

Im Gleichgewicht





© Ratulca/shutterstock.com



© Vectuz/shutterstock.com



© Melanie Kieslinger

Impressum:

SCHULE HEUTE – Information und Meinung
erscheint achtmal jährlich

Herausgeber:

Verband Bildung und Erziehung
Landesverband Nordrhein-Westfalen e. V. (VBE NRW e. V.)
Gesamtverband der Lehrerinnen und Lehrer,
Erzieherinnen und Erzieher im DBB NRW,
Westfalendamm 247, 44141 Dortmund,
Tel.: 0231 449900-0, Fax: 0231 449900-10
Internet: www.vbe-nrw.de

Produktion:

VBE Verlag NRW GmbH
Westfalendamm 247, 44141 Dortmund,
Tel.: 0231 44990070, Fax: 44990010
Internet: www.vbe-verlag.de

Anzeigen

Preisliste 21, gültig ab 1. Januar 2026

Anzeigenleitung:

Marion Clausen, Telefon 0307261917-32
E-Mail: marion.clausen@dbbverlag.de

Anzeigendisposition:

Britta Dorr, Telefon 0210274023-712
E-Mail: b.dorr@dbbverlag.de

DBB Verlag GmbH, Mediacenter, Dechenstr. 15 A, 40878 Ratingen
Telefon 0210274023-0, Fax 0210274023-99,
E-Mail: mediacenter@dbbverlag.de

Redaktion:

Melanie Kieslinger (Schriftleiterin)
E-Mail: melanie.kieslinger@vbe-nrw.de
Stefan Behlau, Anne Deimel
Xenia Klaffke, Robert Lachner, Alexander Spelsberg

Druck:

L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG Druckmedien,
Marktweg 42–50, 47608 Geldern

Verlag:

DBB Verlag GmbH, Friedrichstr. 165, 10117 Berlin,
Tel.: 030 7261917-0, Fax: 030 7261917-40,
Internet: www.dbbverlag.de, E-Mail: kontakt@dbbverlag.de

Satz und Layout: my-server.de - GmbH
Westfalendamm 247, 44141 Dortmund
in Zusammenarbeit mit Kirsch Kürmann Design
Wittekindstr. 11, 44139 Dortmund
Titel: Kirsch Kürmann Design

Anschriftenverwaltung:

VBE-Landesgeschäftsstelle, Westfalendamm 247, 44141 Dortmund

Für Mitglieder ist der Bezugspreis dieser Zeitschrift im Mitgliedsbeitrag enthalten. Nichtmitglieder bestellen in Textform beim DBB Verlag. Inlandsbezugspreis: Jahresabonnement 50,30 Euro zzgl. 10,20 Euro Versandkosten, inkl. MwSt.; Mindestlaufzeit 1 Jahr. Einzelheft 6,50 Euro zzgl. 2,20 Euro Versandkosten, inkl. MwSt. Abonnementkündigungen müssen bis zum 1. Dezember in Textform beim DBB Verlag eingegangen sein, ansonsten verlängert sich der Bezug um ein weiteres Kalenderjahr. Bei Nichtlieferung infolge höherer Gewalt besteht kein Ersatzanspruch. Die Artikel werden nach bestem Wissen veröffentlicht und erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Rechtsansprüche können aus der Information nicht hergeleitet werden.

Die Artikel sind urheberrechtlich geschützt. Ein Nachdruck, ganz oder teilweise, ist nur mit der Genehmigung der Redaktion, die wir gern erteilen, zu gezeichneten Beiträgen mit der des Verfassers bei Zusendung eines Belegexemplares gestattet.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte übernehmen wir keine Gewähr. Die Einsender erklären sich mit einer redaktionellen Prüfung und Bearbeitung der Vorlage einverstanden. Die Rücksendung erfolgt nur, wenn ausreichendes Rückporto beiliegt. Die Redaktion behält sich vor, redaktionelle Kürzungen der eingesandten Texte vor der Veröffentlichung vorzunehmen. Die Besprechung ohne Aufforderung zugesandter Bücher bleibt der Redaktion vorbehalten.

Die namentlich gekennzeichneten Artikel geben die Ansicht der Verfasser wieder und entsprechen nicht in jedem Fall der Redaktionsmeinung.

Redaktionsschluss jeder Ausgabe ist der 1. des Vormonats.

Beilage, wenn erschienen: Der öffentliche Dienst an Rhein und Ruhr.

ISSN-Nr.: 0342-751X

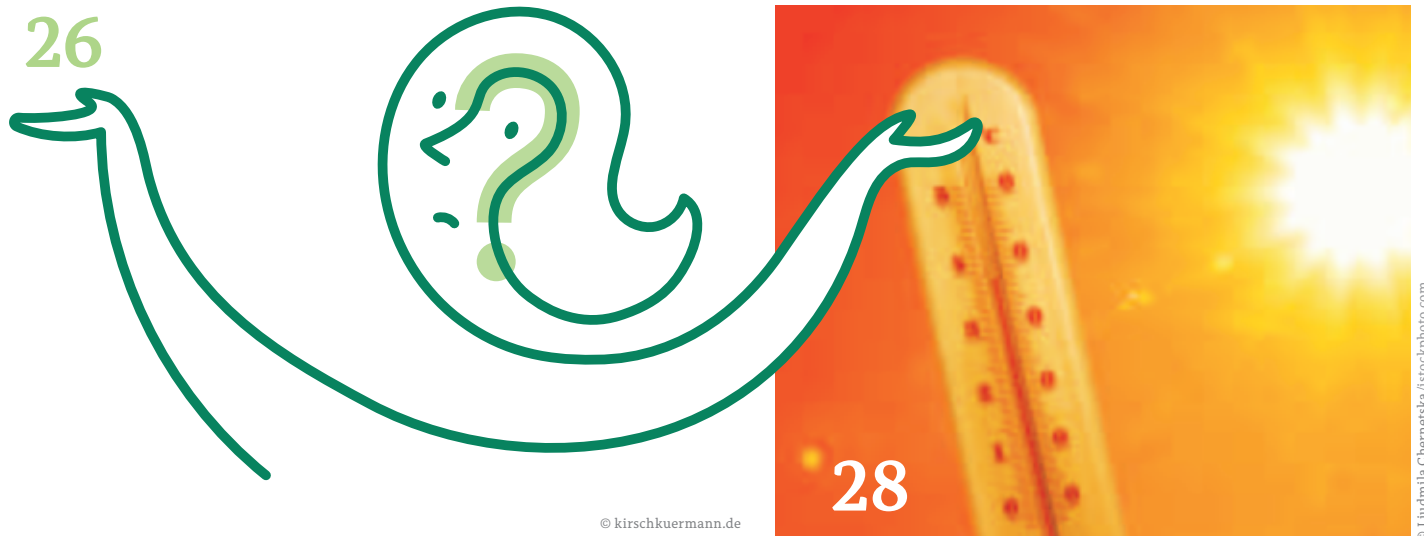
Druckauflage 25.950 Expl. (IVW 2/2026) 

Im Rahmen der Produktion dieser Auflage von Druckerzeugnissen (26.500 Exemplare), zu der dieses Druckerzeugnis gehört, wurde die Pflanzung von insgesamt 10 Bäumen in Niedersachsen (Harz) finanziert.



Im Rahmen der Herstellung dieses Druckproduktes wurde ein finanzieller Beitrag an das Klimaschutzprojekt „Instandsetzung von Brunnenanlagen, Eritrea“ zertifiziert nach GoldStandard geleistet.





Inhalt:

- | | |
|--|--|
| <p>4 Editorial</p> <p>6 Wechseljahre im Bildungssystem
Belastungen und Schlussfolgerungen</p> <p>10 Mit Wissen und Stärke durch die Wechseljahre
Eine medizinische Einordnung</p> <p>13 Mehr Daten für mehr Gesundheit?
Klarer Handlungsbedarf bei der Gesundheitsförderung von Pädagoginnen und Pädagogen</p> <p>16 Mehr als ein Pflaster
Gesundheit an der James-Krüss-Grundschule Köln</p> <p>20 Im Kopf beginnt die Balance
Ein Interview über Mindset und Selbstregulation</p> <p>23 VBE-Bildungswerkveranstaltungen</p> | <p>24 Smartphone aus – Bildung an
Warum wir beim Thema Smartphone nicht nur über Verbote, sondern auch über Lebenskompetenz und Gesundheit sprechen sollten</p> <p>26 Bleiben oder gehen?
Laut gedacht von Anne Deimel</p> <p>28 Wenn Hitze Schule aus dem Gleichgewicht bringt
Über Folgen von hohen Temperaturen im Schulalltag</p> <p>32 A 13/EG 13 als Eingangsamt
Richtiger Schritt mit kleinen Nebenwirkungen</p> <p>34 Pisa 2025
Bekannte Probleme, zu wenig Konsequenz</p> <p>40 Zwischen Yoga und Fernsehgarten
Überregionaler Zusammenhalt im Jungen VBE</p> <p>42 Regional</p> |
|--|--|



Im Gleichgewicht



© Silvia Kriens

Liebe Leserinnen und Leser,

wer im Gleichgewicht ist, steht sicher. So könnte man meinen. Dabei entsteht Gleichgewicht erst durch Bewegung: Wir gleichen aus, verlagern unser Gewicht, reagieren auf Veränderungen. Meist ganz unbewusst. Erst wenn der Boden ins Wanken gerät, merken wir, wie viel Kraft es kosten kann, die Balance zu halten.

Ein Bild, das ziemlich gut zum Alltag in unseren Bildungseinrichtungen passt.

Denn was uns im Gleichgewicht hält, ist individuell. Die eine braucht nach einem turbulenten Schultag Bewegung, der andere Ruhe. Manche schöpfen Kraft aus dem Austausch im Kollegium, andere aus dem Moment, in dem hinter ihnen die Schultür zufällt.

Doch wenn dauerhaft zu viel Gewicht auf einer Seite liegt, hilft manchmal auch die beste Balancekunst nicht weiter. Personalmangel, Zeitdruck, Bürokratie und hohe Erwartungen – Beschäftigte in Bildungseinrichtungen kennen das. Damit Menschen langfristig gesund arbeiten können, braucht es die Rahmenbedingungen, unter denen dies möglich ist.

Und es braucht Offenheit für Themen, über die im Berufsleben bislang wenig gesprochen wird. In dieser Schule heute-Ausgabe greifen wir deshalb u. a. das Thema „Wechseljahre am Arbeitsplatz“ auf. Denn was viele Frauen – und auch Männer – betrifft, macht vor der Tür des

Klassenzimmers, der Kita oder des Büros nicht halt. Dass darüber gesprochen wird und die Auswirkungen auf den Arbeitsalltag ernst genommen werden, ist längst überfällig.

Außerdem schauen wir in diesem Heft darauf, was Menschen in pädagogischen Berufen stärkt, welche kleinen und größeren Stellschrauben helfen können und welche Rolle Schule selbst für Gesundheit spielen kann.

Dass Gesundheit mehr sein muss als ein guter Vorsatz, macht der VBE auch mit seinem Gesundheitstag deutlich. Er schafft Raum für Wissen, Austausch und konkrete Impulse für den Berufsalltag und ist damit ein Baustein unseres Engagements für die Gesundheit der Beschäftigten im Bildungsbereich. Vielleicht ist Gleichgewicht ohnehin nichts, was man einmal erreicht und dann einfach behält. Es muss immer wieder neu gefunden werden.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre – und möglichst viele Momente, in denen die Balance stimmt.

Ihre

U. Kieslinger

*Melanie Kieslinger,
Schriftleiterin Schule heute*



SIGNAL IDUNA 
füreinander da

Zahlt auch ohne Unfall – der Unfallschutz von SIGNAL IDUNA.

Unsere Philosophie: Schützen. Unterstützen. Auffangen.

Ob Schwimmkurs, Fahrradhelm oder Fahrsicherheitstraining – Damit es im besten Fall erst gar nicht zu einem Unfall kommt, investieren wir in Ihre Sicherheit und beteiligen uns mit dem Sicherheitsbudget jedes Jahr an den Kosten Ihrer Präventionsmaßnahmen. Und wenn doch einmal was passiert, lotsen wir Sie aktiv durch den Genesungsprozess und zahlen umfangreiche finanzielle Hilfen zum bestmöglichen Erhalt Ihres Lebensstandards.



SIGNAL IDUNA Gruppe
Öffentlicher Dienst
Joseph-Scherer-Straße 3, 44139 Dortmund
Telefon 0231 135-2551
oed-info@signal-iduna.de



© Ratulca/shutterstock.com

VBE NRW – Frauenvertretung

Wechseljahre im Bildungssystem – Belastungen und Schlussfolgerungen

Wechseljahre im Bildungssystem – das geht uns alle an

Die Wechseljahre betreffen aktuell rund neun Millionen Frauen in Deutschland und damit auch viele Beschäftigte im Bildungssystem. Ob als Lehrerin, pädagogische Fachkraft, Kollegin oder Führungskraft: Dieses Thema ist längst Teil des schulischen Alltags, auch wenn es häufig im Verborgenen bleibt. Viele Frauen erleben diese Lebensphase als sehr persönlich und sprechen nur ungern darüber. Das hat zur Folge, dass notwendige Unterstützung oft ausbleibt.

Gleichzeitig ist gut belegt, dass die Wechseljahre Auswirkungen auf das Berufsleben haben. Studien aus der freien Wirtschaft – etwa die meno@work-Studie oder die MenoSupport-Studie unter Leitung von Andrea Rumler – zeigen, dass Frauen bei starken Beschwerden ihre Arbeitszeit reduzieren, ihre Leistungsfähigkeit eingeschränkt sein kann oder sie sogar vorzeitig aus dem Beruf ausscheiden.

Für das Bildungssystem fehlen bislang vergleichbare Daten. Es ist jedoch davon auszugehen, dass ähnliche Effekte auch hier auftreten. Angesichts von Fachkräftemangel und hoher Arbeitsbelastung bedeutet dies ein erhebliches Risiko: Wertvolle Erfahrung und Kompetenz könnten verloren gehen.

Umso wichtiger ist es, die Situation im schulischen Kontext gezielt zu untersuchen und passende Maßnahmen zu entwickeln. Denn Schulen und Bildungseinrichtungen haben ein klares Interesse daran, die Gesundheit und Arbeitsfähigkeit ihrer Mitarbeiterinnen langfristig zu sichern.

Vor diesem Hintergrund hat die Frauenvertretung des VBE NRW eine qualitative Umfrage gestartet. Ziel ist es, Erfahrungen, Herausforderungen und Bedarfe sichtbar zu machen und daraus konkrete Handlungsempfehlungen für Schulen und Bildungspolitik abzuleiten – für gesunde Mitarbeiterinnen, ein unterstützendes Arbeitsumfeld und ein starkes Bildungssystem.



Kristina Hebing, Landessprecherin der VBE-Frauenvertretung NRW, fordert verbindlichere Rahmenbedingungen:

„Gesundheitsförderung darf nicht davon abhängen, ob an einer Schule zufällig eine gute Einzellösung gefunden wird. Wir brauchen verlässliche Entlastungsmöglichkeiten und verbindliche Rahmenbedingungen. Die Wechseljahre müssen im Arbeits- und Gesundheitsschutz mitgedacht werden.“



Julia Kocks, Landessprecherin der VBE-Frauenvertretung NRW, richtet den Blick auf die konkrete Situation an den Schulen:

„Gesundes Arbeiten braucht auch ganz praktische Voraussetzungen. Dazu gehören echte Ruhe- und Rückzugsmöglichkeiten und ein wirksamer Gesundheits- und Präventionschutz. Gleichzeitig müssen wir das Tabu rund um die Wechseljahre brechen. Eine offene und diskriminierungsfreie Schulkultur sowie eine wertschätzende und sensibilisierte Leitungskultur sind dafür entscheidend.“



Anne Deimel, Vorsitzende des VBE NRW, erklärt:

„Gute Bildung braucht gesunde Beschäftigte. Das setzt gute Arbeitsbedingungen voraus, in jeder Lebensphase. Die Wechseljahre dürfen kein Tabuthema sein. Der VBE NRW setzt sich dafür ein, dass Aufklärung und passgenaue Unterstützungsangebote selbstverständlich zum Arbeits- und Gesundheitsschutz an Schulen gehören.“

Ergebnisse der Studie

1. Dauerbelastung ist der Normalzustand

Der Schulalltag ist geprägt von Zeitdruck, Lärm, Vertretungen und fehlenden echten Pausen. Diese strukturelle Dauerbelastung verstärkt Wechseljahresbeschwerden erheblich.



„Nachmittags fühle ich mich wie meine eigene Sekretärin: E-Mails, Absprachen, Protokolle – der Unterricht ist ja nur ein Teil der Arbeit.“

„Multiprofessionelle Teams sind gut – aber es muss alles abgestimmt werden: Wer hat was mit welchem Kind gesagt? Das kostet Zeit.“

„Früher eine Lehrerkonferenz im Monat. Heute: jeden Montag länger in der Schule, dazu geblockte 5./6. Stunde – das hat wahnsinnig zugenommen.“



2. Schlafprobleme sind der größte Belastungsfaktor

Nicht Hitzewallungen, sondern Schlafstörungen wirken sich am stärksten auf Konzentration, Geduld und Leistungsfähigkeit aus.



„Ich schlafe zwischen zwei und vier Stunden – fast kein Tiefschlaf. Das spürt man im Unterricht sofort.“

„Wir müssen um 7:30 Uhr an der Schule stehen und sofort funktionieren – da kommt alles gleichzeitig, das verstärkt die Müdigkeit.“

„Nach einer schlechten Nacht plane ich die erste Stunde eigenverantwortlich, sonst fehlt mir die Geduld.“



3. Arbeitsfähigkeit verändert sich – sie verschwindet nicht

Frauen berichten von mehr Erfahrung, Klarheit und Gelassenheit, aber auch von geringerer Toleranz für Lärm und Dauerstress.

„Ich halte Geräusche schlechter aus als früher – das ist anders leistungsfähig, nicht weniger.“



„Ich bin gelassener und klarer – aber ich halte Lärm schlechter aus.“

„Ich priorisiere heute: nicht perfekt, sondern machbar – und setze Grenzen.“



4. Leitung und Kultur sind entscheidend

Ob Wechseljahre tabuisiert oder offen besprochen werden, hängt stark von der Haltung der Schulleitung ab. Eine unterstützende Leitung wirkt sofort entlastend – eine druckorientierte verstärkt Probleme.



