
BACHELORARBEIT

Frau
Anne Werner

**Die Umsetzung von
Gesundheitsförderung und
Prävention im Grundschulalter
am Beispiel des Projektes zur
Sinnesschulung „Ich sehe was,
was du nicht siehst“ für
die Lernförderschule Dresden**

2016

Fakultät: Medien

BACHELORARBEIT

Die Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention im Grundschulalter am Beispiel des Projektes zur Sinnesschulung „Ich sehe was, was du nicht siehst“ für die Lernförderschule Dresden

Autorin:
Frau Anne Werner

Studiengang:
Gesundheitsmanagement

Seminargruppe:
GM13wT2-B

Erstprüfer:
Prof. Dr. sc. med. Thomas Müller

Zweitprüfer:
Diplom Eike Schulze

Einreichung:
Mittweida, 07.06.2016

BACHELOR THESIS

The implementation of health promotion and prevention at primary school age with the example of the children's game "I spy with my little eye" for the learn-promoting school Dresden

author:

Ms. Anne Werner

course of studies:

Healthcare Management

seminar group:

GM13wT2-B

first examiner:

Prof. Dr. sc. med. Thomas Müller

second examiner:

Diplom Eike Schulze

submission:

Mittweida, 07.06.2016

Bibliografische Angaben

Nachname, Vorname: Werner, Anne

Thema der Bachelorarbeit: Die Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention im Grundschulalter am Beispiel des Projektes zur Sinnesschulung „Ich sehe was, was du nicht siehst“ für die Lernförderschule Dresden

Topic of thesis: The implementation of health promotion and prevention at primary school age with the example of the children's game "I spy with my little eye" for the learn-promoting school in Dresden

72 Seiten, Hochschule Mittweida, University of Applied Sciences,
Fakultät Medien, Bachelorarbeit, 2016

Abstract

Maßnahmen ergreifen zur Gesundheitsförderung und Prävention der Städtischen Bevölkerung, ist Aufgabe einer Abteilung des Gesundheitsamtes der Landeshauptstadt Dresden. Dabei gilt es auch Sächsische Gesundheitsziele wie "Gesund aufwachsen" umzusetzen. Innerhalb dieses Zieles findet sich das Handlungsfeld Lebenskompetenz, mit welchem sich die vorliegende Bachelorarbeit innerhalb des Pilotprojektes zur Sinnesschulung Auge und Sehsinn beschäftigt. Die Sinnesschulung zum Auge ist heutzutage von großer Relevanz, da unsere Lebenswelt immer mehr durch die Medien beherrscht wird, und besonders der Sehsinn einer Dauerbelastung ausgesetzt ist. Mittels unterschiedlicher Methoden der Vermittlung des Lehrstoffes, welcher sich auch am Lehrplan orientiert, soll der Frage nachgegangen werden, ob durch das Projekt Lebenskompetenzen nachgewiesen und gefördert werden können und ob das Projekt eine Möglichkeit der Lehrplanumsetzung für das Sinnesorgan Auge und das Sehen darstellt.

In der Arbeit setzt sich die Verfasserin zunächst umfänglich mit Gesundheitsförderung, dem Salutogenesemodell Antonovskys, Prävention, sowie der Bedeutung von Sinnen und besonders dem Sehsinn auseinander. Daran anschließend wird die Konzeption des Projekttages erläutert. Mittels eines Fragebogens kann letztendlich bewiesen werden, dass die Schülerinnen und Schüler über Lebenskompetenzen verfügen, und einige sogar erweitern konnten. Weiterhin hat sich gezeigt, dass das Projekt eine Möglichkeit der Lehrplanumsetzung darstellt.

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	V
Abbildungsverzeichnis	VII
Tabellenverzeichnis	VIII
1 Einleitung	1
1.1 Heranführung an die Thematik und Begründung der Themenwahl.....	1
1.2 Grundlegende Fragestellung und Abgrenzung des Themas.....	3
2 Fachgebietsbezogene Betrachtungen	4
2.1 Gesundheitsförderung	4
2.1.1 Gesundheitsförderung laut WHO	4
2.1.2 Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen	4
2.2 Sächsisches Gesundheitsziel „Gesund aufwachsen“	5
2.3 Prävention	7
2.4 Salutogenesmodell	8
2.5 Lebenskompetenz	11
3 Vorbetrachtung zum Projekt	14
3.1 Auswahl der Schule und Altergruppe	14
3.2 Einbindung in den Lehrplan.....	16
3.3 Bedeutung der Sinne.....	17
3.4 Relevanz des Sehsinns	18
4 Konzepterstellung	21
4.1 Festlegung des Schwerpunktes	21
4.2 Erarbeitung der Stundeninhalte.....	22
4.3 Praktische Umsetzung.....	29
5 Bezug der Fachgebietsbezogenen Betrachtungen zum Projekt	31
6 Fragebögen	34
6.1 Hinweise zur Befragung und Methodik.....	34
6.2 Aufbau der Fragebögen.....	35
6.3 Auswertung der Fragebögen.....	36

6.3.1	Auswertung des Schülerfragebogens der Klassen 4a und Klasse 4b im Vergleich	36
6.3.2	Auswertung der Fragebögen der Klassenlehrerinnen von Klasse 4a und Klasse 4b im Vergleich.....	45
7	Zusammenfassung und Reflexion der Ergebnisse	52
	Literaturverzeichnis.....	XI
	Anlagen.....	XIV
	Eigenständigkeitserklärung.....	XXI

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Handlungsfelder "Gesund Aufwachsen"	7
Abbildung 2: Vereinfachte Darstellung des Modells der Salutogenese	11
Abbildung 3: Gesundheitszustand der Stadt Dresden nach Stadträumen	15
Abbildung 4: Auswertung der Frage 1	36
Abbildung 5: Auswertung der Frage 2	37
Abbildung 6: Auswertung der Frage 3	38
Abbildung 7: Auswertung der Frage 4	39
Abbildung 8: Auswertung der Frage 5	40
Abbildung 9: Auswertung der Frage 6	41
Abbildung 10: Auswertung der Frage 7	42
Abbildung 11: Auswertung der Frage 8	43
Abbildung 12: Auswertung der Frage 9	44

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: 1. Unterrichtsstunde des Projekttagess	23
Tabelle 2: 2. Unterrichtsstunde des Projekttagess	25
Tabelle 3: 3. Unterrichtsstunde des Projekttagess	26
Tabelle 4: 4. Unterrichtsstunde des Projekttagess	27
Tabelle 5: 5. Unterrichtsstunde des Projekttagess	28

1 Einleitung

1.1 Heranführung an die Thematik und Begründung der Themenwahl

„Die Sinne sind unsere Antennen, über die wir mit der Welt kommunizieren. Durch sie nehmen wir Kontakt mit der Umwelt auf, über die Sinne lassen wir die Umwelt in uns hinein. Sie sind die Nahtstelle zwischen innen und außen, zwischen dem Menschen und der Welt. Durch die Sinne nehmen wir unsere Umwelt wahr und können gleichzeitig auf sie einwirken, sie – in bestimmten Grenzen – gestalten.“¹

Renate Zimmer

Die körperlich-sinnlichen Erfahrungen der Kinder verschwinden immer mehr, was vor allem der Veränderung der Lebensbedingungen zu schulden ist. Kinder wachsen heute in einer Welt, geprägt von den Medien und der Technik auf. Es wird immer schwieriger Zusammenhänge zu begreifen, seien es die schnellen Bildabfolgen im Fernsehen oder sich automatisch öffnende Türen usw. Das führt dazu, dass sich aktives Tun zum passiven konsumieren gewandelt hat. Besonders auffällig ist auch der Verlust an Eigenständigkeit. Primäre Erfahrungen gehen durch die Medien und dahingehend auch durch das mediale Freizeitverhalten wie Computerspiele, Konsolenspiele usw. mehr und mehr verloren, wodurch Kinder in ihrem Bewegungsverhalten immer inaktiver werden. Doch es ist gerade die Bewegung, wodurch man besonders seine Sinne erlebt.²

Aufgabe des Gesundheitsamtes Dresden, dabei vor allem der Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention, ist es das gesunde Aufwachsen der Kinder zu fördern. Grundlage bildet das im Juli 2015 in Kraft getretene Gesetz zur Stärkung von Gesundheitsförderung und Prävention. Dieses wird auch kurz als Präventionsgesetz bezeichnet.³ Hier heißt es unter anderem als Sächsisches Gesundheitsziel das Gesunde Aufwachsen der Kinder hinsichtlich der Förderung von Lebenskompetenzen zu unterstützen.⁴

¹ Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 14

² Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 22 ff.

³ Vgl. Robert Koch-Institut: Welche Bedeutung kommt Gesundheitszielen in Deutschland zu?, online: [URL]

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsGiD/2015/07_gesundheit_in_deutschland.pdf?__blob=publicationFile, Stand 23.03.2016

⁴ Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Entwicklung nationaler Gesundheitsziele, online: [URL] <http://www.bmg.bund.de/themen/gesundheitsystem/gesundheitsziele.html>, Stand 16.03.2016

Da aber neben der Lebenskompetenzförderung, aufgrund der eben genannten Lebensbedingungen, auch ein großes Interesse an der Schulung der Sinne besteht, bot es sich an, Sinnesschulung und Lebenskompetenzförderung in Form eines Projekttages, als Maßnahme von Gesundheitsförderung und Prävention umzusetzen. Die Stundeninhalte des Projekttages wurden so konzipiert, dass sie gleichzeitig eine Wirkung auf verschiedene Lebenskompetenzen erzielen sollten. Hierbei konzentrierte man sich besonders auf das Auge und den Sehsinn. Es ist der Sinn, der heutzutage am häufigsten genutzt wird, jedoch gleichzeitig zumeist überlastet, und durch die Medien einer Dauerbelastung ausgesetzt ist.⁵

Für die Auswahl der Schule zur Umsetzung des sächsischen Gesundheitszieles, analysierte man zunächst, in welchem Stadtteil Dresdens, der größte soziale und gesundheitliche Bedarf vorliegt. Diesen entnahm man dem Sächsischen Bildungsbericht und dem Stadtgesundheitsprofil.

Nach Aussagen von PD Dr. Thomas Lampert, dem Soziologen und Leiter der Gesundheitsberichterstattung des Robert-Koch-Institutes, bestimmt die soziale Lage die Gesundheit der Kinder. Kinder aus sozial benachteiligten Familien seien deutlich anfälliger für Entwicklungsstörungen und psychische Probleme. Er meint jedoch auch, dass sich sozial schwierige Startbedingungen durch Prävention und Gesundheitsförderung teilweise ausgleichen können.

Man entschied sich das Pilotprojekt zu „Ich sehe was, was du nicht siehst“ in einer Dresdner Lernförderschule eines sozial schwachen Stadtteils durchzuführen. Die Verfasserin der vorliegenden Arbeit belegte das Praxismodul im Rahmen ihres Studiums im Gesundheitsamt Dresden, Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention, weshalb sie auch stark in die Erarbeitung dieses Projektes involviert war, und dieses letztendlich auch mit umsetzte.⁶

⁵ Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 60 ff.

⁶ Vgl. kiggs: Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland, online: [URL]

http://www.kiggs-studie.de/fileadmin/KiGGS-Dokumente/kiggs_tn_broschuere_web.pdf, Stand 16.03.2016

1.2 Grundlegende Fragestellung und Abgrenzung des Themas

Sowohl die Sinnesschulung, als auch die Lebenskompetenzförderung haben zum Ziel die Gesundheit zu fördern bzw. präventiv zu agieren und das Sächsische Bildungsziel „Gesund Aufwachsen“ anzugehen. „Ich sehe was, was du nicht siehst“ in Form eines Projekttages, war das 2. Projekt der Sinnesschulung im Rahmen dieses Bildungszieles und wurde durch das Gesundheitsamt Dresden Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention durchgeführt. Es sollte eine Sensibilisierung auf die Sinne und deren Bedeutung stattfinden, dass man die reale Welt, sich selbst und seine Mitmenschen wieder bewusster wahrnimmt, indem man Wissen vermittelt und die Kinder es sich teilweise selbst aneignen sollen. Gleichzeitig galt es die Inhalte des Projekttages möglichst so auszuwählen, dass damit ebenso die Lebenskompetenz der besonders sozial- und leistungsschwachen Schüler in Lernförderschulen überprüft und gefördert wird. Dabei ist zu bemerken, dass Kinder neben Bewegung, Entspannung und gesunder Ernährung auch eine umfangreiche Förderung der Lebenskompetenzen für ihr gesundheitliches Wohlbefinden benötigen und dies auch für ihr zukünftiges Leben große Relevanz hat.⁷ Ein wesentlicher Grund, weshalb die Lebenskompetenzförderung mittels der Sinnesschulung in der vorliegenden Arbeit zum Gegenstand der Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention gewählt wurde.

In diesem Zusammenhang wird durch die vorliegende Bachelorarbeit der Frage nachgegangen, ob durch das Projekt Lebenskompetenzen nachgewiesen und gefördert werden können.

Da die Sinne in Klassenstufe 3/4 auch Inhalt des Lehrplanes Deutsch-Heimatkunde/Sachunterricht sind, soll ebenso ermittelt werden, ob das Projekt eine Möglichkeit der Lehrplanumsetzung für das Sinnesorgan Auge und das Sehen darstellt.

⁷ Vgl. Sächsisches Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz: Gesund aufwachsen in Sachsen S. 9

2 Fachgebietsbezogene Betrachtungen

2.1 Gesundheitsförderung

2.1.1 Gesundheitsförderung laut WHO

Gesundheitsförderung ist laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ein Konzept, welches bezüglich Analyse und Stärkung von Gesundheitsressourcen und Gesundheitspotenzialen bei den Menschen auf allen gesellschaftlichen Ebenen ansetzt. Sie hat zum Ziel Menschen mehr Kontrolle über die Faktoren, welche ihre Gesundheit beeinflussen zu vermitteln, und dadurch auch deren Gesundheitsstatus zu verbessern. Gesundheitsförderung steht sowohl für die Verbesserung gesundheitsrelevanter Lebensweisen, als auch Lebensbedingungen.⁸

2.1.2 Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen

Im Kindes- und Jugendalter werden entscheidende Grundlagen für das Gesundheitsverhalten im Erwachsenenalter gelegt. Aufgrund dessen ist dieses Alter unter anderem für die Gesundheitsförderung von großer Bedeutung. Es geht in dieser Altersklasse vor allem darum, die Grundlagen für ein psychisches, physisches und soziales Wohlbefinden zu schaffen.

In dieser Phase des Lebens lernt das Kind/der Jugendliche Verhaltensweisen kennen, welche erprobt und gegebenenfalls fest angeeignet werden. Einige negative Verhaltensweisen können in höheren Altersklassen jedoch große Gesundheitsgefährdungen darstellen.

Gesundheitlich bedeutsame Verhaltens- und Lebensstile entstehen und stabilisieren sich aus entwicklungspsychologischer Sicht bereits im Laufe der Sozialisation, und sind zu einem späterem Zeitpunkt nur schwer umkehrbar. Ein Grund weshalb Gesundheitsförderung frühzeitig von Nöten ist.⁹

⁸ Vgl. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Gesundheitsförderung Konkret, Qualitätskriterien für Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Primärprävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen S. 132

⁹ Vgl. Lohaus, Arnold; Jerusalem, Matthias; Klein-Heßling, Johannes: Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter S. 9 ff.

Unter Sozialisation versteht man den Prozess, in dem sich der menschliche Organismus zu einer sozial handlungsfähigen Persönlichkeit wandelt. Diese Person entwickelt sich ihr Leben lang, aufgrund von Konfrontationen mit ihren Lebensbedingungen weiter. Das Kindesalter stellt eine große Bedeutung für die Gesundheit dar, da sich in dieser Lebensphase zahlreiche gesundheitsrelevante Einflussfaktoren ausbilden, welche auch für das zukünftige Leben relativ stabil sind. Kinder eignen sich Verhaltensweisen an, auf welche sie später zurückgreifen.

Der derzeit erfolgreichste Einzelansatz im Bereich der ressourcenorientierten Gesundheitsförderung kann in der Lebenskompetenzförderung gesehen werden. Sie hat zum Ziel psychosoziale Fertigkeiten, welche Kindern und Jugendlichen helfen, schwierige Situationen im Leben zu meistern und einen angemessenen Umgang mit Mitmenschen zu pflegen, zu fördern.¹⁰

2.2 Sächsisches Gesundheitsziel „Gesund aufwachsen“

Durch das im Juli 2015 in Kraft getretene Gesetz zur Stärkung von Gesundheitsförderung und Prävention, auch Präventionsgesetz genannt, konnte erstmalig eine gesetzliche Grundlage, für Gesundheitsziele in Deutschland geschaffen werden.¹¹

Auf Basis dieser Gesundheitsziele arbeitet auch das Gesundheitsamt Dresden. Sie stellen ein ergänzendes Steuerungsinstrument im Gesundheitswesen dar und streben eine Gesundheitsverbesserung bestimmter Bereiche, Gruppen und Strukturen an. Angelehnt an nationale Gesundheitsziele gibt es 5 Sächsische Gesundheitsziele, welche unter Leitung des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales und Verbraucherschutz mittels verschiedener Akteure der Bereiche Gesundheit und Soziales in die Tat umgesetzt werden. Zu den Zielen zählen die Senkung des Erkrankungsrisikos und die frühzeitige Behandlung von Diabetes mellitus, Gesundheitsförderung bei Arbeitslosen, die Verhinderung von Krebsmortalität und Verbesserung der Lebensqualität, das aktive Altern und Gesund aufwachsen.¹²

¹⁰ Vgl. Hurrelmann, Klaus; Klotz, Theodor; Haisch, Jochen: Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung S. 59 ff.

¹¹ Vgl. Robert Koch-Institut: Welche Bedeutung kommt Gesundheitszielen in Deutschland zu?, online: [URL]

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsGiD/2015/07_gesundheit_in_deutschland.pdf?__blob=publicationFile, Stand 23.03.2016

¹² Vgl. Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Die sächsischen Gesundheitsziele, online: [URL] <http://www.sifg.de/gesundheitsziele/>, Stand 23.03.2016

Das sächsische Gesundheitsziel „Gesund aufwachsen“, auf was sich auch das vorliegende Projekt bezieht, beinhaltet die Förderungsschwerpunkte Lebenskompetenz, Bewegung und Ernährung.¹³ Bezüglich „Ich sehe was, was du nicht siehst“ setzt man am Förderungsschwerpunkt Lebenskompetenz an.

Das Gesundheitsziel bezieht sich auf Kinder und deren Lebenswelten, in dessen Mittelpunkt das kindliche Wohlbefinden als Voraussetzung für erfolgreiche Bildungsprozesse steht.

Laut Studien des Robert-Koch-Institutes erfreuen sich 80% der bundesdeutschen Kinder einer guten Gesundheitssituation. Dennoch wachsen etwa 20% unter gesundheitlich risikoreichen Bedingungen auf. Auf genau diese 20% konzentriert man sich hinsichtlich der Verbesserung gesundheitlicher Chancengleichheit. Daneben spielen aber auch die Stärkung von Gesundheitsressourcen, sowie die Entwicklungsunterstützung positiver Selbstkonzepte eine bedeutende Rolle.

