

Projekt: Identitätsentwicklung durch Gesundheitsförderung

Motto: „Ich schau auf mich“

Ausgangssituation:

Am Projekt nahmen alle Schülerinnen der ersten Klasse der Ausbildung zur Familienhelferin teil. Einige von Ihnen litten an teilweise sehr ernsten gesundheitlichen Problemen. Andere lebten in einem sie belastenden sozialen oder familiären Umfeld. Dem Alter gemäß waren sie am Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter, in dem sich die Frage nach der eigenen Identität auf allen Ebenen stellt.

In der Klasse bestand grundsätzlich Bereitschaft, an der eigenen Persönlichkeitsentwicklung zu arbeiten und die Unterstützung durch ein Gesundheitsförderungsprojekt anzunehmen.

Ziele:

Wir (Lehrerinnen für Gesundheits- und Krankheitslehre, für Deutsch, für Kommunikationstraining und Konfliktbewältigung und die Schulärztin) legten folgende gemeinsame **Ziele** fest:

- **Sich selbst mit den körperlichen, geistigen und seelischen Bedürfnissen besser wahrnehmen und kennen lernen**
- **Auf die eigene Gesundheit achten lernen**
- **Das Selbstverständnis als Frau stärken**
- **Die Klassengemeinschaft durch gegenseitiges Verständnis verbessern**

Durchführung:

Die Durchführung erstreckte sich über ein Schuljahr. Jede der Projektleiterinnen arbeitete selbstständig mit den Schülerinnen. Die Projektleiterinnen tauschten ihre Erfahrungen kontinuierlich in informellen Gesprächen aus; zu Beginn und nach Abschluss des Projektes fand eine Teamsitzung statt.

Sowohl in der **Projektvorbereitungs-** als auch in der **Durchführungsphase** versuchten wir, den **Selbstwert** der Schülerinnen durch begleitende Einzelgespräche, Gruppengespräche, und vertrauensbildende Übungen zu **stärken**.

Projektaktivitäten wurden **in folgenden Unterrichtsgegenständen** durchgeführt:

Gesundheits- und Krankheitslehre :

Geborgenheitsbaum (Konzept aus der primären Suchtprävention)

Selbstverteidigungskurs mit Frau Maria Langmair

Deutsch

Literaturschwerpunkt Rose Ausländer (positive Schicksalsbewältigung einer von den Nazis verfolgten jüdischen Frau)

Literatur zur Geschichte der Frauen

Literaturtipps zu Frauenbiographien im 20. Jhdt. (Literatur von Frauen für Frauen)

Kommunikation und Konfliktbewältigung

Theoretische Auseinandersetzung mit Virginia Satir und Paul Watzlawick

Exkursionen: FEM Wenn Essen zum Problem wird

Suchtkongress in Baden

Rathaus: Gesundes Herz

Projektunterricht mit der Schulärztin

Themen: Regelschmerzen

Haut und Sonne

Resümee:

Die Schülerinnen waren sehr engagiert, verantwortungsvoll, durchaus sehr kritisch sich selbst gegenüber und zeigten einen respektvollen Umgang mit sich und mit den Projektleiterinnen. Wir meinen, dass sie durch dieses Projekt einen erweiterten Zugang zu sich und anderen gefunden haben.