

Konzept für Gesundheit und Prävention an der Luisenschule

Das Präventionskonzept ist grundsätzlich so angelegt, dass in der Sekundarstufe I durch ein Projekt pro Schuljahr schwerpunktmäßig präventive Grundlagen geschaffen werden.

In der Sekundarstufe II steht die individuelle Einzelfallberatung im Mittelpunkt und es werden ggf. die Kontakte zu den entsprechenden Beratungsstellen hergestellt (Ginko, Beratungsstelle der AWO, Caritas, RICK oder Jugendberatung).

Das Konzept ist über viele Jahre entstanden und beruht auf dem Engagement der betreuenden Lehrkräfte, die die Projekte organisieren bzw. durchführen und die Kontakte zu den außerschulischen Partnern pflegen.

Jahrgangsstufe 5

Bereich: Medien

Cybermobbing Präventionsprojekt

Ein Team von Lehrern besucht die Klassen, informiert und arbeitet mit den Schülern in Gruppenarbeiten zu dem Thema „Mobbing“ und verwandten Themen wie z.B.:

Handynutzung, Recht am eigenen Bild, Filme, Datenschutz, Whatsapp-Nutzung, tiktok, Posten von Bildern und Texten, Vorsicht in Chatrooms, Kontakt zu fremden Erwachsenen mit falscher Identität im Netz, u.a..

Hierfür stehen für jede Klasse 3 Schulstunden zur Verfügung

Bereich: Psychische Gesundheit

Ein Lehrerteam veranstaltet einen Workshop mit jeder Klasse mit dem Ziel, ein Bewusstsein für Resilienz und mentale Gesundheit im Schulalltag zu schaffen.

Für jede Klasse stehen 2 Schulstunden zur Verfügung.

Bereich: Verkehrssicherheit

„Achtung Auto“

Ein Team der Polizei kommt in die Schule und vermittelt den Klassen anhand von praktischen Übungen auf dem Schulhof wichtige Regeln zur Verkehrssicherheit.

Für jede Klasse steht 2 Schulstunden zur Verfügung.

Jahrgangsstufe 6

Bereich: Sexualkunde

„Aufklärungsstunde“

Zielgruppe: Mädchen

Die Gynäkologin, Frau Dr. Bautista, kommt in die Klassen und spricht mit den Schülerinnen über Sexualkunde aus medizinischer Sicht. Was verändert sich in meinem Körper und wie gehe ich damit um? In diesem Modul der sexualpädagogischen Prävention steht damit der Aspekt der „Aufklärung“ im Vordergrund.

Hierfür stehen für jede Klasse 2 Schulstunden zur Verfügung.

Jahrgangsstufe 7

Bereich: Sexualpädagogische Prävention

Präventionsprojekt gegen sexuelle Gewalt / Übergriffigkeit

Ein Team der AWO führt dieses Projekt in den Klassen durch.

Zum einen geht es um Information über und die Definition von sexueller Gewalt. Wo beginnt diese?, was ist noch okay und was nicht? und ähnliche Fragen. Zum anderen wird besprochen, wie man sich davor schützt und an wen man sich vertrauensvoll wenden kann, wenn man Hilfe braucht. Die Schüler/innen erhalten dazu nähere Information u.a. zu Beratungsstellen und Möglichkeiten der Kontaktaufnahme.

Besonders auch die Gefahren im Internet, wie Sexting (bezeichnet das Verhalten, sexuell orientierte Nachrichten, Fotos oder Videos über private Kommunikation per mobilem Messaging zu verschicken) werden thematisiert.

Die Inhalte werden in Workshops, Rollenspielen, Quizrunden altersgerecht erarbeitet.

Begleitend findet dazu ein **Elternabend** statt, der sich aus Elternperspektive mit dem Thema befasst.

Auf welche Signale sollten wir achten? Wie erkennen wir rechtzeitig die Veränderungen an unseren Kindern? An wen können sich Eltern wenden? Wie geht man mit Verdachtsfällen um? Und ähnliche Fragen.

Hierfür stehen für jede Klasse 1 Schultag zur Verfügung.

Weitere Informationen unter: www.awo-mh.de

Jahrgangsstufe 8

Bereich: seelische Gesundheit

„Verrückt? Na und?“ Projekt gegen psychische Erkrankungen

Zum Ende der 8. Klasse führt ein Team der Caritas das Projekt durch.

In Workshops, Kreisgesprächen und Gruppenarbeiten erarbeitet das Team der Caritas zusammen mit den Schüler/-innen Themen psychischer Gesundheit wie z.B. Ängste, Sorgen, Depressionen oder auch sexuelle Orientierung und Diversität.

Dabei bekommen die Schüler/innen auch die Möglichkeit mit einem/er Betroffenen zu sprechen und von dessen/deren Erfahrungen zu hören.

Da seelische Stabilität auch ein wesentlicher Schutzmechanismus vor Suchtverhalten ist, ist dies auch ein Anliegen dieses Projekts.

Hierfür steht 1 Schultag zur Verfügung (je nach Möglichkeit)

Weitere Informationen unter: www.irsinnig-menschlich.de

Jahrgangsstufe 8/9

Bereich: gesunde Ernährung

Ernährungslehre-Wahlfach

Im Rahmen des Unterrichts beschäftigt sich dieses Wahlfach theoretisch und praktisch mit den Aspekten einer gesunden Ernährung und thematisiert auch den Bereich „Essstörungen.“

ab Jahrgangsstufe 8

Bereich: medizinische Versorgung

Schulsanitätsdienst

Schülerinnen und Schüler können sich in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten Kreuz zu Schulsanitätern/innen ausbilden lassen. In dieser Funktion übernehmen sie z.B. den Schulsanitätsdienst in den Pausen oder bei Schulveranstaltungen, eignen sich medizinisches Wissen an und übernehmen Verantwortung.