Unterstützung erhält das Gesundheitsziel „Gesund aufwachsen“ von der Koordinierungsstelle, die wiederum an der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung angesiedelt ist. Sie hat die Funktion alle beteiligten Akteure zu vernetzen, Fachveranstaltungen und Workshops zur Gesundheitsförderung durchzuführen bzw. darüber zu informieren und die Durchführung von Projekten zu unterstützen. So finanziert sie auch das Projekt „Ich sehe was, was du nicht siehst“.

„Gesund aufwachsen“ vereint 7 verschiedene Handlungsfelder in sich. Hierzu zählen neben der Lebenskompetenzförderung, welche sich auch über alle anderen Handlungsfelder erstreckt, noch Mundgesundheit, Sprachförderung, Bewegung, Ernährung, Erziehergesundheit sowie Impfschutz. Da „Gesund aufwachsen“ so früh wie möglich in den Alltag der Kinder integriert werden sollte, sind hier auch Handlungsfelder bereits für den Kindergarten vorgesehen. Es soll durch dieses Gesundheitsziel insgesamt eine gesundheitliche Chancengleichheit geschaffen werden, aber auch Ressourcen gestärkt und ein positives Selbstkonzept entwickelt werden.¹⁴

¹³ Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Entwicklung nationaler Gesundheitsziele, online: [URL] <http://www.bmg.bund.de/themen/gesundheitsystem/gesundheitsziele.html>, Stand 16.03.2016

¹⁴ Vgl. Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Gesund Aufwachsen, online: [URL] www.sifg.de/ueber-uns/koordinationsstellen/gesund-aufwachsen-ga/, Stand 26.03.2016

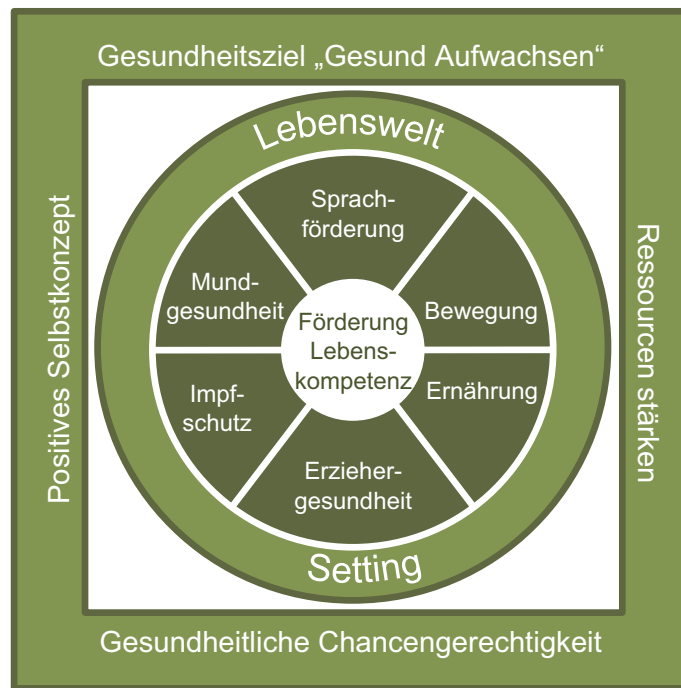


Abbildung 1: Handlungsfelder "Gesund Aufwachsen"¹⁵

2.3 Prävention

Prävention steht im Gesundheitswesen für Maßnahmen und Aktivitäten, welche zum Ziel haben, gesundheitliche Schäden oder Krankheiten zu vermeiden, das Krankheitsrisiko zu verkleinern, oder das Auftreten hinauszuzögern. Präventive Maßnahmen werden nach ihrem Einsatzzeitpunkt in primäre, sekundäre und tertiäre Prävention eingeteilt. Zudem lässt sich unterscheiden, ob die Maßnahmen am individuellen Verhalten im Sinne der Verhaltensprävention, oder an den Lebensverhältnissen, im Sinne der Verhältnisprävention anknüpfen. Primäre Prävention hat zum Ziel, die Entstehung einer Erkrankung zu verhindern. Das hat den Hintergrund, dass zahlreiche Erkrankungen durch eine gesundheitsbewusste Lebensweise mit dazugehörigen gesundheitsförderlichen Lebensbedingungen vermieden, verzögert oder zumindest ihr Verlauf günstig beeinflusst werden kann. Sekundäre Prävention bezieht sich auf die Früherkennung von Krankheiten, um frühzeitig eine Therapie dagegen ansetzen zu können. Nicht immer ist eine Abgrenzung von primärer und sekundärer Prävention möglich. Bei der tertiären Prävention versucht man Krankheitsfolgen abzumildern und einen Krankheitsrückfall, sowie eine Verschlimmerung zu vermeiden.

Des Weiteren unterscheidet man im Gebiet der Prävention, wie bereits erwähnt, die Ansätze der Verhaltens- und Verhältnisprävention. Die Verhaltensprävention bezieht

¹⁵ Bildquelle: www.sifg.de/ueber-uns/koordinationsstellen/gesund-aufwachsen-ga/

sich dabei auf das Individuum und das persönliche Gesundheitsverhalten. Das können beispielsweise Maßnahmen sein, welche die Gesundheitskompetenz stärken und Risikofaktoren minimieren. Die Verhältnisprävention hingegen betrachtet die Lebensverhältnisse und in diesem Zusammenhang besonders die Wohnumgebung und Faktoren wie Bildung und Einkommen, welche die Gesundheit beeinflussen.¹⁶

2.4 Salutogenesemodell

Salutogenese wurde von einem amerikanischen Medizinsoziologen, namens Aaron Antonovsky als Gegenbegriff zur Pathogenese veröffentlicht. Betrachtet man die Wortbestandteile dieser beiden Begriffe, so steht Genese für Entwicklung und Entstehung, Pathos für Krankheit und Salus für Gesundheit. Folglich steht Salutogenese für die Entstehung der Gesundheit, weswegen sich auch salutogenetische Modelle den Faktoren und Prozessen zur Gesunderhaltung und Förderung zuwenden.

Grundannahmen im salutogenetischen Modell Antonovskys sind, dass Krankheiten keine Abweichung von Normalität, sondern eine völlig normale Erscheinung im menschlichen Leben sind und der Annahme, dass es ein gemeinsames Kontinuum gibt, auf dem sich die Pole Krankheit und Gesundheit befinden.

Durch die Mehrdimensionalität des Kontinuums von Gesundheit und Krankheit wird auch deutlich, dass der Mensch so lange er lebt, in einem gewissen Maße auch gesund sein muss. Für die Bewegung auf dem Kontinuum sorgen Stressoren, sowie der Umgang mit ihnen. Diese sind allgegenwärtig und Anforderungen auf die der Organismus keine sofort verfügbaren Reaktionen besitzt. Aus salutogenetischer Sicht sind sie bei erfolgreichem Umgang mit ihnen aber sogar gesundheitsförderlich. Ob Stress positiv oder negativ gesehen wird, ist abhängig von dessen Charakter und der Art der Bewältigung. Wenn Stress erfolgreich bewältigt werden kann, führt dies zu einer Bewegung auf dem Gesundheits- Krankheits-Kontinuum in Richtung Gesundheit. Für das Gelingen der Bewegung zum positiven Pol des Kontinuums sorgen laut Antonovsky sogenannte generalisierte Widerstandsressourcen. Diese ermöglichen einen positiven Umgang mit Stressoren.¹⁷

Die Ressourcen sieht Antonovsky als Gesundheitsquellen an, welche den Menschen widerstandsfähig gegen Stressoren machen. Er unterscheidet diesbezüglich mehrere Gruppen von Gesundheitsfaktoren. Hierzu zählen gesellschaftlich-kulturelle wie gesellschaftliche Eingebundenheit; materielle wie Geld und Güter; soziale im Sinne von so-

¹⁶ Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Prävention, online: [URL] http://www.bmg.bund.de/glossar_begriffe/p-q/praevention.html, Stand 27.03.2016

¹⁷ Vgl. Franke, Alexa: Modelle von Gesundheit und Krankheit S. 169 ff.

zialer Unterstützung und emotionaler Bindung; sowie personale Faktoren mit Beispiel des Wissens, der emotionalen Stabilität, des Selbstvertrauens, Zugehörigkeits- und Selbstwertgefühls, sowie Handlungs- und soziale Kompetenzen.¹⁸

All diese Ressourcen bedingen, inwiefern Menschen der Dauerbelastung durch Stressoren entweder standhalten, indem sie lernen mit ihnen umzugehen, oder sie vermeiden. Wenn genug Widerstandsressourcen zur Verfügung stehen, können Stressoren keine Gesundheitsgefährdende Wirkung erzeugen, indem sich die jeweilige Person beispielsweise bewusst ist, gewisse, auch schwierige Situationen meistern zu können.

Je mehr generalisierte Widerstandsressourcen einer Person zur Verfügung stehen, um so häufiger wird sie die Erfahrung machen, dass sie Stresssituationen nicht wehrlos ausgeliefert ist und davon überzeugt sein, ihr Leben gut meistern zu können. Je größer diese Überzeugung, umso größer auch der Grad des Kohärenzgefühls, und umso besser die Platzierung auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum in Richtung Gesundheit.¹⁹

„Das SCO (Kohärenzgefühl) ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass

- 1. die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind*
- 2. einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen, die diese Stimuli stellen, zu begegnen*
- 3. die Anforderungen Herausforderungen sind, die Anstrengung und Engagement lohnen.“²⁰ Aaron Antonovsky*

Das Kohärenzgefühl gliedert sich somit in die drei Komponenten Verstehbarkeit, Handhabbarkeit sowie Bedeutsamkeit. Ein hohes Maß an Verstehbarkeit bedeutet, dass man davon ausgeht, dass Dinge die einem in Zukunft begegnen vorhersehbar sind, bzw. insofern sie überraschend kommen, man zumindest mit ihnen umgehen und sich diese Dinge erklären kann. Die Handhabbarkeit stellt die Ressourcen dar, die man für die Begegnung mit Stressoren zur Verfügung hat. Dies bedeutet, dass ein Mensch, mit einer ausgeprägten Handhabbarkeitskomponente, auch mit Schicksalsschlägen

¹⁸ Vgl. Krause, Christina: „Der salutogenetische Blick“ Fachstandard in der Arbeit von Erzieher/innen?, online: [URL] <http://www.kindergartenpaedagogik.de/2163.pdf>, Stand 27.03.2016

¹⁹ Vgl. Franke, Alexa: Modelle von Gesundheit und Krankheit S. 171 ff.

²⁰ Antonovsky, Aaron: Salutogenese, Zur Entmystifizierung der Gesundheit S. 36

oder anderen unangenehmen Situationen umgehen kann, ohne sich ungerecht vom Leben behandelt zu fühlen. Zusätzlich gelingt es diesen Menschen auch, Ressourcen von ihnen nah stehenden Menschen zu nutzen. Bedeutsamkeit bringt die persönliche Beurteilung der Sinnhaftigkeit des Lebens zum Ausdruck. Aufgaben und Anforderungen denen sie begegnen werden als Herausforderung, nicht aber als Last gesehen. Die Bedeutsamkeit ist der motivationale und nach Meinung Antonovskys auch wichtigste Teilaspekt des Kohärenzgefühls. Grund dessen ist, wenn es keine Lebensbereiche gibt, die für einen wichtig sind bzw. in denen man selbst wichtig ist, wird sich nur ein geringes Kohärenzgefühl entwickeln.

Um also ein starkes Kohärenzgefühl zu erreichen, muss der Mensch im Laufe seines Lebens immer wieder erkennen, dass ihm ausreichend Widerstandsressourcen zur Verfügung stehen und sie Einfluss auf sein Leben nehmen können.

Das Salutogenesemodell bringt zum Ausdruck, dass sich aus Lebenserfahrungen das Kohärenzgefühl bildet. Voraussetzung für ein ausgeprägtes Kohärenzgefühl sind Lebenserfahrungen, die möglichst zusammenhängend sind und das Individuum weder über noch unterfordern. Generalisierte Widerstandsressourcen wie beispielsweise Intelligenz, soziale Unterstützung und finanzielles Vermögen ermöglichen diese Lebenserfahrungen. Deren Entstehung und Ausprägung ist abhängig vom soziokulturellen und historischen Kontext sowie Erziehungsmustern. Aber auch persönliche Einstellungen und Ereignisse nehmen darauf Einfluss. Je größer die Stärke des Kohärenzgefühls, desto besser können generalisierte Widerstandsressourcen mobilisiert werden. Daraus ergibt sich, dass das Kohärenzgefühl negativ beeinflusst wird, wenn nur wenig generalisierte Widerstandsressourcen verfügbar sind. Gleichzeitig bedeutet aber ein niedriges Kohärenzgefühl, dass die vorhandenen Widerstandsressourcen nicht optimal genutzt werden können. Sobald Stressoren, mit nicht automatisch beantwortbaren Reizen auf den Organismus einwirken, werden Spannungszustände ausgelöst. Der Umgang mit diesen Stressoren und dem Spannungszustand, wird durch die mobilisierten Widerstandsressourcen beeinflusst. Auch hier ergibt sich wieder ein Bezug zum Kohärenzgefühl, da durch eine erfolgreiche Spannungsreduktion eine stärkere Wirkung auf dieses Gefühl zu erwarten ist. Zudem trägt eine erfolgreiche Spannungsreduktion dazu bei, dass der Gesundheitszustand und die Lage auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum erhalten bleibt. Bei günstiger Lage auf dem Kontinuum wird auch der Erwerb neuer generalisierter Widerstandsressourcen erleichtert. Sollte das Spannungsmanagement allerdings erfolglos bleiben entsteht Stress, welcher sich negativ auf die Position des Gesundheits-Krankheits-Kontinuums auswirkt.²¹

²¹ Vgl. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Was erhält Menschen gesund? S. 36 ff.

Vereinfachte Darstellung des Modells der Salutogenese (nach Antonovsky, 1979)

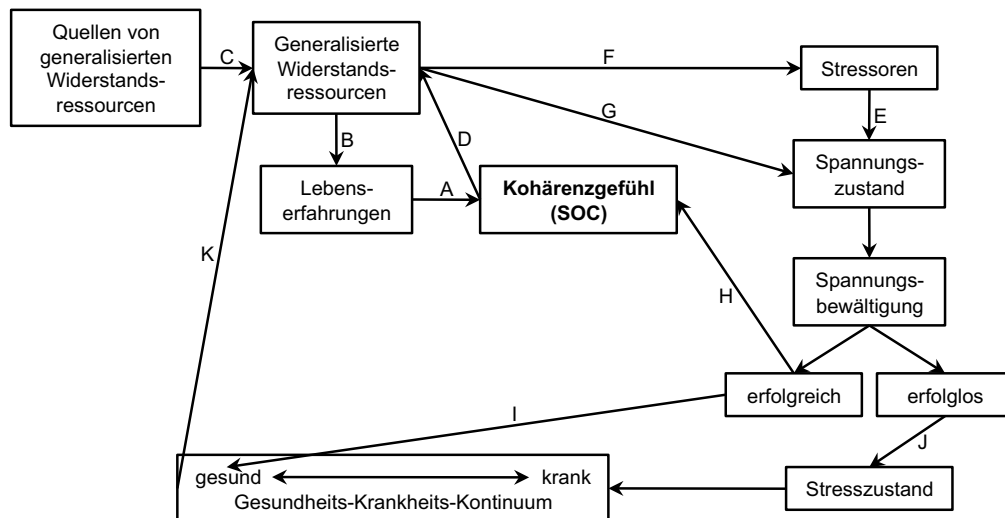


Abbildung 2: Vereinfachte Darstellung des Modells der Salutogenese²²

Aus dem salutogenetischen Blickwinkel gesehen, stellt die Entwicklung eines hohen Kohärenzgefühls die bedeutendste Aufgabe der Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung dar, um den bestmöglichen Gesundheitszustand zu erreichen. Kindern soll dadurch ein erfolgreicher Umgang mit inneren und äußeren Anforderungen ihrer Umwelt vermittelt werden.²³

2.5 Lebenskompetenz

Die WHO hat Lebenskompetenzen im Jahre 1994 wie folgt definiert:

„Lebenskompetenzen sind diejenigen Fähigkeiten, die einen angemessenen Umgang sowohl mit unseren Mitmenschen als auch mit Problemen und Stresssituationen im alltäglichen Leben ermöglichen. Solche Fähigkeiten sind bedeutsam für die Stärkung der psychosozialen Kompetenz“²⁴

²² Bildquelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Was erhält Menschen gesund? S. 36

²³ Vgl. Gesang, Melanie; Krause, Christina: Gesundheit fördern an Grundschulen!, online: [URL] http://www.sachsen-anhalt.ganztaegig-lenen.de/sites/default/files/IBBW%20Material%20_%20%20Gesundheitsförderung%20an%20Schulen.pdf, Stand 01.04.2016

²⁴ eigenständig werden: Was sind Lebenskompetenzen?, online: [URL] cms.eigenstaendig.net/?page_id=39, Stand 01.04.2016

Lebenskompetenzen stellen sozusagen ein Set aus psychosozialen Fähigkeiten dar, welche einer Person die Möglichkeit verleihen, alltägliche Schwierigkeiten und Anforderungen konstruktiv und produktiv bewältigen zu können. Sie stellen die Voraussetzung für ein umfassendes gesundheitliches Wohlbefinden dar.²⁵

Lebenskompetente Menschen sind gekennzeichnet durch soziale und psychische Fertigkeiten wie eine gute Selbstwahrnehmung, indem sie sich ihrer Stärken und Schwächen bewusst sind. Ein positiver Umgang mit Stress und negativen Emotionen, Selbstbehauptung und Standfestigkeit, sowie ein Problem lösendes und kritisch-kreatives Denken zählen ebenso dazu. Man gilt als lebenskompetent, wenn man einen positiven Selbstwert und Vertrauen in seine eigenen Fähigkeiten hat. Weiterhin wenn man eigene Gefühle und die anderer bewusst wahrnimmt und angemessen damit umgeht. Aber auch die angemessene verbale und nonverbale Kommunikation, die Empathie, also das hineinversetzen in Mitmenschen, und das Wissen über mich und meinen Körper, sowie damit verbundene Gefahren usw., machen einen lebenskompetenten Menschen aus.²⁶

Auch schwierige Situationen und Schicksalsschläge, die Menschen im Laufe ihres Lebens widerfahren, verlangen Lebenskompetenzen, um diese meistern zu können. Jeder geht anders damit um. Manche Menschen werfen Schicksalsschläge zu Boden, andere arrangieren sich damit. Wissenschaftlich gesehen, spricht man hier von Resilienz. Dieser Begriff beschreibt die seelische Widerstandskraft gegenüber Schicksalsschlägen die einem im Laufe des Lebens begegnen. Jeder Mensch verfügt zwar über resiliente Kräfte, jedoch sind diese von Person zu Person unterschiedlich ausgeprägt. Außerdem können sie sowohl gefördert, als auch gehemmt werden. Resiliente Menschen verfügen über ein unerschütterliches Selbstvertrauen in sich selbst und in die Meisterung ihres täglichen Lebens. Es ist also möglich, dass selbst Kinder aus schwierigen Verhältnissen wie Armut, Krankheit, Scheidung usw. ohne Verhaltensauffälligkeiten aufwachsen und eine positive Entwicklung erleben. Die Umwelt nimmt bei der Stärkung dieser Kräfte eine entscheidende Rolle ein. Besonders diese Kinder brauchen außerhalb ihres familiären Umfeldes, z.B. in der Schule, eine Bezugsperson die sie sich als Vorbild nehmen können, denn eine stabile emotionale Beziehung schafft Mut und Selbstvertrauen. Resiliente Kinder handeln gern aktiv, da sie wissen, dass sie mit ihrem Tun etwas verändern bzw. beeinflussen können. Daher ist es wichtig für Kin-

²⁵Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Nationales Gesundheitsziel, online: [URL]

http://www.bmg.bund.de/fileadmin/dateien/Downloads/G/Gesundheitsziele/Broschuere_Nationales_Gesundheitsziel_-_Gesund_aufwachsen_Lebenskompetenz__Bewegung__Ernaehrung.pdf, Stand 01.04.2016

²⁶ Vgl. eigenständig werden: Was sind Lebenskompetenzen?, online: [URL]

cms.eigenstaendig.net/?page_id=39, Stand 02.04.2016

der, dass sie in einem gewissen Maß Verantwortung übertragen bekommen und ihnen ihre Stärken und Fähigkeiten immer wieder aufgezeigt werden.

