

"Elefanten und Reiter im Schulfach Glück"

Die Gesundheitsregionplus Landkreis Haßberge hat einen Fachtag zum Thema „psychische Gesundheit für Kinder und Jugendliche“ im Rudolf-Winkler-Haus in Zeil veranstaltet. Zielgruppe war das pädagogisches Fachpersonal des Landkreises Haßberge. Auf der Grundlage einer Themenabfrage bei den Schulen, Kindertagesstätten und pädagogischen Fachstellen entstand ein rundes Programm aus Vorträgen und Workshops.

„Kinder und Jugendliche sollen körperlich und seelisch unversehrt aufwachsen, denn die Gesundheit hat einen wesentlichen Einfluss auf die Entfaltung ihrer Talente und ihr weiteres Leben“. Dafür plädiert die Bayerische Staatsministerin für Gesundheit und Pflege Melanie Huml. In der Realität haben aber nicht alle Kinder dieses Glück: Neben körperlichen Krankheiten beeinflussen auch psychische Störungen das Leben von Heranwachsenden. Die Diagnosen ziehen sich durch alle sozialen Bevölkerungsschichten. Jedes Kind kann davon betroffen sein. Das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege hat deshalb „psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“ als diesjähriges Jahresschwerpunktthema benannt. Viele Aktionen in ganz Bayern sollen aufklären und sensibel machen. Einen Beitrag dazu leistet auch dieser Fachtag.

Insgesamt bewerteten die rund 130 Teilnehmer die Veranstaltung positiv. Ein besonderes Highlight war der Vortrag zum Thema Glück. Referent und Glücksstifter Dominik Dallwitz-Wegner, der für die Akademie des Glücks tätig ist, unterteilte das menschliche Tun in „Reiter“ oder „Elefant“, das entweder rational oder emotional gesteuert handelt. Einige Teilnehmer hatten die Möglichkeit einen interaktiven Einblick in das „Schulfach Glück“ zu erhalten. Er erläuterte darin das 2007 von Ernst Fritz-Schubert, Oberstudiendirektor der Willy-Hellpach-Schule gestartete Projekt. Um das Klima dort zu verbessern begründete er zusammen mit einem Kompetenzteam das "Schulfach Glück". Aufgabe war und ist es, Lebenskompetenz, Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung zu fördern und diese auch im Schulalltag zu realisieren.

In den weiteren Vorträgen wurden Konzentration und Aufmerksamkeit ebenso aufgegriffen wie die Früherkennung von psychischen Erkrankungen bei Schülern, Resilienz oder posttraumatische Belastungsstörungen.

Prof. Dr. phil. Dr. habil. med. Kohls von der Hochschule Coburg stellte den Teilnehmern die Frage: Was kann ein junger Mensch lernen, wenn er eine Stunde lang still in einem Raum sitzt? Und warum geht es ihm hinterher besser? Er lenkte den Blick damit auf den Begriff der Achtsamkeit. Er erläuterte ein Forschungsprojekt, in dem regelmäßig mit Fünftklässlern Achtsamkeitsübungen im Unterricht durchgeführt wurden. Neben Verbesserungen in der Leistung konnten die soziale Kompetenz der Schüler deutlich gesteigert und die Aufmerksamkeit erhöht werden. Und ganz nebenbei sank auch der Lautstärkepegel in der Klasse.