„Es hilft enorm, wenn ich bei akuter Überlastung kurz raus darf – ernsthafte zehn Minuten können den Tag retten.“

„Wir versuchen, freie Fenster und ruhigere Blöcke zu legen – insbesondere am Vormittag, wenn jemand schlecht geschlafen hat.“



„Ad-hoc-Doppelbesetzung? Ja, das machen wir – wenn jemand akut nicht kann, springt die zweite Kraft rein.“

Hier geht es zur qualitativen Umfrage
im Auftrag der Frauenvertretung
VBE NRW, durchgeführt von der
Organisation thechange.org:



Fazit

Die Umfrage zeichnet ein klares Bild: Die Wechseljahre treffen auf ein Schulsystem, das bereits durch hohe Arbeitsbelastung, Zeitdruck und begrenzte Erholungsmöglichkeiten gekennzeichnet ist. Die daraus entstehenden Herausforderungen sind für viele Lehrkräfte deutlich spürbar, insbesondere durch Schlafstörungen, verminderte Belastbarkeit und eine geringere Toleranz gegenüber Dauerstress.

Die Befunde zeigen, dass diese Entwicklung nicht zwangsläufig ist. Durch eine stärkere Sensibilisierung von Schulleitungen, eine offene Gesprächskultur sowie gezielte strukturelle Entlastungsmaßnahmen könnten viele Lehrkräfte länger gesund und leistungsfähig im Beruf bleiben. Eine bessere Berücksichtigung der besonderen Bedürfnisse von Frauen in den Wechseljahren würde somit nicht nur deren Wohlbefinden fördern, sondern auch dazu beitragen, Unterrichtskapazitäten zu erhalten und dem Lehrkräftemangel entgegenzuwirken.

Herausforderungen im Schulsystem:

Der Schulalltag ist durch strukturelle Spannungsfelder geprägt:

- **Sicherstellung des Unterrichts vs. Gesundheitsschutz:**
Der Bildungsauftrag steht häufig im direkten Spannungsverhältnis zur Fürsorgepflicht.
- **Präsenzkultur:**
Viele Lehrkräfte arbeiten trotz gesundheitlicher Einschränkungen weiter, bedingt durch systemische Rahmenbedingungen.
- **Fehlende Verbindlichkeit:**
Klare und umsetzbare Regelungen zu Pausen, Arbeitszeit und Entlastung sind häufig nicht ausreichend etabliert.
- **Geringe Sichtbarkeit:**
Wechseljahre werden selten thematisiert und bleiben dadurch ein strukturell relevantes, aber oft unsichtbares Thema.

Forderungen der Frauenvertretung VBE NRW:

1. **Verlässliche Entlastung und verbindliche Rahmenbedingungen als Teil der Gesundheitsförderung in Schulen sichern**
2. **Gesunde Arbeit ermöglichen: Ruhe- und Rückzugsräume verpflichtend einrichten sowie wirksamen Gesundheits- und Präventionsschutz stärken**
3. **Wechseljahre im Arbeitsschutz verankern: verbindliche, strukturelle und individuelle Maßnahmen als Ergänzung zu freiwilligen Einzelfalllösungen**
4. **Tabus brechen und Kultur verändern: offene, diskriminierungsfreie Schulkultur, eine wertschätzende und sensibilisierte Leitungskultur sowie die klare Anerkennung der Wechseljahre als normale Berufs- und Lebensphase**

Anzeige

08:00

Lehrerkonferenz

10:15

Elterngespräch

11:30

Klausuren korrigieren

15:00

Vertretungsstunde

Ganztägig

Zeit für mich

Der einzige Termin heute: Sie.

Sie haben sich lange genug verschoben. Psychosomatische Gesundheit & Regeneration für Menschen, die täglich alles geben, in unserer Privatklinik am Hopfensee im Allgäu.

Das Alpreflect

Privatklinik Psychosomatik
+49 8362 504 - 0
info@alpreflect.de

Jetzt Anfrage stellen!

Die Wechseljahre ...



... sind keine Krankheit.

... betreffen Frauen und Männer.

... beeinflussen den Alltag mehr, als wir denken.



von Dr. Katrin Peuker

Im Allgemeinen betrifft die Berichterstattung zum Thema „Wechseljahre“ nur Frauen – und viele Männer fühlen sich bei diesem Thema nicht angesprochen. Aber ab etwa dem 45. Lebensjahr kann die Testosteronproduktion auch bei vielen Männern langsam abnehmen. Symptome können denen der weiblichen Wechseljahre ähneln. Diese Phase kann mit Müdigkeit, verminderter Leistungsfähigkeit, Konzentrationsstörungen, Stimmungsschwankungen und Veränderungen der Sexualfunktion einhergehen. Anders als bei der Menopause gibt es jedoch keinen klar definierten, bei allen Männern zur gleichen Zeit eintretenden Zeitpunkt.

Bekannterweise ist die hormonelle Regulation bei Frauen durch den monatlichen Zyklus weitaus komplexer als das eher lineare hormonelle Zusammenspiel beim Mann. Die Wechseljahre sind eine Lebensphase und grundsätzlich nicht krankhaft. Auf natürlichem Weg verringert sich im Laufe des Lebens die Anzahl der Eizellen, bis schließlich die Hormonproduktion der Eierstöcke weitgehend zum Erliegen kommt. Diese Phase verläuft bei jeder Frau individuell.

Sprachwirrwarr: Prämenopause – Perimenopause – Postmenopause

Ab Mitte bis Ende der 30er-Jahre einer Frau, spätestens in ihren frühen 40er-Jahren, kommt es trotz weiterhin regelmäßiger Menstruation zu ersten merk-

lichen Veränderungen der hormonellen Aktivität der Eierstöcke. Symptome, die in dieser Phase auftreten, sind häufig diffus:

Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen, ungeordnete Ängste und eine Verschlechterung des prämenstruellen Syndroms. Laborchemisch kommt es zu einem Ungleichgewicht zwischen den Hormonen Progesteron und Östrogen.

Dieser Zeitraum wird als *Prämenopause* bezeichnet und dauert häufig zwischen 10 und 15 Jahren an.

Ab den mittleren bis späten 40er-Jahren oder zu Beginn ihrer 50er-Jahre merken viele Frauen, dass einzelne Menstruationen ausbleiben und der Zyklus unregelmäßiger wird – hier beginnt die *Perimenopause*. Aufgrund des unregelmäßigen oder auch fehlenden Eisprungs kommt es nun auch zu Schwankungen im Östrogenspiegel.

Frauen beklagen in dieser Zeit häufig depressive Verstimmungen, Herzrhythmusstörungen und in einigen Fällen erste Hitzewellen – die klassischen „Wechseljahresbeschwerden“ beginnen. Im Verlauf können vaginale Trockenheit, Reizblase und Unruhe zu den oben genannten Symptomen hinzukommen. Diese Phase dauert durchschnittlich 2 bis 7 Jahre, bis die Menstruation irgendwann komplett ausbleibt.

Ein Jahr nach Ausbleiben der letzten Menstruation spricht man von der *Postmenopause*. Es gibt keine Eisprünge und keine Hormonschwankungen mehr. Die Hormonspiegel sind dauerhaft niedrig. Häufig hören

Beschwerden wie Hitzewallungen auf. Der Körper hat sich an den Zustand der reduzierten Hormonspiegel gewöhnt und an ihn angepasst.

Interessant ist, dass immerhin bis zu 30 % der befragten Frauen angeben, auch retrospektiv keine Symptome im Rahmen der Wechseljahre verspürt zu haben – es gibt also eine deutliche Diskrepanz in der individuellen Wahrnehmung und Einordnung.

Zusätzlich zu den genannten zyklischen Hormonen Progesteron und Östrogen gibt es noch viele weitere „Geschlechtshormone“, die sowohl für Frauen als auch für Männer im Rahmen der Aufrechterhaltung von Körperfunktionen äußerst relevant sind: Testosteron, DHEA, Pregnenolon und viele mehr. Auch hier können im Falle eines Ungleichgewichts oder Mangels Symptome wie Erschöpfung, Osteoporose, Muskelschwund, Haarausfall, Falten und Arthrose entstehen.

Hohe gesellschaftliche Relevanz

Mehr als 80 % der Frauen (und auch der Männer) zwischen 40 und 59 Jahren sind berufstätig und in einer verantwortungsvollen Position. In Kenntnis der be-

schriebenen mitunter einschneidenden Symptome und dem Wissen, dass die Wechseljahre heute überwiegend mitten im Berufsleben stattfinden, ergibt sich die hohe gesellschaftliche Relevanz, sich mit Auswirkungen, Symptomen und Beschwerden der Wechseljahre für jedes Individuum und für die Gesellschaft im Allgemeinen auseinanderzusetzen.

Die Veränderungen, die viele Frauen bereits ab den späten 30er-Jahren oder den frühen 40er-Jahren bemerken – und auch einige Männer ab der Lebensmitte – umfassen häufig den psychoemotionalen Bereich. Es treten veränderte Stimmung, vermehrte Reizbarkeit, diffuse Ängste, Schlafstörungen, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme sowie eine reduzierte Stressresistenz auf.

Diese These stützt genau Punkt 2 der qualitativen Umfrage der Frauenvertretung VBE NRW: „Schlafprobleme sind der größte Belastungsfaktor.“

All diese psychoemotionalen Aspekte sind aber äußerst relevant für den Arbeitsalltag – insbesondere im Spannungsfeld Schule.

Punkt 1 der Studie der Frauenvertretung VBE NRW benennt: „Dauerbelastung ist der Normalzustand.“

Gut abgesichert auf Klassenfahrt – Schüler- & Jugendreiseschutz für Ihre Klasse

ANZEIGE

Klassenfahrten, Studienreisen oder Projektwochen gehören zu den Höhepunkten im Schuljahr – organisatorisch sind sie jedoch oft herausfordernd. Kritisch wird es, wenn kurz vor Reisebeginn oder unterwegs etwas Unvorhergesehenes passiert: Erkrankung oder Unfall eines Schülers, ein Notfall in der Familie oder der Ausfall einer für die Reise relevanten Lehrkraft. Damit Sie nicht zusätzlich über Storno- und Folgekosten nachdenken müssen, lohnt sich der richtige Reiseschutz.

Der Reiseschutz für Schüler- und Jugendreisen der ERGO Reiseversicherung sichert Schüler und Jugendliche bis 25 Jahre sowie bis zu zwei Begleitpersonen ab. Zur Wahl stehen eine Reiserücktritts- inkl. Reiseabbruchversicherung sowie ein Reiseschutzpaket mit Reisekranken-, Reisehaftpflicht- und Reiseunfallversicherung. Im medizinischen Notfall wird der Krankenrücktransport nach Hause organisiert und übernommen.

Wichtiger Baustein: das Begleitpersonen-Ausfallrisiko ist mitversichert. Fällt eine für die Reise notwendige Lehrkraft oder Begleitperson aus versichertem Grund aus, so kann die gesamte Gruppe von der Reise zurücktreten.



Auch als Einzelversicherung erhältlich. Sollte die Klasse keine Gruppenversicherung wünschen, so kann der Schutz auch für Einzelpersonen abgeschlossen werden.

Weitere Informationen:
ergo-reiseversicherung.de

ERGO
Reiseversicherung

Was manchmal zunächst als diffuse persönliche „Schwäche“ gedeutet wird – zum Beispiel eine Veränderung der eigenen Leistungsfähigkeit oder Belastbarkeit – kann zunehmend das Privat- und Berufsleben beeinflussen.

Was können wir tun?

In dem Wissen, dass es sich um eine natürliche Lebensphase handelt, ist ein offener, wertschätzender Umgang sowie eine Enttabuisierung des Themas essenziell!

Gesellschaftlich betrachtet wäre eine Sensibilisierung für das Thema und seine Zusammenhänge anstelle einer Stigmatisierung dringend notwendig. Hier kann Punkt 3 der qualitativen Umfrage der Frauenvertretung VBE NRW zitiert werden: „Arbeitsfähigkeit verändert sich – sie verschwindet nicht.“

Was kann man also tun?

Um die individuellen Beschwerden einordnen zu können, ist sowohl bei Frauen als auch bei Männern zunächst eine persönliche Betrachtung der Symptome notwendig.

Feste Routinen und alltägliche Maßnahmen zur Stressbewältigung sind zunächst entscheidende Werkzeuge auf dem Weg zu mehr Resilienz und Wohlbefinden: Gesunde Schlafhygiene, ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, Entspannungsverfahren sowie eine bewusste Gestaltung von Arbeitsalltag und Pausen können entscheidende Veränderungen anstoßen.

Im Falle von stärkeren oder neu aufgetretenen Beschwerden ist medizinische Begleitung erforderlich. Hier führt der erste Weg zum Hausarzt, Gynäkologen oder Urologen. Bezüglich der Hormone stehen verschiedene Analyseverfahren zur Verfügung.

Selbstverständlich kann nicht jede gesundheitliche oder emotionale Veränderung auf die Wechseljahre zurückgeführt werden. Andere Ursachen wie z. B. Erkrankungen oder Mikronährstoffmängel sollten ausgeschlossen oder, falls festgestellt, gezielt therapiert werden.

Bei der medizinischen Behandlung von Wechseljahresbeschwerden oder Erschöpfungszuständen kommen häufig zunächst pflanzliche Produkte zum Einsatz, von denen einige über einen hormonähnlichen Wirkmechanismus ver-

fügen. Auch sie sollten allerdings nicht ohne fachliche Rücksprache eingenommen werden.

Darüber hinaus stehen klassische Medikamente oder eine Hormonersatztherapie zur Verfügung. Bioidentische Hormone werden aus pflanzlichen Grundstoffen hergestellt und gleichen in ihrer chemischen Struktur exakt der körpereigenen Hormonstruktur. Aus diesem Grund wirken sie am Rezeptor wie körpereigene Hormone. Für eine Therapie mit bioidentischen Hormonen stehen für beide Geschlechter jeweils verschiedene Anwendungsarten zur Verfügung.

Die individuelle Hormonersatztherapie mit bioidentischen Hormonen kann neben der klassischen Beschwerdelinderung präventive Effekte haben:

Studien zeigen Hinweise auf günstige Effekte bezüglich der Risikoreduktion von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Stoffwechselveränderungen und der Gesamtsterblichkeit sowie einen nachgewiesenen Nutzen für den Erhalt der Knochengesundheit und damit einen Schutz vor osteoporosebedingten Knochenbrüchen.

Quintessenz

Als Schlussgedanke ist entscheidend, dass die Wechseljahre bei Frauen und auch die abnehmende Hormonproduktion bei Männern natürliche Lebensphasen sind, die früher oder später viele berufserfahrene Kolleginnen und Kollegen betreffen. Hormonelle Veränderungen frühzeitig wahr- und ernst zu nehmen, kann helfen, gemeinsam einen verantwortungsbewussten Umgang und individuelle Lösungen zu entwickeln: Das Ziel ist dabei immer, diese Lebensphase selbstbestimmt und mit Lebensqualität zu gestalten – für die Freizeit als auch für das Berufsleben.

Dr. Katrin Peuker ist Allgemeinmedizinerin und zertifizierter Hormoncoach.

Auf dem Fachtag der VBE Frauenvertretung NRW am 12.09.2026 referierte sie zum Thema „Hormonelle Veränderungen beeinflussen Konzentration, Belastbarkeit und Arbeitsalltag – Mit Wissen und Stärke durch die Wechseljahre“.

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten finden Sie hier:
www.hormon-coaching.de.





„Klare Ziele. Klarer Fokus.“

Im Rahmen des Schulkompasses' 2030 hat das Schulministerium im vergangenen Jahr vier prägnante Ziele in Bezug auf Leistung und Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern formuliert, die in den nächsten Jahren erreicht werden sollen. Dabei setzt man u. a. auf zusätzliche Lernstandserhebungen, ein Schülerfeedback und die Aufbereitung von Schuldaten. In der datengestützten Qualitäts- und Unterrichtsentwicklung sieht man erhebliches Potenzial. Die Idee, verkürzt dargestellt: Daten und Fakten helfen dabei, Handlungsbedarfe zu identifizieren und gezielt zu agieren – anhand der immer wieder erhobenen Daten können Erfolge oder weitere Bedarfe sichtbar gemacht werden.

So weit – so gut, oder? Wir stellen fest: Die Daten und Fakten fokussieren ausschließlich auf die Lernenden. Unter welchen Arbeitsbedingungen Pädagoginnen und Pädagogen ihren Alltag bestreiten und dafür arbeiten, die von der Politik definierten Bildungsziele zu erreichen, wird nicht erhoben. Dabei liegt auf der Hand: Ohne engagiertes und leistungsfähiges pädagogisches Personal sind die ambitionierten Ziele nicht erreichbar.

In Zeiten des Fachkräftemangels und steigender Belastungen werden daher Themen

rund um die Gesundheitsförderung deutlich relevanter. Immer mehr Lehrkräfte fallen langfristig aus oder verlassen den Beruf frühzeitig – doch es gibt kaum belastbare Daten. Der VBE-Bundesverband hat selbst Umfragen zur Lehrkräftegesundheit durchgeführt. Eine repräsentative forsa-Schulleitungsbefragung aus dem Herbst 2023 zeigt eine alarmierende Entwicklung: So sahen 60 Prozent der Schulleitungen einen Anstieg langfristiger, krankheitsbedingter Ausfälle. Dies gilt sowohl für physische als auch psychische Erkrankungen. Diese Werte sind im Vergleich zu vorherigen Befragungen deutlich gestiegen. Im Jahr 2019 sagte etwas über ein Drittel der Befragten, dass Erkrankungen zugenommen haben. Im Jahr 2021 war es die Hälfte.

Aus Sicht des VBE besteht daher eindeutig Handlungsbedarf. Eine Teilnahme an TALIS (Teaching and Learning International Survey der OECD) könnte helfen, Ursachen für Erkrankungen und gesundheitliche Belastungssituationen zu identifizieren und gezielt gegenzusteuern. Doch während der Lernenden-Bereich durch vielfältige Erhebungen beleuchtet und die Bedeutung von Daten und Fakten für die Schul- und Unterrichtsentwicklung herausgestellt wird, fehlen Daten zur Gesundheit und



zum Wohlbefinden von Lehrkräften. Schon seit der ersten Durchführung von TALIS fordert der VBE deshalb eine Beteiligung Deutschlands. Die Bildungs- und Kultusministerinnen und -minister haben jedoch bereits 2005 beschlossen, sich nicht an der Durchführung von TALIS zu beteiligen.