Anerkennung braucht beispielsweise jeder Mensch um ein gewisses Selbstwertgefühl zu entwickeln. Wenn man Kindern also immer nur Schwächen und Fehler aufzeigt, wird sich dieses Gefühl nicht oder nur gering entwickeln. Es ist demnach wichtig allgemein, und in diesem Falle besonders bei der Lebenskompetenzförderung, an den Stärken anzusetzen und immer wieder aufzuzeigen, was sie gut können.²⁷

Der Kontakt und die angemessene, gewaltfreie Kommunikation miteinander muss und kann im Sinne der Lebenskompetenz erlernt werden. Hierzu zählen vor allem Toleranz, Zivilcourage, sowie gegenseitige Rücksichtnahme. Gegenseitige Achtung und hinnehmen anderer Lebensweisen müssen vorgelebt werden, um für die jungen Generationen begreifbar zu werden. Besonders in der heutigen Zeit und der sich wandelnden Gesellschaft, geprägt von Neid und hartem Konkurrenzkampf, ist es wichtig, dass die Menschen über ein gutes Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein verfügen, um in der Gesellschaft zu bestehen. Das Miteinander muss einen hohen Stellenwert erhalten, um in der Welt der Technik und Medien nicht zu vereinsamen.

Ziel der Lebenskompetenzförderung ist letztendlich die Entwicklung einer positiven Persönlichkeits- sowie Gesundheitseinstellung. Es geht darum, die Kinder in ihrer Selbstdisziplin und ihrem Selbstvertrauen zu stärken, den Umgang mit eigenen Gefühlen und denen anderer zu verbessern, Lebensmut, Ehrlichkeit und Toleranz auszubilden, aber auch bei der Findung von eigenen Werten und Zielen zu unterstützen. Psychosoziale Kompetenzen, welche einen positiven Einfluss auf Gesundheitsparameter haben, sollen gestärkt und Gesundheitsressourcen gefördert werden, um einen positiven Einfluss auf das Gesundheits-Krankheits-Kontinuum in Richtung positiven Pol zu nehmen.²⁸

²⁷ Vgl. Sächsisches Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz: Gesund aufwachsen in Sachsen S. 91 ff.

²⁸ Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Nationales Gesundheitsziel, online: [URL] http://www.bmg.bund.de/fileadmin/dateien/Downloads/G/Gesundheitsziele/Broschuere_Nationales_Gesundheitsziel_-_Gesund_aufwachsen_Lebenskompetenz__Bewegung__Ernaehrung.pdf, Stand 16.03.2016

3 Vorbetrachtung zum Projekt

3.1 Auswahl der Schule und Altersgruppe

Für das Pilotprojekt zum Auge und Sehsinn unter dem Titel „Ich sehe was, was du nicht siehst“ wurde die „Albert Schweizer“ Schule zur Lernförderung in Dresden Prohlis-Süd ausgewählt. Dies hat mehrere Gründe.

Zum einen geht die Schulphilosophie stark mit der Lebenskompetenzförderung des Projektes einher.

Chancen aufzeigen und geben, Geduld zu haben, Freude erleben zu können, Toleranz zu üben und Verantwortung zu übernehmen. Diese Werte bilden das Leitbild der „Albert Schweizer“ Schule. Dahingehend ist es deren Ziel, die Schülerinnen und Schülern bei der Erkennung und Weiterentwicklung ihrer Stärken und Neigungen zu unterstützen, deren Persönlichkeit durch Leistungsforderung aber auch Erfolgsaufzeigung zu stärken, ihnen Verantwortung im Schulalltag zu übertragen und einen rücksichts- und respektvollen Umgang zu lehren, wobei Konflikte friedlich gelöst werden sollen.²⁹ Die Lehrer legen ihren pädagogischen Akzent u.a. auf die Herausbildung und Festigung von Handlungs- und Sozialkompetenzen.³⁰

Ein weiterer Beweggrund ist der Stadtteil. Prohlis ist ein Stadtteil Dresdens, in dem große soziale Probleme herrschen und auch der Gesundheitszustand laut einer kommunalen Bürgerumfrage eher einigermaßen zufriedenstellend als gut ist.

²⁹ Vgl. Förderzentrum „Albert Schweitzer“: Unsere Schulphilosophie, online: [URL] <http://www.sn.schule.de/~fzas/philo.html>, Stand 04.04.2016

³⁰ Vgl. Förderzentrum „Albert Schweitzer“: Schulprogramm, online: [URL] <http://www.sn.schule.de/~fzas/programm.html>, Stand 04.04.2016

Bewertung des Gesundheitszustandes nach Stadträumen

Quelle: Kommunale Bürgerumfrage, 2011

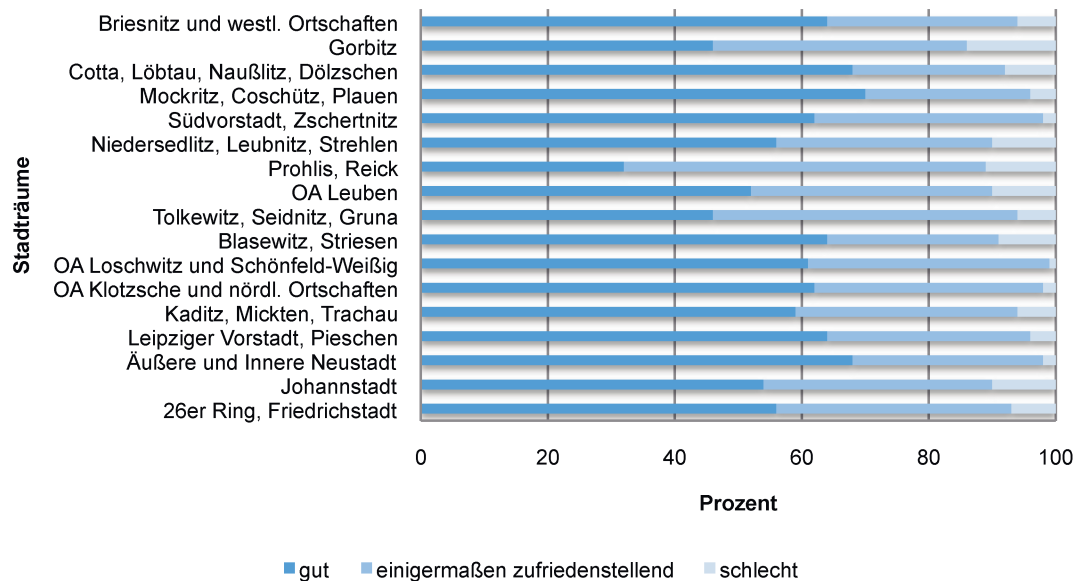


Abbildung 3: Gesundheitszustand der Stadt Dresden nach Stadträumen

Gemeinsam mit den Stadtteilen Gorbitz-Süd und Seevorstadt-Ost, weist Prohlis im Vergleich zum städtischen Mittel zudem eine unterdurchschnittliche soziale Entwicklung und höhere Belastungen auf. Während sich seit dem ersten Dresdner Bildungsbericht 2012 eine gesamtstädtische positive Entwicklung, bezüglich der sozialen Lebenslage im Anteil der Arbeitslosen, SGB II-Empfängerinnen und Empfängern, sowie Alleinerziehenden-Haushalten gezeigt hat, bestehen die Probleme in u.a. Prohlis-Süd nach wie vor.³¹

Aufgrund der Tatsache, dass man zunächst mit dem Projekttag besonders Schulen mit sozial schwachem Klientel ansprechen will, erscheint die Schule hierfür durchaus geeignet. Zumal auch schon frühere Projekte des Gesundheitsamtes hier stattfanden und sich positive Resultate ergaben. Des Weiteren bezieht man sich auf die Aussagen von PD Dr. Thomas Lampert, dem Soziologen und Leiter der Gesundheitsberichterstattung des Robert-Koch-Institutes. Nach dessen Ansicht bestimmt die soziale Lage die Gesundheit der Kinder. Kinder aus sozial benachteiligten Familien seien deutlich anfälliger für Entwicklungsstörungen und psychische Probleme. Er meint jedoch auch, dass sich sozial schwierige Startbedingungen durch Prävention und Gesundheitsförderung teilweise ausgleichen können. Daraus zieht man eine weitere Begründung dafür, die Er-

³¹ Vgl. Landeshauptstadt Dresden, Die Oberbürgermeisterin: 2. Dresdner Bildungsbericht, online: [URL] http://bildung.dresden.de/media/pdf/bildung/2._Dresdner_Bildungsbericht_2014_Gesamt.pdf, Stand 04.04.2016

probung des Projektes als Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention in einer und besonders dieser Lernförderschule durchzuführen.³²

Es lässt sich allgemein für Deutschland feststellen, dass die meisten Kinder und Jugendlichen gesund aufwachsen. Dennoch gibt es etwa 20% die einen schlechteren Gesundheitszustand aufweisen oder ein höheres Risiko haben, krank zu werden. Diese stammen meist aus sozial schwierigen Verhältnissen, wo Anregungen für deren Entwicklung nicht oder nur gering vorhanden sind. Schlechtere Gesundheitschancen wiederum bedeuten u.a., dass die Wahrscheinlichkeit des Erwerbs von Lebenskompetenzen eher gering ist, was sich negativ auf den Gesundheitszustand auswirken kann. Doch je eher die Prävention ansetzt, desto eher kann gesundheitliches Ungleichgewicht verringert werden. Demnach ist hier die Lebenskompetenzförderung von besonders großen Nöten.

Bezüglich des Alters der Kinder legte man sich auf das Primarschulalter, die Klassenstufe 4 fest, da in dieser Phase die Entwicklung personaler Schutzfaktoren zunehmend an Bedeutung gewinnt. Die Gesundheit kann langfristig gefördert werden, wenn Kindern hier Kompetenzen wie Vertrauen, Zuversicht, Selbstständigkeit, Eigenaktivität, sowie Kommunikations- und Konfliktfähigkeit zugetragen werden. Wichtig und unterstützend ist dabei aber auch das Interesse der Eltern und eine gewissen Beteiligung bzw. Unterstützung an und bei der schulischen Entwicklung des Kindes. Die Schule kann unterstützend und fördernd agieren, wenn es um Dinge wie Bewegung, Entspannung, gesunde Ernährung, sowie der Entwicklung von Lebenskompetenzen und eines gesunden Lebensstils geht.³³

3.2 Einbindung in den Lehrplan

Im Lehrplan der Klassenstufe 3 bzw. 4 Deutsch-Heimatkunde/Sachunterricht werden im Lernbereich 4 „Mach mit, bleib fit“ unter anderem die Sinne thematisiert. In diesem Zusammenhang sollen die Schülerinnen und Schüler die Bedeutung der Sinnesorgane kennenlernen. Beispielsweise das Auge und dahingehend das Sehen. Des Weiteren sollen die Kinder befähigt werden, das Wissen über gesundheitsfördernde Verhaltens-

³² Vgl. kiggs: Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland, online: [URL] http://www.kiggs-studie.de/fileadmin/KiGGS-Dokumente/kiggs_tn_broschuere_web.pdf, Stand 05.04.2016

³³ Vgl. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Gesundheitsförderung Konkret, Gesundes Aufwachsen für alle! S. 19 ff.

weisen auf die Entwicklung ihrer Gewohnheiten zu übertragen und daraus ein Gesundheitsbewusstsein zu entfalten.³⁴

An diesem Lehrplan setzt man im Rahmen des Projektes an und vertieft den Sinn Sehen und das Auge. Die Schülerinnen und Schüler sollen über die Wissensvermittlung ein Bewusstsein für die Bedeutung der Augen und das Sehen entwickeln, bzw. davon ausgehend, das Erlernte möglichst auch in ihrem Alltag anwenden.

3.3 Bedeutung der Sinne

„Wahrnehmen ist ein aktiver Prozess, bei dem sich das Kind mit allen Sinnen seine Umwelt aneignet und sich mit ihren Gegebenheiten auseinandersetzt. Durch die Sinne begegnet es den Lebewesen und Dingen, es kann sie hören, sehen, befühlen und anfassen, kann sie schmecken und riechen, sich mit ihnen bewegen.“³⁵

Renate Zimmer

Die Sinne haben die wichtige Funktion, dem Kind Eindrücke über dessen Umwelt zu vermitteln. Kindern reicht das bloße Betrachten von Dingen die sie umgeben nicht aus, vielmehr wollen sie alles genau erforschen. Solche Eindrücke, welche man über die Sinne aufnimmt, werden abgespeichert und bilden Erfahrungen, auf die das Kind in zukünftigen Situationen zurückgreifen kann.³⁶

Über die Anzahl der menschlichen Sinne gehen die Meinungen verschiedener Autoren auseinander. In der vorliegenden Arbeit wird sich jedoch darauf festgelegt, dass der Mensch über 7 verschiedene Sinne verfügt. Hierzu zählen neben dem Sehsinn der Gehörsinn, Geruchssinn, Geschmackssinn, Gleichgewichtssinn, Temperatursinn, sowie Druck- und Berührungssinn.³⁷

Heutzutage lässt sich feststellen, dass es einen großen Verlust an körperlich-sinnlichen Erfahrungen bei den Kindern gibt und sich in diesem Zusammenhang die Lebensbedingungen stark verändert haben, was auch der Grund für eine Vielzahl an Wahrnehmungsstörungen bei den heute aufwachsenden Kindern ist.³⁸ Aufgrund dessen sollte die sinnliche Wahrnehmung mehr in den Fokus gerückt und gefördert werden. Durch

³⁴ Vgl. Sachsen: Lehrplan Schule zur Lernförderung, Deutsch-Heimatkunde/Sachunterricht, online: [URL] http://www.schule.sachsen.de/lpdb/web/downloads/lp_foes_deutsch_heimatkunde_sachunterricht_2010.pdf?v2, Stand 06.04.2016

³⁵ Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 15

³⁶ Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 16 ff.

³⁷ Vgl. Lernhelfer: Sinne und Sinnesorgane, online: [URL]

<https://www.lernhelfer.de/schuelerlexikon/biologie/artikel/sinne-und-sinnesorgane>, Stand 06.04.2016

³⁸ Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 25

ein Training bzw. eine Schulung der Sinne können diese weiterentwickelt und die Wahrnehmungsfähigkeit erweitert werden.

Kinder wachsen heute in einer Welt, geprägt von den Medien und der Technik auf. Ihr Leben ist geprägt von schnellen Bildabfolgen, deren Informationen in dieser Geschwindigkeit gar nicht verarbeitet werden können. Aus den flüchtigen Eindrücken ergibt sich immer häufiger eine Art Stresssymptom, was häufig an Bewegungsunruhe, Nervosität und Konzentrationsmangel erkennbar ist. Zudem wird es aufgrund von Automaten in vielfältiger Art und Weise, sich automatisch öffnenden Türen usw., immer schwieriger Zusammenhänge zu begreifen. Vieles geschieht per Knopfdruck, oder sogar gänzlich ohne menschliches Einwirken. Die heutige Welt ist Körper- und Leibesfeindlich. Bewegung wird als störend empfunden, nicht aber als kindliche Lebensfreude. Auch in der Schule sitzen die Kinder nahezu den ganzen Tag. Es scheint ein Abhängigkeitsverhältnis zwischen Konzentration und körperlicher Unbeweglichkeit zu existieren. Das unmittelbare Tätigsein rückt immer mehr in den Hintergrund und das Freizeitverhalten wird von den Medien beherrscht.

Auffällig ist auch der Verlust an Eigenständigkeit. Kinder verlieren durch die Vielzahl an medialen Möglichkeiten ihre primären Erfahrungsfelder. Zu bemerken ist allerdings, dass die Möglichkeiten durch vorgegebene Spielstrukturen auch oft begrenzt sind, wodurch das freie Spiel an Bedeutung verliert.

Ziel der Sinnesschulung ist es, einfühlsamer und sensibler mit sich und seiner Umwelt zu werden, sowie eine Balance zwischen Individuum und der ihn umgebenden materiellen und sozialen Umwelt zu schaffen.³⁹

3.4 Relevanz des Sehens

Der überwiegende Teil an Sinneseindrücken aus der Umwelt erreicht uns über das visuelle System. Das Organ, welches diese aufnimmt ist das Auge. Es ist eines der am meisten genutzten Sinnesorgane, jedoch ist es gleichzeitig das am meisten überlastete. Sehen heißt nicht nur aufnehmen und verarbeiten von optischen Eindrücken, denn sogar objektive Geschehnisse werden von unterschiedlichen Betrachtern verschieden wahrgenommen. Grund dessen ist, dass in das Sehen immer Interessen, Gewohnheiten und persönliche Sichtweisen einfließen. Zudem wird es durch Stimmungen wie Hektik und Gefühlslage beeinflusst. Dadurch fokussiert sich jeder auf etwas anderes, denn nicht jeder kann alles wahrnehmen. Dies ist auch in Anbetracht der Fülle an Reizen, denen wir tagtäglich in unserem Leben begegnen unabdingbar. Gerade das Se-

³⁹ Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 8 ff.

hen ist, wie bereits erwähnt, heute einer Dauerbelastung ausgesetzt. Nicht nur die Medien die wir, und vor allem Kinder zu Hause nutzen, wie beispielsweise Spielkonsole, Computer und Fernseher – sondern auch unsere Umwelt wird durch u.a. Lichtreklamen und Werbeschilder zur visuellen Reizüberflutung. Dadurch ist es kaum noch möglich in der Kürze der Zeit das Gesehene zu verarbeiten.

Dabei ist unser Auge und der damit verbundene Sehsinn so wichtig für uns. Durch das Auge können wir Farben und Formen erkennen, sowie Muster voneinander unterscheiden. Außerdem ist es das Sinnesorgan, welches uns Informationen über unsere Umgebung vermittelt, dahingehend, wie der Untergrund ist, wie viel Platz wir um uns herum haben und wo gegebenenfalls Hindernisse sind. Sollten sich Helligkeitsverhältnisse verändern, passt sich unser Auge daran an.

