

Zeitschrift: Schweizer Schule
Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz
Band: 80 (1993)
Heft: 10: Suizid bei Kindern und Jugendlichen

Artikel: Prävention beginnt bei einem guten Klassenklima
Autor: Gubser-Ernst, Jutta / Grossenbacher, Silvia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-531667>

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: 12.01.2026

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

Prävention beginnt bei einem guten Klassenklima

Die Frage nach der Prävention von körperlichen und seelischen Gesundheitsrisiken bei Kindern und Jugendlichen steht immer wieder im Raum. Und manchmal wird nach Antworten auch zu weit gesucht. Über konkrete und relativ einfach zu realisierende Massnahmen im Schulalltag sprach Silvia Grossenbacher für die schweizer schule mit der Schulpsychologin Jutta Gubser.

Frau Gubser, Sie sind psychologische Beraterin am grössten Basler Gymnasium (Bäumlihof). Was sind Ihre Aufgaben und Möglichkeiten an dieser Schule?

Jutta Gubser-Ernst: Ich bin Psychologin FSP und Mitglied der Schweizerischen Vereinigung der Kinder- und Jugendpsychologen. Ich arbeite hier als hausinterne Schulpsychologin. Ich bin administrativ von der Schule angestellt, fachlich hingegen unterstehe ich dem Schulpsychologischen Dienst. Ich stehe ausserhalb der schulischen Hierarchie, was für meine Arbeit sehr wichtig ist. Ich halte eine gewisse Distanz, weil ich eine neutrale Funktion zwischen Schülerinnen und Schülern, Eltern und Schule wahrnehme. Es handelt sich um einen Dienst, den man freiwillig aufsucht. Ich biete niemanden auf, meine Klienten kommen – sofern sie wollen – zu mir. Eine Lehrerin oder ein Lehrer kann zwar einen Besuch bei meiner Beratungsstelle empfehlen, aber das Kind, resp. die Eltern müssen entscheiden, ob sie von diesem Dienst Gebrauch machen. Ich führe eine Anlauf- und Beratungsstelle für alle Probleme im Umfeld Schule und Elternhaus. Gewisse Probleme bearbeite ich selbst, andere weise ich weiter. Ich mache beispielsweise keine Psychotherapien, aber ich helfe den Ratsuchenden, einen Therapieplatz zu finden. Erziehungsberatungen, auch über längere Zeit, und Betreuungen von Kindern und Jugendlichen übernehme ich selbst. Meine Tür ist offen für alle, die einen Rat oder Hilfe brauchen. Selbstverständlich geht bei den jüngeren Schülerinnen und Schülern wenig ohne die Beteiligung der Eltern, ich kann ihnen vielleicht raten, wie sie den Eltern etwas sagen können, wie sie sich ausdrücken können, aber mehr kann ohne Elternbeteiligung nicht geschehen. Bei älteren Jugendlichen ist die Situation natürlich anders.

Bei jüngeren Schülerinnen und Schülern geht wenig ohne die Beteiligung der Eltern – ich kann ihnen raten, wie sie den Eltern etwas sagen können...

Mit welchen Problemen sind Sie in Ihrem Berufsalltag konfrontiert?

Jutta Gubser-Ernst: Es gibt Kinder, die schulisch überfordert sind, denen ein anderer Schultypus vielleicht besser entspräche, es gibt familiäre Probleme, es gibt Schwierigkeiten, Konflikte zwischen Kindern oder Jugendlichen und ihren Eltern, zwischen den Schülern und den Lehrern,

aber auch unter den Kindern bzw. Jugendlichen selbst. Meine Türe steht für alle offen, auch für Lehrerinnen oder Lehrer, die Fragen haben.

Aus einer Untersuchung des Bundesamtes für Gesundheitswesen (BAG) zur Gesundheitssituation der Schweizer Bevölkerung geht hervor, dass die Gesundheitssituation der Kinder und Jugendlichen in unserem Land erhebliche Mängel aufweist. Insbesondere stellt die Untersuchung fest, dass die Schweiz unter allen Industrie-Ländern Europas die höchste Selbstmordrate unter Kindern und Jugendlichen aufweist. In welchem Verhältnis steht diese Feststellung zu Ihren eigenen Erfahrungen?