Der VBE-Bundesverband und VBE-Landesverbände haben daher gemeinsam die Kultusministerien der Länder angeschrieben. Ziel ist, dass die Frage einer Beteiligung erneut in den Ländern und auf BMK-Ebene diskutiert wird.

Lesen Sie hierzu auch die Pressemitteilung des VBE:



In dem Brief wurden fünf Punkte fokussiert:

1. Gesundheit von Beschäftigten endlich systematisch erfassen

Leistungsfähige Schulen brauchen gesunde Beschäftigte. Die Gesundheit von Lehrkräften und weiteren schulischen Mitarbeitenden ist eine zentrale Voraussetzung dafür, dass Schule ihre Aufgaben dauerhaft wirksam und verlässlich erfüllen kann. Um gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen gezielt weiterzuentwickeln, braucht es zunächst eine fundierte Erfassung des Status quo. Auf dieser Grundlage können Belastungen frühzeitig erkannt, passgenaue Maßnahmen entwickelt und deren Wirksamkeit überprüft werden. Eine evidenzbasierte Ausrichtung des Gesundheitsmanagements schafft damit die Grundlage, die Leistungsfähigkeit von Schulen langfristig zu sichern und nachhaltig zu stärken.

2. Internationale Best Practices nutzen und selbst Vorbild werden

Andere Länder haben längst erkannt, wie wichtig Lehrkräftegesundheit ist – und arbei-

ten mit TALIS-Daten an besseren Lösungen. Deutschland sollte von diesen Erkenntnissen profitieren und selbst mit erfolgreichen Maßnahmen Vorbild sein.

3. Bessere Arbeitsbedingungen für mehr Personal und gesenkte Kosten

Der Lehrkräftemangel ist weiterhin eines der größten Probleme. Gleichzeitig führen die bestehenden Arbeitsbedingungen dazu, dass der Beruf für viele zunehmend an Attraktivität verliert und Lehrkräfte vorzeitig aus dem Schuldienst ausscheiden. Gute und gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen sind daher ein entscheidender Hebel, um Lehrkräfte zu gewinnen, langfristig im Beruf zu halten und ihre Arbeitsfähigkeit zu sichern. Davon profitieren nicht nur Schulen und ihre Beschäftigten: Weniger krankheitsbedingte Ausfälle sowie weniger vorzeitige Verrentungen und Pensionierungen tragen auch dazu bei, langfristig Kosten zu reduzieren und die Funktionsfähigkeit des Bildungssystems zu sichern.

4. Wertschätzung zeigen

Die Beschäftigten im Bildungssystem haben in den vergangenen Jahren unter herausfordernden Bedingungen gearbeitet: Fachkräftemangel, wachsende Anforderungen und zunehmende Verwaltungsaufgaben haben ihre Belastung spürbar erhöht. Gleichzeitig sehen sich Schulen und ihre Beschäftigten einer öffentlichen Debatte ausgesetzt, die häufig von Kritik und hohen Erwartungen geprägt ist. TALIS schafft die Möglichkeit, die Perspektive derjenigen sichtbar zu machen, die unter diesen Bedingungen tagtäglich Verantwortung übernehmen und mit großem Engagement den Schulbetrieb gestalten: die Pädagoginnen und Pädagogen.



5. Mehr Motivation führt zu besseren Bildungsergebnissen

Nicht zuletzt zeigen Studien, dass Leistungen der Schülerinnen und Schüler bei motivierten Lehrkräften besser sind. TALIS könnte aufzeigen, welche Maßnahmen in anderen Ländern dazu beitragen, Lehrkräfte motiviert zu halten. Die Ergebnisse helfen mittlerweile allen am Bildungssystem Beteiligten.

Klar ist: Ein reines Erfassen von Daten bringt uns nicht weiter. Es müssen auch die richtigen Schlüsse gezogen, an den richtigen Stellen investiert werden.

Derzeit wird ein Rahmenkonzept Behördliches Gesundheitsmanagement (BGM) für den schulischen Bereich erarbeitet. Das Rahmenkonzept soll Grundlage sein für eigene Konzepte oder

Maßnahmenkataloge der Bezirksregierungen für die Schulen.

Verantwortlich für den Arbeits- und Gesundheitsschutz der Beschäftigten einer Schule ist aber die Schulleitung. Das ist gut und richtig so. Jedes System ist anders, Bedingungen sind verschieden, Menschen agieren und reagieren unterschiedlich. Daher muss jede Schule auch für sich gute Lösungen finden können. Schulleitungen stoßen jedoch an Grenzen, wenn es um das große Ganze geht. Um hier die richtigen Ansatzpunkte zu finden, ist TALIS von großer Relevanz. Für gesunde Beschäftigte – klare Ziele – klarer Fokus.

Wibke Poth,
stellv. Vorsitzende
VBE NRW



© Silvia Kriens

Anzeige

Jugendherbergen im **RHEINLAND**
Willkommen in NRW



**LERNEN MIT ERLEBNIS.
BEWÄHRT & NACHHALTIG.
PÄDAGOGISCH BEGLEITET.**



SCAN ME

www.jh-klassenfahrt.de

Klassenfahrten, die deine Schülerinnen & Schüler begeistern!

Die Jugendherbergen im Rheinland bieten spannende Programme, die perfekt auf eure Bedürfnisse eingehen. Bei uns als Anbieter mit über 100-jähriger Erfahrung bist du in den besten Händen. Eine große Programmauswahl, qualifizierte Betreuer und Betreuerinnen, faire Preise und eine einfache Organisation garantieren außergewöhnliche Klassenfahrten.

DJH-SERVICE-TEAM RHEINLAND · TEL. 0211 3026 3026 · service@djh-rheinland.de





© Melanie Kiesinger

Mehr als ein Pflaster

An der James-Krüss-Schule in Köln ist Gesundheit kein einzelnes Projekt, sondern Teil des Schulalltags. Gesundheit gehört hier seit Jahren zum Schulkonzept. Eine wichtige Rolle spielt dabei Gesundheitslotsin Karola Trawinski. Sie bringt medizinisches Wissen direkt in die Lebenswelt der Kinder – und wird dabei zur Vermittlerin zwischen Schule, Familien und Gesundheitssystem.

Ein Sonnenhut. Eine Tube Sonnencreme. Eine Flasche Wasser. Nach und nach drehen die Kinder einer dritten Klasse an diesem Vormittag Karten um. Es ist Memory-Zeit in der James-Krüss-Schule in Köln-Ostheim. Doch wer hier ein passendes Paar findet, darf es nicht einfach beiseitelegen. Die Kinder beschreiben, was sie sehen, erzählen, was sie schon wissen, und überlegen gemeinsam: Wie schützen wir uns eigentlich richtig vor der Sonne und vor Hitze? Karola Trawinski hört zu. Sie lässt die Kinder erst einmal überlegen, ergänzt dann, fragt nach. Sie erklärt, warum Sonnencreme allein manchmal nicht reicht, warum eine Kopfbedeckung sinnvoll ist und weshalb Sonnenschutz auch dann wichtig bleibt, wenn die Haut schon gebräunt ist. Gesundheit soll nicht abstrakt bleiben, sondern sichtbar und begreifbar werden.

Trawinski ist an diesem Morgen aber nicht einfach für eine Unterrichtsstunde zu Gast. Die examinierte Gesundheits- und Kinderkrankenpflegekraft kommt jede Woche an die James-Krüss-Schule. Als Gesundheitslotsin gehört sie inzwischen zum Schulalltag.

„Wir schauen immer: Welche Bedarfe gibt es gerade an der Schule?“, beschreibt sie die Arbeit. So ist auch die Einheit zum UV-Schutz entstanden. Andere Angebote beschäftigen sich etwa mit gesundem Frühstück oder Handhygiene.

Was zunächst nach klassischer Gesundheitsprävention klingt, erfüllt dabei noch einen zweiten Zweck. Wenn Trawinski vor einer Klasse steht, lernen die Kinder nicht nur etwas über Sonnenstrahlen oder Ernährung. Sie lernen **sie** kennen.

Wie wichtig das ist, zeigt sich kurze Zeit später. Vor dem Raum, in dem die Gesundheitslotsin ihre Gespräche führt, sitzt ein Mädchen. Es wartet auf sie. Das Kind kommt regelmäßig vorbei, erzählt uns Schulleiterin Christiane Hartmann, manchmal einfach, weil es reden möchte.

Plötzlich bekommt der Begriff „Gesundheitslotsin“ eine andere Dimension.

Denn Kinder kommen nicht nur mit medizinischen Fragen zu Trawinski. Manche möchten erzählen, manche noch einmal etwas aus einer Unterrichtseinheit wissen, andere zeigen stolz, was sie aus einem Angebot mitgenommen haben.

Für Hartmann ist genau diese Beziehung die Voraussetzung dafür, dass Unterstützung überhaupt greifen kann. „Ein Kind wird nie irgendetwas erzählen, wenn es jemanden nicht kennt“, sagt sie. Die Kinder suchten sich die Menschen, zu denen sie Vertrauen entwickelten. Präventionsangebote wie das gesunde Frühstück oder die Unterrichtsstunde zum UV-Schutz seien deshalb auch Türöffner. Damit erzählt die Szene aus der dritten Klasse bereits ziemlich viel über die Idee hinter dem Gesundheitslotsendienst.

Die Hilfe dorthin bringen, wo die Kinder sind

Seit Ende 2021 gibt es den Dienst des Kölner Gesundheitsamtes an neun Familiengrundschulzentren, die über das Landesprogramm „kinderstark – NRW schafft Chancen“ finanziert werden. Die Grundidee: Gesundheitliche Probleme werden bei Kindern häufig dort sichtbar, wo sie sich ohnehin aufhalten – in Kita und Schule. Also soll medizinisch fundierte Beratung ebenfalls möglichst nah an ihrer Lebenswelt erreichbar sein. 2,25 Stellen stehen für die neun Schulen zur Verfügung, rechnerisch 9,75 Stunden pro Woche und Standort. Die Lotsinnen sind examinierte Gesundheits- und Kinderkrankenpflegekräfte. Hinter ihnen steht das Gesundheitsamt mit kinder- und jugendärztlichem, kinder- und jugendpsychiatrischem sowie zahnärztlichem Dienst.

Und genau hier wird aus der Gesundheitslotsin mehr als eine zusätzliche Fachkraft in Schule. „Ich denke, das Wichtigste ist, dass es medizinische Fachkräfte sind“, erklärt Stefan Handwerker, Koordinator des Gesundheitslotsendienstes. Sie könnten eine „Übersetzungsleistung“ übernehmen: Die Schule beobachtet bei einem Kind einen Bedarf, Eltern sind vielleicht unsicher oder kennen das medizinische System nicht – und die Lotsin kann erklären, beraten und Wege aufzeigen. Gerade auch bei einer möglichen psychiatrischen Diagnostik sei das wichtig. Für viele Familien sei sie mit Ängsten oder Vorbehalten verbunden. Eine medizinische Fachkraft könne neutral erläutern, was eine Diagnostik bedeutet und warum sie sinnvoll sein kann.

Lotsen heißt deshalb manchmal ganz praktisch: eine Praxis finden, zum richtigen Zeitpunkt dort anrufen, einen Termin vereinbaren, Eltern erklären, was sie erwartet – in einzelnen Fällen auch eine Familie zu einem Termin begleiten. Der Dienst berät ebenso schulische Fachkräfte bei chronischen Erkrankungen oder zieht bei Bedarf weitere Expertise des Gesundheitsamtes hinzu. Das Angebot reicht von der Einzelfallhilfe bis zur Prävention in ganzen Klassen.

Handwerker bringt den Anspruch auf eine kurze Formel: „Wir sehen uns als Problemlöser. Wir versuchen, mögliche Gefährdungen zu einem frühen Zeitpunkt abzuwenden, indem wir die Familien an die Hand nehmen und die Behandlung sicherstellen, die die Kinder benötigen.“ Gleichzeitig macht er deutlich: Der Gesundheitslotsendienst ist ein freiwilliges Angebot der Kommune – und auch er stößt an Grenzen.

Gerade an Standorten wie der James-Krüss-Schule ist der niedrigschwellige Zugang wichtig. Sehr viele Kinder haben nach Angaben der Schulleitung eine internationale Familiengeschichte, etwa zwei Drittel der Familien beziehen staatliche Transferleistungen. Sprachbarrieren, fehlendes Wissen über Unterstützungsmöglichkeiten und Überforderung können den Zugang zu Hilfen erschweren.

„Es ist so viel Hilfe da. Aber sie kommen eben nicht dran“, beschreibt Hartmann ein Problem, das sie immer wieder erlebt.



© Melanie Kieslinger

Das ist die Lücke, in die Karola Trawinski tritt. Sie soll nicht in erster Linie die klassische Schulkrankenschwester sein, die Pflaster klebt und Wunden versorgt. Sie soll lotsen.

Nicht eine Person für alles

Dass das an der James-Krüss-Schule gut funktioniert, liegt allerdings nicht allein an der Gesundheitslotsin. Beim Rundgang und im Gespräch mit der Schulleiterin fällt immer wieder ein Wort: **Vernetzung**.

An der Schule arbeiten Lehrkräfte, Sonderpädagoginnen, sozialpädagogische Fachkräfte, Schulsozialarbeit, OGS, Familiengrundschulzentrum, die Alltagshelferin und eben die Gesundheitslotsin. Entscheidend sei aber nicht, möglichst viele Professionen nebeneinanderzustellen, sondern genau zu wissen: Wer kann was? Wer braucht welche Information? Und wer hat gerade den besten Zugang zu einem Kind?

Manchmal sind es nur beiläufige Bemerkungen, die ein Kind macht. Dann wird im Team überlegt, wer am ehesten ins Gespräch kommen könnte. „Die Kinder suchen sich die Menschen nach der Beziehung aus“, sagt Hartmann. Das Anliegen müsse deshalb nicht zwangsläufig bei der formal „zuständigen“ Person landen. Entscheidend sei zunächst, dass überhaupt jemand zuhört – und anschließend im multiprofessionellen Team weitergedacht wird.

Dieses Prinzip entlastet zugleich die Beschäftigten. Die Schule hat Zuständigkeiten und Kommunikationswege bewusst strukturiert. Nicht jede Person sitzt in jeder Fallbesprechung, nicht jedes Problem landet automatisch bei der Schulleitung.

Gesundheit als roter Faden

Dass Gesundheit an der James-Krüss-Schule weit mehr ist als ein zusätzliches Angebot, zeigt sich an vielen Stellen. Seit 2006 arbeitet die Schule gezielt an ihrem Gesundheitsprofil. Ausgangspunkt war eine Untersuchung der Deutschen Sporthochschule Köln. Daraus entwickelte sich über die Jahre ein umfassendes Konzept mit Ernährung, Bewegung und sozialem Lernen. Heute gehören unter anderem

Schulobst, gesundes Frühstück und „Klasse2000“ dazu.

Hartmann erinnert sich noch gut an die Anfänge. Als sie vor rund 20 Jahren an die Schule kam, seien die Bedingungen schwierig gewesen. Die Untersuchung 2006 habe unter anderem einen hohen Handlungsbedarf bei der körperlichen Gesundheit der Kinder gezeigt. „Wir haben sofort gesagt: Das ist etwas, da müssen wir uns drum kümmern.“

Seitdem ist der Gesundheitsbegriff breiter geworden.

„Wir gucken eben nicht nur auf körperliche Gesundheit, sondern auch auf die seelische Gesundheit“, sagt Hartmann.

Das zeigt sich an Dingen, die auf den ersten Blick gar nicht nach „Gesundheitsprojekt“ aussehen. Im 2024 eröffneten Pausengarten etwa. Natürlich brauchen Kinder Platz zum Rennen und Toben, sagt die Schulleiterin. Aber manche brauchen eben auch Ruhe. Deshalb wurde ein schön gestalteter Ruhebereich geschaffen und mit dem Kinderparlament überlegt, welche Regeln es braucht, damit er funktioniert.



© Melanie Kieselinger

Es zeigt sich im sozialen Lernen. In der individuellen Förderung. In der Musik, die Kindern Möglichkeiten eröffnet, sich jenseits klassischer schulischer Leistungen zu erleben. Und auch darin, Familien nicht lediglich als Adressaten von Elternbriefen zu betrachten. Im Familiengrundschulzentrum gibt es Bildungs-, Beratungs- und Begegnungsangebote. Hartmann ist überzeugt: Werden Familien gestärkt und entsteht Vertrauen zur Schule, hilft das am Ende auch den Kindern.

Und schließlich richtet sich der Blick auf diejenigen, die all das täglich tragen sollen. Seit



© Melanie Kieslinger

V.l.: Steffen Handwerker, Koordinator beim Gesundheitsamt der Stadt Köln, Karola Trawinski, Gesundheitslotsin, Christiane Hartmann, Schulleiterin der James-Krüss-Grundschule Köln, Wibke Poth, stellv. Vorsitzende VBE NRW

2020 arbeitet ein Gesundheitszirkel an der Mitarbeitendengesundheit. Hartmann spricht von „100 kleinen Stellschrauben“, an denen gedreht werden müsse, um Lehrkräfte und andere pädagogische Beschäftigte zu entlasten. Im März 2026 wurde die Schule dafür erneut mit dem Schulentwicklungspreis „Gute gesunde Schule“ der Unfallkasse NRW ausgezeichnet – als einzige Kölner Schule in dieser Runde. Gewürdigt wurde ausdrücklich nicht ein einzelnes Gesundheitsprojekt, sondern die nachhaltige und umfassende Verankerung des Themas als Querschnittsaufgabe der Schulentwicklung. Vielleicht liegt genau darin die Besonderheit dieses Ortes: Gesundheit wird nicht als zusätzliche Aufgabe behandelt, die irgendwann zwischen Mathematikunterricht und Konferenz noch erledigt werden muss. Sie wird in Entscheidungen mitgedacht. Das gilt auch für den Gesundheitslotsendienst. Mehr Zeit wäre trotzdem nötig. Trawinski könnte häufiger mit Klassen arbeiten, stärker in bestimmte schulische Teams eingebunden werden oder Angebote für Eltern und den Sozialraum machen. Auch Informationen zu chronischen Erkrankungen könnten noch regelmäßiger ins Kollegium getragen werden. „Nicht, dass wir zu

Experten werden“, erklärt Hartmann, „aber zumindest zu gut informierten Menschen. Und das gibt immer Handlungssicherheit.“

Der Gesundheitslotsendienst selbst nennt die geringe Stundenzahl als einen seiner größten Stolpersteine. Insbesondere Gruppenangebote und die Öffnung in den Sozialraum müssten dadurch zurückstehen. Auch die dauerhafte Verstetigung des Angebots ist bislang nicht gesichert.