Neben der Farb- und Formwahrnehmung gibt es noch weitere Bereiche der visuellen Wahrnehmung, die wichtig für unser alltägliches Leben sind. Hierzu gehört beispielsweise die Figur-Grund-Wahrnehmung. Dies ist die Fähigkeit aus der Masse der uns umgebenden optischen Reize etwas herauszufokussieren, was wir betrachten und für uns unwichtige Dinge vernachlässigen. Menschen die das nicht können, sind häufig unkonzentriert und unaufmerksam. Weiterhin gibt es die visumotorische Koordination, was die Fähigkeit darstellt, eine Koordination des Sehens mit den Bewegungen des Körpers zu schaffen. Das nennt man auch Auge-Hand-Koordination und ist beispielsweise Voraussetzung für das Aufheben eines Gegenstandes, oder das Fangen eines zugespielten Balles.

Auch für die Schule hat das Auge bzw. der Sehsinn, und die dazugehörige Wahrnehmung, somit große Relevanz. Beispielsweise ist die Raumwahrnehmung/Raumvorstellung Voraussetzung um lesen, schreiben und rechnen zu können. Um einen Buchstaben zu erkennen, muss man seine Lage im Raum sehen. Diese differenzierte Raumwahrnehmung ergibt sich wiederum aus körperlichen Erfahrungen und der körperlichen Wahrnehmung. Je mehr Erfahrungen körperlicher Art gewonnen werden, umso stärker finden Kinder diese Erfahrungen und daraus gewonnenen Erkenntnisse ihnen zugehörig. An der Veränderung der Lebensbedingungen und der Förderung von körperlich-sinnlichen Erfahrungen sollte sich auch die Schule orientieren und Kindern mehr Eigenständigkeit im Unterricht verleihen. Das hat den Hintergrund, dass dies die intensivste Form ist, sich persönliche Erfahrungen anzueignen.⁴⁰

Neben den Funktionen des Sehens sollte zudem darauf hingewiesen werden, dass uns Menschen mit sichtbaren Sehschwächen tagtäglich begegnen und wir dies im Gegensatz zu anderen Sinnesschwächen sofort erkennen können. Nahezu zwei Drittel der

⁴⁰ Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 60 ff.

deutschen Bevölkerung trägt beispielsweise eine Brille. Genauer gesagt über 40 Millionen Menschen, also 64% allein in Deutschland.⁴¹

Aber auch Sehbehinderungen, wie die Blindheit, begegnen uns immer wieder. Infolgedessen ist es wichtig, die Kinder auch dahingehend in ihrem Sozialverhalten zu schulen. Sehhilfen wie die Brille gehören zum Alltag und bilden keinen Grund jemanden auszulachen oder ausgelacht zu werden. Blinde Menschen sind in bestimmten Situationen besonders darauf angewiesen Hilfe zu bekommen und sind sicherlich dankbar, wenn auch freundliche und hilfsbereite Kinder da sind, die ihnen beispielsweise über die Straße helfen oder sie gegebenenfalls auf Hindernisse hinweisen. Das hat auch gesellschaftliche Relevanz. Es ist wichtig, dass ihnen nahegebracht wird, wie man mit diesen Menschen umgeht. Beispielsweise dass man sie zunächst erst einmal höflich ansprechen und fragen muss, ob die Hilfe erwünscht ist und sich dahingehend auch erst einmal bemerkbar machen, bevor man jegliche Handlungen ausführt.⁴²

⁴¹ Vgl. Brillen & Sehhilfen: Brillen & Sehhilfen...für gutes Sehen!, online: [URL] www.brillen-sehhilfen.de, Stand 10.04.2016

⁴² Vgl. Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.: Kleiner Ratgeber für den Umgang mit blinden Menschen, online: [URL] http://www.dbsv.org/fileadmin/publikationen/20_265_Testwarenkorb/Nicht_so__sondern_so.pdf, Stand 10.04.2016

4 Konzepterstellung

4.1 Festlegung des Schwerpunktes

Den Schwerpunkt des Projektes stellte die Lebenskompetenzförderung, über die Sinnesschulung zum Auge dar. Die Lebenskompetenz ermöglicht laut WHO Definition von 1994 u.a. den angemessenen Umgang mit Mitmenschen und stärkt die psychosozialen Kompetenzen.⁴³

Ein Mensch mit psychosozialen Kompetenzen ist dadurch gekennzeichnet, dass er mit sich selbst sowie seinen Handlungen, Zielen und Bedürfnissen im Sinne der Selbstkompetenz gut zurecht kommt, sich aber auch auf andere, möglicherweise schwierige Menschen mit anderen Zielen einstellen kann.⁴⁴

Diese psychosozialen Kompetenzen stellen zugleich die Voraussetzung für ein gesundheitliches Wohlbefinden dar.

Dahingehend sollte durch das Projekt besonderes Augenmerk auf die Kompetenzen Selbstwahrnehmung, Einfühlungsvermögen, Eigenverantwortung und Stärkung des Selbstvertrauens, Kommunikation und ein kreatives Denken gelegt werden. Anliegen war es zudem, die Schülerinnen und Schüler für ihr zukünftiges, eigenständiges Leben zu stärken und damit dem Sächsischen Gesundheitsziel „Gesund Aufwachsen“ im Sinne der Lebenskompetenzförderung zu entsprechen. Das Projekt zur Sinnesschulung Auge wollte damit Gesundheitsressourcen stärken.⁴⁵

Die Informations- und Wissensvermittlung zum Auge und Sehsinn sollte die Voraussetzung für eine Verhaltensintervention im Sinne der Primärprävention schaffen. Selbstständiges Arbeiten wie das Ausfüllen von Arbeitsblättern, sowie das Durchführen von Experimenten, sollte die Eigenverantwortung und das Selbstvertrauen stärken. Durch Ansprache von Augen- und Seherkrankungen war es ein Anliegen, den angemessenen Umgang mit Betroffenen auszubauen und dadurch insgesamt die Sozialkompetenz zu stärken.

⁴³ Vgl. eigenständig werden: Was sind Lebenskompetenzen?, online: [URL] cms.eigenstaendig.net/?page_id=39, Stand 12.04.2016

⁴⁴ Vgl. Teamdynamik: Soft Skills & Life Skills, online: [URL] <http://teamdynamik.net/index.php?id=5838>, Stand 12.04.2016

⁴⁵ Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Nationales Gesundheitsziel, online: [URL] http://www.bmg.bund.de/fileadmin/dateien/Downloads/G/Gesundheitsziele/Broschuere_Nationales_Gesundheitsziel_-_Gesund_aufwachsen_Lebenskompetenz__Bewegung__Ernaehrung.pdf, Stand 16.03.2016

4.2 Erarbeitung der Stundeninhalte

Der Projekttag beschäftigte sich mit der Sinnesschulung zum Auge und Sehsinn. Über die Stundeninhalte sollte dabei gleichzeitig eine Lebenskompetenzförderung bzw. Ansprache, als Handlungsfeld des Sächsischen Gesundheitszieles „Gesund aufwachsen“ erreicht werden.

Im Folgenden nun eine Übersicht der einzelnen Stundeninhalte, deren Zielsetzung sowie Methoden, und die dadurch angestrebte Lebenskompetenzförderung

Zielsetzung	Inhalte	Methoden	Lebenskompetenz
Subjektive Wahrnehmung aufzeigen	Kinder sollen Gesehenes während des Schulweges reflektieren	Frontalunterricht und Klassengespräch (Schüler berichten einzeln, was sie beobachtet haben)	Selbstwahrnehmung (Was habe ich bemerkt?)
Kinder auf Sinnesorgan Augen lenken	Mit welchem Sinnesorgan habt ihr die Veränderung wahrgenommen?	Klassengespräch	Selbstwahrnehmung (Womit habe ich das festgestellt?)
Augenvielfalt	erkennen und reflektieren von Augenvielfalt	Frontalunterricht Klassengespräch	Selbstwahrnehmung und Wahrnehmung anderer
Aufbau des äußeren Auges	Regenbogenhaut, Wimpern, Augenbrauen, Augenlid, Augenhöhle, Tränendrüse	Klassengespräch (bei richtiger Antwort darf der jeweilige Schüler an die Tafel kommen und den Augenbestandteil mit Namen und Pfeil versehen)	kritisch-kreatives Denken Selbstvertrauen (ich weiß etwas)

Vertiefung der Kenntnisse zum Aufbau des äußeren Auges	Ausmalen der Regenbogenhaut und Beschriftung der Augenbestandteile	Einzelarbeit (Arbeitsblatt)	Eigenständigkeit (eigenständiges ausfüllen und ausmalen) Kreativität und Sauberkeit
Schutzfunktionen der Augenbestandteile erforschen	Durchführung von Experimenten zur Schutzfunktion der Pupille, Augenbraue, Augenlid	Experiment in Partnerarbeit Auswertung der Ergebnisse der Partnerarbeit (Schutzfunktion an die Tafel heften und ins Arbeitsblatt eintragen)	während der gesamten Experimente: Eigenverantwortung (eigenständige Durchführung) angemessene Kommunikation (mit Partner sprechen, freundlicher Umgang miteinander) Selbstvertrauen (Ich habe eine Veränderung bemerkt / etwas festgestellt.) Selbstwahrnehmung / Wahrnehmung anderer (Was ist mir bei mir bzw. meinem Partner aufgefallen, was hat sich verändert?)

Tabelle 1: 1. Unterrichtsstunde des Projekttages

Zielsetzung	Inhalte	Methoden	Lebenskompetenz
Erkennen der Notwendigkeit des Augenschutzes	Schutz der Augen durch... (Sonnenbrille, Sonnenhut, Skibrille, ausreichend Licht usw.)	Frontalunterricht Klassengespräch	Eigenverantwortung und Stärkung des Verständnisses für die Augengesundheit Motivation zur Vermeidung von Überlastung der Augen
Aufklärung über Gefahren	Gefahren aufzeigen z.B. UV-Strahlung kann Netzhaut zerstören	Einzelarbeit (Arbeitsblatt zum Augenschutz ausfüllen)	Eigenverantwortung/ Eigenständigkeit (wie kann ich Gefahren vermeiden, selbstständiges ausfüllen des Arbeitsblattes)
Vermittlung des vereinfachten Sehvorgangs	Erläuterung des Sehvorgangs	Frontalunterricht	kritisch-kreatives Denken (Welcher Vorgang läuft in etwa im Inneren unseres Auges ab, wenn wir etwas betrachten?)
Vielfalt der Wahrnehmung über die Augen aufzeigen	Farben	Frontalunterricht Bildliches Arbeiten Klassengespräch	kritisch-kreatives Denken (Was ist auf der Farbsehkarte abgebildet? Wahrnehmungsförderung)

Kontrolle des Farbsehens		Einzelarbeit (Arbeitsblatt über Farbsehkarten ausfüllen)	Eigenständigkeit
spielerisch Farben erkennen und sehen	Gruppenspiel: „Ich sehe was, was du nicht siehst“	Klassengespräch	kreatives Denken (erraten der Gegenstände) Kooperation untereinander
Erkennen von Formen	Formen anhand eines Clowns erkennen	Frontalunterricht	kritisch-kreatives Denken (Formen richtig zuordnen, zählen der Formen, nichts vergessen zu zählen) Selbstvertrauen (Ich habe das richtig erkannt.) Akzeptanz der Meinungsäußerung
Vertiefung des Erkennens von Formen und Zahlen	Arbeitsblatt zum Erkennen von Formen und Zahlen	Einzelarbeit	Eigenständigkeit / Eigenverantwortung
weitere Vermittlung der Funktionen des Auges	Größen, Entfernungen, Bewegungen	Frontalunterricht Klassengespräch	kritisch-kreatives Denken (Wo ist mir das selbst schon aufgefallen?)

Tabelle 2: 2. Unterrichtsstunde des Projekttages

Zielsetzung	Inhalte	Methoden	Lebenskompetenz
Überprüfung der Auge-Hand-Koordination und Förderung der Bewegung, um Sehsinn zu erleben	Ballspiel, Schätzen von Längen und Entfernungen, Zielwerfen, Erkennen von Formen und Zahlen in Form eines Sehtests	Gruppenarbeit an Stationen Gruppenverantwortlicher wird bestimmt	kritisch-kreatives Denken (Schätzen) angemessene Kommunikation (innerhalb der Gruppe) Eigenverantwortung (selbstständig zur jeweiligen nächsten Station gehen) Akzeptanz der Leistung des Mitschülers und des Gruppenverantwortlichen

Tabelle 3: 3. Unterrichtsstunde des Projekttag

Zielsetzung	Inhalte	Methoden	Lebenskompetenz
Kinder überprüfen selbstständig ihre Ergebnisse	Auswertung Stationen	Gruppengespräch (Abfragen der einzelnen Lösungen)	Eigenverantwortung (Fehler ankreuzen, Richtiges abhaken) Selbstvertrauen (Ich habe etwas richtig.) Ehrlichkeit
Sensibilisierung für die Natur	Naturmaterialien mit der Lupe erforschen	Einzelarbeit (Gesehenes auf ein Arbeitsblatt zeichnen)	kritisch-kreatives Denken (selbstständiges erforschen und betrachten) Eigenverantwortung
Umgang mit Augenerkrankungen	Kurz- und Weitsichtigkeit Wessen Eltern tragen eine Brille und warum?	Frontalunterricht (Tafelbild zur Kurz- und Weitsichtigkeit) Klassengespräch Einzelarbeit (Arbeitsblatt)	Empathie (Sensibilisierung für Sehschwächen, wie belastend ist das für Betroffene) Wahrnehmung des Umfeldes Eigenständigkeit

Tabelle 4: 4. Unterrichtsstunde des Projekttages

Zielsetzung	Inhalte	Methoden	Lebenskompetenz
Umgang mit blinden Menschen	Rollenspiel Blinder und Blindenführer	Partnerarbeit	angemessene Kommunikation (Hinweise freundlich und helfend) Empathie (auf was muss ich den Blinden hinweisen, was er nicht wahrnimmt)
Vertiefung der Handlungsweisen gegenüber blinden Menschen	Wie spreche ich Blinde an, und wie biete ich ihnen meine Hilfe an?	Gruppengespräch und Einzelarbeit (Arbeitsblatt)	kritisch-kreatives Denken (Was haben wir gerade besprochen? Wie würde ich es mir selbst wünschen, wenn ich blind wäre?) Empathie (Was wünscht er sich von mir, und was würde ich erwarten?)
Kindern Raum für Kreativität und Verarbeitung des Projekttages geben ⇒ Koordination zwischen Sehen und Bewegung der Hand	Malen nach Zahlen, Basteln eines Farbkreisels	Stationsarbeit in Gruppen	kreatives Denken (Welche Felder muss ich mit welcher Farbe ausmalen, wie gehe ich an das Basteln des Kreisels heran?)

Tabelle 5: 5. Unterrichtsstunde des Projekttages

Es wurden verschiedene Unterrichtsformen genutzt, um die Kinder auf vielfältige Art und Weise anzusprechen und ihnen die Bedeutung der Augen nahezubringen. Denn je differenzierter die Formen der Darbietung des Lehrstoffes sind und je mehr Kanäle der Wahrnehmung genutzt werden, umso besser kann Wissen gespeichert und im Kopf langfristig verankert werden.⁴⁶

Der Projekttag teilte sich in Frontalunterricht im Sinne der Wissensvermittlung, Partnerarbeit bei Experimenten, Gruppenarbeit bei den Stationen auf dem Schulhof, und Einzelarbeit beim Ausfüllen der Arbeitsblätter. Weiterhin wurde im Laufe des Projekttag-tes Fächer verbindend gearbeitet. Heimatkunde/Sachunterricht spielte in Bezug auf den Sehsinn und das Auge eine Rolle; Deutsch hinsichtlich des Lesens der Aufgabenstellungen auf den Arbeitsblättern, und die Beantwortung dieser durch das Aufschreiben. Mathematik bei dem Erkennen der Formen des Clowns, Sport bei dem Ballspiel auf dem Schulhof und Kunst im Sinne des Malens nach Zahlen, sowie dem Basteln des Farbkreisels.

Besonders die Förderung der Eigenständigkeit bzw. Eigenverantwortung sind wichtig, um die Kinder auf ein späteres selbstbestimmtes Leben vorzubereiten. Außerdem sind Unterrichtsformen in denen Kinder eigenständig arbeiten, wie bereits bei der Relevanz des Sehsinns erwähnt, die intensivste Form sich persönliche Erfahrungen anzueignen.

Durch den Projekttag sollte insgesamt auch die Sozialkompetenz gefördert werden, welche die Fähigkeit zum Ausdruck bringt, seine eigenen Ziele und Bedürfnisse zu erreichen, und gleichzeitig die anderen Menschen zu berücksichtigen. Hierzu zählen auch die angemessene Kommunikation und Empathie, also das Hineinversetzen in andere Menschen.⁴⁷

4.3 Praktische Umsetzung

Die praktische Umsetzung des Projektes erfolgte in Form eines Projekttag-tes durch das Gesundheitsamt Dresden, Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention, und setzte sich, wie bereits in der Erarbeitung der Stundeninhalte erkennbar, aus 5 Unterrichtsstunden zusammen. Die Vermittlung der Inhalte erfolgte vorwiegend durch eine Mitarbeiterin des Gesundheitsamtes, jedoch einige auch durch die Verfasserin der vorliegenden Arbeit. So beispielsweise das Aufzeigen von Schutzmöglichkeiten und Gefahren, die Vielfalt der Wahrnehmung, sowie die Sensibilisierung für die Natur.

⁴⁶ Vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung S. 28

⁴⁷ Vgl. Staatsinstitut für Frühpädagogik: Soziale Kompetenzen, online: [URL]

<http://www.kompik.de/entwicklungsbereiche/soziale-kompetenzen/wissenschaftlicher-hintergrund.html>, Stand 19.04.2016

Diese Unterrichtsstunden teilen sich in theoretische und erfahrungsorientierte Wissensvermittlung durch die Mitarbeiterin des Gesundheitsamtes/ die Verfasserin, sowie ein praktisches Tätigsein der Schülerinnen und Schüler in Einzel-, Partner-, und Gruppenarbeit auf. Die Schülerinnen und Schüler erhielten jeweils eine Mappe, in welche sie alle Arbeitsblätter des Projekttag einheften konnten und jederzeit die Möglichkeit haben, sich wieder an die Inhalte des Projekttag zu erinnern.

Die Mappe beinhaltete außerdem ein Auswertungsblatt vom Seh- und Farbtest des jeweiligen Kindes mit den Ergebnissen für die Eltern, um auch für zu Hause einen Einblick in den Projekttag, sowie das Sehvermögen der Teilnehmer zu gewährleisten.

Die Klassenlehrerin war während des gesamten Tages anwesend und erhielt im Anschluss eine Mappe mit weiterführendem Unterrichtsmaterial, um eine nachhaltige Sinnesschulung anzuregen.