Jahrgangsstufe 9

Bereich: Suchtprävention

„check-it“ – Ginko Fachstelle

Das Modul Suchtprävention besteht aus mehreren Bausteinen und wird von der Ginko-Stiftung durchgeführt: <https://www.ginko-stiftung.de/muelheim/default.aspx>

- a) Informationen und Workshops zum Thema Sucht und Abhängigkeit durch die Ginko-Stiftung im Allgemeinen. Das heißt z.B. woran merke ich, dass ich anfällig für Suchtstoffe bin?, welche Faktoren begünstigen Suchtverhalten?, wo fängt Sucht an und was ist noch „normal“?, Zusammenhang mit persönlichen Problemen oder seelischen Leiden und Suchtentwicklung etc.
- b) Beratung und Aufklärung durch die/den Präventionsbeauftragten der Polizei. Hier liegt der Fokus auf den rechtlichen Rahmenbedingungen und möglichen Konsequenzen sowie der Darstellung der gängigen Suchtmittel.
- c) Erfahrungsbericht aus einer Selbsthilfegruppe. Ein ehemals abhängiger Mensch spricht mit den Schüler/innen über seine persönlichen Erfahrungen.
- d) Besuch einer Suchthilfeeinrichtung (einzelne Termine)

Hierfür stehen für jede Klasse 4-6 Schulstunden zur Verfügung.

Zusatzinformation: organisatorisch ist dies ein sehr aufwändiges Projekt, da es mehrere Termine pro Klasse, pro Halbjahr und das für alle Klassen, beinhaltet. Zudem sind neben der Ginko-Stiftung, die Polizei, Selbsthilfegruppen und Suchthilfeeinrichtungen involviert.

Jahrgangsstufe 9

Bereich: Sexualpädagogische Prävention

Donum Vitae und ärztliche Beratung

In einer Schulwoche kommen Mitarbeiter der Beratungsstelle Donum vitae in Mülheim in die Schule und besprechen Fragen von Schwangerschaft und Verhütung.

Darüber hinaus kommen jeweils Fachärzte/innen für Gynäkologie und Urologie in die Klassen und beraten die Schüler/innen in medizinischen Fragen.

Im diesem Modul der sexualpädagogischen Prävention stehen u. a. die Themen Partnerschaft, ungewollte Schwangerschaft und Schwangerschaftskonfliktberatung im Fokus.

Hierfür stehen für jede Klasse 1 Schultag und zwei Schulstunden zur Verfügung.

Weitere Infos unter: <http://www.donumvitae-mh-ob.de/>

Jahrgangsstufenunabhängige Projekte

Bereich: Sicherheit

Sicherheitstraining für den Jahrgang Q1

Die Schülerinnen und Schüler erhalten in Bezug auf den Erwerb des Führerscheins ein Sicherheitstraining.

Für die Jahrgangsstufe stehen 2 Schulstunden zur Verfügung.

Bereich: Bewegung

Förderung der Bewegung außerhalb des Sportunterrichts z.B. in der „bewegten Pause“ oder im Unterricht durch Bewegungsübungen.

Bereich: Konflikte

Streitschlichter

Schüler und Schülerinnen können sich zu Streitschlichtern ausbilden lassen. Dies ist in NRW ein landesweites Programm. In einer AG lernen Die Schüler/innen untereinander Streit zu schlichten, zu vermitteln und Lösungen zu suchen und erweitern dabei ihre soziale Kompetenz.

Bereich: psychosoziale Beratung

RICK - Rat in Chaos und Krisen

Mehrere fachlich ausgebildete Lehrerinnen und Lehrer stehen als psychosoziale Berater für alle Themen zur Verfügung. Eine entsprechende Übersicht dazu hängt u.a. in den Klassenzimmern.

Lerncoaching

Mehrere Kolleginnen und Kollegen stehen als ausgebildete Lerncoaches zur Verfügung. Sie bieten in Einzelberatung Hilfe für Schüler bei Lern- und Leistungsproblemen.

Sprechstunde des Jugendkontaktbeamten der Polizei

Der Jugendkontaktbeamte bietet einmal monatlich eine offene Sprechstunde für alle Schülerinnen und Schüler an.

Bereich: Mobbing

Für Mobbingfälle in der Mittelstufe steht ein Anti-Mobbing-Team aus zwei qualifizierten Lehrkräften zur Verfügung, das problemorientiert mit den Betroffenen, aber auch mit der Klasse insgesamt zielorientiert an Lösungen arbeitet.

Unser Angebot zu Gesundheit und Prävention wird durch ein Netzwerk mit Partnern wie der AWO, der Caritas, der Ginko-Stiftung oder Donum vitae ermöglicht. Speziell geschulte Fachkräfte – zumeist in Teams – unterstützen die Schule bei der Durchführung der Projekte.

Viele Projekte und Angebote werden von Lehrkräften geplant, durchgeführt und organisiert. Sie bieten ihre Projekte freiwillig und unentgeltlich zusätzlich zu ihrem Stundenkontingent an.