An diesem Vormittag ist davon in der dritten Klasse wenig zu spüren. Hier beginnt Gesundheitsförderung ganz spielerisch – mit Memorykarten, neugierigen Fragen und Austausch.

An der James-Krüss-Schule wird Gesundheit auf vielen Ebenen mitgedacht: im Unterricht, in der Beratung, in der Zusammenarbeit der verschiedenen Professionen, im Blick auf die Familien und ebenso auf die Beschäftigten. Nicht als einzelnes Projekt, sondern als Teil des Schulalltags.



Ein Beitrag von Melanie Kieslinger,
Pressereferentin VBE NRW

Anzeige



Die METTNAU – Ihr starker Gesundheitspartner

Die METTNAU bietet regenerative Trainings- und Entspannungsverfahren an, die unter den vielfältig belastenden und anspannenden Tätigkeiten des Arbeitslebens leiden. Ein erfahrenes Team aus Therapeuten, Psychologen, Sportlehrern, Ernährungsberatern und medizinischem Fachpersonal steht Ihnen dabei jederzeit zur Verfügung, um für Ihr Wohlbefinden zu sorgen.

Das alles und mehr bietet Ihnen die METTNAU:

- ✓ Beratung und ärztliche Untersuchung
- ✓ umfangreiche diagnostische Leistungen
- ✓ sporttherapeutische Angebote
- ✓ praktisches Stressmanagement
- ✓ Ernährungspsychologie
- ✓ Entspannungstraining, Yoga, Qigong

Gut zu wissen:

Die METTNAU ist behilffefähig und zugelassen für private und gesetzliche Krankenkassen. Pofitieren Sie von unserem attraktiven Pauschalsatz für Beihilfeversicherte sowie der Direktabrechnung mit der Beihilfe!

METTNAU

Med. Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell
Strandbadstr. 106
78315 Radolfzell
Tel. +49 7732 151-0
info@mettnau.com / www.metttnau.com
Reservierungsanfragen unter Tel. +49 7732 151-810





Wie wir denken, beeinflusst, wie wir Situationen erleben, mit Belastungen umgehen und auch wie leistungsfähig wir uns fühlen. Gerade im oft herausfordernden Schulalltag kann es deshalb hilfreich sein, den Blick nicht nur auf äußere Rahmenbedingungen, sondern auch auf die eigenen Gedanken und Reaktionen zu richten. Dr. Karolien Notebaert beschäftigt sich wissenschaftlich mit den Themen Mindset und Selbstregulation. Auf dem VBE-Gesundheitstag hält sie den Hauptvortrag „Vom Glück der richtigen Gedanken“. Im Gespräch mit Schule heute erklärt sie, warum Akzeptanz entlasten kann, was Stress mit unserem Gehirn macht und wie es gelingt, auch in turbulenten Situationen handlungsfähig zu bleiben.



© Karolien Notebaert

seren Alltag erleben. Sehr vereinfacht gesagt: Wenn wir gedanklich ständig bei Problemen sind, werden wir auch überall Probleme entdecken. Richten wir unseren Blick dagegen stärker auf Möglichkeiten und Lösungen, werden wir auch diese eher wahrnehmen. Unsere Gedanken verändern also nicht unbedingt die Welt um uns herum – aber sie haben einen erheblichen Einfluss darauf, wie wir diese Welt erleben und wie es uns darin geht.

Schule heute: Frau Dr. Notebaert, der Titel Ihres Vortrags auf dem VBE-Gesundheitstag lautet „Vom Glück der richtigen Gedanken“. Wie groß ist der Einfluss unserer Gedanken tatsächlich darauf, wie gesund, leistungsfähig und zufrieden wir uns fühlen?

Karolien Notebaert: Gedanken spielen eine ganz wesentliche Rolle für unsere Lebensqualität. Denn wir schauen nie vollkommen neutral auf die Welt. Bewusst und unbewusst filtern wir mit unseren Gedanken das, was wir um uns herum wahrnehmen, und geben dem Erlebten gleichzeitig eine Bedeutung. Diese Bedeutung ist wiederum mit Emotionen verknüpft – mit angenehmen, unangenehmen oder auch neutralen Gefühlen. Und genau das beeinflusst ganz wesentlich, wie wir uns fühlen und wie wir un-

Sh: Gerade im schulischen Alltag erleben viele Lehrkräfte dauerhaft hohe Anforderungen und haben zugleich nur begrenzten Einfluss auf die äußeren Rahmenbedingungen. Was kann ein verändertes Mindset unter solchen Bedingungen leisten – und wo liegen seine Grenzen?

Notebaert: Gerade im schulischen Alltag gibt es eine hohe Dynamik und viele Faktoren, auf die Lehrkräfte nur begrenzt Einfluss haben. Deshalb finde ich es zunächst wichtig, realistische Erwartungen daran zu haben, was wir tatsächlich beeinflussen können. Denn wenn wir glauben, alles im Griff haben zu müssen, setzen wir uns selbst zusätzlich unter Druck. Gleichzeitig zeigt die Forschung sehr deutlich, dass unser Mindset einen Unterschied machen kann – und zwar nicht nur für uns selbst, son-

dern auch für die Menschen, mit denen wir arbeiten. Wenn eine Lehrkraft einer Klasse vor einer anspruchsvollen Aufgabe vermittelt: „Ich bin überzeugt, dass ihr das schaffen könnt“, beeinflusst diese Erwartung, mit welcher Haltung die Schülerinnen und Schüler an die Aufgabe herangehen – und letztlich auch ihre Leistung. Umgekehrt können wir Leistungsfähigkeit einschränken, wenn wir von vornherein Zweifel vermitteln. Die Art, wie wir mit Kindern sprechen, prägt also auch deren Erwartungen an sich selbst. Aber natürlich hat das Grenzen: Ein positives Mindset kann weder fehlende Fähigkeiten ausgleichen noch schwierige Rahmenbedingungen einfach verschwinden lassen. Es ist ein wichtiger Teil dessen, was Leistung und Wohlbefinden beeinflusst – aber eben nur ein Teil.

Sh: Stress entsteht also nicht allein durch das, was um uns herum passiert, sondern auch dadurch, wie wir Situationen bewerten. Welche Gedankenmuster tragen besonders dazu bei, dass wir uns selbst unter Druck setzen oder Belastungen verstärken?

Notebaert: Unsere Lebensqualität wird tatsächlich sehr stark davon beeinflusst, wie wir auf die Welt

schauen – und nicht nur davon, was um uns herum geschieht. Wir können uns im schönsten Urlaub unglücklich fühlen und gleichzeitig unter schwierigen äußeren Umständen durchaus Momente großer Zufriedenheit erleben. Ein Gedankenmuster, mit dem wir uns besonders viel Druck machen, ist der Anspruch, dass alles genauso laufen muss, wie wir es uns vorgestellt haben. Das ist schon grundsätzlich unrealistisch, aber erst recht in einem hochdynamischen Umfeld wie einer Schule, in dem viele Menschen, Bedürfnisse und Emotionen aufeinandertreffen. Hier kann es enorm entlasten, sich selbst zu erlauben, vom eigenen Plan abzuweichen. Und wenn etwas nicht funktioniert, hilft es, freundlich mit sich selbst umzugehen: Ich habe mein Bestes gegeben, es hat diesmal nicht geklappt – und das darf so sein. Ähnlich wichtig ist Akzeptanz: Wenn ich eine schwierige Situation in diesem Moment nicht verändern kann, kann ich zunächst anerkennen: Es ist jetzt, wie es ist. Das bedeutet keineswegs, dass ich die Situation gutheiße oder später nicht versuche, sie zu verändern. Aber dieser kurze Moment der Akzeptanz kann bereits helfen, Stress deutlich herunterzuregulieren.

Anzeige



ÖFFENTLICHER DIENST

IHR SORGT FÜR
BILDUNG

WIR BILDEN EURE
ABSICHERUNG



Ihr für uns. Wir für Euch.
Das **Füreinander** zählt.

DebeKa

Versichern und Bausparen

Sh: Sie beschäftigen sich intensiv mit Selbstregulation. Was passiert dabei eigentlich in unserem Gehirn – und warum fällt es uns gerade in stressigen Phasen oft besonders schwer, gelassen zu reagieren und gute Entscheidungen zu treffen?

Notebaert: Um Selbstregulation zu verstehen, lohnt sich ein kurzer Blick darauf, was in unserem Gehirn passiert, wenn wir unter Stress geraten. Eine wichtige Rolle spielt dabei die Amygdala. Sie ist unter anderem daran beteiligt, die emotionale Bedeutung von Situationen zu bewerten und mögliche Bedrohungen sehr schnell zu erkennen. Stehen wir stark unter Druck, kann dieses System besonders aktiv werden. Gleichzeitig funktioniert ein anderer Bereich unseres Gehirns weniger effizient: der präfrontale Kortex. Genau diesen brauchen wir aber, um überlegt zu reagieren, gute Argumente zu finden, unsere Emotionen zu regulieren und vernünftige Entscheidungen zu treffen. Vereinfacht gesagt: Je stärker unser Gehirn auf Alarm geschaltet ist, desto schwieriger wird es, auf all diese Fähigkeiten zuzugreifen. Und genau deshalb fällt uns Selbstregulation ausgerechnet dann besonders schwer, wenn wir sie am dringendsten brauchen. Selbstregulation bedeutet daher auch, Wege zu finden, dieses Alarmsystem wieder herunterzufahren. Gelingt uns das, können wir wieder besser auf unseren präfrontalen Kortex zugreifen – und damit gelassener, reflektierter und handlungsfähiger reagieren.

Sh: Viele Lehrkräfte kennen das: Der Schultag ist vorbei, gedanklich läuft er aber noch lange weiter. Wie kann es gelingen, aus diesem Gedankenkarussell auszusteigen und sich tatsächlich zu erholen?

Notebaert: Hier schließt sich der Kreis zu dem, was ich zu Beginn gesagt habe: Unsere Lebensqualität wird stark von unseren Gedanken bestimmt. Wenn Feierabend ist, wir gedanklich aber weiterhin bei den Problemen des Tages sind, fällt echte Erholung schwer. Gerade unter Stress neigt unser Gehirn dazu, uns immer wieder an das zu erinnern, was uns belastet. Natürlich helfen die klassischen Strategien: etwas unternehmen, das Freude macht, Sport treiben, Zeit in der Natur verbringen oder sich mit Menschen treffen, die einem guttun. Eine Technik, mit der ich besonders gerne arbeite, ist jedoch Achtsamkeit. Dabei lenken wir unsere Aufmerksamkeit ganz bewusst weg vom Gedankenstrom und hin zu unseren unmittelbaren Sinneswahrnehmungen im Hier und Jetzt – beispielsweise zu unserem Atem, zu Geräuschen oder zu dem, was wir gerade körperlich spüren. Dadurch können

Gedanken in den Hintergrund treten und unser Geist kann zur Ruhe kommen. Und das Schöne ist: Achtsamkeit lässt sich trainieren. Je häufiger wir üben, desto leichter gelingt es uns, uns nicht von jedem Gedanken mitreißen zu lassen – und den Feierabend tatsächlich Feierabend sein zu lassen.

Sh: Wenn Sie Lehrkräften drei kleine, wissenschaftlich fundierte Impulse mitgeben könnten, die sich ohne großen zusätzlichen Aufwand in den Schulalltag integrieren lassen: Welche wären das?

Notebaert: Mein erster Impuls wäre: Akzeptieren Sie Chaos dort, wo Sie es in diesem Moment nicht verändern können. Wenn es in einer Klasse gerade sehr turbulent ist, kann ein inneres „Es ist jetzt, wie es ist“ bereits helfen. Das bedeutet nicht, dass ich die Situation gutheiße oder nicht verändern möchte – ich höre nur für einen Moment auf, innerlich dagegen anzukämpfen.

Der zweite Impuls lautet: Sie müssen nicht immer sofort reagieren. Gerade wenn eine Situation sehr stressig wird, dürfen wir uns erlauben, einen kurzen Moment abzuwarten und innerlich einen Schritt zurückzutreten. Das hilft uns, nicht vollständig in den sprichwörtlichen Tornado hineingezogen zu werden, sondern zunächst wieder etwas Abstand zu gewinnen.

Und drittens: Kommen Sie für einen Moment in Ihre Sinne. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit ganz bewusst auf eine körperliche Empfindung – spüren Sie beispielsweise für einige Sekunden Ihre Füße auf dem Boden oder Ihren Atem. Damit holen wir unsere Aufmerksamkeit ins Hier und Jetzt. Schon dieser kurze Moment kann dazu beitragen, die Stressreaktion herunterzuregulieren und wieder mehr Raum für ruhiges, überlegtes Handeln zu schaffen.

Sh: Vielen Dank für das Gespräch!

Dr. Karolien Notebaert ist Expertin für angewandte Neurowissenschaften und bietet mitreißende Keynotes und Trainingsprogramme an. Ihre Arbeit ist international anerkannt, mit Spiegel-Bestsellern und Auftritten bei TEDx und Greator-Veranstaltungen. Zudem wurde sie jedes Jahr mit dem Best Teaching Award der Goethe Business School für ihre Leadership-Kurse in den MBA-Programmen ausgezeichnet. In ihrer Freizeit widmet sie sich ihrer Leidenschaft für Kunst, Musik und die Natur, die ihr Inspiration und Ausgleich schenkt.



VBE-BILDUNGSWERK

Veranstaltungen im 2. Halbjahr 2026



© appleuzr/istockphoto.com

Online-Seminare:

OS8 Desinformation in Krisenzeiten – wie schaffe ich es als Lehrkraft, emotionalisierte Schülerinnen und Schüler abzuholen und gut zu informieren? (NewsCheckNRW)

Termin: Di., 28.9.2026, 15:00 bis 16:00 Uhr

Referent: Tobias Nolte, ehemaliger Lehrer, Bildungsreferent Berliner Senat und Gründer der Initiative „related“



OS12 Praxis des Schulrechts: Schulprogramm, Elternarbeit, Verwaltungsrecht

Termin: Di., 6.10.2026, 14:00 bis 17:00 Uhr

Referent: Michael Münzer, Schulleiter



OS17 Praxis des Schulrechts: Schulpflicht, Dienstrecht, Schulmitwirkung

Termin: Mo., 12.10.2026, 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Referent: Michael Münzer, Schulleiter



OS20 Stereotype und Vorurteile im Klassenzimmer – Den Fallstricken sozialer Wahrnehmungsprozesse konstruktiv begegnen

Termin: Do., 15.10.2026, 15:00 bis 17:00 Uhr

Referent: Dipl.-Päd. Robert Lachner, Leiter VBE-Bildungswerk u. Vorstandsreferent



OS25 KI verstehen, ohne Vorwissen – ein Einstieg für alle (KI-Neuentdecker)

Termin: Di., 10.11.2026, 14:00 bis 17:00 Uhr

Referent: Fa. Educaite, Ihr Partner für KI-Lösungen in Bildung und Business



Präsenz-Seminare:

E11 Psychologische Betrachtung von Phänomenen im Schulalltag, Teil 1

Termin: Di., 6.10.2026, 10:00 bis 16:00 Uhr, Münster

Referentin: Katrin Aydeniz, Schulpsychologin



E21 Schulrecht – Dienstrecht für Schulleitungen und interessierte Lehrkräfte

Termin: Di., 3.11.2026, 10:00 bis 15:00 Uhr

Referent: Martin Kieslinger, Ltd. Justiziar VBE NRW



E24 Schul- und Dienstrecht für interessierte Lehrkräfte und Personalvertretungen

Termin: Di., 10.11.2026, 10:00 bis 16:00 Uhr

Referentin: Hannah Zimmer, Justiziarin VBE NRW



E27 Emotionale Intelligenz im Zeitalter von KI – Präsenz, Empathie und Resilienz im Unterricht

Termin: Di., 17.11.2026, 10:00 bis 17:00 Uhr

Referentin: Hannah Stoverink, Akademie Zielwärts, Trainerin



Alle weiteren Online- und Präsenzveranstaltungen finden Sie unter www.vbe-nrw.de – Veranstaltungskalender.



Verband Bildung und Erziehung
Landesverband NRW e.V.
Bildungswerk



Smartphone aus – Leben an

Warum wir beim Thema Smartphone nicht nur über Verbote, sondern auch über Lebenskompetenz und Gesundheit sprechen sollten

Das Smartphone ist längst kein Gegenstand mehr, den Jugendliche nur in ihrer Freizeit nutzen. Es begleitet sie vom Aufstehen bis zum Einschlafen – und damit auch in die Schule.

Lehrkräfte erleben die Auswirkungen jeden Tag: sinkende Konzentration, häufige Ablenkung, Konflikte um die Handynutzung und Schülerinnen und Schüler, denen es immer schwerer fällt, ihre Aufmerksamkeit über längere Zeit bei einer Sache zu halten. Gleichzeitig werden Lehrkräfte immer häufiger zur „Handy-Polizei“ – eine Rolle, die kaum jemand übernehmen möchte. Doch der Blick allein auf Kinder und Jugendliche greift zu kurz. Ständige Erreichbarkeit, eingehende Nachrichten und der schnelle Griff zum Smartphone prägen längst auch den Alltag vieler Erwachsener – und können damit zu einer Frage der Gesundheit werden. Jacob Weizman, Gründer von „Smartphone aus – Leben an“, kennt diese Erfahrung aus seinem eigenen Berufsleben:



„Ich habe einen Burn-out erfahren durch die ständige Erreichbarkeit, durch das Von-morgens-bis-abends-immer-online-Sein. Ich war für den Chef immer erreichbar und bin dadurch an meine mentalen und auch körperlichen Grenzen gestoßen.“

Diese Erfahrung war für Weizman ein wesentlicher Anstoß, sich intensiver mit unserem Umgang mit dem

Smartphone auseinanderzusetzen. Im Zuge der Recherche für sein Buch „Smartphone aus – Leben an“ sprach er mit rund 500 jüngeren und älteren Menschen. Dabei wurde für ihn deutlich: Die Herausforderungen rund um Smartphone-Nutzung und permanente Erreichbarkeit betreffen keineswegs nur Jugendliche.