5 Bezug der Fachgebietsbezogenen Betrachtungen zum Projekt

Die Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention erfolgte in der vorliegenden Arbeit über das Projekt zur Sinnesschulung Auge „Ich sehe was, was du nicht siehst“ in Form eines Projekttages, dessen oberstes Ziel neben der Schulung des Sehsinns, die Förderung der Lebenskompetenzen war. Diese Kompetenzen wiederum sind zentraler Bestandteil des Sächsischen Bildungszieles „Gesund Aufwachsen“.⁴⁸ Lebenskompetenzen sind Faktoren, welche die Gesundheit der Kinder beeinflussen und bei guter Ausprägung stärken. Gleichzeitig erhielten die Schülerinnen und Schüler durch die Sinnesschulung Informationen zum Auge und wie sie dieses schützen können, um es gesund zu erhalten und lernten dessen Bedeutung ganz im Sinne des Lehrplanes kennen.⁴⁹ Das Projekt sollte Gesundheitsressourcen stärken, indem es versucht hat, über eine Wissensvermittlung den Kindern Kontrolle über die Faktoren, die ihre Gesundheit beeinflussen nahezubringen, wobei man in erster Linie gesundheitsrelevante Lebensweisen verbessern und deren Gesundheit fördern wollte. Denn gerade in dieser Altersklasse können entscheidende Grundlagen für Gesundheitsverhaltensweisen im Erwachsenenalter gelegt werden.⁵⁰ Finanziert wurde das Projekt durch die Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung. Sie ist ein gemeinnütziger, politisch sowie konfessionell unabhängiger Verein und setzt sich aus Vertretern des sächsischen Gesundheitswesens wie Gesundheitsämtern, Krankenkassen, Ministerien usw. zusammen.⁵¹

Hinsichtlich der Prävention konzentrierte man sich auf die Verhaltensprävention, im Sinne der Primärprävention. Wie schütze ich meine Augen?⁵² Weiterhin wurde die Primärprävention dadurch gewährleistet, dass generell die Informations- und Wissensvermittlung, welche die Grundlage des Projekttages bildete, die Voraussetzung für Verhaltensinterventionen darstellt.

⁴⁸ Vgl. Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Gesund Aufwachsen, online: [URL] www.sifg.de/ueber-uns/koordinationsstellen/gesund-aufwachsen-ga/, Stand 26.03.2016

⁴⁹ Vgl. Sachsen: Lehrplan Schule zur Lernförderung, Deutsch-Heimatkunde/Sachunterricht, online: [URL] http://www.schule.sachsen.de/lpdb/web/downloads/lp_foes_deutsch_heimatkunde_sachunterricht_2010.pdf?v2, Stand 06.04.2016

⁵⁰ Vgl. Lohaus, Arnold; Jerusalem, Matthias; Klein-Heßling, Johannes: Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter S. 9

⁵¹ Vgl. Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Über uns, online: [URL] www.sifg.de/ueber-uns/, Stand 21.03.2016

⁵² Vgl. Bundesministerium für Gesundheit: Prävention, online: [URL] <http://www.bmg.bund.de/glossar-begriffe/p-q/praevention.html>, Stand 27.03.2016

Das Salutogenesemodell wendet sich der Gesundheitsförderung zu. Antonovsky geht es um Voraussetzungen die vorhanden sein müssen, damit Gesundheit erhalten bleibt bzw. gefördert werden kann. Eine wesentliche Bedingung hierfür sind die generalisierten Widerstandsressourcen. Betrachtet man dessen Aussagen, zeigt sich, dass durch die Lebenskompetenzförderung individuelle Widerstandsressourcen ausgebaut werden können, die wiederum dafür sorgen, dass belastende und stressige Situationen jetzt und auch in Zukunft möglichst keine Gesundheitsgefährdung darstellen. Beispielsweise sind es die personalen Widerstandsressourcen Selbstwert- und Zugehörigkeitsgefühl, welche Kindern Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten geben und ihnen eine aktive Selbstgestaltung ihres Lebens ermöglichen. Ein ausgeprägtes Selbstwertgefühl beispielsweise ist notwendig, um in der heutigen Gesellschaft bestehen zu können.

Da die generalisierten Widerstandsressourcen in Abhängigkeit zu unter anderem dem Erziehungsstil und soziokulturellen Kontext stehen, sah man bei den zumeist sozial schwachen Familien in Prohlis besonders großen Bedarf, da die Kinder in ihrem Elternhaus häufig keine umfängliche Zuwendung erfahren.

Die Widerstandsressourcen beeinflussen die Stressoren und Spannungszustände. Sollten also zu wenig vorhanden sein, kommt es zu einer Verschiebung auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum in Richtung Krankheit, was es zu vermeiden gilt. Das Kohärenzgefühl, was umso höher ist, je größer der Grad an Überzeugung sein Leben gut meistern zu können, wird durch Lebenserfahrungen gebildet. Nachvollziehbarerweise, können Kinder noch nicht die Lebenserfahrungen eines Erwachsenen haben, jedoch müssen frühzeitig generalisierte Widerstandsressourcen geschaffen werden, um diese Erfahrungen möglich zu machen. Eine günstige Lage auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum begünstigt den Erwerb neuer Widerstandsressourcen.⁵³

Im Bereich Lebenskompetenzförderung lag, wie bereits erwähnt, neben der Sinnes-schulung der Hauptfokus des Projektes, wodurch auch individuelle Widerstandsressourcen ausgebaut werden sollten, welche stark für ein gesundes Leben machen. Über die Unterrichtsmethoden wollte man feststellen, ob bei den Schülerinnen und Schülern Lebenskompetenzen ausgeprägt sind, und dahingehend diese und weitere gefördert werden konnten, da sie für ihr ganzes Leben wichtig sind. So ist die Lebenskompetenz unter anderem auch von Nöten, um aus schwierigen Lebenssituationen, sowie Lebens-

⁵³ Vgl. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Was erhält Menschen gesund?, Antonovskys Modell der Salutogenese Diskussionsstand und Stellenwert S. 36 ff.

lagen wieder gesund hinauszugehen, und die resilienten Kräfte zu stärken.⁵⁴ Innerhalb des Projekttagess sollte Wissen zum Auge und Sehsinn vermittelt werden, sodass die Schülerinnen und Schüler die Bedeutung des Sinns bzw. Sinnesorgans kennenlernen, und bestenfalls davon ausgehend, gesundheitlich und gesellschaftlich positive Verhaltensweisen, sowohl im Sinne des Lehrplanes, als auch allgemein für ihr späteres Leben aneignen.

Alles in allem sollten durch den Stundenaufbau wichtige Lebenskompetenzen als gesundheitsfördernde und präventive Maßnahme bedient bzw. angeregt werden, und gleichzeitig der Lehrplan für den Sehsinn umgesetzt werden.

⁵⁴ Vgl. Sächsisches Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz: Gesund aufwachsen in Sachsen S. 91

6 Fragebögen

6.1 Hinweise zur Befragung und Methodik

Mittels der Fragebögen sollte herausgefunden werden, ob durch den Projekttag wichtige Lebenskompetenzen nachgewiesen bzw. gefördert werden konnten. Weiterhin galt es zu überprüfen, ob das Projekt/ der Projekttag eine Möglichkeit der Lehrplanumsetzung für das Sinnesorgan Auge und das Sehen darstellt. Dahingehend wollte man ermitteln, ob es gelungen ist, den Schülerinnen und Schülern die Bedeutung von Auge und Sehen nahezubringen, sodass sie möglichst auch das Wissen über gesundheitsfördernde Verhaltensweisen auf ihre Gewohnheiten übertragen konnten und sich somit diesbezüglich auch ein Gesundheitsbewusstsein entfaltet hat.

Diesbezüglich wurden 2 verschiedene Fragebögen angefertigt, einen für die Schüler, und einen für die Klassenlehrerinnen.

Aufgrund der Tatsache, dass das Projekt derzeit nur in 2 vierten Klassen der „Albert Schweizer“ Schule zur Lernförderung in Dresden-Prohlis durchgeführt wurde, und hier somit das Pilotprojekt im März 2016 stattfand, kann man nicht von Repräsentativität sprechen, da die Fragebögen nur von diesen beiden Klassen, sowie den dazugehörigen Klassenlehrerinnen ausgefüllt werden konnte. Demnach lässt sich auch noch kein Vergleich zu anderen Schulen herstellen.

Da es sich bei den Schülern um Lernförderschüler handelt, konnte der Schülerfragebogen nicht so wissenschaftlich gestaltet werden, wie es der Norm entspricht. Grund dafür sind kognitive Schwierigkeiten der Probanden. Die Kinder haben Schwächen im Lesen und auch in der Verarbeitung von Informationen. Der Wissenstand ist gegenüber beispielsweise Grundschulern deutlich geringer. Daran ist erklärbar, weswegen der Schülerfragebogen nicht das Auswahlkriterium `keine Angabe` enthielt. Es ging darum, herauszufinden, ob das Projekt den Alltag der Kinder ein Stück weit verändert bzw. gegebenenfalls verbessert hat, und wie sie den Projekttag empfunden haben.

Über die Klassenlehrerinnen sollte der Blick von außen geschaffen werden. Wie wirken die Kinder auf die Lehrer? Haben sie Veränderungen bemerkt? Was beobachten Sie generell bei den Kindern?

Aufgrund von Leseschwächen wurden die Fragestellungen mit den dazugehörigen Antwortmöglichkeiten gemeinsam mit den Kindern gelesen, um zu gewährleisten, dass die Kinder alle wissen, was von ihnen erfragt wird. Jeder Schüler wurde dabei mindestens einmal zum Vorlesen der Fragestellung drangenommen. Zusätzlich wurde be-

merkt, ob die Schülerinnen und Schüler ein oder mehrere Antworten ankreuzen können. Dies wurde deshalb nur mündlich erwähnt, um die Textmasse der Aufgabenstellung nur so umfänglich zu gestalten, wie es nötig war.

Die Beantwortung erfolgte im Anschluss für die jeweilige Frage selbstständig. Infolgedessen waren für die Beantwortung des Schülerfragebogens auch 15-20 Minuten angesetzt. Die Bearbeitungszeit für die Lehrerinnen betrug ca. 7 Minuten.

Um einen Vergleich zu dem vorangegangenen Theorieteil herzustellen, wurden die Fragen so ausgewählt, dass geprüft werden konnte, ob Theorie und Praxis übereinstimmen.

6.2 Aufbau der Fragebögen

Um den Projekttag umfänglich zu evaluieren und auszuwerten, wurden wie bereits erwähnt, zwei Fragebögen angefertigt, welche unterschiedlich aufgebaut waren. Der Fragebogen für die Lehrerinnen der Klassen 4a und 4b, enthielt zunächst eine Einleitung bzw. ein Eingangsschreiben, in welchem noch einmal der Sachverhalt und die Begründung für die Erstellung des Fragebogens erläutert wurde. Daran anschließend gab es zunächst einige einfache Einstiegsfragen, um die Teilnehmer an den Fragebogen heranzuführen. Inhaltlich hatte er zum Ziel, den Blick von außen auf die Kinder zu schaffen, da davon ausgegangen wurde, dass die Lehrerinnen dies am besten beurteilen können. Des Weiteren nahm man an, dass sie Veränderungen der Kinder am ehesten bemerken. Gleichzeitig sollte durch die Fragestellungen herausgefunden werden, wie die Schülerinnen und Schüler hinsichtlich Verhalten und Kompetenzen generell eingeschätzt werden. Da es sich bei dem Projekt zum Zeitpunkt der Durchführung um ein Pilotprojekt handelte, war es auch wissenswert zu erfahren, ob diese Form des Projekttages auch auf andere Lernförderschulen übertragbar sei und Verbesserungsvorschläge anzubringen sind.

Der Schülerfragebogen begann ebenso zunächst mit einigen einfachen Einstiegsfragen, mit dem Ziel, sich wieder an den Projekttag zu erinnern. Weiterhin wollte man in Erfahrung bringen, was die Kinder an diesem Tag an Wissen und Erkenntnis mitgenommen haben. Zudem sollten Lebenskompetenzen überprüft und herausgefunden werden, ob der Lehrplan bezüglich des Auges umgesetzt werden konnte. Das Ende des Schülerfragebogens bildeten Fragen zur Selbsteinschätzung ihrer eigenen Persönlichkeit.

6.3 Auswertung der Fragebögen

6.3.1 Auswertung des Schülerfragebogens der Klassen 4a und Klasse 4b im Vergleich

Die Auswertung der Fragebögen haben der Verfasserin interessante Ergebnisse bezüglich der Auswirkungen des Projekttages geliefert.

Mit der ersten Frage wollte sie zunächst herausfinden, wie die Geschlechterspezifische Aufteilung der beiden Klassen ist. Hier ließ sich feststellen, dass in Klasse 4a der Anteil der Jungen, und in der Klasse 4b der Anteil der Mädchen überwiegt.



Abbildung 4: Auswertung der Frage 1

Ziel der zweiten Frage war es, sich einen Einblick zu verschaffen, wie das Projekt insgesamt bei den Schülerinnen und Schülern Anklang gefunden hat und dieser Tag möglicherweise auch in anderen Lernförderschulen wiederholbar ist. Schließlich ist es Sinn und Zweck der Projekttagkonzeption, das Projekt in mehreren Lernförderschulen durchzuführen.

Hier zeigte sich im Ergebnis, dass dieser Tag zum Auge und Sehsinn durch die Schülerinnen und Schüler beider Klassen überwiegend sehr gut beurteilt wurde. Das lässt darauf schließen, dass dieser Tag durchaus auch für andere Lernförderschulen und Klassen interessant sein könnte, was für eine gute Zusammenstellung des Projekttagges steht, der Kinder anspricht.

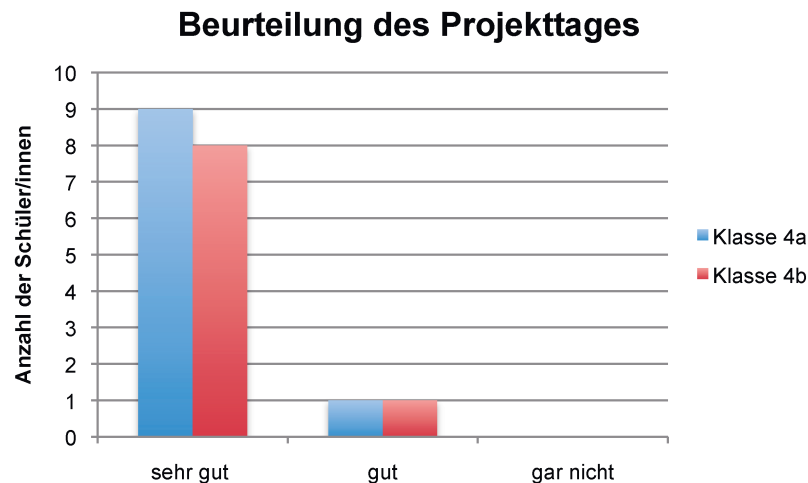


Abbildung 5: Auswertung der Frage 2

Mittels der Fragen 3 und 4 galt es herauszufinden, ob sich durch den Projekttag Auswirkungen auf den Medienkonsum bezüglich Fernsehen und Computerspiele gezeigt haben. Weiterhin wollte man über die beiden Fragen erfahren, ob die Kinder im Sinne der Lebenskompetenz Selbstwahrnehmung in der Lage sind, dies beurteilen und einschätzen zu können. Das hat den Hintergrund, dass die Sinnesschulung im weiteren Sinne auch dazu beitragen will, die Schülerinnen und Schüler ein Stück weit aus der virtuellen Welt der uns umgebenden Medien zu holen und wieder mehr für körperlich-sinnliche Erfahrungen und ihre nächste Umgebung, sowie das Erforschen dieser zu begeistern und dadurch die Mediennutzungszeit zu reduzieren. Denn gerade durch unter anderem diese Medien, sind die Augen häufig überlastet.

Gleichzeitig ist dem Lehrplan zu entnehmen, dass die Schülerinnen und Schüler erworbenes Wissen über gesundheitsförderliche Verhaltensweisen möglichst auf ihre Gewohnheiten übertragen und ein Gesundheitsbewusstsein entwickeln sollen. Dahingehend wurden sie am Projekttag darüber aufgeklärt, dass der Konsum von Medien wie Fernseher oder Computer nur in Maßen eine Rolle in ihrer Freizeit spielen sollte, da dies ihre Augen belastet. Weiterhin wurde ihnen die Bedeutung ihrer Augen aufgezeigt, wodurch man ein Bewusstsein für die Gesunderhaltung der Augen schaffen wollte.

Dabei konnte herausgefunden werden, dass es sowohl bei der Fernseher- als auch Computerspielnutzung Unterschiede zwischen den beiden Klassen gibt, sie jedoch beim Computer deutlich gravierender sind.

In Klasse 4a gaben alle Schülerinnen und Schüler an, einen Fernseher nutzen zu können. In Klasse 4b gab ein Schüler an, keinen Fernseher zu haben. Somit verfügen aber nahezu alle über einen Fernseher, ganz gleich ob es ihr eigener oder der Familienfernseher ist. Hinsichtlich des Fernsehkonsums bzw. der Fernsehdauer gab auch der Großteil an, diese Nutzungsdauer reduziert haben zu können. Lediglich 2 Schüler jeder Klasse haben dahingehend nichts verändert.

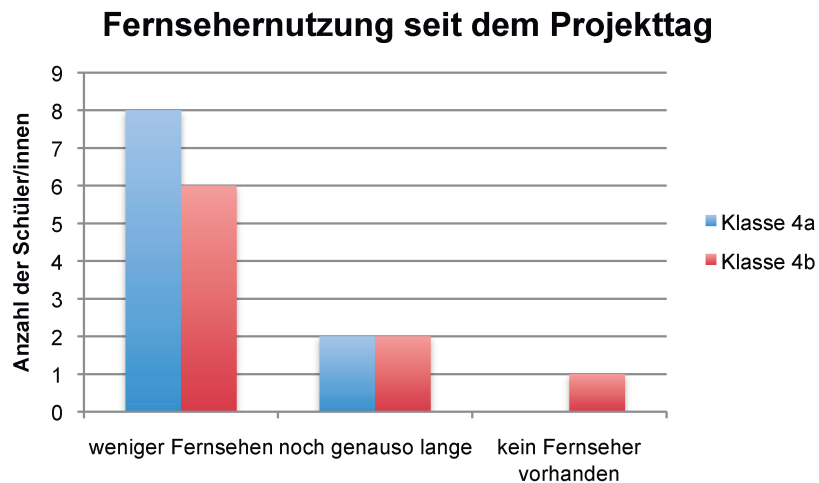


Abbildung 6: Auswertung der Frage 3

Hinsichtlich der Computernutzung in Bezug auf Spiele fällt sofort auf, dass in Klasse 4b bei deutlich weniger Kindern überhaupt ein Computer vorhanden ist. Während es in Klasse 4a nur 1 Kind betrifft, sind es in der Parallelklasse sogar 7. Ursachen hierfür könnten in der sozial schwachen Lage des Elternhauses gesehen werden, wo nicht die finanziellen Möglichkeiten für die Anschaffung eines solchen Gerätes vorhanden sind. Dadurch, dass aber in der einen Klasse so wenig Kinder, genauer gesagt 2 Schülerinnen bzw. Schüler sind, die einen Computer nutzen, kann in Klasse 4b auch keine eventuelle Nutzungsveränderung überprüft werden. Denn wenn kein Computer vorhanden ist, kann er auch nicht genutzt werden. Dennoch konnten immerhin die 2, welche die Möglichkeit haben, einen Computer zu nutzen, ihr Konsumverhalten diesbezüglich reduzieren. In Klasse 4a konnten von 9 Schülerinnen und Schüler, welche einen Computer zur Verfügung haben, auch 6 eine geringere Nutzungsdauer verzeichnen.