Im Ernährungsbereich sehe ich eines der häufigsten Gesundheitsrisiken.

Jutta Gubser-Ernst: Häufiger konfrontiert bin ich mit Gesundheitsproblemen im Ernährungsbereich. Ich erlebe übergewichtige Kinder oder vereinzelt auch Jugendliche, bei denen eine Magersucht vermutet werden muss und die nicht schon vom Hausarzt an eine Fachstelle verwiesen wurden. Ich sehe aber mehr übergewichtige Kinder. Sie haben oft auch mit sozialen Problemen zu kämpfen, werden isoliert oder ausgelacht. Für diese Kinder und ihre Familien gibt es Hilfsangebote. Eines wurde vom Schularztamt in Zusammenarbeit mit anderen Institutionen initiiert und nennt sich «Diätclub». Aber, diese Programme erfordern die Mitarbeit der Eltern, die nicht immer gewährleistet ist. Ich denke, da spielt auch eine gesellschaftliche Haltung mit hinein. Einerseits wird überall Werbung gemacht für den Genuss, dafür «sich etwas zu gönnen», die Köstlichkeiten sind ständig präsent, und auf der anderen Seite steht das Schönheitsideal der Schlankheit, das uns vorschreibt, ohne jedes Fettpölsterchen zu bleiben. Dann kommen noch die pubertätsbedingten Eigenheiten vieler Jugendlicher hinzu, beispielsweise kein Frühstück zu sich zu nehmen. In diesem Bereich also, im Ernährungsbereich, sehe ich eines der häufigen Gesundheitsrisiken. In bezug auf die in unserem Land hohe Suizidrate kann ich Ihnen leider wenig sagen, ich war glücklicherweise nie mit einem Suizid konfrontiert in meiner 20jährigen Tätigkeit an dieser Schule. Ich bin auch eher skeptisch gegenüber Zahlen. Wie gesagt, ich war nie mit einem solchen Fall konfrontiert. Was ich aber schon erlebe, sind Selbstmordgedanken, Suizidversuche oder auch Drohungen mit Suizidversuchen. Wenn ich eine Suizidgefährdung vermute, kann ich auf ein gut funktionierendes Netzwerk mit der kinder- und jugendpsychiatrischen Polyklinik, deren neu eröffnetem Zentrum für Jugendliche und mit Kinderärzten zurückgreifen.

Ich erlebe viele Kinder und Jugendliche, die sich kaum noch für etwas begeistern können...

Wir haben vorhin über körperliche Gesundheitsrisiken gesprochen, die psychischen Risiken sind nochmal ein anderes Thema. Wissen Sie, ich erlebe viele Kinder und Jugendliche, die sich kaum noch für etwas begeistern können, die in eine passive Konsumhaltung verfallen sind, Stunden um Stunden vor dem Fernseher verbringen. Kabelfernsehen oder Video haben das Angebot und damit auch den übermässigen Konsum erhöht.

Ich denke auch, dass der hohe Stellenwert, den die Schulbildung genießt, bei den psychischen Risiken mit eine Rolle spielt. Weltweit

gesehen, hat ja Japan die höchste Suizidrate unter Kindern und Jugendlichen und das hängt eindeutig mit dem hohen Stellenwert der Schulbildung zusammen, der einen ungeheuren Erfolgsdruck verursacht.

Wäre das Ihrer Meinung nach eine Möglichkeit, die auch in unserem Land alarmierend hohe Selbstmordrate unter Kindern und Jugendlichen zu erklären?

Jutta Gubser-Ernst: Es könnte mit ein Grund sein, ja. Sicher nicht der alleinige. Ich möchte sehr vorsichtig sein mit solchen Erklärungen.

Wir kommen damit auf den Anteil der Schule an den Gesundheitsrisiken von Kindern und Jugendlichen zu sprechen. Gibt es im Schulbereich ein diesbezügliches Problembewusstsein?

Jutta Gubser-Ernst: Wenn wir ganz allgemein von psychischen Problemen oder Schwierigkeiten im zwischenmenschlichen Bereich sprechen, dann hat die Schule sicher einen grossen Einfluss. Einerseits werden von der Schule hohe Anforderungen an das Kind gestellt, welches den Eintritt ins Gymnasium geschafft hat, und damit verbunden sind natürlich auch viele Hoffnungen der Eltern. Wenn der Druck zu gross wird, kann ein Kind überfordert werden.