Nicht nur verbieten, sondern befähigen

Die öffentliche Debatte konzentriert sich häufig auf Regeln und Verbote. Auch Weizman hält klare Regeln und Smartphone-Verbote während des Schultags durchaus für sinnvoll. An Schulen mit Handyverbot beobachtete er mehr persönlichen Austausch: Jugendliche redeten miteinander, spielten oder beschäftigten sich mit anderen Dingen.

Doch mit dem Ende des Schultags endet die Smartphone-Nutzung nicht. Deshalb setzt „Smartphone aus – Leben an“ zusätzlich auf Eigenverantwortung und Selbstreflexion.

„Es braucht ein Bewusstsein dafür, was das mit uns macht“, sagt Weizman. „Wir müssen Menschen befähigen, die Technik so zu ihrem Vorteil zu nutzen, dass sie ihnen hilft, aber eben nicht zum Lebensmittelpunkt wird.“

Mittlerweile begleitet die Initiative Schulen in mehreren Bundesländern dabei, gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern, Lehrkräften und Eltern einen bewussten

und selbstbestimmten Umgang mit dem Smartphone zu entwickeln. Im Kern geht es dabei um Aufmerksamkeit, Konzentration, Selbstbestimmung und die Frage, wie Menschen ihre Zeit gestalten möchten.

Vier Wochen für einen bewussteren Umgang

Das vierwöchige Programm beginnt mit einem Workshop für Lehrkräfte sowie Schülerinnen und Schüler. Anschließend setzen die Lehrkräfte vorbereitete Einheiten vier Wochen lang jeweils für etwa zehn bis 15 Minuten im Unterricht um. Zunächst geht es darum, das eigene Nutzungsverhalten wahrzunehmen. Danach rücken Selbstbestimmung, ein bewusster Umgang mit der eigenen Zeit und schließlich neue Routinen in den Mittelpunkt.

Dass die Belastung für Schulen möglichst gering bleibt, war Weizman wichtig: „Lehrkräfte haben einen unfassbar vollen Berufsalltag. Wir mussten ein Programm schaffen, das wirklich in 10 bis 15 Minuten umsetzbar ist und für das es keine Vorkenntnisse braucht.“

Parallel gibt es Angebote für Eltern und Lehrkräfte. Denn auch Erwachsene kennen das Gefühl, ständig erreichbar zu sein, immer wieder „nur kurz“ auf das Smartphone zu schauen und sich häufiger ablenken zu lassen, als ihnen eigentlich lieb ist.

Auch Lehrkräfte brauchen einen Feierabend

Gerade für die Lehrkräftegesundheit sieht Weizman darin ein wichtiges Thema. Wo beginnt heute der Feierabend, wenn Nachrichten in verschiedenen Gruppen und E-Mails jederzeit auf dem Smartphone eingehen können?

„Wir nehmen das häufig einfach in Kauf, weil wir denken: Das ist heute eben so. Aber es ist nicht so. Es hat sich verselbstständigt. Auch als Lehrkraft darf man im Jahr 2026 einen Feierabend und eine Mittagspause haben und muss sich nicht ständig über das Smartphone bespielen lassen.“

Eine Möglichkeit, solche Grenzen bewusster zu ziehen, könne darin bestehen, dem Smartphone feste Plätze und Zeiten zuzuweisen – etwa eine „Smartphone-Ersatzbank“ zu Hause oder im Büro oder ein smartphonefreies Schlafzimmer.

Besonders wertvoll seien außerdem smartphonefreie Zeiten am Anfang und am Ende des Tages: „Diese erste halbe Stunde – bei mir sind es die ersten 60 Minuten –

ist Gold wert, genauso wie die letzten 30 bis 60 Minuten. Die Welt, in der wir leben, ist sehr laut, sehr herausfordernd und will sehr viel von uns. Morgen und Abend können als Routine helfen, erst einmal bei sich selbst anzukommen.“

Dabei geht es nicht darum, gar nicht mehr erreichbar zu sein. Weizman unterscheidet vielmehr zwischen notwendiger Erreichbarkeit und dem permanenten Kontrollieren von Chats, E-Mails und Benachrichtigungen. Viele Menschen befänden sich dadurch ständig in einer Art Alarmbereitschaft. „Das macht etwas mit unserer Aufmerksamkeit und unserer Konzentration, aber auch mit unserem Nervensystem.“

Sein Rat lautet deshalb, eingeschliffene Gewohnheiten zu hinterfragen: Muss ich tatsächlich sofort sehen, ob eine neue Nachricht eingegangen ist? Was passiert, wenn ich nur alle 30 oder 60 Minuten auf mein Smartphone schaue?

Mehr Selbstbestimmung

Die Erfahrungen aus dem Programm zeigen nach Angaben der Initiative, dass bereits kleine Veränderungen einen Unterschied machen können. Teilnehmende reduzieren ihre Bildschirmzeit und die Zahl der täglichen Smartphone-Aktivierungen; viele entwickeln feste Offline-Zeiten und starten nach Abschluss des Programms häufiger ohne Smartphone in den Tag. Dabei richtet sich der Blick nicht nur auf Jugendliche. Eltern und Lehrkräfte sollen ebenfalls ihre eigenen Gewohnheiten reflektieren. Denn ein bewussterer Umgang der Erwachsenen wirkt sich auch auf junge Menschen aus.

„Wir wollen den Eltern und den Lehrkräften helfen, ein bisschen mehr Ruhe, Konzentration und Fokus in ihren Alltag zu bringen – und Dinge, die das Leben vielleicht auch ein bisschen lebenswerter machen.“

Am Ende geht es damit um weit mehr als Bildschirmzeit. Es geht um Selbstbestimmung – und um die Fähigkeit, die eigene Aufmerksamkeit nicht dauerhaft von einem Gerät bestimmen zu lassen.

Weitere Informationen:

smartphoneaus-lebenan.de

info@smartphoneaus-lebenan.de



© kirchkuermann.de

V

iele Beschäftigte in den Schulen treibt die Frage um, wie ihre Perspektiven in unserem Schulsystem sind.

Auf der einen Seite steht der Wunsch, den Beruf zu verlassen. Nicht, weil die Freude an der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen verloren gegangen wäre, sondern weil die Rahmenbedingungen viele Kolleginnen und Kollegen an ihre Grenzen bringen. Die Belastungen wachsen seit Jahren. Personalmangel, zu große Klassen, steigende Anforderungen, immer neue Aufgaben und eine zunehmende Verantwortung treffen auf begrenzte Ressourcen. Hinzu kommt, dass viele Schulgebäude veraltet sind: Die Räumlichkeiten zu wenig und zu klein, die Außengelände seit Jahren nicht modernisiert. Sportstätten? – Problemanzeige! Hitzeschutz? – Fehlanzeige!

Jedes Jahr fallen Beschäftigte aus gesundheitlichen Gründen für lange Zeit aus, sie kündigen ihren Dienst oder treten ihren Ruhestand vorzeitig an. Das sind längst keine individuellen Schicksale mehr, sondern ein deutliches Warnsignal. Wenn engagierte Beschäftigte den Schuldienst verlassen, verliert unser Bildungssystem wertvolle Erfahrung, Kompetenz und Menschlichkeit. Gleichzeitig steigt die Belastung derjenigen, die bleiben, weil die personellen Ausfälle oftmals nicht kompensiert werden können.

Auf der anderen Seite steht die Überzeugung, einen Beruf innezuhaben, der eine hohe gesellschaftliche Bedeutung hat. Und es gibt den Kern unserer Arbeit: die Kinder und Jugendlichen, die uns einerseits herausfordern und die uns andererseits, und das ist das Wesentliche, jeden Tag die Kraft geben, weiterzumachen. Was uns trägt ist beispielsweise ein Strahlen im Gesicht eines Schülers, wenn er morgens in die Schule kommt oder die Begeisterung einer Schülerin, die eine selbsterstellte Präsentation vorstellt.

Die Beschäftigten begleiten Kinder und Jugendliche mit großem Engagement, obwohl sie häufig wissen, dass sie ihrem eigenen pädagogischen Anspruch unter den gegebenen Bedingungen oft nicht gerecht werden können. Das kostet sehr viel Kraft und belastet auf Dauer die Gesundheit.

Viele Beschäftigte fragen sich: Wie lange kann ich das noch leisten? Wie schaffe ich es, Verantwortung für andere zu übernehmen und gleichzeitig auf mich selbst zu achten? Wie kann ich gesund bleiben, wenn die Erwartungen stetig wachsen, die Unterstützung aber allzu häufig ausbleibt?

Diese Fragen dürfen wir nicht länger allein dem pädagogischen Personal überlassen. Sie sind Ausdruck einer strukturellen Krise unseres Bildungssystems. Wer möchte, dass Schulen leistungsfähig bleiben, muss endlich die Arbeitsbedingungen der Menschen verbessern, die täglich Bildung ermöglichen.

Die Herausforderungen sind bekannt. Was fehlt, sind konsequente politische Entscheidungen. Gute Bildung braucht ausreichend Personal, verlässliche Unterstützungssysteme, weniger Bürokratie, ein tragendes Gesundheitsmanagement und realistische Erwartungen an das, was Schule leisten kann. Leistbar ist nur das, was Menschen auch tatsächlich leisten können.

Nichts reicht. – Dieses Gefühl begegnet uns in vielen Kollegien.

Nichts reicht. – Diese Erfahrung nimmt Menschen Motivation und Energie.

Und dennoch: Wir erleben jeden Tag Kolleginnen und Kollegen, die mit Herzblut, Kreativität und großem Einsatz für ihre Schülerinnen und Schüler da sind. Sie gehen dabei nicht selten über ihre Grenzen hinaus, um das System aufrechtzuerhalten. Dieses Engagement verdient Anerkennung im konkreten politischen Handeln.

Wer heute Schule stärkt, stärkt unsere Gesellschaft von morgen. Deshalb brauchen wir eine gemeinsame Verantwortung aller Beteiligten – Politik, Verwaltung, Schulträger und Gesellschaft. Bildung ist eine Gemeinschaftsaufgabe.

Ebenso wichtig ist das wertschätzende Miteinander im Alltag. Beschäftigte benötigen die Erfahrung, in ihrer Persönlichkeit wahrgenommen und in ihrem professionellen Handeln anerkannt zu werden. Ein ehrliches „Danke“, ein offenes Ohr, gegenseitige Unterstützung oder ein aufmunterndes Wort machen einen wichtigen Unterschied. Sie ersetzen keine strukturellen Verbesserungen, aber sie stärken den Zusammenhalt und erinnern uns daran, warum wir diesen Beruf gewählt haben.

Der VBE NRW setzt deshalb auf Solidarität und gemeinsame Stärke. Wir wissen, dass es die Kolleginnen und Kollegen vor Ort sind, die mit hohem Engagement die Schulen am Laufen halten, die Tag für Tag Verantwortung übernehmen. Sie haben es verdient, dass ihr Gesundheitsschutz eine hohe Priorität bei den Entscheidungsträgern bekommt.

Daher ist es uns ein tiefes Anliegen, uns mit Nachdruck dafür einzusetzen, dass die Menschen im Bildungssystem unter Bedingungen arbeiten können, die gesundes und erfolgreiches pädagogisches Handeln ermöglichen.

Denn starke Schulen gibt es nur mit starken und gesunden Beschäftigten.

Starke Bildung – Starke Menschen – Starkes Miteinander.

Anne Deimel,
Vorsitzende VBE NRW



© Silvia Kriens



© Ludmila Chernetska/istockphoto.com



Hohe Temperaturen in Klassenräumen sind mehr als eine Frage des Wohlbefindens. Sie können Gesundheit, Konzentration und Leistungsfähigkeit von Schülerinnen und Schülern ebenso wie von Lehrkräften beeinträchtigen. Und auch wenn die heißen Tage dieses Sommers inzwischen vorüber sind, bleibt die Frage, wie Schulen mit zunehmenden Hitzeperioden umgehen und sich langfristig besser darauf vorbereiten können. Dr. med. Andrea Nakoinz berät Kommunen und Organisationen bei der Entwicklung von Hitzeschutzplänen und Maßnahmen zur Klimaanpassung. Im Interview erklärt sie, welche Folgen hohe Temperaturen im Schulalltag haben, was kurzfristig hilft und warum Hitzeschutz auch eine Frage der Prävention und Gesundheitsförderung ist.

Redaktion: Hohe Temperaturen in Klassenräumen – was bewirken sie? Ist das nur eine Frage des Komforts?

Andrea Nakoinz: Nein. Hohe Temperaturen haben ganz viele Auswirkungen. Einmal natürlich auf das Lehrpersonal. Jeder kennt das: Hitze hat gesundheitliche Folgen. Man muss mehr trinken. Wenn man das nicht tut – was Lehrkräfte im Schulalltag oft auch nicht ausreichend schaffen –, kann das zu Kopfschmerzen, Übelkeit oder Erbrechen führen. Im schlimmsten Fall kann Hitze sogar lebensbedrohlich werden. Aber auch, wenn es nicht so weit kommt: Jeder weiß, dass wir uns bei Hitze schlechter konzentrieren können. Wir werden ungeduldiger. Das gilt auch für Lehrkräfte im Umgang mit Kindern und Jugendlichen. Dadurch steigt das Konfliktpotenzial und die Unterrichtsqualität nimmt ab. Für Schülerinnen und Schüler gilt Ähnliches. Kinder sind gesundheitlich stärker von Hitze betroffen als Erwachsene.

Redaktion: Viele würden vermuten, Kinder seien besonders robust und steckten Hitze leichter weg.

Nakoinz: Das stimmt so nicht. Ab dem Teenageralter ist das weniger problematisch, aber gerade Grundschulkinder sind deutlich empfindlicher. Je jünger Kinder sind, desto weniger gut funktioniert zum Beispiel ihre Fähigkeit zu schwitzen. Kleine Kinder gehören deshalb zu den klassischen Risikogruppen.

Hinzu kommt: In überhitzten Räumen lernen Kinder schlechter. Sie können sich schlechter konzentrieren, ihre Leistungsfähigkeit nimmt nachweislich ab. Das ist besonders problematisch, wenn Prüfungen stattfinden. Es macht einen Unterschied, ob jemand eine Abschlussprüfung in einem kühlen oder klimatisierten Raum schreibt oder bei 35 Grad. Das kann Auswirkungen auf den gesamten weiteren Bildungsweg haben.

Das Problem wird insgesamt unterschätzt.

Redaktion: *Ab wann wird Hitze denn zum Problem? Gibt es feste Grenzwerte?*

Nakoinz: Gesetzlich gibt es für Schulen keine festen Temperaturgrenzen. Viele Kommunen orientieren sich aber an der Arbeitsstättenverordnung, weil Schule letztlich auch der Arbeitsort von Kindern ist.

Bei Erwachsenen merkt man ab etwa 26 Grad Raumtemperatur deutliche Auswirkungen. Ab dieser Temperatur lässt die Leistungsfähigkeit nach. Die Arbeitsstättenverordnung sagt, dass ab 26 Grad Maßnahmen ergriffen werden können, ab 30 Grad Maßnahmen ergriffen werden sollen und ab 35 Grad ohne entsprechende Schutzmaßnahmen dort eigentlich nicht mehr gearbeitet werden darf.

Man darf allerdings nicht glauben, dass es eine Temperatur gibt, die für alle Menschen gleichermaßen problematisch ist. Das hängt vom Alter, von Vorerkrankungen, vom Trainingszustand oder auch davon ab, woran jemand klimatisch gewöhnt ist. Trotzdem gilt: Ab etwa 26 Grad Raumtemperatur beginnen messbare Einschränkungen.

Hinzu kommt noch etwas anderes: Bei Hitze nimmt auch häusliche Gewalt zu. Kinder kommen möglicherweise schon mit einer deutlich höheren Belastung aus ihrem Elternhaus in die Schule. Gleichzeitig steigen Konflikte zwischen Schülerinnen und Schülern. Hitze erhöht insgesamt das Aggressionspotenzial, ohne dass einzelne Menschen dafür verantwortlich wären.

Redaktion: *Was würden Sie Lehrkräften raten, die morgens einen Klassenraum mit 34 Grad vorfinden? Welche Maßnahmen helfen kurzfristig?*

Nakoinz: Die Arbeitsstättenverordnung schreibt nicht vor, welche Maßnahmen konkret ergriffen werden müssen. Trinkwasser bereitzustellen gilt bereits als eine Maßnahme. Aus meiner Sicht braucht es aber deutlich mehr.

Zunächst sollte man überlegen, wie sich Unterricht an die Situation anpassen lässt. Die Klasse meiner Tochter war zum Beispiel auf einem Wasserspielplatz in der Nähe der Schule. Es gab Wasserspiele auf dem Schulhof, verkürzten Unterricht und Unterricht im Freien, soweit das möglich war.

Ganz wichtig ist außerdem das richtige Lüften. Morgens müssen alle Fenster weit geöffnet

werden – möglichst auch gegenüberliegende Fenster und Türen, damit Querlüftung entsteht. Gekippte Fenster reichen nicht aus. Wenn Ventilatoren vorhanden sind, können sie die Luftzirkulation während des Lüftens unterstützen.

Sobald es draußen wärmer wird als drinnen, sollten die Fenster geschlossen bleiben. Deshalb sind Thermometer sinnvoll, die Innen- und Außentemperatur anzeigen. Dann erkennt man den richtigen Zeitpunkt.

Außerdem sollte jede Möglichkeit zur Verschattung genutzt werden. Außenliegende Rollos sind am effektivsten. Gibt es sie nicht, sollte zumindest innen verschattet werden. Um dennoch genügend Tageslicht in den Klassenräumen zu haben, gibt es zum Beispiel Rollos, die die Wärme reflektieren und trotzdem Licht in die Räume lassen.