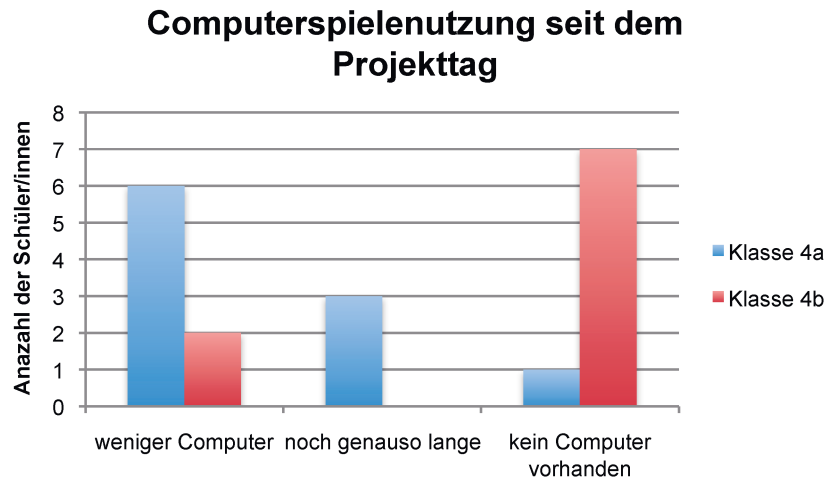


Abbildung 7: Auswertung der Frage 4

Somit konnte durch den Projekttag größtenteils der Medienkonsum, zumindest bezüglich Computerspielen und Fernseher, laut deren Antworten reduziert werden. Fraglich ist natürlich, um wie viele Minuten, Stunden oder Tage diese Zeit gesunken ist. Jedoch konnte diese Frage nicht gestellt werden, da sie für die Probanden der Lernförderschule zu detailliert gewesen wäre, und sie darüber höchstwahrscheinlich keine Aussage treffen könnten. Jedoch haben diejenigen, welche Zugang zu einem Computer haben, wahrgenommen, inwiefern sich deren Konsumverhalten verändert oder nicht verändert hat. Das lässt eine gute Selbstwahrnehmung verlauten. Im Interesse des Lehrplanes ist es ebenso positiv zu sehen, dass der Großteil seine Gewohnheiten positiv verändert hat.

Im Rahmen der 5. Frage ging es um ein konkretes Experiment mit der Taschenlampe, welches am Projekttag im Stundenschwerpunkt Schutzfunktionen der Augen durchgeführt wurde. Es war die Aufgabe der Kinder, sich gegenseitig mit einer Taschenlampe von geringer bzw. nicht zu greller Lichtstärke in die Augen zu leuchten, und dabei die Veränderungen der Pupille hinsichtlich ihrer Größe zu beobachten. Die Schülerinnen und Schüler sollten sich dadurch praxisnah Wissen über die Reaktion der Pupille auf unterschiedliche Lichtverhältnisse aneignen.

Ziel der Frage war es einerseits herauszufinden, ob die Kinder überhaupt Freude daran haben, etwas experimentell zu erforschen und sich somit praxisnah Wissen anzueignen. Des Weiteren wollte man in Erfahrung bringen, ob es das gemeinschaftliche Arbeiten/die Freude am Arbeiten miteinander, eine möglicherweise unerwartete Erkenntnis bzw. ein Staunen über das Gesehene, oder die Freude daran etwas selbst zu untersuchen besondere Begeisterung ausgelöst hat.

Durch die Auswertung lies sich feststellen, dass der überwiegende Teil der Schülerinnen und Schüler in beiden Klassen die Zusammenarbeit mit einem Klassenkammeraden im Experiment am Schönsten empfand. In Klasse 4a wurden von jeweils 2 Kindern die Veränderungen in der Pupille und das eigenständige Erforschen als begeisterungswürdig empfunden. In Klasse 4b hingegen ausschließlich neben der Zusammenarbeit mit einem Klassenkammeraden, das Forscher sein. Dies gaben 3 von 9 Schülern an.

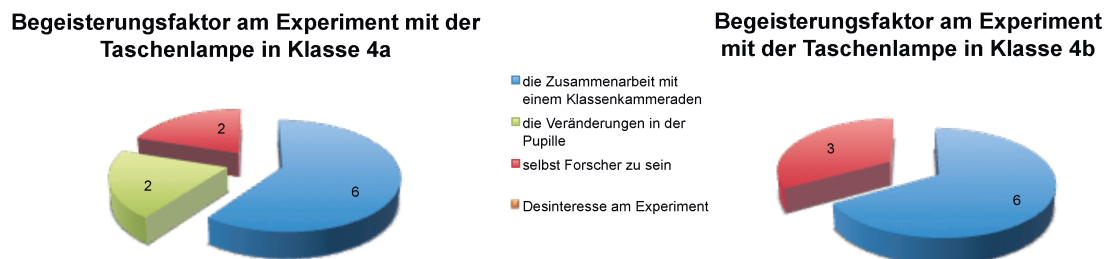


Abbildung 8: Auswertung der Frage 5

In den Diagrammen zeigt sich, dass alle Freude am Experiment hatten. Was dabei genau der größte Begeisterungsfaktor war, da gehen die Meinungen auseinander. Dennoch ist klar erkennbar, dass die meisten Kinder besonders das gemeinsame Arbeiten am Experiment schätzten. Das ist positiv im Sinne des Gemeinschaftsgefühls und des gesellschaftlichen Miteinanders zu werten und zeichnet eine Lebenskompetenz ab. Die Begeisterung an der Veränderung der Pupille bestätigt die Theorie insofern, dass es eine Erfahrung ist, welche sie selbst tätigen und somit auch nachvollziehbar für sie ist. Die 2 Forscher in Klasse 4a zeigen die kindliche Neugier und Freude daran, etwas herausfinden zu können.

Frage 6 und 7 bezogen sich direkt auf den Projekttag bezüglich Wissen und Erkenntnis, da Informations- und Wissensvermittlung die Voraussetzung für eine Verhaltensintervention darstellen. Alle Antwortmöglichkeiten wurden im Rahmen des Theorieteils sinngemäß am Projekttag behandelt und besprochen. Somit sollte durch diese beiden Fragen einerseits eine Überprüfung kognitiver Anwesenheit am Projekttag stattfinden und andererseits herausgefunden werden, ob die Kinder in der Lage sind, für sich und andere Verantwortung zu übernehmen, was lebenskompetente Menschen ausmacht. Weiterhin sollte hier überprüft werden, ob das Projekt auch einen Beitrag zur Lehrplanumsetzung bezüglich des Auges und Sehsinns leistet.

Hinsichtlich des Augenschutzes, was im Sinne der Primärprävention einen Inhalt des Projekttages bildete, sahen immerhin 8 von 10 Schülerinnen bzw. Schülern der Klasse

4a, richtiger Weise, das Tragen einer Sonnenbrille als Augenschutz an. In der Klasse 4b waren es 8 von 9. Dass es wichtig ist, beim Lesen auf ausreichend Licht zu achten, stellten in Klasse 4a 7 Kinder, in Klasse 4b jedoch nur 2 fest. Ein Schüler aus Klasse 4b gab allerdings an, dass nahe am Fernseher zu sitzen die Augen schützen würde.

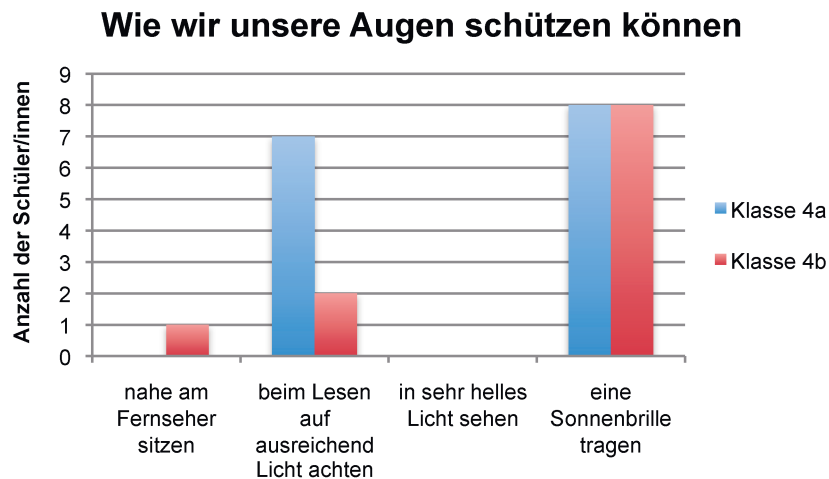


Abbildung 9: Auswertung der Frage 6

Daraus kann man schließen, dass der Großteil der Schülerinnen und Schüler aus beiden Klassen, um mindestens eine Möglichkeit seine Augen zu schützen weiß. Dass die Sonnenbrille von mehr Schülerinnen und Schülern angekreuzt wurde, als das ausreichende Licht beim Lesen, könnte daran liegen, dass dieser Gegenstand greifbarer für die Kinder ist. Sie nehmen gegebenenfalls im Sommer wahr, dass die Sonne sie blendet und dass das unangenehm ist. Weiterhin fallen ihnen in ihrem Umfeld sicherlich viele Menschen auf, die eine Sonnenbrille tragen. Die Tatsache, dass ein Schüler/in angab, es sei gut für die Augen nahe am Fernseher zu sitzen, deutet die Verfasserin in diesem Falle mehr als Flüchtigkeitsfehler, da es auch nur einen von insgesamt 19 Schülern betrifft. Dennoch ist es sicherlich nicht vor Nachteil in Klasse 4b noch einmal auf den Augenschutz hinzuweisen, da es zudem in dieser Klasse wesentlich mehr Schülerinnen und Schüler gab, welche das ausreichende Licht nicht benannten, was aber tagtäglich sehr wichtig ist, um seine Augen vor Schäden und Augenerkrankungen zu schützen und es somit gesund zu erhalten.

Alles in allem konnte also durch diesen Stundeninhalt ein Beitrag zur Primärprävention bezüglich der Augengesundheit geleistet werden, in dem sich die Kinder größtenteils um Möglichkeiten bewusst sind, ihre Augen vor Schädigungen der Netzhaut und Ähnlichem, sowie einer Überanstrengung zu schützen. Dieses Wissen leistet einen Beitrag zur Lebenskompetenz der Eigenverantwortung, indem sie sich darüber im klaren sind, dass sie selbst in gewisser Weise für ihren Augenschutz und damit die Gesundheit der

Augen verantwortlich sind. Durch das Bewusstsein über die Schutzmöglichkeiten der Augen, könnte man darauf schließen, dass es gelungen ist, den Schülerinnen und Schülern die Bedeutung und somit auch Wichtigkeit der Augen zu vermitteln und sie diesbezüglich ein gesundheitsförderliches Verhalten entwickeln und ein Gesundheitsbewusstsein geschaffen werden konnte.

In Klasse 4a sind sich alle Kinder bewusst, dass zu einem angemessenen Umgang mit blinden Menschen ein Vorstellen und deutliches Sprechen gehört. In der 4b waren es immerhin 7 von 9, welche diese Ansicht teilten. 8 von 10 in der Klasse 4a waren sich weiterhin darüber im Klaren, dass es eine gute Umgangsform ist, Betroffene anzusprechen und ihnen Hilfe anzubieten. In Klasse 4b waren es auch hier wieder 7 von 9.

Beide Klassen konnten diesbezüglich also Wissen zum Umgang mit blinden Menschen erwerben, oder auch vertiefen, insofern bereits vor dem Projekttag Kenntnisse zu diesem Thema vorhanden waren. Es ist wünschenswert, dass die Schülerinnen und Schüler dieses Wissen auch im Alltag umsetzen wenn sie auf Blinde, aber natürlich auch auf andere gehandicapte Menschen treffen.

Durch das Nahebringen, und dem daraus folgenden Verinnerlichen der angemessenen Kommunikation, konnte auch insgesamt ein Beitrag zu einem positiven Sozialverhalten im Sinne der Lebenskompetenz geleistet bzw. nachgewiesen, und deren Empathie, also das Hineinversetzen in die Gefühle und die Situation solcher Menschen, angeregt werden.

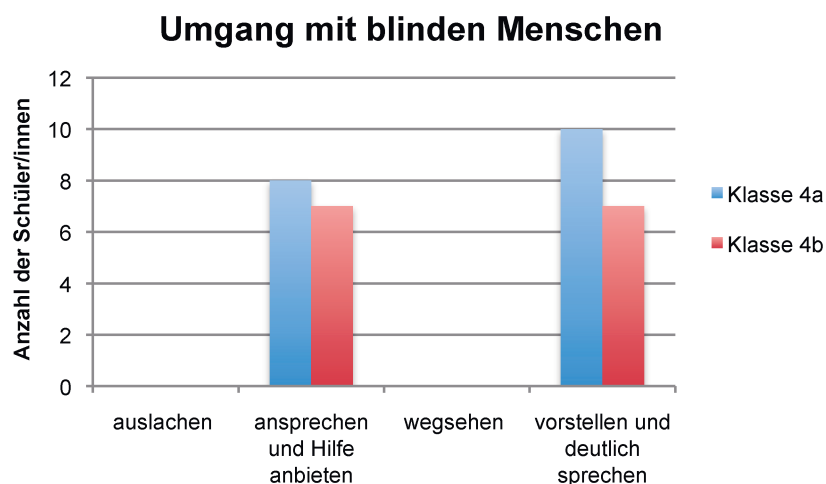


Abbildung 10: Auswertung der Frage 7

In Frage 8 wurde der Titel des Projekttages „Ich sehe was, was du nicht siehst“ aufgegriffen. Da das Spiel unmittelbar mit diesem Tag in Verbindung steht, sollte herausgefunden werden, inwiefern es im Alltag der Kinder eine Rolle spielt. Das hat zum Einen den Hintergrund, dass dies ein reales Spiel fernab der virtuellen Medienwelt ist, welches sie gemeinsam mit Freunden oder Familie spielen können, und welches andererseits die Lebenskompetenz des kreatives Denkens verlangt und fördert.

Es lies sich in der Auswertung feststellen, dass der Großteil beider Klassen das Spiel schon gespielt hat. Der Anteil der Kinder, die kein Interesse an dem Spiel hatten, war in etwa gleich. Im Gegensatz zu Klasse 4b, wo immerhin 1 Schüler angab „Ich sehe was, was du nicht siehst“ noch nicht gespielt zu haben, aber noch spielen zu wollen, war es in Klasse 4a keiner.



Abbildung 11: Auswertung der Frage 8

Daran ist erkennbar, dass die Schülerinnen und Schüler größtenteils durchaus Interesse an diesem nicht medialen Spiel haben, wodurch die Lebenskompetenz des kreativen Denkens gefördert werden kann. Es hat sich bereits bei der Frage zum Experiment mit der Taschenlampe gezeigt, dass viele Schülerinnen und Schüler gern mit Klassenkameraden zusammen arbeiten, was für ein gutes Gemeinschaftsgefühl spricht und „Ich sehe was, was du nicht siehst“ ebenso mit einem Partner gespielt wird.

Mit der sich anschließenden Frage nahm man Bezug auf den Stundeninhalt „Betrachten von Naturmaterialien“, wobei die Kinder sich aus einer großen „Naturschatzkiste“ jeweils 2 Materialien aussuchen durften und diese mit einer Lupe betrachten konnten. Anschließend sollte das Gesehene auf ein Arbeitsblatt gezeichnet werden.

Ziel dieser Fragestellung war es zu ergründen, ob durch diesen Stundeninhalt wieder der Forscherinstinkt in den Kindern geweckt werden konnte, und sie den Wunsch nach körperlich-sinnlichen Erfahrungen verspüren.

Es hat sich gezeigt, dass der Wunsch nach einer Lupe bei über der Hälfte der Kinder in beiden Klassen besteht. In Klasse 4a betrifft dies 6 von 10 und in Klasse 4b 7 von 9. Das Interesse an einer Lupe ist in Klasse 4b also noch größer als in der Parallelklasse.

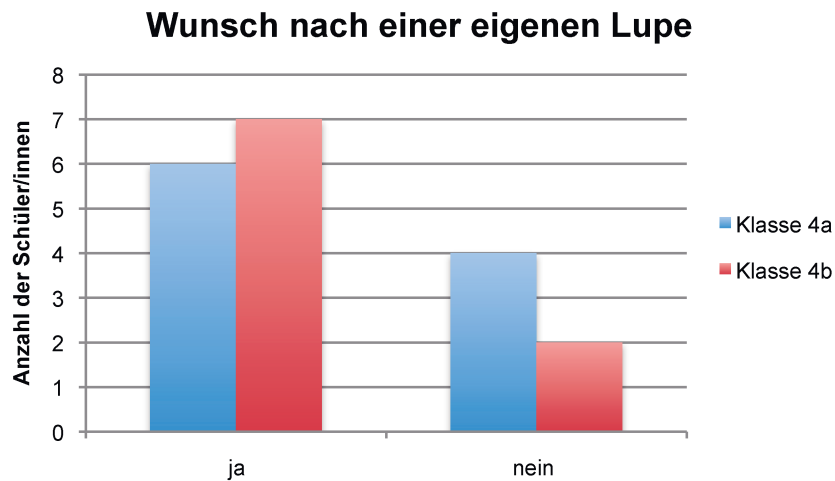


Abbildung 12: Auswertung der Frage 9

Die Antworten der Schülerinnen und Schüler zeigen das Interesse an körperlich-sinnlichen Erfahrungen und die Freude daran etwas zu erforschen. Kinder können sich also auch in der heutigen Mediengeprägten Welt noch für die Erforschung und nähere Betrachtung ihrer Umwelt begeistern, nicht nur für Dinge wie Computerspiele, Fernsehsendungen bzw. Spielkonsolen und so weiter. Diejenigen, welche keinen Wunsch nach einer Lupe verspüren, könnten entweder kein Interesse an dem genaueren Erforschung und der Betrachtung von Dingen in ihrer unmittelbaren Umgebung haben, oder aber die Lupe an sich uninteressant finden.

Durch die Fragen 10 und 11 war es letztendlich das Ziel herauszufinden, ob sich die Schülerinnen und Schüler ihrer Stärken und Schwächen bewusst sind und dahingehend, ob sie in der Lage sind, sich selbst einzuschätzen und damit ihre Selbstwahrnehmung als Lebenskompetenz unter Beweis zu stellen.

Die Auswertung ergab, dass sich die meisten Kinder ihrer Stärken und Schwächen bewusst sind und diese auch voneinander unterscheiden können. Einige wenige gaben jedoch gleiche Dinge bei Stärken und Schwächen an, was für eine schlechte Selbstwahrnehmung spricht. In Klasse 4a betraf dies ein und in Klasse 4b zwei Kinder.

