

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 70 (1983)  
**Heft:** 4: Gesundheitserziehung in der Schule

**Artikel:** Zum Geleit  
**Autor:** Brun-Hol, Josef  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-529596>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Gesundheitserziehung in der Schule

### Zum Geleit

#### Gesundheit ist lernbar

Recht zahlreich sind die Menschen, die gegen die Schule zwar allerhand Kritik anzubringen wissen, die aber doch – stillschweigend oder ausgesprochen – der Meinung sind, die Schule könne im Grunde alles. So könnte sie selbstverständlich auch den Menschen zu einem gesunden Leben anleiten, wenn sie nur wollte. Tatsache ist, dass an die Schule dauernd zahllose Forderungen herangetragen werden, von Eltern, Lehrern, Politikern, den Kirchen, Umweltschützern usw., ja sogar, zwar selten genug, von den Schülern selbst. Ist es da verwunderlich, wenn die Schule auch die Gesundheit des Menschen lehren sollte? Gesundheit ist doch gerade so gut lernbar wie das Rechnen, Schreiben, Lesen, Messen, Stricken, Schach Spielen, Einkaufen, eine fremde Sprache Sprechen und vieles anderes, das man alles in der Schule lernt oder lernen könnte, auf allen Stufen natürlich, begonnen beim Kindergarten, endend bei der Hochschule. Obwohl hinter solcher Mentalität im Grunde genommen ein bedeutendes Vertrauenspotential verborgen liegt, fragt es sich prinzipiell, wozu, für wen die Schule eigentlich und vorzugsweise da sein sollte. An was und an wem soll sie denn ihr Mass nehmen, nach dem sie zugeschnitten sein soll, an wem anderem als am Schüler, am Menschen also, den sie betreuen will. Dass sie auch im Interesse der Gesundheit des Schülers da ist, wäre doch eigentlich eine ihrer primären Aufgaben, die allerdings erst heute, nach gut zweihundert Jahren allgemeiner Volksschule, bewusster wahrgenommen wird.

Gesundheitserziehung ist eine Forderung unserer Zeit. Viele Eltern finden kaum mehr die Musse, ihren Kindern gesundes Verhalten anzuerziehen, sind hierzu oft auch nicht imstande, sind verunsichert oder überfordert. Wissen wir denn überhaupt, was gesund und daher zu erstreben, was ungesund und daher zu

vermeiden sei? Ist es da so verwunderlich, dass schliesslich die Eltern auf die Idee kamen, auch diese Aufgabe der Schule aufzubürden? Hat denn nicht die Schule, angesichts dieser Lage vieler Eltern, aber besonders angesichts der Situation, in die sie die Schüler selber versetzt, sogar die Pflicht, um die sie sich nicht drücken darf, etwas für die Gesundheitserziehung der Schüler zu tun? Denken wir nur an die Zumutung, die wir als Lehrer an die quicklebendige Kinderschar stellen müssen, im Interesse eines «geordneten Unterrichtes», ruhig auf ihren Bänken zu verharren! Wer das nicht kennt, schaue und höre sich einmal die Reaktion der Schüler an, wenn der Lehrer das ersehnte Zeichen für die Pause gibt: Explosionsartig leert sich das Schulzimmer, Sekunden später toben die vorher noch gesitteten Kleinen wild auf dem Pausenplatz herum. Sichtliche Kompensation zum vorherigen «Stillhalteabkommen».

So haben wir uns entschlossen, in einer eigenen Nummer darzulegen, mit welchen Begründungen heute eine Gesundheitserziehung des Schülers gefordert wird und aufzuzeigen, welche möglichen Wege die Schule selbst beschreiten kann. Dabei spielt es bereits eine entscheidende Rolle, was wir unter Gesundheit verstehen wollen. Einige gehen von der alten negativen Beriffsbestimmung, Gesundheit sei die Abwesenheit von Krankheit, aus, so der erste Teil des Konzepts der St. Galler «Studiengruppe Gesundheitserziehung». Andere verwenden die heute üblich gewordene positive Definition der Weltorganisation für Gesundheit WHO, wonach Gesundheit der Zustand des vollständigen körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens sei. Diese Definition legen die Luzerner, Innerschweizer, Berner und im praktischen Teil auch die St. Galler Konzepte zu Grunde.

