Schule?» (N=41). Kategorisierte Liste auf feel-ok.ch/2019-ka (2a). Rohdaten auf feel-ok.ch/2019-excel (Z1). Quelle: Lehrpersonen-Umfrage 2018-2019.

Eine Lehrerin hat geschrieben:



Am häufigsten wurde von Lehrpersonen das Wort Mobbing genannt (**Gewalt**), zum Teil auch Cyber-Mobbing als Phänomen, das Schulen belastet. Auch Gesundheitsthemen (**Prävention**), wie psychische Probleme, Suizidalität und Sucht wurden erwähnt. Soziale Herausforderungen (**Beziehungen**, Respekt, Konflikte) zwischen Schülern/-innen aber auch zwischen Lehrpersonen und Schülern sowie zwischen den Lehrpersonen wurden relativ oft thematisiert. Was manche Schulen belastet, sind **Umstrukturierungen** sowie der Findungsprozess bzw. Konflikte mit der neuen Schulleitung. Für manche Lehrpersonen sind neue **Lerntechniken** relevant, ebenso die **Medienkompetenz** (sowohl der Schüler/-innen, wie

auch die eigene) und die Umsetzung von **Regeln** und **Werte**. Wenige Lehrpersonen weisen darauf hin, dass sie «am Limit laufen» (**Lehrpersonen-Gesundheit**). Weitere für die Schulen relevante Themen, die eher selten genannt wurden, sind **Sexualität** und **Identität**, **Berufswahl** und der **Selbstfindungsprozess** der Schüler/-innen.

Im Folgenden werden ausgewählte Aussagen von Lehrpersonen für jede Kategorie aufgelistet. Die vollständige Liste der kategorisierten Antworten finden Sie auf feel-ok.ch/2019-ka (2a). Die Rohdaten können auf feel-ok.ch/2019-excel (Z1) heruntergeladen werden.

- **Gewalt (12)**

1 | 4 | 17 | 24 | 30 | 31 | Mobbing

(24 |) Kriminelle Kleindelikte

31 | 34 | 36 | Cyber-Mobbing

- **Gesundheit, Prävention, Sucht (10)**

1 | Gesundheit, Ernährung, Stress

2 | Psychische Probleme

3 | Suizidalität

4 | Sucht -> Was heisst Sucht, wieso...

17 | Kiffen

28 | Rauchen + Shisha

- **Sozialkompetenz, Beziehung, Respekt, Konflikte (10)**

2 | soziale Probleme

4 | soziales Verhalten in der Klasse. Wie finden wir gemeinsame Lösungen?

5 | Konflikte

40 | Beziehung, LP-Schüler/-innen

- **Schulleitung, Umstrukturierung (8)**

6 | Bauliche Fragen (Umzüge)

9 | Umbruchsphase, viel Unklarheit bezüglich Ämtli, Bezahlung, Zuständigkeiten

10 | Neue Schulleitung -> Findungsprozess

13 | Neuer Rektor -> Neue Ideen -> z.T. nicht Einbezug der Lehrer bei Entscheidungen -> viel Unsicherheit unter den Lehrern -> z.T. starke Reaktionen (z.T. auch von Seite der Fachvorstände) auf Entscheidungen der Schulleitung

18 | Umstrukturierungen, Druck, Sparmassnahmen,

- **Lerntechniken (7)**

11 | e-Learning

38 | Lehrplan 21, Beurteilung

40 | Förderorientierte Beurteilung

- **Medienkompetenz (6)**

1 | 4 | Medienkonsum

15 | Umgang mit elektronischen Geräten

21 | Sicherer und gesunder Umgang mit Digitalisierung

28 | WhatsApp: richtige Nutzung

- **Regeln (4)**

8 | Umsetzung Regeln und Werte

41 | Kleiderregeln: Was darf man in die Schule anziehen (z.B. Trainerhosen). Gebrauch des Handys auf dem Schulareal

- **Lehrpersonen-Gesundheit (3)**

12 | Viel Schulorganisation, Berufsauftrag -> Zählen, zählen, zählen. Viel Administration, Sitzungen, neue Hierarchien -> Gibt Stress

14 | Lehrgesundheit (IEGL gemacht und ausgewertet), viele Lehrpersonen «laufen am Limit»

16 | Druck auf Lehrpersonen

- **Sexualität, Liebe, Identität, Freundschaft (3)**

1 | erste Liebe, Freundschaften knüpfen

26 | Sexualität

29 | Transgender

- **Lehre / Beruf (3)**

- **Selbstfindung, Selbstwahrnehmung (2)**

22 | Wer bin ich - Wie wirke ich auf die anderen

- **Sicherheit (2)**

20 | Sicherheit Lernende <-> Auftrag der Schule?

- **Einzelne Themen (4)**

3 | Absentismus

11 | Gesellschaftsdruck

30 | Sport

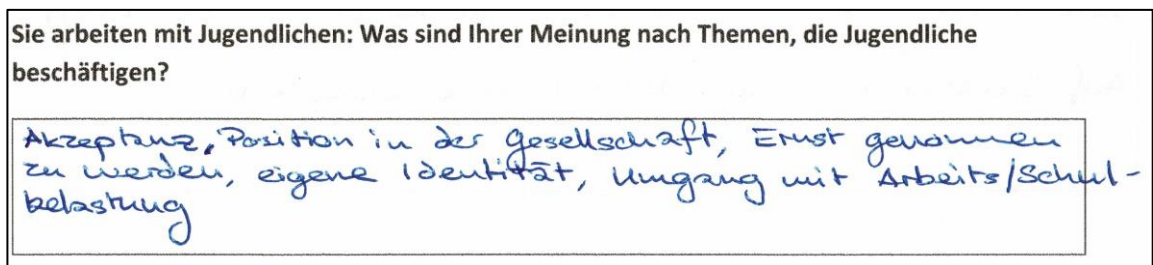
Themen, die Jugendliche beschäftigen

«Was sind Ihrer Meinung nach Themen, die Jugendliche, mit denen Sie in Kontakt sind, beschäftigen?» 41 Lehrpersonen haben dazu in der Regel mehrere Themen genannt. Diese wurden in 16 Kategorien eingeordnet. Die Häufigkeit ihrer Nennungen wird von der Wortwolke graphisch dargestellt.



Abb. 2: Antwort auf die offene Frage «Was sind Ihrer Meinung nach Themen, die Jugendliche, mit denen Sie in Kontakt sind, beschäftigen?» (N=41). Kategorisierte Liste auf feel-ok.ch/2019-ka (2b). Rohdaten auf feel-ok.ch/2019-excel (Z2). Quelle: Lehrpersonen-Umfrage 2018-2019.