Der Schülerfragebogen hat damit gezeigt, dass der Projekttag und dessen Inhalte durchaus positiv bei den Kindern angekommen sind und sie mehrere Lebenskompetenzen unter Beweis stellen konnten. Auch der Lehrplan konnte für das Auge und Se-

hen erfüllt werden, indem sich in den Antworten der Schülerinnen und Schüler zeigte, dass sie durchaus ein Bewusstsein über die Bedeutung dieses Sinnesorgans und den zugehörigen Sinn entwickelt haben. Weiterhin haben sie größtenteils ein gesundheitsförderliches Verhalten gezeigt und dieses auch auf ihre Gewohnheiten übertragen können.

6.3.2 Auswertung der Fragebögen der Klassenlehrerinnen von Klasse 4a und Klasse 4b im Vergleich

Da es sich durch die 2 Klassen nur um 2 Klassenlehrerinnen handelt, hat die Verfasserin davon abgesehen eine grafische Auswertung zu machen, da dies ihrer Ansicht nach in diesem Falle nicht so aussagekräftig wäre, wie eine wörtliche.

In der Auswertung der beiden Fragebögen zeigte sich, dass die Antworten der beiden Lehrerinnen teilweise übereinstimmten, sich aber andererseits in einigen Fällen gänzlich unterschieden. Es handelt sich allerdings auch um 2 verschiedene Klassen mit individuellen Schülerinnen und Schülern und 2 Klassenlehrerinnen mit verschiedenen Vorstellungen, Persönlichkeiten und Erfahrungen. Die Klassenlehrerin der Klasse 4a ist beispielsweise schon deutlich älter als die Klassenlehrerin der 4b. Hinzu kommt, dass die Jüngere ursprünglich Berufsschullehrerin war. Die Ältere der beiden verfügt bereits über langjährige Erfahrungen mit den Lernförderschülern speziell auch dieser Schule.

Die erste Frage bezog sich auf den am Projekttag durchgeführten Seh- und Farbttest. Es war die Aufgabe der Schülerinnen und Schüler Formen und Zahlen aus 5 Meter Entfernung zu erkennen, und ein Arbeitsblatt mit Farbsehkarten auszufüllen. Die Ergebnisse dieser beiden Überprüfungen wurden den Eltern in einem Auswertungsschreiben mitgeteilt. Beim überwiegenden Teil der Schülerinnen und Schüler ergaben sich hier keine Schwierigkeiten, Wenige zeigten Sehschwächen. Das Auswertungsblatt wurde als letztes in die Mappe geheftet, welche die Kinder im Rahmen des Projekttagges für ihre Arbeitsblätter erhielten. Da es auch immer wichtig ist, die Eltern darüber in Kenntnis zu setzen, was in der Schule durchgeführt wird, sollten die Eltern zunächst die Mappe durchsehen und anschließend das Auswertungsblatt unterschreiben. Diese Aufgabe wurde auch ins Hausaufgabenheft eingetragen. Um herauszufinden, ob dies auch tatsächlich in die Tat umgesetzt und die Unterschrift kontrolliert wurde, stellte die Verfasserin hierzu die erste Frage des Fragebogens, um in Erfahrung zu bringen, wie gut die Kommunikation tatsächlich mit den Eltern funktioniert. Hier ließen sich im Vergleich zwischen 4a und 4b Unterschiede feststellen. Während in Klasse 4a alle Eltern unterschrieben hatten, waren es in Klasse 4b weniger als die Hälfte. Dafür kann es mehrere Gründe geben. Beispielsweise könnte ein Grund hierfür sein, dass in Klasse 4a allgemein eine umfänglichere Kommunikation zwischen Eltern und Klassenlehrerinnen

erfolgt als in der 4b, oder dass es die Kinder zu Hause nicht erzählt haben, bzw. die Eltern nicht in das Hausaufgabenheft ihrer Kinder geschaut haben und dahingehend möglicherweise das Interesse der Eltern, an den schulischen Aufgaben ihrer Kinder fehlt.

Mittels der zweiten Frage galt es herauszufinden, welche Unterrichtsform bzw. Unterrichtsformen die Schülerinnen und Schüler aus Sicht der Klassenlehrerin am meisten angesprochen haben und in diesem Zusammenhang auch, ob es theoretische oder praktische Inhalte sind, und sie lieber für sich, oder in der Gruppe arbeiten. Weiterhin war es das Ziel zu ermitteln, ob es mehrere Unterrichtsformen waren, welche die Kinder angesprochen haben. Um Wissen langfristig speichern zu können, bedarf es einer differenzierten Form der Darbietung des Lehrstoffes.

Es stellte sich in der Auswertung heraus, dass laut Meinung der Klassenlehrerinnen, die Schülerinnen und Schüler besonders von den Stundeninhalten Experimenten, der Natur und dem Schulhof, sowie vom kreativen Malen und basteln begeistert waren. In Klasse 4a zählte noch die Bearbeitung der Arbeitsblätter hinzu. Daran ist erkennbar, dass Kinder vorwiegend die Dinge begeistern, in denen sie selbst praktisch tätig werden können. Es zeigt sich auch, dass Kinder ein Bedürfnis nach körperlich-sinnlichen Erfahrungen haben. Dennoch ist nicht daraus zu schließen die Theorie zu vernachlässigen, da Theorie Wissen vermittelt und dies unmittelbar mit Schule in Verbindung steht. Es ist jedoch sicherlich nicht so greifbar und interessant für sie, wie Erfahrungen, die sie selbst machen. Wichtig für Kinder ist es demnach neben der Übermittlung von Theorie häufig die Möglichkeit zu erhalten, kreativ und eigenständig handeln und arbeiten zu können, da sie so Freude am Lernen haben und Erfahrungen die sie selbst tätigen, sich auch langfristig im Kopf verankern. Außerdem gibt man ihnen durch beispielsweise Experimente Möglichkeiten der körperlich-sinnlichen Erfahrung.

In Frage 3 sollte die Nachhaltigkeit des Projektes überprüft werden, da das Wissen und das erlernte Verhalten nur gefestigt werden kann, wenn das Projekt im Unterricht noch einmal aufgegriffen wird. Der einzelne Projekttag an sich kann nur etwas anstoßen, da dieser Tag viel Input für die Kinder bedeutet und sie sicherlich nicht alles sofort verinnerlichen können. Beide Klassenlehrerinnen bejahten diese Frage, womit die Voraussetzung für eine Nachhaltigkeit des Projekttages, besonders auch in Bezug auf den Sehsinn gegeben ist.

Da Gruppenarbeiten das Gemeinschaftsgefühl, das eigenverantwortliche Arbeiten, sowie die angemessene Kommunikation miteinander stärken, wollte die Verfasserin mittels der 4. Frage ermitteln, welche Rolle Gruppenarbeiten generell im Unterricht spielen. Dahingehend waren sich beide Klassenlehrerinnen einig, dass die Schüler zwar in Gruppen zusammen arbeiten, jedoch wenig. Sicherlich ist dies auch nicht allzu

oft umsetzbar. Die Lehrerinnen haben ihren Lernplan den sie schaffen müssen, zugleich handelt es sich um Lernförderschüler, denen es ohnehin schon schwerer fällt, sich Wissen anzueignen und dieses wiederzugeben. Häufige Gruppenarbeiten würden sicherlich viel zu viel Zeit in Anspruch nehmen und es könnte in der gleichen Zeit viel weniger Wissen vermittelt werden, als in einer Theoriestunde. Weiterhin müssen die Kinder auch die Konzentration und das Zuhören einer Person lernen und allein Aufgaben lösen. Es ist aber gut, dass Gruppenarbeiten überhaupt eine Rolle spielen und somit auch für später die Teamfähigkeit gestärkt wird.

Die fünfte Frage beschäftigte sich mit den körperlich-sinnlichen Erfahrungen. Es sollte dadurch herausgefunden werden, ob diese Erfahrungen tatsächlich immer mehr verloren gehen. Beide Lehrerinnen konnten diese Aussage bestätigen. Sinnesschulung hat zum Ziel genau diese Erfahrungen wieder mehr in den Fokus zu rücken. Die Aussagen der Lehrerinnen bekräftigen diese Relevanz noch einmal. Sicherlich kann man die heutige Lebenswelt nicht verändern, im Sinne der Medien und Reizüberflutung, man kann aber den Fokus wieder bewusster auf die sinnliche Wahrnehmung mit Körper und Geist lenken.

In Frage 6 sollte die Aussage von PD Dr. Thomas Lampert überprüft werden, ob es auch in den beiden Klassen der „Albert-Schweizer“ Schule zur Lernförderung so ist, dass die soziale Lage der Kinder deren Gesundheit bestimmt und die Gesundheitssituation in Prohlis wirklich nur einigermaßen zufriedenstellend als gut ist. Aus diesem Grund wurde der Gesundheitszustand der Schülerinnen und Schüler erfragt. Während die Klassenlehrerin der 4a von einem guten Gesundheitszustand ihrer Schülerinnen und Schüler ausging, schätzte die Klassenlehrerin der 4b diesen eher als befriedigend ein. Das könnte gegebenenfalls darauf hindeuten, dass die Aussagen des Soziologen und Leiters der Gesundheitsberichterstattung des Robert Koch Institutes zumindest in Klasse 4b zutreffend sind. Sicherlich kann man dies nicht immer pauschalisieren, da es sicherlich auch sozial schwache Familien gibt, die sehr um die Gesundheit ihrer Kinder bemüht sind. Außerdem gibt es Erkrankungen, auf die das soziale Umfeld keinen Einfluss hat. Worauf man aber Einfluss nehmen kann, um die Gesundheit langfristig zu fördern, ist das Nahebringen und fördern von Kompetenzen im Primarschulalter.

Die sich anschließende Frage bezog sich auf den Umgang mit Konfliktsituationen. Hier sollte herausgefunden werden, ob die Schülerinnen und Schüler sozialkompetent mit diesen umgehen. Gleichzeitig sollte überprüft werden, ob eine Verwirklichung des Leitbildes, im Sinne der friedlichen Konfliktlösung tatsächlich stattfindet, und die Kinder sich dessen annehmen. Außerdem sagt der Umgang mit Konfliktsituationen auch etwas über ihre Sozialkompetenz aus.

Beide Lehrerinnen bestätigten den friedlichen Umgang mit Konfliktsituationen, was einen Bestandteil des guten Sozialverhaltens bildet und auch im Sinne des Leitbildes der Schule ist.

In Frage 8 ging es darum, die äußere Wahrnehmung auf das Stärken-Schwächen-Bewusstsein der Schülerinnen und Schüler zu erfragen. Dabei unterschieden sich die Aussagen stark voneinander. Während es in Klasse 4a bei dem Großteil ein Bewusstsein über Stärken und Schwächen gibt, ist sich nach Aussagen der Klassenlehrerin der 4b der überwiegende Teil weder über Stärken noch Schwächen bewusst. Das deckt sich allerdings nicht mit den Aussagen der Schülerinnen und Schüler, die auch in Klasse 4b ein Stärken- und Schwächenbewusstsein angaben und diese auch größtenteils voneinander unterscheiden konnten. Eine mögliche Erklärung hierfür wäre, dass sich die Kinder selbst falsch einschätzen bzw. denken zu wissen, was ihre Stärken und Schwächen sind, dem aber nicht so ist. Denkbar wäre aber auch, dass die Lehrerin diesbezüglich falsch urteilt. Sie hatte keine konkreten Beispiele für Stärken und Schwächen zur Auswahl, so wie es bei dem Schülerfragebogen der Fall war. Somit könnte es auch sein, dass sie sich unter Stärken und Schwächen keine Unterrichtsfächer und Freizeitaktivitäten, sondern andere Dinge vorgestellt hat, oder den Kindern dieses Bewusstsein schlichtweg nicht zutraut.

Auch in Frage 9 gingen die Antworten bezüglich vorhandener generalisierter Widerstandsressourcen auseinander. Die Klassenlehrerin der 4a war der Ansicht, dass ihre Schüler über emotionale Stabilität und Handlungskompetenz verfügen. Somit konnte der pädagogischen Akzent, welchen die Schule im Bereich Handlungskompetenz setzt, in dieser Klasse umgesetzt werden. In der Parallelklasse wurden keine Angaben gemacht. Fraglich ist, ob die Klassenlehrerin der 4b nur nichts angeben wollte, oder die Schülerinnen und Schüler über gar keine generalisierten Widerstandsressourcen verfügen. Letzteres wäre sehr negativ zu bewerten, da gerade diese Ressourcen Gesundheitsquellen darstellen. Aufgrund der Tatsache, dass generalisierte Widerstandsressourcen in Anhängigkeit zum Erziehungsstil und soziokulturellen Kontext stehen, könnten hier auch Defizite gesehen werden, welche bei dem sozial schwachen Klientel in Prohlis durchaus denkbar sind. Wenn aber keine Widerstandsressourcen vorhanden sind, kann sich auch kein Kohärenzgefühl ausbilden, was aber wichtig für deren zukünftiges Leben ist.

Frage 10 beschäftigte sich mit den personalen Ressourcen Selbstwert- und Zugehörigkeitsgefühl. Diese beiden Ressourcen sind besonders bedeutsam, da sie wesentliche Gesundheitsfaktoren darstellen. Kinder benötigen eine Bindung, welche ihnen ein Gefühl von Sicherheit gibt und andererseits Akzeptanz und Bestätigung, um zu einer sich

selbst wertschätzenden Persönlichkeit heranzuwachsen.⁵⁵ Beide Lehrerinnen bestätigten das Zugehörigkeitsgefühl der Schülerinnen und Schüler. Somit lässt sich feststellen, dass doch auch die Kinder der Klasse 4b Widerstandsressourcen besitzen bzw. zumindest die Ressource Zugehörigkeitsgefühl bestätigt werden konnte. Dennoch ist es kritisch zu sehen, dass beide Klassen über kein Selbstwertgefühl verfügen. Denn auch dies ist notwendig, um in der heutigen Gesellschaft bestehen zu können und der Konfrontation mit Stressoren standzuhalten. Die Begründung für das Fehlen dieser Ressource könnte darin liegen, dass ihnen, in dem sie diese Lernförderschule besuchen, in gewissem Maße auch gesellschaftlich signalisiert wird, dass sie anders sind als Grundschüler und möglicherweise das Gefühl übermittelt bekommen nichts zu können und somit auch nichts wert zu sein. Doch jeder Mensch ist etwas Besonderes und auch wenn er schulisch nicht so stark ist, hat sicherlich Jeder Stärken, was die Schülerinnen und Schüler in ihrem Fragebogen auch angegeben haben. Demnach wäre es ein Ansatz deren Stärken bewusst aufzuzeigen und ihnen Anerkennung zu vermitteln, um so ihr Selbstwertgefühl zu stärken.

Mit der Ausprägung von Lebenskompetenzen bei dem Großteil der Schülerinnen und Schüler setzte sich Frage 11 auseinander. Gesundheit kann langfristig gefördert werden, wenn Kindern im Primarschulalter Lebenskompetenzen zugetragen werden. Zudem war es eine Fragestellung der vorliegenden Arbeit, ob Lebenskompetenzen nachgewiesen bzw. gefördert werden können.

Auch bei dieser Frage gingen die Antworten auseinander. Für Klasse 4a wurden das Einfühlungsvermögen, die angemessene Kommunikation und dahingehend insgesamt die Sozialkompetenz als vorhandene Lebenskompetenzen genannt. In Klasse 4b die Selbstbehauptung und das kreative Denken. Somit konnten Lebenskompetenzen durch die Klassenlehrerinnen nachgewiesen werden, auf denen man sicherlich aufbauen und diese fördern kann. Sie decken sich auch mit der Auswertung des Schülerfragebogens, nur dass sich da noch die Lebenskompetenz der Eigenverantwortung gezeigt hat, welche allerdings im Lehrerfragebogen nicht als Antwortmöglichkeit gegeben wurde.

Da die vorliegende Bachelorarbeit auch zum Ziel hat, eine Förderung von Lebenskompetenzen im Sinne des Sächsischen Gesundheitszieles „Gesund aufwachen“ zu erreichen, war Frage 12 besonders relevant. Hier ging es darum zu erfahren, ob durch den Projekttag eine oder einige Kompetenzen aus Sicht der Klassenlehrerinnen erweitert werden konnten und dahingehend, welche das sind. Beide waren der Ansicht, dass der Projekttag zu einem Ausbau der Sozialkompetenz insgesamt verholfen hat. Daran ist

⁵⁵ Vgl. Krause, Christina: Gesundheitsförderung im Kindergarten, online: [URL] <http://www.kindergartenpaedagogik.de/2095.html>, Stand 27.03.2016

im Vergleich zu Frage 11 erkennbar, dass die Sozialkompetenz in Klasse 4b als Lebenskompetenz hinzugekommen ist und in Klasse 4a ausgebaut werden konnte. Die Klassenlehrerin der 4a nannte innerhalb der Sozialkompetenz besonders die angemessene Kommunikation durch das gemeinsame Lernen, sowie die Partner- und Gruppenarbeit. In der Klasse 4b bezog man sich besonders auf die hilfebedürftigen Personen.

Diese Ansicht konnte auch der Schülerfragebogen belegen, in dem die Schülerinnen und Schüler angaben, besonders große Freude an der Gruppenarbeit gehabt zu haben und sie die Frage zum Umgang mit blinden Menschen größtenteils richtig beantworteten und sich somit über einen angemessenen Umgang mit ihnen bewusst sind.

Mittels der Frage 13 sollte herausgestellt werden, ob der Projekttag auch auf andere Schulen übertragbar ist. Denn Sinn und Zweck war und ist es nach dem Pilotprojekt in den beiden vierten Klassen der „Albert Schweizer“ Schule für Lernförderung in Dresden-Prohlis, auch in andere Lernförderschulen zu gehen. Die Übertragbarkeit wurde von beiden Klassenlehrerinnen erfreulicherweise bejaht, sodass demnächst auch die Umsetzung des Projektes in anderen Lernförderschulen geplant werden kann.

Um das Projekt auch zukünftig in anderen Schulen gut umsetzen zu können, war es Ziel der letzten Frage zu hinterfragen, welche Verbesserungsvorschläge es gegebenenfalls gibt, um so auch eine Meinung von Menschen einzubeziehen, die tagtäglich mit Lernförderschülern zusammen sind. Die Hinweise sollen dazu dienen, den Projekttag für künftige Klassen in Lernförderschulen optimal zu gestalten.

In Klasse 4a gab es einen Hinweis dahingehend, für das Lesen der Aufgabenstellungen nur gute Leser dranzunehmen und diese im Vorfeld beim Lehrer zu erfragen, um unter anderem auch ein besseres Verständnis für die Klassenkameraden zu gewährleisten. Die Klassenlehrerin der 4b empfahl das Projekt über 2 Tage, anstatt eines durchzuführen, da es für lernschwache Schüler zu viele Informationen an einem Tag seien.

Diese Ansichten sollte man überdenken. Fraglich ist nach Meinung der Verfasserin, ob es immer sinnvoll ist nur „die Guten“ dranzunehmen, da den anderen Schülerinnen und Schülern damit automatisch signalisiert wird du kannst das nicht. Besser ist vielleicht eine Wiederholung der Aufgabenstellung durch die Mitarbeiterin des Gesundheitsamtes für alle. Denn es ist auch ein Ziel beispielsweise die Lebenskompetenz Selbstvertrauen zu stärken. Darum ist es nach Meinung der Verfasserin wichtig, auch nach außen zu zeigen, dass jeder etwas kann, der eine kann etwas besser, der andere etwas schlechter.

