

Inhalt

Einleitung	8
Teil 1: Schülergesundheit	11
1.1 Die neue Kindrolle in der Gesellschaft	11
1.2 Die gesundheitlichen Belastungen der Schüler	13
1.2.1 Bewegungsmangel	15
1.2.2 Fehlernährung und Übergewicht	20
1.2.3 Psychische Gesundheit	24
1.2.4 Schulrhythmus	28
1.2.5 Rauchen	32
1.3 Die Rolle der Eltern	35
1.4 Gesundheit und Pädagogik	37
Teil 2: Lehrergesundheit	40
2.1 Die berufsspezifischen Belastungen	41
2.1.1 Organisation des Schulalltages	44

2.1.2	Lärmbelastungen	47
2.1.3	(Beziehungs-)Anforderungen im Lehrerberuf	49
2.1.3.1	Das Lehrer-Schüler-Verhältnis	51
2.1.3.2	Das Lehrer-Eltern-Verhältnis	53
2.1.3.3	Das Lehrer-Lehrer-Verhältnis	56
2.1.3.4	Das Lehrer-Vorgesetzten-Verhältnis	60
2.2	Die Bewältigung beruflicher Belastungen	65
2.3	Die Folgen: Burnout im Lehrerberuf	68
2.4	Präventionsansätze	71
2.4.1	Verhaltens- und Verhältnisprävention	71
2.4.2	Der partizipative Ansatz: Was Lehrer wichtig finden	76
Teil 3: Organisationsentwicklung im Setting Schule		85
3.1	Bildungsromantik und Retro-Trend: Zurück zur guten alten Zeit	91
3.2	Setting Schule: Modeerscheinung oder Strategie?	93
3.3	Vertrauen und Partizipation in der Schule	95
3.4	Bildungstheoretische Aspekte der Gesunden Schule	98
3.5	Die strukturellen Probleme der Gesunden Schule	101
3.5.1	Die Regolorientierung	103
3.5.2	Die Kultur der Fremdbewertung	105
3.5.3	Die Ökonomie der fixen Kosten	109

3.5.4	Die Öffentlichkeitsarbeit	111
3.6	Gesunde Schule als Beitrag zur Qualitätssicherung	113
3.7	Evaluation der Gesunden Schule	116
3.8	Betriebliches Gesundheitsmanagement in der Schule	118
Teil 4: Projektbeispiele zur Gesunden Schule		121
4.1	Das ZAGG-Modell	121
4.2	Netzwerk Lehrgesundheit Mecklenburg-Vorpommern	126
4.2.1	Aufbau eines Netzwerkes mit Unterstützungsangeboten für Lehrer	128
4.2.2	Ausbildung zum Schulentwicklungsberater für Lehrgesundheit	130
4.3	Audit Gesunde Schule	133
4.4	gesund leben lernen	135
4.5	BildungsCent e. V.	137
4.6	Ansprechpartner	140
Teil 5: Plädoyer		141
Literatur		144
Die Autoren		159