Die Antwort einer Lehrerin lautet:



Was beschäftigt Jugendliche aus der Perspektive der Lehrpersonen? Soziale Medien, Smartphones, Games sowie Sexualität und Liebesbeziehungen sind die Jugendthemen, die am häufigsten genannt wurden. Auch Stress, Sucht, Freundschaft, die soziale Akzeptanz (Zugehörigkeit), die Berufswahl, die Selbstfindung und das eigene Aussehen werden relativ oft genannt. Wenig im Vordergrund, aber immer noch erwähnenswert sind, die Familie (z.B. Konflikte mit den Eltern), der Umgang miteinander, Freizeitbeschäftigungen, die Motivation («lieber Gut sein oder Spass haben?»), die psychische Gesundheit und verschiedene Konsumthemen.

Im Folgenden werden ausgewählte Aussagen von Lehrpersonen für jede Kategorie aufgelistet. Die vollständige Liste der kategorisierten Antworten finden Sie auf feel-ok.ch/2019-ka (2b). Die Rohdaten können auf feel-ok.ch/2019-excel (Z2) heruntergeladen werden.

- **Soziale Medien, Handy, Gamen (20)**

- 32 | Gamen; wie viel ist ok, wieviel ist zu viel?
- 35 | Generation Selfie / Selbstdarstellung in sozialen Netzwerken
- 38 | Soziale Medien (Cybermobbing)

- **Sexualität, Beziehung (17)**

- 3 | Sex, Beziehung
- 35 | Pornographie
- 41 | Erste Liebe / erster Geschlechtsverkehr

- **Stress (12)**

- 8 | Umgang mit Arbeits-/Schulbelastung
- 13 | Prüfungsstress (viele Prüfungen an einem Tag)
- 19 | Stress, Druck (Arbeitsplatz, Schule, Familie)
- 20 | Wie werde ich allen gerecht? (Privat, Schule, Job)
- 29 | Noten -> Zeugnis

- **Sucht (10)**

- 18 | Cannabis, Alkohol, Tabak, Kokain
- 37 | Sucht (Themen: Alkohol/Rauchen -> Grenzen ausprobieren)
- 39 | Kiffen (vor allem 3. Sek und Ältere) + dealen

- **Freundschaft (9)**

- 1 | 2 | 4 | 5 | 23 | 30 | Freundschaft

- **Zugehörigkeit (8)**

- 8 | Akzeptanz, Position in der Gesellschaft, ernst genommen zu werden
- 36 | Ansehen haben bei den anderen Jugendlichen

- **Beruf (8)**

- 23 | Lehrstellensuche

- **Selbstfindung (7)**

- 4 | Was bin ich? Was kann ich?

8 | eigene Identität

- **Körper, Aussehen (7)**

11 | Schönheitsideale

17 | Körperbild/Fitness

31 | Aussehen (Kleidung, Style)

- **Familie (6)**

1 | Probleme zu Hause

37 | Ablösung Zuhause

- **Umgang miteinander (5)**

6 | Beziehungen, Konfliktkompetenz

34 | Soziales Zusammenleben

- **Freizeit (5)**

2 | Sport, Hobbys

10 | Wünschen sich mehr Raum für sich (Arbeitsräume, Aufenthaltsraum, Chill-Gelegenheiten)

11 | Freizeitstress

- **Schule (3)**

- **Motivation (3)**

12 | Karriere oder «Gut sein» im Beruf <-> Spass haben

14 | Motivationsprobleme

- **Psychische Gesundheit (3)**

17 | Suizid

40 | Depressionen im Jugendalter

- **Konsum (keine Substanzen) (3)**

7 | Musik

15 | Geld, Konsum, Autos

Gewünschte Hilfestellung

36 Lehrpersonen haben mitgeteilt, was sie unterstützen würde, suchtspezifische Themen oder Themen zur Förderung der psychischen Gesundheit mit Jugendlichen zu vertiefen. Die zahlreichen Rückmeldungen wurden in 9 Kategorien gruppiert. Die Wortwolke drückt die Häufigkeit der Nennungen aus.



Abb. 3: Antwort auf die offene Frage «Was würde Sie darin unterstützen, suchtspezifische Themen oder Themen zur Förderung der psychischen Gesundheit mit Ihrer Schulklasse zu vertiefen?» (N=36). Kategorisierte Liste auf feel-ok.ch/2019-ka (2c). Rohdaten auf feel-ok.ch/2019-excel (Z3). Quelle: Lehrpersonen-Umfrage 2018-2019.

Eine Lehrerin hat geschrieben:

Was würde Sie unterstützen, suchtspezifische Themen oder Themen zur Förderung der psychischen Gesundheit mit Ihrer Schulklasse zu vertiefen?

mehr Zeit (3 Lektionen pro Woche + enger Schul-
lehrsplan) mehr Unterrichtsmaterialien.

Lehrpersonen wünschen in erster Linie pfannenfertige **Unterrichtsinstrumente** und fachliche Unterstützung, um die Themen Sucht und psychische Gesundheit mit Jugendlichen zu vertiefen. Manchmal wurden auch spezifische Themen (**thematische Angebote**), vor allem Sucht und Umgang mit Games sowie der Wunsch nach mehr **Zeit** im Stundenplan genannt. Wenige Lehrpersonen würden es als hilfreich betrachten, wenn Betroffene über Sucht und psychische Probleme berichteten (**Testimonials**), betonen die Wichtigkeit, **Lebenskompetenzen** zu üben oder schlagen **Ausflüge** vor. Mehr **Geld** oder mindestens

Programme, die wenig kosten und **Orientierungsinstrumente**, die helfen zu finden, was man braucht, schliessen die Wunschliste ab.

Im Folgenden werden ausgewählte Aussagen von Lehrpersonen für jede Kategorie aufgelistet. Die vollständige Liste der kategorisierten Antworten finden Sie auf feel-ok.ch/2019-ka (2c). Die Rohdaten können auf feel-ok.ch/2019-excel (Z3) heruntergeladen werden.