Bezüglich der Meinung zu 2 Projekttagen, müsste man sicherlich die Schulleitung um diese Möglichkeit fragen und es müsste seitens des Gesundheitsamtes genehmigt werden, da das Projekt, wie bereits erwähnt, durch eine Mitarbeiterin des Gesundheitsamtes Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention durchgeführt wird und sie an diesem Tag bzw. dann eventuell Tagen über mehrere Stunden nicht im Amt sein kann. Da aber beide Lehrerinnen angaben, das Projekt zumindest noch einmal in den Unterricht integriert zu haben, genügt nach Meinung der Verfasserin 1 Projekttag der zwar viel Input liefert, jedoch bei der Integration in den Unterricht, noch einmal vertieft Bezug auf bestimmte Inhalte genommen werden kann.

7 Zusammenfassung und Reflexion der Ergebnisse

Durch die Kombination der Sinnesschulung zum Auge und Sehsinn sowie der Lebenskompetenzförderung, konnten gleich zwei gesundheitsrelevante Aspekte im Rahmen der Umsetzung von vor allem Gesundheitsförderung, aber auch Prävention im Grundschulalter bedient werden. Sinnesschulung ist deshalb von aktueller Bedeutung, da die Lebenswelten immer medialer und Reizüberflutender werden. Zudem sind die Sinne bereits in Klassenstufe 3/4 Teil des Lehrplanes an Förderschulen, weshalb sich das Projekt sehr gut in die Schule integrieren lässt. Gleichzeitig ist dieses Alter dafür angeeignet Gesundheitsressourcen zu stärken und Kompetenzen auszubilden. Demnach lässt sich Sinnesschulung mit Lebenskompetenzförderung sehr gut kombinieren, was auch die vorliegende Arbeit gezeigt hat. Durch die gewonnenen Erkenntnisse können nun auch die eingangs gestellten Fragestellungen beantwortet werden.

Die Zentrale Frage lautete, ob durch das Projekt Lebenskompetenzen nachgewiesen und gefördert werden konnten. Betrachtet man die Aussagen Antonovskys im Salutogenesemodell zeigt sich, dass durch die Lebenskompetenzförderung individuelle Widerstandsressourcen ausgebaut werden können. Bezüglich der personalen Ressourcen ist es im Sinne der Gesundheitsförderung besonders wichtig, über ein Selbstwert- und Zugehörigkeitsgefühl zu verfügen, welches sich aus Lebenskompetenzen bildet und frühzeitig gefördert werden sollte. In der Gesundheitsförderung geht es bezüglich der Lebenskompetenzen vor allem darum, das Vertrauen der Kinder in deren eigene Fähigkeiten zu fördern, sie dabei zu unterstützen ihr Leben eigenständig und eigenverantwortlich zu gestalten und ein gutes soziales Miteinander im Sinne der angemessenen Kommunikation und der Empathie zu fördern. Daraus kann sich Selbstwert- und Zugehörigkeitsgefühl bilden.

Durch die Auswertung der Lehrerfragebögen lässt sich feststellen, dass die Kinder über einige Lebenskompetenzen verfügen und diese somit nachgewiesen werden konnten. Die Förderung von Lebenskompetenzen ist dadurch erreicht worden, dass die Sozialkompetenz eine Weiterentwicklung erfahren hat, welche ganz eng mit dem sozialen Miteinander in Verbindung steht und Dinge wie auch die angemessene Kommunikation und Empathie in sich vereint. Auch der Schülerfragebogen konnte dies belegen. Es zeigt sich, dass der Großteil gern mit Klassenkameraden zusammenarbeitet und sich auch bewusst über den Umgang mit Sehbehinderungen bzw. der Blindheit ist. Bei der Frage nach dem Schutz des Auges hat sich auch gezeigt, dass sie über die Lebenskompetenz der Eigenverantwortung verfügen, indem sie sich darüber im Klaren sind, dass sie selbst ihre Augen schützen können, indem sie gewisse Dinge beachten. Die Fragestellung lässt sich somit mit ja beantworten. Es konnten Lebens-

kompetenzen nachgewiesen und gefördert werden, die einerseits ihre Gesundheit beeinflussen und zudem von gesellschaftlicher Relevanz sind.

Da sich der Projekttag „Ich sehe was, was du nicht siehst“, wie bereits erwähnt, am Lehrplan orientiert, war es auch interessant zu erfahren, ob dieses Projekt eine Möglichkeit der Lehrplanumsetzung für das Sinnesorgan Auge und das Sehen darstellt. Auch diese Fragestellung kann durch die Auswertung des Fragebogens bejaht werden. Am besten zeigt dies sich an der überwiegenden Nutzungsverringerung von Fernseher und Computer, sowie dem Augenschutz und Umgang mit Blinden. Die Schülerinnen und Schüler haben über die Wissensvermittlung was unsere Augen alles können, sowie das Aufzeigen von Gefahren, ein Gesundheits- und Verhaltensbewusstsein entwickelt und dies auch größtenteils auf ihre Gewohnheiten übertragen können.

Des Weiteren empfand der Großteil den Projekttag insgesamt als positiv, was für eine eventuelle Wiederholung eines solchen Projektes in Zusammenhang mit anderen Sinnesorganen in diesen Klassen spricht.

Zu beachten ist allerdings, dass sich die Ergebnisse nur auf die „Albert-Schweizer“ Schule zur Lernförderung in Dresden-Prohlis Klassenstufe 4 beziehen, da hier das Pilotprojekt stattfand. Man kann nicht von Repräsentativität sprechen, da hierfür der Vergleich zu anderen Schulen fehlt. Dieser wird jedoch sicherlich in einiger Zeit, nach Durchführung des Projekttag in anderen Schulen möglich sein.

Alles in allem konnte durch das Projekt eine Vielzahl an Lebenskompetenzen nachgewiesen, sowie gefördert werden, und damit das Sächsische Bildungsziel in dem Gebiet der Lebenskompetenz umgesetzt werden. Zugleich stellt ein solcher Projekttag eine Möglichkeit dar, den Lehrplan für das Auge und Sehen umzusetzen.

Literaturverzeichnis

Antonovsky, Aaron: Salutogenese: Zur Entmystifizierung der Gesundheit - Tübingen: dgvt-Verlag, 1997

Bundesministerium für Gesundheit: Entwicklung nationaler Gesundheitsziele. URL: <http://www.bmg.bund.de/themen/gesundheitsystem/gesundheitsziele.html>, Stand 16.03.2016

Bundesministerium für Gesundheit: Nationales Gesundheitsziel. URL: http://www.bmg.bund.de/fileadmin/dateien/Downloads/G/Gesundheitsziele/Broschuere_Nationales_Gesundheitsziel_-_Gesund_aufwachsen_Lebenskompetenz__Bewegung__Ernaehrung.pdf S.16, Stand 01.04.2016

Bundesministerium für Gesundheit: Prävention. URL: <http://www.bmg.bund.de/glossarbegriffe/p-q/praevention.html>, Stand 27.03.2016

Brillen & Sehhilfen: Brillen & Sehhilfen...für gutes Sehen! URL: www.brillen-sehhilfen.de, Stand 10.04.2016

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung: Was erhält Menschen gesund?: Antonovskys Modell der Salutogenese Diskussionsstand und Stellenwert. - Erweiterte Neuauflage - Köln: 2001 (Band 6)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Gesundheitsförderung Konkret: Gesundes Aufwachsen für alle!: Anregungen und Handlungshinweise für die Gesundheitsförderung bei sozial benachteiligten Kindern, Jugendlichen und ihren Familien. – Aufl. 1.10.11.11 - Köln: 2012 (Band 17)

Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung: Gesundheitsförderung Konkret: Qualitätskriterien für Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Primärprävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen. - Aufl. 1.10.12.10 - Köln: 2010 (Band 13)

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.: Kleiner Ratgeber für den Umgang mit blinden Menschen. URL: http://www.dbsv.org/fileadmin/publikationen/20_265_Testwarenkorb/Nicht_so__sondern_so.pdf, Stand 10.04.2016

eigenständig werden: Das pädagogische Stabilitätsprogramm: Was sind Lebenskompetenzen? URL: cms.eigenstaendig.net/?page_id=39, Stand 01.04.2016

Franke, Alexa: Modelle von Gesundheit und Krankheit - 3. überarbeitete Aufl. - Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, 2012

Förderzentrum "Albert Schweitzer": Schulprogramm. URL:
<http://www.sn.schule.de/~fzas/programm.html>, Stand 04.04.2016

Förderzentrum "Albert Schweitzer": Unsere Schulphilosophie. URL:
<http://www.sn.schule.de/~fzas/philo.html>, Stand 04.04.2016

Gesang, Melanie; Krause, Christina: Gesundheitsförderung an Grundschulen! URL:
http://www.sachsen-anhalt.ganztaegig-le-nen.de/sites/default/files/IBBW%20Material%20_%20%20Gesundheitsförderung%20an%20Schulen.pdf, Stand 01.04.2016

Hurrelmann, Klaus; Klotz, Theodor; Haisch, Jochen: Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung - 4. Aufl. - Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, 2014

KIGGS: Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. URL:
http://www.kiggs-studie.de/fileadmin/KiGGS-Dokumente/kiggs_tn_broschuere_web.pdf, Stand 16.03.2016

Krause, Christina: „Der salutogenetische Blick“ Fachstandard in der Arbeit von Erzieher/innen? URL: <http://www.kindergartenpaedagogik.de/2163.pdf>, Stand 27.03.2016

Krause, Christina: Gesundheitsförderung im Kindergarten – "Das Ich-bin-ich-Programm". URL: <http://www.kindergartenpaedagogik.de/2163.pdf>, Stand 27.03.2016

Landeshauptstadt Dresden: Die Oberbürgermeisterin: 2. Dresdner Bildungsbericht. URL:
http://bildung.dresden.de/media/pdf/bildung/2._Dresdner_Bildungsbericht_2014_Gesamt.pdf, Stand 04.04.2016

Lernhelfer: Sinne und Sinnesorgane. URL:
<https://www.lernhelfer.de/schuelerlexikon/biologie/artikel/sinne-und-sinnesorgane>, Stand 06.04.2016

Lohaus, Arnold; Jerusalem, Matthias; Klein-Heßling, Johannes: Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter. - Göttingen: Hogrefe-Verlag, 2005

Robert Koch-Institut: Welche Bedeutung kommt Gesundheitszielen in Deutschland zu? URL:
<https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/G>

BEDownloadsGiD/2015/07_gesundheit_in_deutschland.pdf?__blob=publicationFile,
Stand 23.03.2016

Sachsen: Lehrplan Schule zur Lernförderung: Deutsch-Heimatkunde Sachunterricht.

URL:

http://www.schule.sachsen.de/lpdb/web/downloads/lp_foes_deutsch_heimatkunde_sachunterricht_2010.pdf?v2, Stand 06.04.2016

Staatsinstitut für Frühpädagogik: Soziale Kompetenzen. URL:

<http://www.kompik.de/entwicklungsbereiche/soziale-kompetenzen/wissenschaftlicher-hintergrund.html>, Stand 19.04.2016

Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Die sächsischen Gesundheitsziele. URL: <http://www.sifg.de/gesundheitsziele/>, Stand 23.03.2016

Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Gesund Aufwachsen.

URL: www.sifg.de/ueber-uns/koordinationsstellen/gesund-aufwachsen-ga/, Stand 26.03.2016

Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.: Über uns. URL:

www.sifg.de/ueber-uns/, Stand 21.03.2016

Sächsisches Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz: Gesund aufwachsen in Sachsen. - 3. Aufl. - Dresden: 2008

Teamdynamik: Soft Skills & Life Skills. URL:

<http://teamdynamik.net/index.php?id=5838>, Stand 12.04.2016

Zimmer, Renate: Handbuch Sinneswahrnehmung. - 2. Aufl. der überarbeiteten Neuauflage. - Freiburg im Breisgau: Verlag Herder GmbH, 2012

Anlagen



Fragebogen zur Lebenskompetenzförderung im Rahmen des Projektes zur Sinnesschulung

„Ich sehe was, was du nicht siehst“

Sehr geehrte Klassenlehrerin der 4a/4b,

ich bin Studentin der Hochschule Mittweida im Studiengang Gesundheitsmanagement Fachrichtung Therapie. Im Rahmen meiner Bachelorarbeit möchte ich herausfinden, ob die Durchführung eines Projekttags zum Thema Sinnesschulung zu einer Lebenskompetenzförderung der Schülerinnen und Schüler beiträgt bzw. dieser Tag eine Möglichkeit der Lehrplanumsetzung darstellt. Mithilfe dieses Fragebogens möchte ich vergleichen, inwiefern theoretische Vorüberlegungen mit der Praxis übereinstimmen.

Die Bearbeitung des Fragebogens wird für Sie etwa 7 Minuten in Anspruch nehmen. Für die Schülerinnen und Schüler sind aufgrund des gemeinsamen Lesens der Fragestellungen etwa 15- 20 Minuten angedacht.

Die ausgefüllten Fragebögen werden streng vertraulich und anonym behandelt.

Die Auswertung, sowie daraus resultierenden Schlussfolgerungen, werden ausschließlich im Rahmen der Bachelorarbeit verwendet.

Ich danke Ihnen und Ihrer Klasse für die Unterstützung!

Mit freundlichen Grüßen

Anne Werner

Fragebogen Klassenlehrerin 4a/4b

Frage 1: Wie viele Eltern haben das Auswertungsblatt vom Seh- und Farbtest unterschrieben?

- alle
- mehr als die Hälfte
- weniger als die Hälfte
- keiner
- keine Angabe

Frage 2: Was hat die Schülerinnen und Schüler Ihrer Meinung nach besonders begeistert? Es sind auch Mehrfachnennungen möglich!

- Theorie
- Bearbeitung der Arbeitsblätter
- Experimente
- Natur/Schulhof
- kreatives basteln und malen
- keine Angabe

Frage 3: Haben Sie im Unterrichtsstoff an das Projekt zum Auge angeknüpft bzw. es noch einmal in den Unterricht einbezogen?

- ja
- nein
- keine Angabe

Frage 4: Arbeiten die Schüler im Unterricht in Gruppen zusammen?

- ja, sehr oft
- ja, aber wenig
- nein
- keine Angabe

Frage 5: Sind Sie der Ansicht, dass es einen Verlust an körperlich-sinnlichen Erfahrungen bei den Kindern gibt?

- Ja
- Nein
- keine Angabe

Frage 6: Wie schätzen Sie den Gesundheitszustand Ihrer Schülerinnen und Schüler überwiegend ein?

- sehr gut
- gut
- befriedigend
- schlecht
- sehr schlecht
- keine Angabe

Frage 7: Wie geht der Großteil der Schüler mit Konfliktsituationen um?

- aggressiv
- beleidigt
- friedlich
- resignierend
- traurig
- rechtfertigend
- keine Angabe

Frage 8: Weiß der Großteil der Schülerinnen und Schüler um seine Stärken und Schwächen?

- ja Stärken
- ja Schwächen
- ja Stärken und Schwächen
- nein
- keine Angabe

Frage 9: Verfügt der überwiegende Teil der Schülerinnen und Schüler über folgende Widerstandsressourcen? Bitte kreuzen Sie alles zutreffende an!

- gesellschaftliche Anerkennung
- hohe Eigenaktivität
- Selbstvertrauen
- gute familiäre Bedingungen/familiäre Unterstützung
- emotionale Stabilität
- Handlungskompetenzen
- finanzielle Ressourcen über die Eltern
- keine Angabe

Frage 10: Verfügen die Kinder über die personalen Ressourcen Selbstwertgefühl und Zugehörigkeitsgefühl?

- Selbstwertgefühl
- Zugehörigkeitsgefühl
- Selbstwert- und Zugehörigkeitsgefühl
- nichts von beiden
- keine Angabe

Frage 11: Welche Lebenskompetenzen sind bei dem Großteil der Schülerinnen und Schüler gut ausgeprägt? Es sind Mehrfachantworten möglich!

- Selbstwahrnehmung
- Einfühlungsvermögen
- Angemessene Kommunikation
- Selbstbehauptung
- Standfestigkeit
- problemlösendes Denken
- kreatives Denken
- Selbstvertrauen
- Sozialkompetenz
- keine Angabe

Frage 12: Sind Sie der Ansicht, dass eine oder einige dieser Kompetenzen durch den Projekttag angeregt bzw. erweitert werden konnten? Wenn ja, welche?

.....

.....

- keine Angabe

Frage 13: Sind Sie der Ansicht, dass das Projekt auf andere Lernförderschulen übertragbar ist?

- ja
- nein
- keine Angabe

Frage 14: Welche Hinweise haben Sie zur Projektdurchführung? Was kann verbessert werden?

.....

.....

.....

- keine Angabe

Fragebogen Schülerinnen und Schüler der Klasse 4a/4b

Frage 1: Bist du ein Junge oder ein Mädchen?

- Junge
- Mädchen

Frage 2: Wie hat dir der Projekttag zum Sinnesorgan Auge gefallen?

- sehr gut
- gut
- gar nicht

Frage 3: Siehst du seit dem Projekttag weniger Fernsehen?

- weniger Fernsehen
- noch genauso lange
- Ich habe keinen Fernseher.

Frage 4: Spielst du seit dem Projekttag weniger am Computer?

- weniger Computer
- noch genauso lange
- Ich habe keinen Computer.

Frage 5: Was hat dir am Experiment mit der Taschenlampe besonders gefallen?

- die Zusammenarbeit mit einem Klassenkameraden
- die Veränderungen in der Pupille
- dass du selber Forscher sein konntest
- Mir hat das Experiment gar nicht gefallen.

Frage 6: Wie kannst du deine Augen schützen?

- nahe am Fernseher sitzen
- beim Lesen auf ausreichend Licht achten
- in sehr helles Licht sehen
- eine Sonnenbrille tragen

Frage 7: Wie behandelst du Menschen die blind sind?

- Ich lache sie aus.
- Ich spreche sie an, und frage ob ich ihnen helfen kann.
- Ich sehe sie nicht an.
- Ich sage ihnen wer ich bin und rede deutlich.

Frage 8: Hast du das Spiel „Ich sehe was, was du nicht siehst“ gespielt?

- ja
- nein
- Ich werde es noch spielen.

Frage 9: Wünschst du dir eine eigene Lupe?

- ja
- nein

Frage 10: Schätze dich ein! Kreuze alles an, was du besonders gut kannst!

- lesen
- schreiben
- rechnen
- malen
- basteln
- tanzen
- singen
- Fußball spielen

Frage 11: Schätze dich ein! Kreuze alles an, was dir besonders schwer fällt!

- lesen
- rechnen
- schreiben
- Sport
- basteln
- singen

Eigenständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und nur unter Verwendung der angegebenen Literatur und Hilfsmittel angefertigt habe. Stellen, die wörtlich oder sinngemäß aus Quellen entnommen wurden, sind als solche kenntlich gemacht. Diese Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt.

Ort, Datum

Vorname Nachname