Kinder sollten jederzeit trinken dürfen. Man kann gemeinsame Trinkpausen einführen. Kühlende Tücher oder Sprühflaschen helfen ebenfalls. Hitzeschutz darf ruhig auch Spaß machen.

Bei älteren Schülerinnen und Schülern sollte man anspruchsvollere Unterrichtsinhalte möglichst auf die Morgenstunden legen. Sportleistungskontrollen würde ich bei großer Hitze ausdrücklich nicht durchführen. Bewegung ist zwar weiterhin wichtig, aber nicht in dieser Form. Stattdessen kann man die Situation nutzen, um gemeinsam etwas über Hitzeschutz und die Auswirkungen von Hitze auf den Körper zu lernen.

Redaktion: *Wenn die Fenster geschlossen bleiben müssen, entsteht doch irgendwann ein CO₂-Problem.*

Nakoinz: Genau das ist der Zielkonflikt. Deshalb sollten Schulen eigentlich flächendeckend gute raumluftechnische Anlagen haben. Ich hätte nie gedacht, dass ich das einmal sagen würde, aber sie wären in solchen Situationen wirklich sinnvoll.

Wenn es draußen 40 Grad hat, löst das Öffnen der Fenster das Problem nämlich auch nicht. Im Gegenteil: In Bodennähe steigt an heißen Tagen oft zusätzlich die Ozonbelastung. Diese Luft möchte man ebenfalls nicht in den Klassenräumen haben.

Deshalb ist das Entscheidende, morgens gründlich zu lüften. Man darf außerdem nicht vergessen: Schon die Menschen im Raum produzieren Wärme. 20 oder 25 Schülerinnen und Schüler heizen einen Klassenraum allein durch ihre Körperwärme auf. Deshalb können Ventilatoren helfen – zumindest bis etwa 35 Grad, wobei darüber in der Fachwelt durchaus diskutiert wird. Wenn gelüftet wird, dann möglichst als Stoßlüftung. Insgesamt halte ich den Zielkonflikt zwischen Temperatur und CO₂ aber für kaum auflösbar ohne die entsprechende technische Ausrüstung.

Redaktion: *Sie beraten Kommunen beim Thema Hitzeschutz. Worin besteht diese Arbeit?*

Nakoinz: Ich berate Kommunen unter anderem bei der Planung und Umsetzung von Hitzeaktionsplänen. Dabei geht es um Beteiligungsprozesse und um die gesundheitlichen Auswirkungen von Hitze. Interessanterweise sind Bildungsbehörden dabei häufig gar nicht vertreten. Oft heißt es lediglich: Die Schulen sollen etwas machen. Aber damit ist das Problem ja nicht gelöst.

Ich arbeite beispielsweise auch mit Sportämtern zusammen. Dort schauen wir uns konkret an, welche Sportstätten besonders gefährdet sind. Ein ähnliches Vorgehen wäre auch für Schulen oder Kitas sinnvoll. Man kann systematisch untersuchen, welche Einrichtungen besonders belastet sind: Wo ist es aufgrund der Lage besonders heiß? Welche Gebäude heizen sich stark auf? Welche Kinder besuchen die Einrichtung? Gibt es besonders junge Kinder, viele Kinder mit Behinderungen oder andere besonders gefährdete Gruppen? Hinzu kommt die bauliche Situation. Ein denkmalgeschütztes Gebäude mit dicken Wänden verhält sich anders als ein moderner Glasbau. Aus all diesen Faktoren lässt sich ein Risikoprofil erstellen. So kann man Prioritäten setzen und begrenzte finanzielle Mittel zuerst dort einsetzen, wo sie am dringendsten gebraucht werden.

Redaktion: *Wie ist Ihr Eindruck vom Zustand deutscher Schulen insgesamt?*

Nakoinz: Er ist sehr unterschiedlich. Es gibt durchaus hervorragend klimaangepasste Neubauten. Die Schule meiner Tochter hat beispielsweise einen modularen Ergänzungsbau, der sich kaum aufheizt. Das neue Klassenzimmer ist sogar klimatisiert.

Im selben Schulkomplex gibt es aber auch ein denkmalgeschütztes Gebäude mit großen Fenstern, das sich schon bei 20 Grad Außentemperatur massiv aufheizt.

Die Turnhalle hat ein schwarzes Bitumendach und wird ebenfalls extrem heiß. Diese Schule zeigt sehr gut, wie unterschiedlich die Bedingungen sein können.

Es gibt Schulen mit begrünten Dächern, entsiegelten Schulhöfen, viel Vegetation und guter Lüftungstechnik. Der Großteil des deutschen Schulbestands ist allerdings nicht so ausgestattet.

Wenn über Hitzeschutz gesprochen wird, geht es meistens um Krankenhäuser oder Pflegeeinrichtungen. Das ist wichtig. Aber Kitas und Schulen dürfen nicht vergessen werden.

Gerade jetzt konnte man beobachten, wie sich eine Hitze Krise entwickelt. Plötzlich beginnen Sommerferien früher oder Kitas schließen für mehrere Tage. Statt darüber zu sprechen, wie Unterricht unter schwierigen Bedingungen weiter möglich sein kann, werden Einrichtungen einfach geschlossen. Dann heißt es letztlich: Die Eltern müssen sehen, wie sie klarkommen.

Mich erinnert das an Muster aus der Pandemie. Was mit Kindern passiert, gerät schnell aus dem Blick.

Redaktion: *Ist die Situation in Kitas ähnlich?*

Nakoinz: Im Kitabereich ist man aus meiner Sicht etwas weiter. Dort gab es in den vergangenen Jahren mehrere Projekte und Netzwerke zum Thema Hitzeschutz.

Im Schulbereich ist vieles stärker auf einzelne Schulen und ihre Leitungen konzentriert. Oft habe ich den Eindruck, dass das Thema zunächst abgewehrt wird, weil ohnehin schon so viele Aufgaben bestehen.

Natürlich brauchen Schulen mehr Geld für Sanierungen. Das ist richtig. Aber gleichzeitig muss man sich auch mit den Möglichkeiten beschäftigen, die bereits heute bestehen.

In anderen Bereichen – etwa in Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen oder beim Rettungsdienst – gibt es längst umfangreiche Handlungsempfehlungen für Hitze. Im Schulbereich gibt es davon erstaunlich wenig. Das kann ich nicht nachvollziehen.

Redaktion: *Was sollten Schulen langfristig tun, um besser vorbereitet zu sein?*

Nakoinz: Zunächst muss sich überhaupt jemand zuständig fühlen. Das klingt banal, ist aber entscheidend. Eine Schule muss bewusst sagen: Hitzeschutz ist für uns ein Thema.

Dann sollte ein Hitzeschutzkonzept erarbeitet werden. Dazu gehört zunächst eine Bestandsaufnahme: Welche

Räume werden besonders heiß? Welche Ausweichmöglichkeiten gibt es? Können grüne Klassenzimmer entstehen? Gibt es Kellerräume oder kühlere Gebäudeteile, die im Ernstfall genutzt werden können?

Nicht alle Bereiche eines Schulgebäudes sind gleichermaßen belastet. Wenn man das weiß und vorbereitet ist, kann man im Ernstfall flexibel reagieren, statt improvisieren zu müssen.

Redaktion: Welche Empfehlungen würden Sie Lehrkräften für akute Hitzewellen mitgeben?

Nakoinz: Man muss zwischen kurzfristigen Maßnahmen und langfristiger Klimaanpassung unterscheiden. Wenn die Hitzewelle bereits da ist, kann man kein Gründach mehr bauen. Dann geht es um Akutmaßnahmen. Ich sage immer: gesunder Menschenverstand. Lehrkräfte müssen zunächst auf sich selbst achten. Wer selbst völlig erschöpft ist, kann auch die Kinder nicht gut schützen. Das bedeutet: möglichst ausreichend schlafen, viel trinken, auf eine gute Ernährung achten und den eigenen Körper nicht zusätzlich belasten. Vielleicht sollte man an solchen Tagen nachmittags nicht noch joggen gehen, sondern intensive körperliche Aktivitäten auf kühlere Tageszeiten verlegen. Auch Kühlwesten können helfen. Ich nutze selbst eine. Man macht sie nass, zieht sie unter das T-Shirt und sie unterstützt die Verdunstungskühlung über mehrere Stunden. Es gibt inzwischen verschiedene Kühllösungen wie Westen, Kappen oder andere Produkte. Darüber hinaus helfen auch einfache Maßnahmen: Fenster verschatten, notfalls mit Decken oder reflektierenden Folien, Sonnenschutz anbringen oder sich mit Wasser benetzen und anschließend an der Luft trocknen lassen. Das funktioniert allerdings nur gut, solange die Luftfeuchtigkeit nicht zu hoch ist. In Klassenräumen mit vielen Menschen steigt aber auch die Luftfeuchtigkeit schnell an. Das zeigt noch einmal, wie schwierig die Situation insgesamt ist.

Redaktion: Zum Schluss: Gibt es noch einen Punkt, der Ihnen besonders wichtig ist?

Nakoinz: Ja. Ich beschäftige mich derzeit viel mit der Frage, ab wann Hitze eigentlich als Krise wahrgenommen wird. Für mich ist sie längst eine Krise. Trotzdem wird das politisch kaum kommuniziert. Ich hätte erwartet, dass sich Verantwortliche aus der Bildungs- oder Schulpolitik dazu äußern, wenn Unterricht ausfällt oder Schulen schließen müssen. Das passiert aber kaum.

Dabei konnte man in den vergangenen Monaten sehr gut beobachten, wie sich eine Hitzekrise entwickelt. Die Menschen sind betroffen, die Medien berichten intensiv darüber, es gibt Liveticker – aber politisch bleibt es erstaunlich ruhig. Mir fehlt das Signal: Wir sehen das Problem, wir nehmen es ernst und wir arbeiten an Lösungen.

Ein weiterer Punkt ist mir wichtig: Der Klimawandel ist der Grund dafür, dass wir solche Situationen erleben, und sie werden nicht verschwinden. Das war kein einmaliges Ereignis. Solche Hitzewellen werden häufiger, länger und intensiver werden.

Ich hoffe deshalb, dass diese Erfahrungen ein Weckruf sind. Nicht, weil wir schlecht organisiert wären, sondern weil wir es mit Entwicklungen zu tun haben, die es in dieser Form bislang nicht gab. Auf vieles kann man sich nur begrenzt vorbereiten, weil man erst versteht, was passiert, wenn es tatsächlich eintritt.

Deshalb müssen wir lernen, als Gesellschaft widerstandsfähiger zu werden. Wir brauchen eine größere Resilienz gegenüber solchen Krisen und müssen besser damit umgehen lernen. Das gilt für Schulen genauso wie für alle anderen Bereiche unserer Gesellschaft.

Weitere Informationen: <https://andrea-nakoinz.de/>

Dieses Interview erschien erstmals auf News4teachers.
Das Interview führte Andrej Priboschek.

Gesunde Schulräume

Hitze, schlechte Luft oder ungünstige Akustik beeinflussen Lernen und Arbeiten. Die Heinz Trox-Stiftung setzt sich deshalb für gesunde, lernförderliche Schulräume ein. Mit dem Konzept TAIL – Temperatur, Akustik, Innenraumluft und Licht – unterstützt sie Schulen und Schulträger bei der Sanierungsplanung. Kostenfreie Informationen, Praxisbeispiele und den Leitfaden „Klassenräume SMART sanieren“ (<https://www.zukunftsraum-schule.de/beitraege/leitfaden-klasse-raeume-smart-sanieren/>) gibt es unter www.zukunftsraum-schule.de.

A 13/EG 13 als Eingangsamt:

richtiger Schritt

mit kleinen
Neben-
wirkungen

Z

um 1. August 2026 ist eine lang geforderte Veränderung in der Besoldungsstruktur für Lehrkräfte in Nordrhein-Westfalen wirksam geworden: Das Eingangsamt für die bisher nach A 12 besoldeten Lehrkräfte wurde auf A 13 angehoben. Die Änderung wirkt sich dabei nicht nur auf verbeamtete Lehrerinnen und Lehrer aus. Aufgrund der tarifrechtlichen Bindung an das Besoldungsrecht ergeben sich entsprechende Folgen auch für tarifbeschäftigte Lehrkräfte, die nach dem TV-L auf den entsprechenden Stellen eingesetzt sind.

Für den VBE Nordrhein-Westfalen steht fest: Die Anhebung des Eingangsamtes auf A 13 ist richtig und war überfällig. Der VBE hat eine entsprechende Verbesserung der Besoldung und Bezahlung von Lehrkräften seit vielen Jahren gefordert und sich konsequent dafür eingesetzt. Die nun erfolgte Aufwertung ist deshalb ein wichtiger Erfolg auf dem Weg zu einer angemessenen Anerkennung der verantwortungsvollen Arbeit von Lehrkräften.

Gleichzeitig darf aber nicht übersehen werden, dass die konkrete Umsetzung neue Ungerechtigkeiten geschaffen beziehungsweise bestehende Abstände eingeebnet hat. Dies betrifft insbesondere diejenigen Lehrkräfte, die bereits vor der Anhebung des Eingangsamtes ein sogenanntes erstes funktionsloses Beförderungsamts innehaten und deshalb bereits nach A 13 besoldet wur-

den. Diese Gruppe wird durch die Neustrukturierung faktisch übergangen: Während das bisherige Eingangsamt auf A 13 angehoben wird, findet für die bereits zuvor nach A 13 besoldeten Kolleginnen und Kollegen keine entsprechende Weiterentwicklung statt. Der VBE lässt diese Frage deshalb rechtlich überprüfen und führt hierzu einzelne Musterverfahren. Ziel ist es, gerichtlich klären zu lassen, ob die entstandene Situation rechtlich Bestand haben kann.

Wichtig ist dabei: Es handelt sich um gezielt ausgewählte Musterverfahren. Derzeit wird geprüft, ob darüber hinaus auch Musteranträge für weitere betroffene Mitglieder zur Verfügung gestellt werden. Sollte sich der VBE für die Bereitstellung entsprechender Anträge entscheiden, wird dies rechtzeitig zum Ende des Haushaltsjahres 2026 erfolgen. Über das weitere Vorgehen wird der VBE seine Mitglieder informieren.

Für tarifbeschäftigte Lehrkräfte stellt sich die Situation rechtlich anders dar. Die Veränderungen bei der Eingruppierung beruhen auf der Tarifautomatik. Sind die tariflichen Voraussetzungen erfüllt, folgt daraus automatisch die entsprechende Eingruppierung beziehungsweise Höhergruppierung. Gegen die dabei erfolgende sogenannte betragsmäßige Höhergruppierung bestehen aus juristischer Sicht grundsätzlich keine Einwände.

Problematisch kann die Umstellung allerdings im Einzelfall für Beschäftigte sein, denen sogenannte Exspektanzverluste entstehen. Dies kann beispielsweise diejenigen betreffen, die unmittelbar vor einem Stufenaufstieg in ihrer bisherigen Entgeltgruppe standen und deren weitere Entgeltentwicklung durch die Höhergruppierung negativ beeinflusst wird. Für diese Fälle hat der VBE einen Musterantrag erstellt, der den Mitgliedern auf der Homepage des VBE zur Verfügung steht.

Darüber hinaus sind die rechtlichen Handlungsmöglichkeiten aufgrund der geltenden tarifvertraglichen Regelungen begrenzt. Wo die Tarifautomatik ordnungsgemäß greift, kann gegen die Höhergruppierung als solche grundsätzlich nicht vorgegangen werden.

Die Rechtsabteilung des VBE verweist deshalb auf die bestehenden tarifrechtlichen Vorgaben. Eine vollständige individuelle Überprüfung von Vergütungsmitteilungen und sämtlichen dort vorgenommenen Berechnungen kann durch die Rechtsabteilung nicht erfolgen. Selbstverständlich werden wir jedoch tätig, wenn konkrete Anhaltspunkte dafür bestehen, dass bei der Höhergruppierung inhaltliche oder rechtliche Fehler gemacht worden sind.

Wir beraten insoweit in allen Fällen, die ab der Mitgliedschaft im VBE NRW entstanden sind.

*Ihr RA Martin Kieslinger,
Ltd. Justiziar VBE NRW*

Alle Fragen rund um das Thema Schulrecht beantworten Ihnen auch unsere Expertinnen und Experten aus der VBE-Rechtsabteilung.

Die VBE-Rechtsabteilung



*RA
Martin Kieslinger,
ltd. Justiziar
VBE NRW*



*Joachim
Klüpfel-Wilk,
Justiziar
VBE NRW*



*RAin
Hannah Zimmer,
Justiziarin
VBE NRW*



*Nicole Cherubin,
Rechtsanwalts- und
Notarfachangestellte
in der Rechtsabteilung*

VBE-Mitglieder können unsere erfahrenen Verwaltungs- und Tarifrechtler/-innen **von Montag bis Donnerstag von 9:00 Uhr bis 16:30 Uhr und Freitag von 9:00 Uhr bis 14:30 Uhr** unter der Telefonnummer **0231 44990040** erreichen.

Sie möchten Ihr Ruhegehalt wegen Pensionierung, Schwerbehinderung oder Dienstunfähigkeit berechnen lassen? Diesen Service bietet der VBE seinen Mitgliedern kostenlos an.

Kontakt: Andrea Schubert, a.schubert@vbe-nrw.de, 0231 449900 15

PISA 2025: bekannte Probleme, zu wenig Konsequenz

„So schlecht wie noch nie“, „Der Lernverlust ist dramatisch“, „Neuer PISA-Schock“ – die Schlagzeilen zu PISA 2025 fallen deutlich aus. Und die Zahlen geben Anlass zur Sorge: Deutschlands 15-Jährige erreichen in Naturwissenschaften, Lesen und Mathematik die niedrigsten Werte, die bislang für Deutschland bei PISA gemessen wurden. So dramatisch die Ergebnisse sind, so wenig überraschend sind viele der Probleme dahinter.