- **Unterrichtseinheiten, Arbeitsinstrumente (9)**

3 | Vorbereitete Lektionen

4 | Angebot von Videos zu Themen

11 | Online-Plattformen, Übungen/Aufgaben zu gewissen Themen

16 | pfannenfertige Dossiers

26 | Ein gutes Lehrmittel

34 | Pfannenfertige Themenpakete

- **Fachliche Unterstützung, Delegation (8)**

12 | Spezialisten, Leute mit Erfahrung

19 | Workshops

25 | Besuche externer Stellen

30 | Input von Fachpersonen: Welche Fragen darf ich «meiner Klasse» überhaupt stellen oder was müssen die SuS mit überhaupt erzählen

- **Thematische Angebote (6)**

8 | Snus, Alkohol, Schnupftabak

17 | Thema Kiffen auf nicht moralisierende für EVA-Lernende aufbereiten

18 | Bei Online-Umfragen (Tests) zum Suchtmittelkonsum erhält man das individuelle Resultat. Ich habe Schwierigkeiten, diese Resultate dann für weiteres Vorgehen zu nutzen

28 | Übersicht mit Gefahren, Lösungen... beim Umgang mit Handy + PC/PS

- **Zeit (5)**

12 | Mehr Zeit 😊

16 | Bessere + mehr Zeitgefässe

26 | Ein Zeitgefäss im Stundenplan (oder Sondertage)

- **Testimonials (4)**

12 | Betroffene, die den Lernenden erzählen

35 | Kontakt zu Suchtkranken. Begegnungen mit Betroffenen

- **Lebenskompetenzen (3)**

2 | Mehr soziale Aktivitäten -> Sprechen, handeln.

8 | Nein sagen, sich abgrenzen. Selbstvertrauen und Ressourcen bewusst werden und fördern

- **Ausflüge (3)**

2 | Mehr Natur -> Bewegung -> reale Welt

12 | Besuche/Exkursionen zum Thema

14 | z.B. ½ halbtägige Workshops für Schulklassen in der PUK, inkl. Vortrag darüber, was im Gehirn abläuft bei Suchtmittelkonsum (es gibt so etwas als Biologie - Weiterbildung - Wer? Wo? Teuer?»)»

- **Geld (2)**

16 | Finanzielle Ressourcen

40 | Programme, die kein grosses Budget erfordern

- **Orientierungsinstrumente (1)**

4 | Wissen, wo ich was finde in Internet. (...) Links + weitere Hinweise

Praktische Erfahrungen

«Ganz konkret: Wie würden Sie vorgehen oder was tun Sie schon, um die psychische Gesundheit in Ihren Klassen zu fördern?» 40 Lehrpersonen haben diese Frage beantwortet. Daraus sind 10 Kategorien entstanden. Die Häufigkeit der Nennungen wird von der Wortwolke graphisch dargestellt.

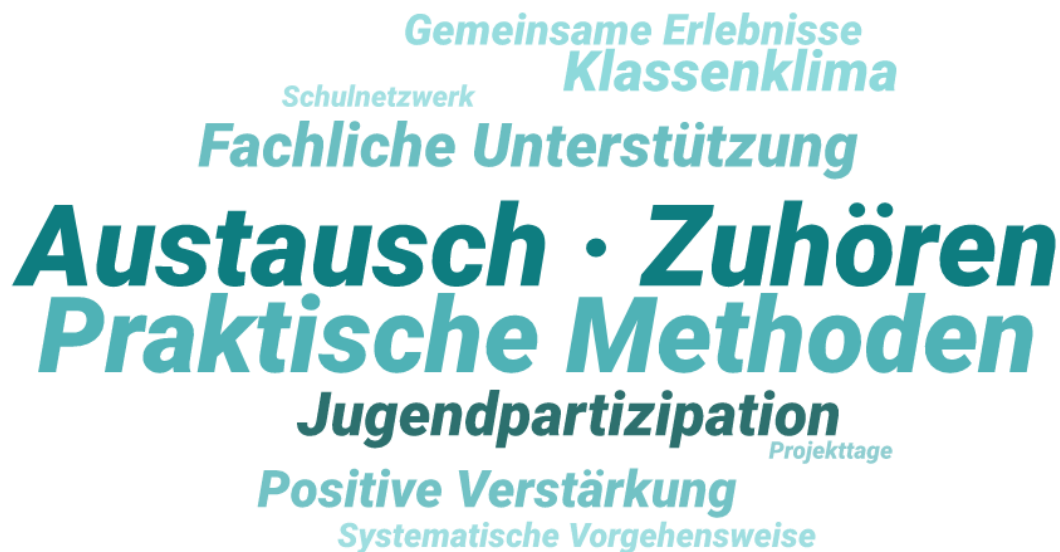
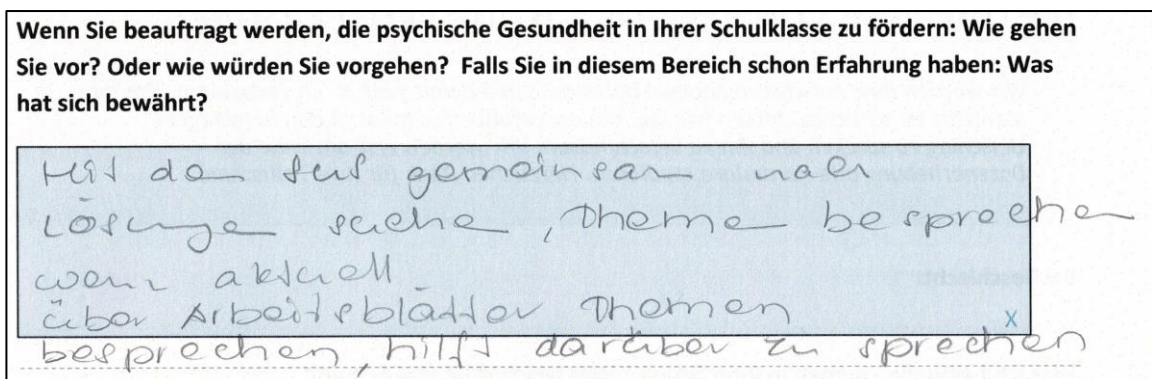


Abb. 4: Antwort auf die offene Frage «Wenn Sie beauftragt werden, die psychische Gesundheit in Ihrer Schulklasse zu fördern: Wie gehen Sie vor? Oder wie würden Sie vorgehen? Falls Sie in diesem Bereich schon Erfahrung haben: Was hat sich bewährt?» (N=40). Kategorisierte Liste auf feel-ok.ch/2019-ka (2d). Rohdaten auf feel-ok.ch/2019-excel (Z4). Quelle: Lehrpersonen-Umfrage 2018-2019.