Wir stellen hier bereits erarbeitete Dispositionen und Konzepte für die Gesundheitserzie-

hung für die Volksschulen in den Kantonen Bern und Luzern dar, so die Berner Projektstudie zur Gesundheitserziehung von Dr. Annemarie Allemann-Tschopp und die Arbeit von Brigitt Kurmann-Brünisholz/Paul Huber «Gesundheit lernen», dann für die Orientierungsstufe von Xaver Winiger «Gesundheits-erziehung in der Orientierungsstufe», als viertes den Erfahrungsbericht von Susanne Schmid, ehemals Lehrerin an der Weiterbildungsschule Zug, als fünftes die kompetente und kritische, für die Mittelschule doch wohl wegleitende Studie von Ernst Rothenfluh «Zur Gesundheitserziehung an der Mittelschule» und das von Paul Zuberbühler, dem Leiter des Projektes Gesundheitserziehung vorgestellte Konzept einer stufenübergreifenden Gesundheitserziehung an st. gallischen Schulen. Die Artikelserie wird beendet durch den Vorschlag Bruno Melis für einen Lehrplan

zur Gesundheitserziehung an den Primar- und Sekundarschulen des Kantons Bern. Die Autoren nehmen dabei auch mehrfach Bezug auf die Bernischen Konzepte. Sie versuchen das Problem auf z.T. recht unterschiedliche, andererseits wieder erstaunlich gleichartige Weise, z.B. fächerübergreifend, anzugehen und zu bewältigen.

Hinter all diesen sorgfältigen Untersuchungen, Vorschlägen und Konzepten stehen die vom Psychotherapeuten Rudolf Affemann so eindrücklich dargelegten Erwägungen zum Menschen als dem Mass der Schule. Und greifen wir auf die WHO-Definition von der Gesundheit zurück, so wollen alle diese Konzepte doch schliesslich dem Schüler etwas ins Leben mitgeben, das er tatsächlich jederzeit und zu seinem seelischen und körperlichen Wohlbefinden anwenden und brauchen kann.

Josef Brun-Hool

## **Eine Berner Projektstudie zur Gesundheitserziehung in der Schule\***

Annemarie Allemann

### **1 Definition von Gesundheit**

Die Weltgesundheitsorganisation definierte Gesundheit als Zustand vollkommenen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur als Abwesenheit von Krankheit und Gebrechen. Das ist die Beschreibung eines Idealzustandes, den zu erreichen schwierig sein dürfte. Kaum jemand kann von sich sagen, dass er dauernd in einem Zustand vollkommenen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens ist.

Hinter dieser Definition steht einerseits die Erkenntnis, dass Abwesenheit von körperlicher Krankheit noch nicht ohne weiteres Wohlbefinden bedeutet und andererseits, dass es für das Wohlbefinden körperliche, seelische und soziale Bedingungen gibt. Mit der Aufzählung dieser drei Aspekte der Gesundheit sprengt die

Weltgesundheitsorganisation den landläufigen Gesundheitsbegriff. Im Alltagsverständnis ist gesund, wem körperlich nichts fehlt. Erst langsam setzt sich die Vorstellung durch, dass auch psychisches und soziales Wohlbefinden als Bestandteile der Gesundheit zu bezeichnen sind. Wer z.B. immer wieder grosse Schwierigkeiten im Umgang mit Mitmenschen hat, wer wichtige Bedürfnisse gegen andere nicht durchsetzen kann, wer nicht verzichten und sich an andere nicht anpassen kann, wer Gefühle nicht ausdrücken und anderen nicht mitteilen kann, ist in seinem psychischen Wohlbefinden empfindlich gestört. Das soziale Wohlbefinden kann erheblich beeinträchtigt werden, wenn jemand unbefriedigende oder keine Arbeit, keine Freunde, keine ansprechende Umwelt usw. hat.

Bis heute wurde von diesen drei Aspekten der Gesundheit vor allem der körperliche betont, und es ist daher nicht verwunderlich, wenn sich

\* Berner Projektstudie, Amt für Unterrichtsforschung und -planung. November 1980.