Der VBE weist seit Jahren auf die Dauerbaustellen im Bildungssystem hin: Fachkräftemangel, unzureichende Ausstattung, fehlende Standards im Ganztags und eine nach wie vor starke Abhängigkeit des Bildungserfolgs von der sozialen Herkunft. PISA 2025 liefert deshalb nicht nur neue Zahlen. Die Studie zeigt erneut, welche Folgen es hat, wenn bekannte Probleme nicht konsequent angegangen werden. Anne Deimel, Vorsitzende des VBE NRW, erklärt:



„Die PISA-Ergebnisse machen deutlich, dass Einzelmaßnahmen das Schulsystem nicht ausreichend unterstützen. Es braucht dringend eine gemeinschaftliche Verantwortungsübernahme der Gesellschaft, die alle Kinder und Jugendlichen und schulische Bildung in den Fokus stellt. Solange zu viele Schulen unter Fachkräftemangel leiden, solange ist eine optimale Förderung aller Schülerinnen und Schüler leider nicht zu gewährleisten“, erläutert Anne Deimel, Vorsitzende des VBE NRW.

Sie führt weiter aus: „Seit einigen Jahren wird es als alleinige Aufgabe der Schule angesehen, Kinder und Jugendliche gut auszubilden und zu hochwertigen Abschlüssen zu führen. Dabei wurde vergessen, dass diese Aufgabe nur von einem Schulsystem gewährleistet werden kann, das gut aufgestellt ist, mit ausgebildeten Lehrkräften, pädagogischen Fachkräften, lernförderlichen Räumlichkeiten und sächlichen Ressourcen. Nur auf diese Weise kommt Zeit in den Schul- und Unterrichtsalltag. Zeit, um allen Schülerinnen und Schülern eine möglichst optimale Lern- und Leistungsentwicklung zu ermöglichen.“

Immer mehr Jugendliche verfehlen die Mindestanforderungen

In den Naturwissenschaften, der Hauptdomäne von PISA 2025, erreichen 73 Prozent der Jugendlichen in Deutschland mindestens Kompetenzstufe 2. 27 Prozent verfehlen dieses Mindestniveau. Gegenüber 2015 ist der Anteil der leistungsschwachen Schülerinnen und Schüler damit um zehn Prozentpunkte gestiegen.

In Mathematik erreichen nur noch 66 Prozent mindestens Kompetenzstufe 2, 34 Prozent bleiben darunter. Beim Lesen sind es 68 Prozent, während 32 Prozent das Mindestniveau verfehlen. Bei PISA 2022 lag dieser Anteil noch bei 25 Prozent.

Besonders der Rückgang der Lesekompetenz bereitet dem VBE Sorgen. Weltweit sind die Leistungen deutlich gesunken. Vor allem die Fähigkeit, Informationen kritisch zu bewerten, miteinander zu verknüpfen und zu reflektieren, hat abgenommen.



Der Bundesvorsitzende des Verbandes Bildung und Erziehung (VBE), Tomi Neckov:

„Wo das Bewerten, Verknüpfen und Reflektieren nicht mehr gelingt, haben Fake News leichtes Spiel. Das ist eine Gefahr für unser Zusammenleben und die Demokratie.“

Bildungschancen: Elternhaus gibt weiterhin den Ausschlag

Wie groß die Chancen auf gute Leistungen sind, hängt in Deutschland weiterhin stark von den sozialen Voraussetzungen ab. In den Naturwissenschaften erzielten Jugendliche aus sozio-ökonomisch begünstigten Familien im Durchschnitt 125 Punkte mehr als Schülerinnen und Schüler aus sozial benachteiligten Familien. Im OECD-Durchschnitt fällt dieser Abstand mit 85 Punkten deutlich geringer aus. Besonders problematisch: Während sich die Unterschiede im OECD-Vergleich seit 2015 verringert haben, sind sie in Deutschland weiter gewachsen.

„Es ist ein Armutszeugnis, dass die Chancen für mehr Bildungsgerechtigkeit nicht ausreichend genutzt werden. Untersuchungen zeigen, wie wichtig gerade Ganztagsbildung für Kinder und Jugendliche ist, die nicht das Privileg haben, in sogenannten Bildungsfamilien aufzuwachsen. Anstatt diese Chance zu nutzen, wird weiterhin an Betreuungsformaten festgehalten“, so Deimel weiter.

Gute Förderung braucht gute Bedingungen

Auch die schulischen Rahmenbedingungen bleiben eine Herausforderung. Nur 18 Prozent der Schülerinnen und Schüler in Deutschland besuchen Schulen, deren Leitungen angeben, dass der Unterricht durch Lehrkräftemangel gar nicht beeinträchtigt wird. Im OECD-Durchschnitt sind es 29 Prozent.

„Was wir jetzt brauchen, ist ein verbindlicher, umfassender Maßnahmenplan, der den Schulen Stabilität, Verlässlichkeit und gute Arbeitsbedingungen sichert, damit Bildung die Zeit bekommt, die sie braucht. Für alle Kinder und Jugendlichen“, fordert Anne Deimel, Landesvorsitzende des VBE.

Große Unterschiede nach Zuwanderungsgeschichte

Unter den Jugendlichen, deren Zuwanderungsstatus anhand der vorliegenden Angaben zugeordnet werden konnte, weisen 29 Prozent nach der PISA-Definition einen Zuwanderungshintergrund auf. Auch hier zeigen sich deutliche Leistungsunterschiede. In den Naturwissenschaften erreichen Jugendliche ohne Zuwanderungshintergrund durchschnittlich 521 Punkte, Jugendliche der zweiten Zuwanderungsgeneration 463 Punkte. Besonders groß sind die Unterschiede bei selbst zugewanderten Jugendlichen: Bei einem Zuzug vor dem elften Lebensjahr werden im Mittel 423 Punkte erreicht, bei einem späteren Zuzug 392 Punkte.

Neugierig und beharrlich

Trotz der insgesamt schwachen Ergebnisse zeigen die Rückmeldungen der Jugendlichen auch positive Aspekte. 77 Prozent beschreiben sich selbst als neugierig auf unterschiedliche Themen. 64 Prozent geben an, sich bei schwierigen Aufgaben besonders anzustrengen.

Weniger positiv fällt der Blick auf die Schule selbst aus. Ein Drittel der Jugendlichen in Deutschland hält Schule für Zeitverschwendung. Mit 33 Prozent liegt dieser Wert über dem OECD-Durchschnitt von 24 Prozent. Gegenüber PISA 2022 ist der Anteil in Deutschland um vier Prozentpunkte gestiegen.

Positiv fällt das schulische Zugehörigkeitsgefühl aus. 74 Prozent der Jugendlichen in Deutschland geben an, das Gefühl zu haben, zu ihrer Schule zu gehören. Insgesamt liegt das Zugehörigkeitsgefühl damit signifikant über dem OECD- und dem EU-Durchschnitt. Auch über einen längeren Zeitraum zeigt sich dieser positive Befund.

Schulministerin Feller sieht NRW auf dem richtigen Weg

Die nordrhein-westfälische Landesregierung verweist angesichts der Ergebnisse auf den Schulkompass NRW 2030. Im Mittelpunkt stehen die Stärkung der Basiskompetenzen, gezielte Förderung und eine datengestützte Qualitätsentwicklung. Schulministerin Dorothee Feller erklärt: „Diese Handlungs-

optionen zeigen: Wir haben in Nordrhein-Westfalen bereits passgenaue Maßnahmen eingeleitet, um die Trendumkehr zu schaffen. Vor allem mit einem klaren Fokus auf die Stärkung der Basiskompetenzen und einer datengestützten Qualitätsentwicklung wird uns dies gelingen. Andere erfolgreiche Staaten wie zum Beispiel Kanada und Estland haben gezeigt, dass dieser Ansatz wirkt, aber auch diese Staaten haben einen langen Weg von mindestens zehn Jahren hinter sich. Die neuen PISA-Ergebnisse mahnen uns, noch beherzter voranzugehen.“

Entscheidend ist, was aus den Erkenntnissen folgt

Der VBE hatte bereits zum Schuljahresstart deutlich gemacht, dass neue Maßnahmen nicht zusätzliche Belastungen schaffen dürfen, ohne zugleich die notwendigen Voraussetzungen zu verbessern.

Anne Deimel erklärt: „Es ist richtig, genau hinzuschauen, was Schülerinnen und Schüler können und wo sie Unterstützung brauchen. Entscheidend ist aber, was anschließend mit diesen Erkenntnissen geschieht. Wenn aus den Ergebnissen individuelle Förderung entstehen soll, müssen Schulen auch die Möglichkeit haben, diese Förderung zu leisten. Dafür brauchen wir kleinere Klassen und mehr Fachkräfte. Die Landesregierung ist weiterhin stark gefordert, die notwendigen Fachkräfte zu gewinnen.“

Hintergrund zu PISA 2025

PISA untersucht die Kompetenzen 15-Jähriger in Lesen, Mathematik und Naturwissenschaften. 2025 lag der Schwerpunkt auf den Naturwissenschaften. Weltweit nahmen rund 760.000 Jugendliche aus 91 Staaten und Regionen teil, in Deutschland rund 6.700 an etwa 250 Schulen.

Deutschland erreicht 486 Punkte in den Naturwissenschaften, 465 im Lesen und 464 in Mathematik und liegt damit in allen drei Bereichen nur noch im OECD-Durchschnitt.



Petition „Bildung braucht Zeit! – Fokus Schule.“

Mit seiner Kampagne „Dauerbaustelle Bildung“ macht der VBE NRW auf die strukturellen Probleme des Bildungssystems aufmerksam. Die Petition „Bildung braucht Zeit! – Fokus Schule.“ fordert von der Landesregierung einen verbindlichen Maßnahmenplan für bessere Lern- und Arbeitsbedingungen an den Schulen. Der VBE ruft alle dazu auf, die Petition zu unterstützen.



Viele weitere aktuelle Meldungen und Stellungnahmen finden Sie auf www.vbe-nrw.de.

Ausbildung zur/zum Bewegungs- pädagogin/Bewegungspädagogen und Seminarleiter/-in Pilates und Rückenschule mit Kassenanerkennung

mit Unterstützung durch die AKTION MENSCH
und in Kooperation mit dem BRSNW
(Kurs 2026-2028)

Die Ausbildung vermittelt umfassende Kompetenzen, um Bewegung professionell, gesundheitsorientiert und inklusiv anzuleiten. Ziel ist es, Menschen mit und ohne Einschränkungen in ihrer körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit zu stärken.

Profil der Ausbildung

- medizinisch-funktionelles Wissen
- bewegungspraktische Kompetenz
- pädagogisch-psychologische Fähigkeiten
- inklusive und soziale Perspektive

Inhalte der Ausbildung

Fachwissenschaft

- Trainingswissenschaft
- Anatomie & Physiologie
- Pathophysiologie
- Psychologie & Motivation
- ICF & Gesundheitsmodelle

Praxis

- Rückenschule (KddR) und Pilates als Kernmethoden
- Bewegungswahrnehmung
- Anpassung bei Einschränkungen
- Funktionelles Training

Pädagogik

- Gruppenleitung
- Kommunikation
- Motivation & Verhalten
- Unterrichtsgestaltung



Lehrkompetenz

- Stundenplanung
- Lehrproben
- Transfer in Praxisfelder

Abschluss

- Zertifikat Bewegungspädagoge/Bewegungspädagogin und Seminarleiter/-in in Pilates und Rückenschule
- Die Ausbildung zur/zum Bewegungspädagogin/Bewegungspädagogen ermöglicht den Einsatz in inklusiven Angeboten und Prävention
- Möglichkeit zur Kassenanerkennung (ZPP) auch ohne Grundqualifikation im Sozial- und Gesundheitsbereich

Termine

Die genauen Termine und alle Informationen zu dieser Ausbildung, zur Bewerbung/Anmeldung finden Sie unter dem QR-Code und auf unserer Homepage vbe-nrw.de im Veranstaltungskalender.



Insgesamt stehen 10 Plätze für VBE-Mitglieder zur Verfügung zum speziellen Preis.

Veranstaltungsort

Berufsförderungswerk Köln
der Diakonie Michaelshoven e. V.
Martinsweg 11, 50999 Köln

Ausbildungskosten

700 € (mit Unterstützung von AKTION MENSCH).
Für Mitglieder des BRSNW sowie für Mitglieder
des VBE reduziert sich der Eigenanteil an den
Ausbildungskosten auf 350 €.

Kassenanerkennung

Die Ausbildung ist von der „Zentralen Prüf-
stelle Prävention“ (im Auftrag der beteiligten
Kassen) als Zusatzqualifikation für die Seminar-
leiter:innenausbildung in Pilates und Rücken-
schule in 2026 anerkannt worden.

Benötigte Grundqualifikationen für Kassenanerkennung

Auch Teilnehmende, die über keine Grund-
ausbildung im Sozial- oder Gesundheitsbereich
verfügen, können teilnehmen. Sie können nach
erfolgreicher Teilnahme auf der Grundlage des
dann vom Blaues Kreuz Diakonieverein ausge-
stelltem Zertifikats die Kassenanerkennung
durch die „ZPP“ beantragen. Voraussetzung ist
eine regelmäßige Teilnahme an den Wochenen-
den.

Bewerbung/Anmeldung

Die Voraussetzung für eine Teilnahme beinhal-
tet die Anwesenheit an allen 20 Wochenenden
(bei Krankheit Nachweis durch ärztliches At-
test), die Bereitschaft, die Übungen zu erlernen
und zu beherrschen und in Theorie und Praxis
zu verinnerlichen. Die Teilnehmenden versich-
ern mit ihrer Bewerbung, dass sie nach Ab-
schluss der Ausbildung die erlernten Inhalte
und Qualifikationen nicht vorrangig zum Zwe-
cke des Gelderwerbs nutzen werden, sondern
sowohl an Menschen mit Behinderungen sowie
an Menschen ohne Behinderungen weiterver-
mitteln wollen.

Interessentinnen und Interessenten können ei-
nen Antrag auf Teilnahme stellen und ihre Per-
sonalien, beruflichen Werdegang und ihr Inter-
esse und Motivation nachvollziehbar schriftlich
darstellen und sich damit bewerben/anmelden.

Anmeldung per E-Mail: ml@bk-dv.de

Inhaltliche Fragen:

Dirk Kubatzki | 01525 3307412

Bitte Nachricht auf die Mobilbox.

Zeitnaher Rückruf erfolgt.

Kassenanerkennung (ZPP):

Jochen Beutler | 0171 4912781

Veranstalter

Blaues Kreuz Diakonieverein e. V.

(Kassenanerkannter Zertifizierer)

Geschäftsstelle: Gustav-Vorsteher-Str.6

58300 Wetter

Telefon: 02335 6844128

Mobil: 0171 4912781

Web: www.bk-dv.de

Mail: info@bk-dv.de

Weitere Informationen (AGB, Datenschutz etc.)
finden Sie auch auf der Homepage www.bk-dv.de

Ausbildungsleitung

Dirk Kubatzki – Diplom-Sportlehrer DSHS
Köln, Rehabilitation, Prävention und Sport für
Menschen mit Behinderung, langjähriger Aus-
bildungsreferent BRSNW (Orthopädie, Neuro-
logie, Innere Medizin, Psychiatrie), Feldenkrais-
practitioner, kassenanerkannter Schlaf- und
Entspannungspädagoge, Seminarleiter Pilates,
Rückenschule, AT und PMR, zert. DSHS Köln
Personaltrainer, Instruktor für MHFA (Mental
Health First Aid), Teamleiter einer Sport- und
Physiotherapie-Abteilung in der Erwachsenen-
bildung in Köln

Hans-Joachim Beutler – Dipl. Sozialarbeiter/
Pädagoge, Krankenpfleger, Tiefenpsycholo-
gischer Körpertherapeut, kassenanerkannter
Kursleiter und Ausbilder in Qigong, PMR und
AT, Fachübungsleiter Reha Sport.

und weitere Fachreferentinnen
und Fachreferenten.



Verband Bildung und Erziehung
Landesverband NRW e.V.
Bildungswerk

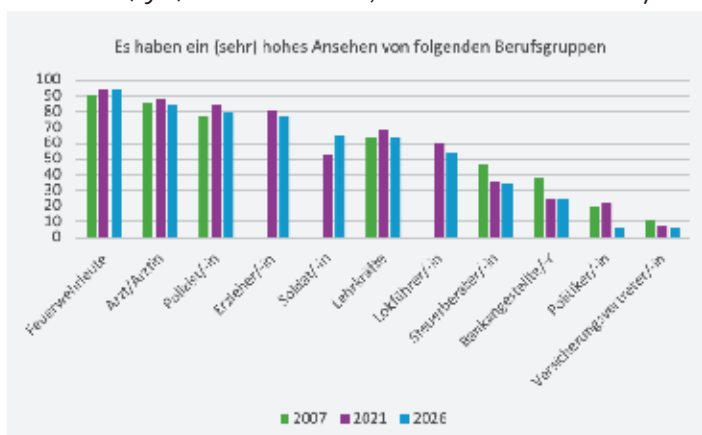
Vertrauen in den Staat: Flop, Anerkennung von Lehrkräften: top

VBE-Dachverband veröffentlicht dbb-Bürgerbefragung 2026

Während das Vertrauen in den Staat 2026 auf ein Rekordtief fällt, zeigt die dbb Bürgerbefragung Öffentlicher Dienst ein überraschend stabiles Bild für Lehrkräfte und Schulen. Für die repräsentative Studie befragte forsa im Auftrag des dbb beamtenbund und tarifunion im Juli 2026 insgesamt 2.018 Bürgerinnen und Bürger. Die Erhebung erfolgte online über das forsa. omninet-Panel. Das Berufs-Ranking wird bereits seit 2007 jährlich erhoben und ermöglicht somit einen Blick über nahezu zwei Jahrzehnte.



Trotz eines insgesamt kritischen Stimmungsbilds gegenüber dem Staat zeigen die Zahlen, dass der Lehrberuf im gesellschaftlichen Ansehen weiterhin eine vergleichsweise gute Position einnimmt. Beim Ansehen einzelner Berufsgruppen erreichen Lehrkräfte einen Wert von 63 Prozent – damit liegen sie deutlich vor anderen Branchen wie Journalist:innen (29 %) oder Politiker:innen, deren Ansehen mit nur noch 7 Prozent einen neuen Tiefstand erreicht hat.