Probleme mit andern Kindern, Notendruck zuhause, das ist für viele eine zu grosse Belastung.

Auch wenn Kinder in einer Klasse isoliert werden, ist das etwas Gravierendes. Probleme mit anderen Kindern, Notendruck von zuhause, der sich in der Schule auswirkt, das ist für viele Kinder eine zu grosse Belastung.

Zum Problembewusstsein der Schule: man weiss um die Zusammenhänge. Es gibt auch einen Passus im Schulgesetz, der verlangt, dass Remotionszeugnisse den Eltern zugeschickt werden müssen und nicht den Kindern übergeben werden dürfen, d.h. die Kinder sollen nicht mit dem folgeschweren Papier allein und zitternd auf den Heimweg geschickt werden, sollen nicht zu Überbringern der schlechten Nachricht werden.

Kann man denn sagen: es besteht zwar ein Problembewusstsein im Schulbereich, aber an der Schule allein liegt es nicht, es geht vielmehr um ein gesamtgesellschaftliches Problem?

Jutta Gubser-Ernst: Ja, der hohe oder – es klingt vermessen, aber es muss trotzdem immer mal wieder gesagt werden – der überhohe Stellenwert, den man bei uns der Schulbildung beimisst, ist tatsächlich ein Problem. Ich sehe oft, dass sich Väter, die zu mir kommen (wenns ums Gymnasium geht kommen die Väter häufiger), zu sehr anspruchsvollen und zufriedenstellenden Positionen emporgearbeitet haben, ohne eine höhere Schulbildung vorweisen zu können. Ich weiss, dass es ketzerisch tönt, aber die Schulbildung wird wirklich überbewertet. Es ist nicht so, dass mit dem Gymnasium alle Chancen im Leben stehen oder fallen.

Aber es handelt sich doch tatsächlich um einen Trend. Die Schulbildung, die erreichte Bildungsstufe, die Zertifikate, die jemand vorzuweisen hat, entscheiden doch in zunehmendem Masse über Zugang zu oder Ausschluss von beruflichen Möglichkeiten.

Lernbereitschaft, Engagement, Interesse und Motivation spielen auf lange Sicht eine grössere Rolle als der Bildungsabschluss.

Jutta Gubser-Ernst: Dem würde ich nicht ohne weiteres zustimmen. Ich denke vielmehr, das Bildungssystem wird sich auf ständigen Aufbau ausrichten. Die Grundausbildung genügt heute ohnehin nicht mehr für ein ganzes Leben. Lernbereitschaft, persönliches Engagement, Interesse und Motivation spielen auf lange Sicht eine grössere Rolle als der in der Jugend erreichte Bildungsabschluss. Wichtig ist auch die Fähigkeit, Frustrationen zu ertragen, einen Umgang damit zu finden.

Sehen Sie Möglichkeiten, wie die Schule in einem präventiven Sinn auf die Gefährdungen reagieren kann?

Jutta Gubser-Ernst: Eine wichtige Sache, vor allem im Leistungsbereich und im Zusammenhang mit dort entstehenden Problemen, scheint mir der enge Kontakt zwischen Schule und Elternhaus zu sein. Es sollte nicht passieren, dass Eltern von einem schlechten Zeugnis wie aus heiterem Himmel überrascht werden. Viele Kinder, auch unter denen, die in meine Beratung kommen, verheimlichen schlechte Noten. Die Folge ist, dass Eltern, konfrontiert mit einem schlechten Zeugnis oder einem entsprechenden Anruf von Lehrerseite, nicht nur enttäuscht sind über die schlechten Leistungen des Kindes, sondern auch, weil es sie angelogen hat. Und das genau in dem Moment, in dem das Kind eigentlich Trost und Beistand brauchen würde. Es scheint mir sehr wichtig, dass nicht nur die Schule den Kontakt zu den Eltern sucht, sondern auch die Eltern sich für ihr Kind in der Schule interessieren, nachfragen. Der Kontakt zwischen Schule und Elternhaus sollte nicht erst im Notfall zustande kommen, wenn es bereits brennt und damit in einem gewissen Sinne ja auch schon zu spät ist. Die Hemmungen, die ich von Elternseite häufig erlebe, sollten überwunden und die Beziehungen zwischen Eltern und Lehrern intensiviert werden. Das ist eine Möglichkeit. Erschwert wird sie natürlich durch das Fachlehrersystem. Wir haben zwar Klassenlehrer, doch wurde – aus Spargründen – die Einführung der Klassenlehrerstunde abgelehnt. Es fehlt also ein Zeitgefäss, in dem sich der Klassenlehrer intensiv mit seinen Schülerinnen und Schülern und ihren Problemen beschäftigen könnte. Die Klassenlehrerin oder der Klassenlehrer muss die Pflege des Klassengeistes in seine Unterrichtsstunden miteinbauen. Andere Lehrer und Lehrerinnen bieten gewiss Unterstützung an, aber die Schwierigkeit bleibt. Um sie etwas abzuschwächen, treffen sich zu Beginn des Schuljahres die Fachlehrer, die eine Klasse unterrichten, und besprechen ihre Ziele und Pläne. Sie bemühen sich, ein Team um die Klasse herum zu bilden, und versuchen, soweit das möglich ist, alle am gleichen Strick zu ziehen.