Ein Lehrer hat geschrieben:



Der **Austausch**, die aktive Kommunikation mit den Schülern/-innen, der Aufbau einer guten Beziehung mit ihnen und ein offenes Ohr für Probleme und für Anliegen zu haben (**Zuhören**) werden oft als bewährte Ansätze genannt, um die psychische Gesundheit Jugendlicher zu fördern. Weniger oft genannt - aber sicher auch von zentraler Bedeutung - wurden ein gutes

Klassenklima («41 | Aufbau einer soliden Klassenidentität -> Alle gehören dazu -> Alle sind für einander da») und eine **jugendpartizipative** Vorgehensweise («38 | Wöchentlicher Klassenrat»). Lehrpersonen schlagen zudem eine Reihe von **praktischen Methoden vor**, die zur Förderung der psychischen Gesundheit dienen: u.a. Kummerkarten, Bewegungspausen, das Wochenbuch: «Wie geht es dir?», feel-ok.ch, Arbeitsblätter, Filme, Spiele, Befragungen, Entspannungstechniken, Zeitungsartikel, Material von regionalen Fachstellen (z.B. von der Perspektive Thurgau), Klassen-Soziogramme, **positive Verstärkungen** und **gemeinsame Erlebnisse**. Einige Lehrpersonen wünschen sich als Unterstützung ihrer Tätigkeit **fachliche Expertise** (externe Anlaufstellen, Einbezug der Schulsozialarbeit), weisen darauf hin, dass man **systematisch vorgehen** soll, dass Schulleitung und andere Lehrpersonen beteiligt werden sollten (**Schulnetzwerk**) und/oder schlagen **Projektstage** vor.

Im Folgenden werden ausgewählte Aussagen von Lehrpersonen für jede Kategorie aufgelistet. Die vollständige Liste der kategorisierten Antworten finden Sie auf feel-ok.ch/2019-ka (2d). Die Rohdaten können auf feel-ok.ch/2019-excel (Z4) heruntergeladen werden.

- **Kommunikation · Austausch · Problemlösung · Zuhören · Beziehung (21)**

1 | Gespräche, Diskussionen, Probleme ansprechen! Umgang miteinander (keine Beleidigungen. Ausgrenzungen).

18 | Befindlichkeit der Lernenden durch Einzelgespräch «abklären»

- **Praktische Methoden · Achtsamkeit (21)**

1 | Kummerkarten, Bewegungspausen

3 | Wochenbuch: Wie geht es dir? feel-ok.ch.

4 | Über Arbeitsblätter Themen besprechen, hilft es darüber zu sprechen

5 | Internetrecherche / Literatur zum Thema beschaffen

32 | Gutes Material von Perspektive Thurgau: Themen wie Alkohol, Rauchen oder Mobbing haben wir schon mehrmals angesprochen

33 | Mehr Sport machen. Laufen (Bewegung). Gesunde Ernährung.

34 | Klassen Soziogramme. Soziales Lernen. TZI (*themenzentrierte Interaktion*).

40 | Regelmässiges Reflektieren: Wie geht es mir? Was belastet mich? Aktuelle Forschung thematisieren / Artikel gemeinsam lesen.

- **Fachliche Unterstützung (7)**

9 | Anlaufstellen lernen

10 | Samowar, wie kann man helfen (Methoden, Kontaktperson)

28 | Schulsozialarbeiterin einbeziehen

- **Jugendpartizipation (7)**

4 | Mit den Schülern gemeinsam nach Lösungen suchen

5 | Mit Klasse besprechen / abstimmen, welches Thema sie interessiert

- **Klassenklima (6)**

26 | Ich schaffe ein angenehmes, offenes Schulklima.

41 | Aufbau einer soliden Klassenidentität -> Alle gehören dazu -> Alle sind für einander da

- **Positive Verstärkung, Empowerment (5)**

23 | Ritual 7. Klasse: «Warme Dusche» -> Etwas Nettes über den Kollegen sagen. Positive Einträge (...) den negativen vorziehen, Stärken fördern

26 | Ich gebe den Schülerinnen und Schüler Raum zur Entwicklung und Selbstverwirklichung.

39 | Selbstbewusstsein stärken. Erfolgserlebnisse ermöglichen. Wertschätzung entgegenbringen. Klasse ernst nehmen

- **Gemeinsame Erlebnisse (4)**

1 | Gemeinsame Erlebnisse

6 | Erlebnisse ausserhalb des Schulhauses ermöglichen

- **Systematische Vorgehensweise (4)**

19 | 1. Problembereiche sammeln. 2. Vorwissen bez. Handlungskompetenzen sammeln. 3. Optionen und Zusatzinformationen bearbeiten. 4. Lerninhalte festigen / evaluieren

- **Schulnetzwerk (3)**

7 | Koordination via Schulleitung / SP, Kollegium. Keine isolierten Massnahmen

- **Projektstage (2)**

Wirkung

Lehrpersonen wenden eine Reihe von Strategien zu Gunsten des Wohlbefindens Jugendlicher an. Zeigen diese Bemühungen Wirkung? Diese Frage lässt sich mindestens teilweise mit SPRINT¹ beantworten. 501 12-15-Jährige haben an 29 SPRINT-Umfragen teilgenommen, bei denen die Frage gestellt wurde: «Welchen Aussagen zu deiner Schule stimmst du zu?».

Die Ergebnisse zeigen, dass die Mehrzahl der Befragten mit der Schulklasse eine gute Beziehung hat, sich in der Schule wohl fühlt, weiss, an wem sie sich wenden kann, falls Hilfe benötigt wird, auf die Unterstützung des Klassenlehrers zählen kann und auch sonst mit den Lehrern eine gute Beziehung hat. Eine grosse Minderheit weist zudem darauf hin, dass sie bei bestimmten Themen Mitentscheidungsrecht haben.

Diese Befunde weisen darauf hin, dass Lehrpersonen einen aktiven und wirksamen Beitrag zur Förderung der psychischen Gesundheit Jugendlicher leisten. Verbesserungen sind auch möglich: Dabei brauchen sie aber Ideen, Materialien, (fachliche) Unterstützung und Zeit.

Tab. 1: Antworten auf die Frage «**Welchen Aussagen zu deiner Schule stimmst du zu?**» (12-15-J.). Tabelle auf feel-ok.ch/2019-excel (C). Quelle: SPRINT.