Zwar ist der Wert für Lehrkräfte gegenüber dem Vorjahr um 2 Prozentpunkte gesunken, was sich in die allgemeine Tendenz eines leicht rückläufigen Vertrauens in staatliche Institutionen einordnet. Im Vergleich zu anderen Berufsgruppen behauptet sich der Lehrberuf jedoch auf einem stabilen und relativ hohen Niveau im oberen Mittelfeld des Ansehensrankings, das von Feuerwehrleuten (94 %), Krankenpflegekräften (91 %) und Altenpflegekräften (88 %) angeführt wird.

Auch bei der Bewertung einzelner öffentlicher Einrichtungen zeigt sich für den Bereich Schule ein vergleichsweise günstiges Bild. Mit der Schulnote 3,3 (2025: 3,2) liegt die Bewertung zwar leicht unter dem Vorjahreswert, schneidet im Vergleich zu anderen Behörden jedoch merklich besser ab. Sozialämter werden mit 3,6 bewertet, Arbeitsämter mit 3,7, Landesministerien mit 3,8 und Bundesministerien mit 4,2 deutlich schlechter. Schulen positionieren sich damit im Mittelfeld der abgefragten Einrichtungen, oberhalb der Bewertungen für Verwaltungs- und Ministerialebenen.

Zwar sind beide Werte gegenüber dem Vorjahr leicht gesunken – der Ansehenswert für Lehrkräfte um 2 Prozentpunkte und die Schulnote für Schulen von 3,2 auf 3,3. Im Kontext des allgemeinen Vertrauensverlusts in staatliche Institutionen, den die Studie in diesem Jahr besonders deutlich abbildet, ist das jedoch fast schon eine gute Nachricht: Lehrkräfte und Schulen zählen weiterhin zu den vergleichsweise stabilen Ankern im öffentlichen Ansehen – und schneiden damit spürbar besser ab als weite Teile der übrigen öffentlichen Verwaltung.

Der Bundesvorsitzende des Verbandes Bildung und Erziehung (VBE), Tomi Neckov kommentiert: „Die Menschen wollen einen Staat, der funktioniert – und dafür brauchen Schulen endlich weniger Bürokratie, mehr pädagogische Unterstützung durch multiprofessionelle Teams und eine Verwaltung, die Lehrkräfte entlastet. Nur so kann mehr Zeit für gute Bildung geschaffen werden. Politik muss dafür sorgen, dass Schule und Kita nicht noch mehr zusätzliche Aufgaben aufgebürdet bekommen.“

Save-the-Date: Deutscher Lehrkräftetag 2027

Auch 2027 wird im Rahmen der Leipziger Buchmesse wieder der Deutsche Lehrkräftetag stattfinden. Am Freitag, den 19. März 2027, treffen sich Lehrkräfte in den Hallen des Leipziger Congress Centrums (CCL), um sich inspirieren zu lassen – und mit praxisnahen Impulsen ihren Schulalltag verändern zu können.



Weitere Informationen folgen zeitnah. Bitte halten Sie sich den Termin schon einmal frei.

Appell zum Schulstart: Rechtlichen Rahmen endlich nutzen

Zum Schulstart richten das Deutsche Kinderhilfswerk (DKHW) und der ökologische Verkehrsclub VCD sowie der Verband Bildung und Erziehung (VBE) und seine Landesverbände einen gemeinsamen Appell an Eltern und Kommunen: Sichere Schulwege müssen konsequenter vorangebracht werden.

Hintergrund ist eine besorgniserregende Zahl: Rund 38 Prozent der Kinder werden mit dem Auto zur Schule gebracht, wie der Monitor Fußverkehr 2024 des Bundesverkehrsministeriums zeigt. Die Folge sind dichter Verkehr und unübersichtliche Situationen vor Schulen zu Unterrichtsbeginn und -ende. Das ist gerade für Kinder, die den sicheren Umgang mit dem Straßenverkehr erst noch lernen, ein erhebliches Risiko. Das Bündnis appelliert deshalb an Eltern, den Schulweg gemeinsam mit ihren Kindern zu Fuß oder mit dem Rad einzuüben und das Auto möglichst stehen zu lassen. Ein aktiver Schulweg stärkt nicht nur die Eigenständigkeit der Kinder, sondern fördert auch Bewegung und soziale Kontakte – und legt den Grundstein für gesunde Gewohnheiten bis ins Erwachsenenalter.

Zugleich sehen die Verbände vor allem die Kommunen in der Pflicht. Die mit der StVO-Reform 2024 geschaffenen rechtlichen Spielräume sollen konsequent genutzt werden: von kurzfristigen Maßnahmen wie temporären Schulstraßen und Elternhaltestellen über dauerhafte Schulstraßen bis hin zu langfristigen Verkehrssystemen mit Tempo 30 und übersichtlichen Kreuzungen in Schulumnähe.



Das Bündnis ruft dazu auf, sich an den bundesweiten Aktionstagen „Zu Fuß zur Schule und zum Kindergarten“ vom 21. September bis 2. Oktober 2026 zu beteiligen. Eltern, Lehrkräfte sowie Erzieherinnen und Erzieher sind eingeladen, eigene Projekte umzusetzen und sich zu vernetzen.

Weitere Informationen unter zu-fuss-zur-schule.de.

Transformation nur mit den Lehrkräften – nicht über ihren Kopf hinweg

Leuchtturm hier, Vorzeigeschule da, aber wie gelingt die Transformation des Schulsystems in der Breite? Und wie stellen wir sicher, dass alle mit an Bord sind, wenn es darum geht, zu neuen Ufern aufzubrechen? Das war Fokus der Weimarer Gespräche zur Leitfrage „Ein Masterplan für die Transformation des Schulsystems?“. Sie fanden vom 17. bis 19. August 2026 in Schloss Ettersburg bei Weimar statt. Neben dem Bundesvorsitzenden des VBE, Tomi Neckov, nahmen Personen aus der Bildungs- und Transformationsforschung, aus der Verwaltung, von Stiftungen und weiteren Organisationen teil. Ein buntes Panorama verschiedener Perspektiven.



Als Gewerkschafter kam Neckov dabei eine besondere Rolle zu. Immer wieder brachte er die Sicht aus der Praxis ein – und mahnt, dass Lehrkräfte nicht „transformiert werden“ wollen, sondern aktiver Teil des Prozesses sein müssen. Sie müssen gefragt und beteiligt werden. Denn: „Lehrkräfte sind nicht das Problem des Bildungssystems, sondern wollen Teil der Lösung sein!“

Gleichzeitig wurde immer wieder deutlich, dass Transformation von Schule zwar notwendig ist, aber kein neues Wort für Sparpolitik, Personalmangel-Verwaltung oder Deprofessionalisierung werden darf. Wenn Wandel gelingen soll, braucht es angemessene Ressourcen, um die Veränderung bestmöglich begleiten zu können.

VBE Bundesgeschäftsstelle

Behrenstraße 24
10117 Berlin
T. + 49 30 - 726 19 66 0
presse@vbe.de
www.vbe.de

Verband Bildung und Erziehung

VBE



Zwischen Yoga & Überregionaler Zusammenhalt

Vom 8. bis 12. Juni 2026 bot der Junge VBE NRW seine Praxiswoche an. Hier wurde sichtbar, wie Zusammenarbeit auf unterschiedlichen Ebenen gelebt wird: Die Bezirke gestalteten eigenverantwortlich ihre Angebote und machten diese gleichzeitig für Mitglieder aus ganz NRW zugänglich. Da die Angebote digital stattfanden, konnten Interessierte täglich überregional an den unterschiedlichen Veranstaltungen teilnehmen.

Den Höhepunkt der Praxiswoche bildete ein Yoga-Workshop in der Landesgeschäftsstelle in Dortmund. Im Anschluss fand dort auch das Sommerfest des Jungen VBE NRW statt. Danach standen am Foodtruck Gemeinschaft, gutes Essen, die Teamarbeit und der persönliche Austausch im Mittelpunkt. Einige Bezirke nutzten den Freitag zudem für ihre Tagungen, sodass sich die Anreise gleich doppelt lohnte. Zahlreiche Ideen und Themen wurden diskutiert und angestoßen.

Was in den einzelnen Bezirken begann, wurde in Dortmund zusammengeführt und anschließend über die Landesgrenzen hinaus weitergedacht. Denn am Samstag reisten Daniel Weber und Jenny Klas weiter nach Mainz, um den Austausch mit den Kolleg:innen aus dem Saarland und Rheinland-Pfalz fortzusetzen. Gemeinsam wurden aktuelle Themen beraten und Perspektiven für die weitere Zusammenarbeit entwickelt. Bei einer abendlichen Stadtführung erhielten die Teilnehmenden spannende Einblicke in die Geschichte und Besonderheiten der Landeshauptstadt. Der Landessprecher des Jungen VBE Rheinland-Pfalz, Fabian Reichert, ergänzte diese um schulpolitische Einblicke aus seinem Bundesland und zeigte uns die dortige VBE-Geschäftsstelle.



Das Wochenende klang sonntags – passend zum Veranstaltungsort Mainz – mit einem Besuch des ZDF-Fernsehgartens aus. Dort stimmte sich die Gruppe gemeinsam auf das abendliche Fußballspiel der deutschen Nationalmannschaft ein. Während einige Teilnehmende die Heimreise antraten, um am Montag wieder vor ihren Klassen zu stehen, setzten die Vorsitzenden der drei Landesverbände ihre Beratungen fort. Im Mittelpunkt standen dabei gemeinsame bildungspolitische Anliegen und die weitere Zusammenarbeit der Landesverbände.

Das Wochenende war intensiv und zugleich geprägt von Gemeinschaft, Spaß und einem offenen Austausch. Besonders deutlich wurde dabei, wie wertvoll die Zusammenarbeit auf allen Ebenen unseres Verbandes ist – im Bezirk, im Land und über Ländergrenzen hinweg. Diese Vernetzung stärkt unseren Zusammenhalt, schafft Raum für neue Ideen und bringt uns in unserer Interessenvertretung gemeinsam voran.

Fotos: Junger VBE

Fernsehgarten

und Zusammenarbeit im Jungen VBE



A

Is über 80 Kinder der Jahrgangsstufen 1 bis 4 gemeinsam „No Planet B“ anstimmten, wurde schnell deutlich: Hier ging es um weit mehr als ein Konzert. Mit Unterstützung des VBE-Bezirksverbands Münster setzte das Bildungsprojekt EARTH.CHOIR. KIDS des Kinderlieder-machers Reinhard Horn am 19. Juni in der Jugendkirche Münster ein eindrucksvolles Zeichen für musikalische Bildung und nachhaltiges Lernen.

Gemeinsam mit dem Chor „Die Sternenfänger“ der Mauritz-Grundschule unter der Leitung von Mariette Bensch gestaltete Reinhard Horn ein mitreißendes Konzert rund um Klima, Frieden, Gerechtigkeit und Zusammenhalt. Seine mehrfach ausgezeichneten Lieder zeigten, wie sich große Zukunftsfragen kindgerecht, lebensnah und optimistisch vermitteln lassen. Das Publikum in der voll besetzten Jugendkirche sang und klatschte mit und ließ sich von der Begeisterung der jungen Sängerinnen und Sänger anstecken.

EARTH.CHOIR. KIDS verbindet musikalische Bildung mit Bildung für nachhaltige Entwicklung und macht Themen wie Klimaschutz, Frieden und globale Verantwortung emotional erlebbar. Ergänzt wurde das Programm durch die Vorstellung der Uganda-Hilfe St. Mauritz, die den Blick auf weltweite Solidarität und gelebte Partnerschaft richtete.



© Nicole Böddeker

Mit seinem Engagement als Sponsor unterstützte der VBE-Bezirksverband Münster ein Projekt, das zentrale Werte des Verbandes aufgreift: Kinder stärken, Gemeinschaft fördern und Bildung ganzheitlich und nachhaltig denken. Das Konzert zeigte, wie Musik Kinder bewegen, zum Nachdenken anregen und Gemeinschaft erlebbar machen kann.

*von Eva-Voss Reckmann,
Doris Feldmann
und Nicole Böddeker
(VBE-Bezirksverband Münster)*

BV Münster

D

er VBE-Kreisverband Herford hat sich mit dem Landtagsabgeordneten Christian Dahm (SPD) zu aktuellen Herausforderungen an den Schulen ausgetauscht. Anlass des Gesprächs war die landesweite VBE-Kampagne „Dauerbaustelle Bildung“ und die dazugehörige Petition „Bildung braucht Zeit!“ (<https://vbe-nrw.de/dauerbaustelle-bildung/>).

Für den VBE nahmen Kathrin Stintmann, Vorsitzende des Kreisverbandes Herford, Sonja Gänsel, stellvertretende Vorsitzende des VBE-Bezirksverbandes Detmold, Christina Thomas, stellvertretende Vorsitzende des Kreisverbandes Herford, sowie Nils Brinkschmidt aus dem Vorstand des Kreisverbandes für den Bereich Förderschule an dem Gespräch teil.

Im Mittelpunkt standen zahlreiche Themen, die den Schulalltag seit Jahren prägen. Dazu gehören der anhaltende Personalmangel, fehlende Zeit für pädagogische Arbeit, die hohe Arbeitsbelastung und der Gesundheitsschutz der Beschäftigten. Auch die Umsetzung des Ganztags, die Situation der Schulgebäude, Digitalisierung und multiprofessionelle Teams wurden angesprochen.



Dabei machten die VBE-Vertreterinnen und -Vertreter deutlich, dass die einzelnen Herausforderungen nicht losgelöst voneinander betrachtet werden können. Wachsende Aufgaben und Erwartungen treffen vielerorts auf zu wenig Personal, Zeit und räumliche Ressourcen. „Die Kolleginnen und Kollegen leisten jeden Tag enorm viel. Dieses Engagement kann aber auf Dauer keine fehlenden strukturellen Rahmenbedingungen ersetzen“, betont Kathrin Stintmann.

„Uns war besonders wichtig, Herrn Dahm konkrete Erfahrungen aus den Schulen im Kreis Herford mitzugeben“, erklärt Sonja Gänsel. „Gute Bildung braucht vor allem Verlässlichkeit – und die kann nicht immer wieder neu von den Beschäftigten vor Ort aufgefangen werden.“ Der VBE-Kreisverband bewertet den Austausch als offen und konstruktiv. Christian Dahm nahm verschiedene Themen für die weitere politische Arbeit mit. Beide Seiten vereinbarten, zu den angesprochenen Fragen im Austausch zu bleiben.

KV Herford



Basisheft Ernährung

Von Alex Gießen

Mhh ... lecker! Gesunde Ernährung kindgerecht entdecken: Das Basisheft vermittelt, warum Obst, Gemüse und Wasser wichtig sind und welche Lebensmittel weniger günstige Nährstoffe enthalten. Alltagsnahe, wiederkehrende Aufgaben fördern selbstständiges Lernen und machen Kinder Schritt für Schritt zu Ernährungsexpertinnen und -experten. Ideal auch für praktische Probieraktionen.

Die „Basisheft“-Reihe vermittelt erstes Grundwissen anschaulich und verständlich. Sie ist speziell für Kinder mit Förderbedarf entwickelt und eignet sich ebenso für den DaZ-Bereich und den Anfangsunterricht.

Gemeinsam mit Fachkräften für Sonderpädagogik entwickelt!

Zielgruppe: ab 1. Klasse

Heft, 32 Seiten

Bestellnummer 2184

Preis: 4,00 Euro



Kinder gestalten die Zukunft

Bildung für nachhaltige Entwicklung in der Kita

Von Ingrid Späth

Nachhaltigkeit beginnt schon in der Kita! Dieses praxisorientierte Ringbuch zeigt, wie Kinder Natur- und Umweltschutz spielerisch erleben und einen achtsamen, verantwortungsvollen Umgang mit Ressourcen entwickeln.

Ob Naturerfahrungen, nachhaltige Ernährung oder soziale und globale Gerechtigkeit: Spiele, Lieder, Kreativangebote, Rezepte, Ausflüge und Pflanzaktionen machen Bildung für nachhaltige Entwicklung lebendig und alltagsnah. Mit vielen Farbfotos!

Zielgruppe: ab 2 Jahren

BVK Verlag; Ringbuch, 48 Seiten

Bestellnummer 2109

Preis: 5,00 Euro



Mutterschutz- und Elternzeitmappe

Anträge, Informationen, Fragen und Antworten

Schwanger und den Überblick im Antragschaos verloren? Die Mutterschutz- und Elternzeitmappe bündelt alle wichtigen Anträge sowie verständliche Informationen zu Schwangerschaft, Elternzeit und Elterngeld – abgestimmt auf die Rechtslage in Nordrhein-Westfalen.

Mappe

Bestellnummer 3012

für VBE-Mitglieder 9,00 Euro

Normalpreis 15,00 Euro

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer

Bestellungen bitte über den Online-Shop
www.vbe-verlag.shop



VBE Verlag NRW GmbH



netzwerk sekundarstufe

**Montag,
5. Oktober 2026**

von 10:00 bis 16:00 Uhr

Kongresszentrum
Westfalahallen Dortmund

Programm

- | | |
|-------------------|--|
| 10:00 Uhr | Begrüßungskaffee |
| 10:30 – 10:45 Uhr | Eröffnung und Begrüßung
<i>Stefan Behlau, Vorsitzender VBE NRW</i> |
| 10:45 – 12:00 Uhr | 1 Hauptvortrag:
Zwischen Oxytocin und Ordnungsmaßnahme –
die wirksamsten Werkzeuge für Schule als Safe Space für alle
<i>Florian Sandmann, Schulleiter an der Mosaikschule Förderschule im Kreis Gütersloh</i> |
| 12:00 – 13:00 Uhr | Mittagspause im Panoramaforum |
| 13:00 – 14:00 Uhr | 2 – 6 Workshoprunde I |
| 14:15 – 15:15 Uhr | 7 – 11 Workshoprunde II |
| 15:15 – 15:45 Uhr | Stay together bei Kaffee und Kuchen |

Beratungen
zu dem Thema
Schwerbehinderung
und Rechtsberatung
durch VBE-Expert/innen
sowie Verlags-
ausstellung

Anmeldung sowie weitere Informationen
zu den einzelnen Workshops unter
netzwerk-sekundarstufe.vbe-nrw.de

**STARKE Bildung
STARKE Menschen**



Verband Bildung und Erziehung
Landesverband NRW e.V.