Die Einführung einer Klassenlehrerstunde wurde – aus Spargründen – abgelehnt. Es fehlt also ein Zeitgefäss, in dem sich der Klassenlehrer intensiv mit seinen Schülerinnen und Schülern und ihren Problemen beschäftigen könnte.

Im letzten Winter organisierte die Schule einen Lehrerbildungstag zum Thema Gewalt. Ich habe in diesem Rahmen den Akzent sehr darauf gesetzt,

dass das Klassenklima bewusst gestaltet wird, dass die Klasse sich Regeln gibt. Eine solche Regel könnte z.B. lauten, dass niemand ausgeschlossen bleiben darf. Es geht also darum, von vornherein ein gutes, angenehmes Klima in der Klasse herzustellen, um dem gewalttätigen Umgang miteinander vorzubeugen. Denn wenn Gewalt in der Klasse einmal auftritt, ist es kolossal schwierig, das Problem in den Griff zu bekommen.

Wenn Gewalt in der Klasse auftritt, ist es kolossal schwierig, das Problem in den Griff zu bekommen.

Es ist auch wichtig, dass eine Atmosphäre gegenseitiger Hilfestellung entsteht. Einzelne Lehrerinnen oder Lehrer organisieren beispielsweise ihre Kinder in Zweiergruppen, in denen eines für das andere verantwortlich ist, die Informationen mitbringt, wenn eines krank ist und so weiter. So kann ein Geist der gegenseitigen Hilfe, des Zusammenhalts und des Aufgehobenseins entstehen. Dieses Klassenklima kann sehr wichtig sein. Wenn ein Kind sich in der Klasse aufgehoben fühlt, kann es dies als eine Oase empfinden, auch wenn es vielleicht in seinem privaten Bereich eine sehr schwierige Phase durchlebt. Schülerinnen und Schüler müssen auch die Möglichkeit haben, Probleme in der Klasse zu thematisieren und gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Diese aktive Gestaltung des Klassenklimas scheint mir eine der wichtigsten Massnahmen der Prävention zu sein, gerade auch im gymnasialen Bereich, wo es nicht unbedingt zu den Selbstverständlichkeiten gehört.