N=501 29 Umfragen	
Ich habe zu mehreren Schulklassenkameraden eine gute Beziehung	77%
Ich fühle mich an meiner Schule wohl	67%
Wenn ich Hilfe benötige, weiss ich, an welche erwachsene Person ich mich an meiner Schule wenden kann	58%
Meine Klassenlehrer/-in würde mir helfen, wenn ich Unterstützung brauchen würde	55%
Ich habe zu mehreren Lehrern/-innen eine gute Beziehung	54%
Bei Entscheiden, die die Klasse betreffen (z.B. Gestaltung von Projektwochen...) können wir mitentscheiden	45%
In den Klassenstunden werden unsere Anliegen und Sorgen behandelt	35%
Meine Lehrer/-innen merken, wenn ich in einer schwierigen Situation stecke und Hilfe brauche	30%
Wenn ich könnte, würde ich die Schule wechseln	11%
Wenn ich könnte, würde ich die Schulklasse wechseln	9%

¹ Mehr zur Datenerhebung mit SPRINT finden Sie im Jugendbericht auf feel-ok.ch/2019-jb (Kapitel Methode).

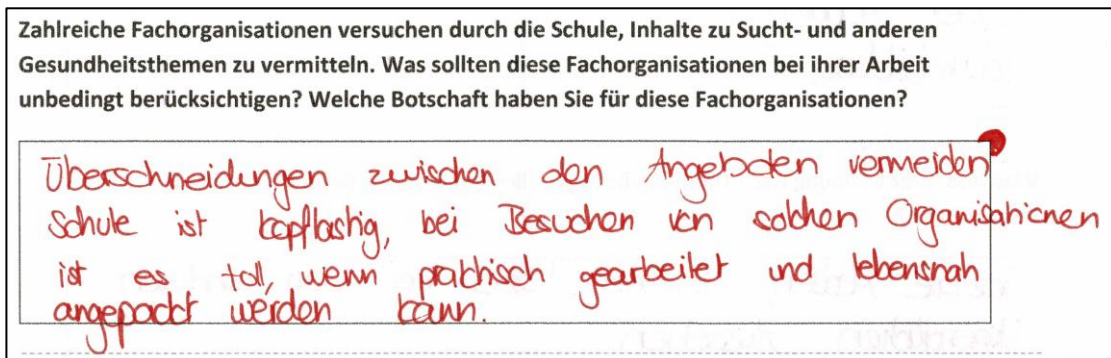
Empfehlungen für Fachorganisationen

40 Lehrpersonen haben zahlreiche Anregungen formuliert, welche Unterstützung sie sich von Fachorganisationen wünschen, um Inhalte zu Sucht- und anderen Gesundheitsthemen, mit Schulklassen zu vertiefen. Aus diesen Antworten sind 8 Kategorien entstanden, deren Nennungshäufigkeit von der Wortwolke graphisch dargestellt ist.



Abb. 5: Antwort auf die offene Frage «Zahlreiche Fachorganisationen versuchen durch die Schule, Inhalte zu Sucht- und anderen Gesundheitsthemen zu vermitteln. Was sollten diese Fachorganisationen bei ihrer Arbeit unbedingt berücksichtigen? Welche Botschaft haben Sie für diese Fachorganisationen?» (N=40). Kategorisierte Liste auf feel-ok.ch/2019-ka (2e). Rohdaten auf feel-ok.ch/2019-excel (Z5). Quelle: Lehrpersonen-Umfrage 2018-2019.

Eine Lehrerin hat geschrieben:



Lehrpersonen wünschen sich von Fachorganisationen **Unterrichtsmaterialien**. Und welche **Eigenschaften** diese haben sollten, dazu haben Lehrerinnen und Lehrer klare Vorstellungen. Unterrichtsmaterialien sollten u.a. videogestützt sein, kurze Texte, Bilder und Symbole enthalten, flexibel einsetzbar und vielfältig sein, an Sprache und Alter Jugendlicher angepasst werden (zielgruppengerecht), spielerisch, humorvoll, interaktiv und wenig zeitintensiv sein (kurze Einheiten), in den Unterricht einbettbar sein und / oder aktuelle Inhalte vertiefen. Auf keinen Fall dürfen sie von moralisierenden Botschaften geprägt sein. Eine «missionarische» Haltung, im Sinne "den Jugendlichen erklären, wie sie zu leben haben", kommt in der Regel

nicht gut an (No-Go). Einige Lehrpersonen betonen die Wichtigkeit, Jugendliche abzuholen, wo sie stehen, sie aktiv einbeziehen und auf ihre **Interessen** Rücksicht nehmen. Dass es sich dabei um eine herausfordernde Aufgabe handelt, wird von einem Lehrer auf den Punkt gebracht: «22 | *In der Oberstufe sind all die Klassen unterschiedlich reif, auch innerhalb der Klasse sehr grosse Unterschiede. Braucht Fingerspitzengefühl*».

Wenige Lehrpersonen weisen darauf hin, dass mit einem Einsatz Kompetenzen trainiert bzw. der Fokus auf Lösungen und Stärken ausgerichtet werden sollte (**Ziele**). Eine Minderheit schlägt vor, mit **Testimonials** zu arbeiten, Jugendliche auf die **Folgen** bestimmter Verhaltensweisen aufmerksam zu machen, Angebote zu **koordinieren** bzw. gut zu kommunizieren sowie **Eltern** zu beteiligen.

Im Folgenden werden ausgewählte Aussagen von Lehrpersonen für jede Kategorie aufgelistet. Die vollständige Liste der kategorisierten Antworten finden Sie auf feel-ok.ch/2019-ka (2e). Die Rohdaten können auf feel-ok.ch/2019-excel (Z5) heruntergeladen werden.

- **Unterrichtsmaterial · Eigenschaften (18)**

1 | Konkrete Unterrichtsmaterialien wären toll, v.a. Filmbeispiele & Arbeitsblätter dazu (Die Jugendlichen können über Filme gut abgeholt werden) die man direkt downloaden und einsetzen kann. Materialien sollten nicht zu textlastig sein, sondern mit Bildern & Symbolen arbeiten!

4 | Angebote mit verschiedenen Möglichkeiten. Verschiedene Zugänge ermöglichen. Arbeitsblätter, Videos, Texte etc. (*Flexibilität, Vielfalt*)

5 | Angepasst an Sprache / Alter der Jugendlichen (*Zielgruppengerecht*)

19 | Zeit! Es ist klar, dass man tolle Dinge zu Prävention und Sicherheit mit Klassen machen kann, aber an Berufsschulen ist der Lehrplan so straff bei so wenig Lektionen, dass man hierfür schlicht nicht viel Zeit hat. -> Kürzere Blöcke / Projekte; Vorbereitung darauf evtl. Online im Vorfeld (ausserhalb der Schulzeit)

20 | Zeithorizont: Kleine, kurze, aber gut strukturierte Unterrichtseinheiten sind dienlicher als solche, die über längere Zeitabschnitte dauern

21 | Möglich einfach in den Unterricht einbetten.

23 | Spielerisch / Humorvoll

36 | Schule ist kopflastig, bei Besuchen von solchen Organisationen ist es toll, wenn praktisch gearbeitet und lebensnah angepackt werden kann.

- **No-Go (9)**

10 | Keine Vorschriften machen, sondern Empfehlungen und Ratschläge

17 | Nicht moralisieren

24 | Abschreckung und Predigen funktionieren bei vielen kaum. Ich finde Aufklärung sehr wichtig, jedoch sollte sie fachlich sein.

27 | Persönlich vorbeikommen, dabei nicht missionarisch sein

40 | Offene Gespräche zu diesen Themen sind oftmals nicht möglich (Scham, Selbstbewusstsein, Rolle LP-Sus) *(Deswegen sind sachbezogene Programme nötig.*

- **Interessen, Jugendbeteiligung (8)**

5 | Themen besprechen, die die Jugendlichen auch wirklich beschäftigt, z.B. vorher Umfrage

10 | Die Jugendlichen aktiv mit einbeziehen

22 | In der Oberstufe sind all die Klassen unterschiedlich reif, auch innerhalb der Klasse sehr grosse Unterschiede. Braucht Fingerspitzengefühl

25 | Die Schüler/innen sollen die Möglichkeit erhalten, offen anonyme Fragen stellen zu können, die beantwortet werden. Evtl. Arbeit über längere Zeitspanne

- **Ziele (4)**

6 | Lesekompetenzen fördern. Risikokompetenzen fördern

11 | lösungsorientiert bleiben

12 | den Lernenden Mut machen. Zeigen, dass jeder in seiner Art «normal» ist

33 | Fokus auf das Positive richtigen (Bewegung, Ernährung...)

- **Testimonials, Geschichten (3)**

3 | Kontakte zu echten Menschen bleiben in der Erinnerung

29 | Persönlicher Bezug schaffen (jemand kommt und erzählt von sich selbst): Verwandtschaft / Bekanntschaft, Freunde

- **Folgen (3)**

15 | Konsequenzen aus entsprechendem Verhalten aufzeigen

- **Koordination (3)**

7 | Angebot über eine! Plattform, Wirkung-Messung, Label. Sonst: Chaos & Unsinn

36 | Überschneidungen zwischen den Angeboten vermeiden

- **Eltern (3)**

9 | Lehrbetriebe und Eltern einbeziehen, damit alle am gleichen Strich ziehen.

Nachträglich wurde im Verlauf der Datenerhebung eine zusätzliche Frage im Formular eingefügt, die von 17 Lehrpersonen beantwortet wurde: «*Wie sollen Projekte, Materialien, didaktische Unterrichtseinheiten... aufgebaut sein, damit Sie Gesundheitsförderung und Prävention im Rahmen des Lehrplans 21 gut umsetzen können?*»

Die Antworten bestätigen weitgehend die Rückmeldungen zur vorherigen Frage. Gewünscht werden Arbeitsinstrumente, die flexibel sind, in kurzen Zeiteinheiten einsetzbar, wenn möglich digital verfügbar und für verschiedene Zielgruppen adaptierbar. Sie sollten zudem die Selbstreflexion anregen, so dass die Schüler/-innen eine eigene Meinung bilden können, auf persönliche Fragen eingehen und spannende Inhalte vertiefen. Die Inhalte selbst müssen leicht verständlich und nicht zu text- bzw. kopflastig sein. Aktivierende Übungen mit Interaktionselementen werden begrüsst. Spezifisch zum Thema Lehrplan 21 war die Aussage des folgenden Lehrers:

Wie sollen Projekte, Materialien, didaktische Unterrichtseinheiten... aufgebaut sein, damit Sie Gesundheitsförderung und Prävention im Rahmen des Lehrplans 21 gut umsetzen können?

- klarer Bezug zu den Kompetenzen des LP 21 -> Lernzielangabe, Vorkurs
 - Modularer Aufbau: Je nach Stufe, Klasse etc. adaptierbar (mehr <-> weniger)

Im Folgenden werden ausgewählte Aussagen von Lehrpersonen für jede Kategorie aufgelistet. Die vollständige Liste der kategorisierten Antworten finden Sie auf feel-ok.ch/2019-ka (2f). Die Rohdaten können auf feel-ok.ch/2019-excel (Z6) heruntergeladen werden.

- **Flexible Umsetzung, Dauer (7)**

28 | sollen differenziert sein (Schüler haben unterschiedliches Vorwissen)

29 | In kurzen Einheiten zu einer Lektion

32 | Für mich wäre es hilfreich, wenn Vorlagen existieren würden, die sich 1:1 im Unterricht anwenden lassen, sodass ich selber zu einem passenden Zeitpunkt die Themen in dem Unterricht einbauen kann (Bsp. Beim Thema Atmung das Rauchen etc.)

35 | Wenig Papier, Digital, eventuell Broschüren

38 | Offene, längere Projekte, Reichhaltige Aufgaben bieten,

41 | Modularer Aufbau: Je nach Stufe, Klasse etc. adaptierbar (mehr <-> weniger)

- **Selbstreflexion, persönliche Relevanz, Interessen (6)**

24 | und sie sollte möglichst viel zur Selbstreflexion anregen

25 | Authentisches Material. Sus sollen eigene Meinung entwickeln können.

- **Einfache Inhalte (4)**

24 | Leicht verständlich anschaulich

27 | einfach und klar

29 | Bilder, nicht zu viel Text

- **Handlung (3)**

23 | Für die Sek B gilt: Wir haben aktuell zu viele kopflastigen / kognitiven Fächer. Brauchen Bewegung + Handlung.

30 | Input: Ein Thema behandeln (wenn möglich in der Gruppe). Diskussion im Plenum. Gemeinsamen Lösungsweg suchen. Mit Plakaten arbeiten.

34 | Aktivierend - Interaktion

- **Orientierung (1)**

41 | Klarer Bezug zu den Kompetenzzielen des LP 21 -> Lernzielangabe, Verweise

Jugendliche und Lehrpersonen | Zwei Perspektiven

Was beschäftigt Jugendliche? Sowohl 12-16-Jährige wie auch ihre Lehrpersonen haben diese Frage beantwortet. Wenn man nun die zwei Wortwolken vergleicht, fällt auf einen Blick auf, dass sie nicht ähnlich aussehen.