Eine präventive Massnahme ist natürlich auch meine Stelle hier, meine offene Tür, die Tatsache, dass ein niederschwelliges Hilfs- und Beratungsangebot direkt in der Schule selbst besteht, so dass Schwierigkeiten möglichst schnell und unkompliziert angegangen werden können. Hier draussen, weit weg von der Zentrale des Schulpsychologischen Dienstes, ist es wichtig, dass sich das Angebot herumspricht, und das ist tatsächlich gewährleistet. Kinder, Jugendliche und Eltern kommen zu mir, ohne Hinweis von seiten eines Lehrers, z.B. weil schon ein Nachbarkind oder ein Geschwister oder eine Freundin bei mir waren und Hilfe fanden. So haben wir mit der Stelle auch eine gewisse Quartiernähe erreicht. Aber: erstens arbeite ich nur halbtags und zweitens hat unsere Schule 1200 Schülerinnen und Schüler. Ein grosses Schulhaus kann sich ein solches Angebot leisten, einem kleineren Schulhaus fällt das wohl schwerer. Weil ich mit meiner Beratungsstelle im Schulhaus selbst untergebracht bin, fällt mir auch der Kontakt zu den Lehrerinnen und Lehrern leichter. Ihre Angst vor der Schulpsychologin ist geringer, weil sie mich kennen. Oft verbringe ich die Pause im Lehrerzimmer und komme dort ganz ungezwungen ins Gespräch. So können Lehrpersonen Probleme mit mir besprechen, ohne dass es sich gleich um einen «Fall» handelt. Oder sie können sich mit mir beraten, wenn sie mit Eltern ein schwieriges Gespräch führen müssen. Auch das ist eine präventive Massnahme, weil sie möglicherweise eine Verletzung der Eltern und noch grössere Schwierigkeiten für das Kind verhindert.

Die Angst der Lehrerinnen und Lehrer vor den Schulpsychologen ist hier geringer, weil sie sich kennen.

Die Mehrheit der Basler Gymnasien verfügen über eine solche Stelle und die Diplommittelschule resp. die Handelsschule haben einen ambulanten Dienst, der einmal pro Woche besetzt ist.

*Positive Erlebnisse –
an denen man sich in
schwierigen Zeiten
festhalten kann!*

Schliesslich möchte ich hier noch auf eine Einrichtung unserer Schule hinweisen, die in dieser Form am GB (Gymnasium Bäumlhof) wohl einmalig ist. Wir haben einen Biologielehrer, der den Schulgarten führt und dort mit interessierten Schülerinnen und Schülern biologisch gärt, die Produkte – die übrigens reissenden Absatz finden – verkauft und die «GB-Beiz» führt. Jeden Donnerstag kocht die «GB-Beiz» ein vollwertiges Menü, soweit möglich aus dem Garten, zu einem bescheidenen Preis für Schüler und Lehrer. Auch das organisiert der Biologie-Lehrer mit freiwillig helfenden Schülerinnen und Schülern. Das heisst, es gibt hier ein gelebtes Beispiel naturschonender und gesunder Nahrungsproduktion und Nahrungskonsumation. Für einzelne Schülerinnen und Schüler war die Mitarbeit in Garten und Beiz ein ganz wichtiges positives Erlebnis, an dem sie sich in schwierigen Zeiten festhalten konnten.

Frau Gubser, wir danken Ihnen ganz herzlich für dieses Gespräch.

Santé Jeunesse

- ist ein gesamtschweizerisches Gesundheitsförderungsprojekt für Schulen und Kindergärten mit Schülerinnen und Schülern zwischen 4 und 20 Jahren.
- ist ein gemeinsames Projekt der schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) und des Bundesamtes für Gesundheitswesen (BAG).
- ist personell und administrativ dem Institut romand de Recherches et Documentation Pédagogiques (IRDP) in Neuenburg unterstellt.
- hat eine Projektdauer von 3 Jahren (November 1992–Oktober 1995).
- liefert nach Abschluss des Projektes Empfehlungen bezüglich der Gesundheitsförderung in Schulen zuhanden von EDK und BAG.

In der Absicht, gesundheitsfördernde Schulen in der Schweiz zu stärken und zu fördern, engagiert sich *Santé Jeunesse* in folgenden Bereichen:

- Aufbau eines nationalen Netzwerkes gesundheitsfördernder Schulen *Santé Jeunesse*.
 - Koordination und Repräsentation der schweizerischen Schulen im Europäischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (ENGs). ENGs ist ein gemeinsames Projekt des Regionalbüros für Europa der WHO, der Europäischen Gemeinschaft und des Europarates. Eine Liste der an den beiden Netzwerken teilnehmenden Schulen kann bei *Santé Jeunesse* angefordert werden (Fbg de l'Hôpital 43, Case postale 54, 2007 Neuchâtel 7).
 - Funktion als Drehscheibe für Informationen, Erfahrungen, Meinungen usw. für alle Personen und Organisationen, welche mit Gesundheitsförderung in Schulen zu tun haben. Der Aufbau einer Datenbank und die Herausgabe eines Informationsbulletins sind geplant.
-