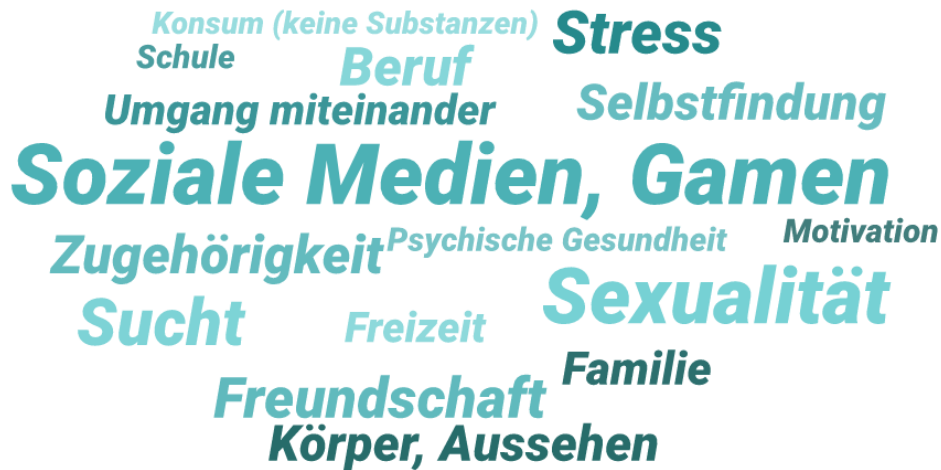


Abb. 6: Antwort auf die offene Frage «**Was sind Ihrer Meinung nach Themen, die Jugendliche, mit denen Sie in Kontakt sind, beschäftigen?**» (N=41, S.9). Quelle: Lehrpersonen-Umfrage 2018-2019.



Abb. 7: Antwort auf die offene Frage «**Was beschäftigt dich zurzeit? Was macht dir Sorgen? Worüber möchtest du mehr erfahren?**» (N=224). Siehe Jugendbericht auf feel-ok.ch/2019-ib, Kapitel 3b. Quelle: Schulumfrage 2018-2019.

Lehrpersonen gehen davon aus, dass für Jugendliche die Themen «Soziale Medien, Handy, Gamen», «Sexualität, Beziehung», «Stress» und «Sucht» im Vordergrund stehen. Die Jugendlichen nennen vor allem die «Schule» und die «Lehrstellensuche» als Hauptthemen, die sie beschäftigen. Ziemlich oft werden auch Sport, Freizeit und Familie erwähnt.

Wer hat nun recht? Vermutlich beide aufgrund unterschiedlicher Blickwinkel und Lebenserfahrungen. *Über die Gründe der unterschiedlichen Wahrnehmungen darf man spekulieren.*

Beispiel «**Soziale Medien, Handy, Gamen**»: Diese Phänomene gehören zum Leben Jugendlicher wie der Sauerstoff in ihren Lungen. Für fast alle Jugendlichen sind sie eine Selbstverständlichkeit und nicht so oft eine Quelle von Problemen. Daher nennen wenige Jugendliche den Onlinekonsum als etwas, was sie beschäftigt. Anders sieht es bei den Lehrpersonen aus. Sie überlegen, welche Folgen diese Werkzeuge für Jugendliche haben und wie sie damit umgehen müssen. Soziale Medien, Handys und Games beschäftigen Lehrpersonen. Daher werden sie oft genannt. Auch wenn die Jugendlichen den Umgang mit diesen Werkzeugen nicht so oft nennen, heisst das trotzdem nicht, dass das Thema für sie weniger wichtig ist.

Beispiel Thema «**Sucht**». Die Mehrzahl der 12-15-Jährigen hat kein Suchtproblem... und jene mit einem Suchtproblem werden es mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit verneinen oder relativieren. Daher überrascht es kaum, dass Jugendliche das Thema «Sucht» als etwas, was sie beschäftigt, nur selten nennen. Lehrpersonen hingegen wissen ganz genau, wie viel die Schule von Jugendlichen abverlangt und dass der Konsum von psychoaktiven Substanzen nicht nur der Gesundheit schadet, sondern auch die schulische Leistung und die weitere Entwicklung beeinträchtigen kann. Daher ist es wenig überraschend, dass das Thema «Sucht» von Lehrpersonen ziemlich oft genannt wird.

Beispiel «**Sexualität und Liebesbeziehung**»: Für Lehrpersonen handelt es sich um ein Top-Thema Jugendlicher. Junge Menschen nennen es kaum. Über die Gründe kann man nur Vermutungen anstellen. Womöglich betrachten junge Menschen das Thema als zu privat, um darüber mit einer offenen Antwort in einer Umfrage zu berichten. Die Tatsache, dass 33% der befragten Jugendlichen auf die Frage «Für welche Themen interessierst du dich?» die vorgegebene Antwort «Beziehung | Liebe | Sexualität»² und 31% für die Frage «Wer oder was brauchst du unbedingt, um glücklich zu sein?»³ die Antwort «Liebespartner/Liebespartnerin» gewählt haben, deutet klar darauf hin, dass Lehrpersonen mit ihrer Einschätzung nicht falsch liegen.

Wenn man die Häufigkeit der Nennungen ausser Acht lässt und stattdessen prüft, ob Jugendliche und Lehrpersonen die gleichen Themen erwähnen, dann ergibt sich ein hoher Übereinstimmungsgrad zwischen den zwei Perspektiven. Dies findet man heraus, wenn man die

² Siehe Jugendbericht auf feel-ok.ch/2019-jb, Kapitel 3d

³ Siehe Jugendbericht auf feel-ok.ch/2019-jb, Kapitel 4e

Aussagen der befragten Gruppen vergleicht. Trotzdem gibt es unterschiedliche Akzente und Färbungen in der Bewertung der Situation. Daraus folgt die Erkenntnis, dass für Programmleitende sinnvoll ist, nicht nur die Perspektive der Zielgruppe oder der Multiplikatoren zu erfassen, sondern Informationen aus beiden Quellen zu erhalten.

Tab. 2: Aussagen von Jugendlichen und von Lehrpersonen auf die Frage: «**Was beschäftigt Jugendliche?**». Quelle: Schulumfrage 2018-2019.

	Jugendliche	Lehrpersonen
Schule	X	X
Lehrstelle	X	X
Sport, Freizeit	X	X
Familie	X	X
Zukunft (nicht berufsbezogen)	X	X
Online-Konsum	X	X
Freundschaft	X	X
Identität, Selbstvertrauen, Selbstwahrnehmung, soziale Vergleiche	X	X
Ausgrenzung, Mobbing, soziale Konflikte	X	X
Besondere Interessen	X	-
Klima	X	X
Welt	X	X
Beruf (Allgemein)	X	X
Liebe	X	X
Substanzen	X	X
Geld	X	X
Psychische Probleme	X	X
Leben	X	-
Körperliche Gesundheit	X	-
Körper, Aussehen	-	X
Motivation	-	X

Implikationen

Jede Programmleiterin wie jeder Programmleiter wird aus dieser Fülle von Informationen, die man im Jugendbericht (feel-ok.ch/2019-jb) wie auch im vorliegenden Lehrpersonen-Bericht lesen kann, eigene Schlussfolgerungen ableiten.

Als verantwortliche Person für feel-ok.ch beschäftigt mich auch die Frage, welche Auswirkungen die Erkenntnisse der Schulumfrage 2018-2019 für die Webplattform haben. Interessierte finden eine Auswahl meiner Überlegungen auf dieser und auf der nächsten Seite.

- **Austausch**

Aus den Umfragen, aber auch aus den Gesprächen mit Jugendlichen und Lehrpersonen habe ich viel gelernt. Die verschiedenen Eindrücke haben mein Wissen geprägt, was mich unterstützt, das Interventionskonzept von feel-ok.ch mit gutem Fundament weiterzuentwickeln. Deswegen ist meine erste Erkenntnis, dass ich in Zukunft - so weit die Ressourcen es erlauben - weiterhin die verschiedenen Anspruchsgruppen beteiligen und zuhören möchte, wenn ich den Auftrag habe, neue Produkte für sie zu entwickeln.

- **Aufwand**

Dennoch möchte ich nicht verschweigen, wie gross der Aufwand war, Klassen in verschiedenen Kantonen zu rekrutieren, die Datenerhebungsmethodik zu verfeinern, alle Antworten zu transkribieren und zu kategorisieren, alle verfügbaren Daten wissenschaftlich auszuwerten und die Berichte zu verfassen. Eine solche Arbeit benötigt viel Zeit, eine geeignete Finanzierung und ganz schön viel Ausdauer. Leider haben nur wenige Gönner die Möglichkeit, den intensiven Austausch mit den Anspruchsgruppen zu finanzieren. Daraus ergibt sich meine nächste Empfehlung:

- **Erkenntnisse verbreiten**

Man muss sich nichts vormachen: Auch im Non-Profit-Bereich besteht ein gewisser Wettbewerb, wenn es darum geht, Ressourcen für Projekte zu akquirieren oder Jugendliche in bestimmten Settings zu erreichen. Der Wettbewerb sollte aber nicht die Verbreitung von Erkenntnissen verhindern, denn die Kosten sind zu hoch, wenn Projekte realisiert werden, die zwar gut gemeint sind, aber von den Anspruchsgruppen nicht getragen werden. Die Verbreitung von Erkenntnissen betrachte ich als eine der wichtigen Aufgaben aller Organisationen, die im Non-Profit-Bereich tätig sind. Und das ist der Grund, warum dieser detaillierte Bericht verfasst wurde und breit bekannt gemacht wird.

- **Schulen tun schon viel, Begleitung auf Anfrage**

In den letzten Jahren habe ich viele Schulklassen in Anwesenheit von Lehrpersonen

besucht und habe dabei gelernt, den wichtigen Beitrag dieser Berufsgruppe für die Jugendförderung zu schätzen (ganz wenige Ausnahmen gab es auch... aber sie sind nicht die Rede wert). Als «Fachperson» besteht manchmal ein gewisses Risiko, dass man zu wissen glaubt, was Lehrpersonen brauchen. Wenn man diese Einstellung nicht kritisch hinterfragt, kann das zur Folge haben, dass Produkte entwickelt werden, die sich die Schule nicht wünscht. Heute verstehe ich meine Aufgabe in Verbindung mit feel-ok.ch als Supporter. Ich muss verstehen, was Lehrpersonen (und Jugendliche) brauchen, um im Rahmen des Möglichen und meines Auftrages Instrumente zu bieten, die ihre Arbeit unterstützen.

- **Doch Unterrichtsmaterialien, aber wie?**

Lehrpersonen haben unterschiedliche Bedürfnisse. Viele davon wünschen sich jedoch Unterrichtsinstrumente, die den heutigen Anforderungen gerecht sind. Adjektive dazu sind: flexibel, vielfältig, wenig textlastig, einfach, videogestützt, spielerisch, humorvoll, interaktiv, zeitschonend, aktuell und auf Interesse basierend. Auch die Jugendlichen haben wir mit einer ähnlichen Frage konfrontiert. Die lautete: «*Wenn dir dein Lehrer / deine Lehrerin die Aufgabe geben würde, ein Suchtthema mit der Klasse zu vertiefen, wie würdest du es behandeln, so dass es für deine Kollegen interessant ist?*»⁴. Einige ihrer Antworten dazu sind: Persönliche Relevanz, spielerisch, interaktiv, mit Beispielen und Videos arbeiten und Vielfalt. Wenn man die Antworten Jugendlicher mit jenen der Lehrpersonen vergleicht, sehen sie ziemlich ähnlich aus. Für feel-ok.ch bedeuten diese Erkenntnisse, in Zukunft Methoden zu entwickeln, die obige Kriterien erfüllen.

- **Nicht nur Wissen, sondern auch Kompetenzen**

Kompetenzen, die das Zusammenleben erleichtern, aber auch solche, die den Selbstfindungsprozess ermöglichen, werden nicht nur von Jugendlichen, sondern auch von Lehrpersonen gewünscht. Beide Perspektiven untermauern die Notwendigkeit, sich in Zukunft nicht nur auf Wissen zu konzentrieren, sondern auch Lebenskompetenzen zu fördern.

Diese und weitere Erkenntnisse haben die Strategie von feel-ok.ch geprägt. Wer dazu mehr Informationen wünscht, sei auf die Seite feel-ok.ch/onlineVortraege mit Videobeiträgen verwiesen.

⁴ Siehe Jugendbericht auf feel-ok.ch/2019-jb, Kapitel «Didaktische Empfehlungen Jugendlicher»