



Eine kurze Unachtsamkeit beim Burger braten, und schon fängt in der überhitzten Pfanne das Öl Feuer. Die Schüler übten, wie das dann schnell erstickt werden kann. (Bild: cef)

Von Streitkultur über Mobbing bis zu Schönheitsidealen

Die «Feel Okay»-Woche an der Buechholz-Schule widmete sich wieder Themen wie Sucht, Medien und Achtsamkeit.

Birgit Müller-Schlieper

■ **ZOLLIKON.** Natürlich ist es wichtig, deutsche Grammatik zu lernen und mathematische Formeln und englische Vokabeln. Aber es gibt auch viele Lebensbereiche, die wesentlich sind, aber im Stundenplan einer Schule wenig Platz finden. Dafür gibt es dann die «Feel Okay»-Woche, die seit Jahren regelmässig an der Buechholz-Sekundarschule angeboten wird: Eine ganze Woche lang dreht sich dabei alles um Gesundheit und Prävention. Ein weites Feld: Es gibt Lektionen zu Risiko- und Suchtverhalten, zu den unterschiedlichsten Formen der Gewalt, zu Achtsamkeit oder auch zur sexuellen Gesundheit – um nur einige Themen zu nennen. «Die Angebote sind nach einem Baukastensystem aufgebaut, sodass jeder Schüler und jede Schülerin im Lauf der Schulzeit die verschiedenen Lektionen besuchen kann», erläutert Heike Junge. Die Schulsozialarbeiterin sitzt mit Fachlehrpersonen in einer Arbeitsgemeinschaft, die die Woche plant und vorbereitet. «Wir evaluieren aber auch jede «Feel Okay»-Woche im Rückblick und holen das Feedback von den Schülern und Schülerinnen ab.» Zusätzlich kommen Fachpersonen wie von Schutz & Rettung, Samowar, Jordis Gym oder der Mobilien Jugendarbeit in das Schulhaus. Richtig heiss wurde es bei der Übung von Daniel

Leutwyler. Der Lehrer (und Feuerwehrmann) demonstrierte, wie schnell sich heisses Fett in einer Pfanne entzündet. Der Jugendliche ist kurz abgelenkt und schon lodern die Flammen. Er demonstrierte aber auch, wie der Brand zügig erstickt werden kann.

Stark machen gegen Mobbing

Ein Schwerpunkt liegt seit Jahren auf dem Bereich Mobbing. Im ersten Schritt geht es darum, zu erkennen wann Mobbing anfängt und was noch «normales Ärgern» ist. «Wir versuchen dabei die Klassen so stark zu machen, dass Mobbing gar keinen Platz hat», erläutert die Schulsozialarbeiterin. Im zweiten Schritt geht es um das Schlichten von Streitigkeiten, um das Vermitteln in Konfliktsituationen. In der dritten Sekundarstufe ist dann Zivilcourage gefragt. Die Schüler und Schülerinnen lernen selbst eingzugreifen und aktiv zu werden. Ebenso kamen vergangene Woche unterschiedliche Aspekte der Sexualität zur Sprache. So öffnete eine Gynäkologin für Schülerinnen ihre Praxis, bei den 3.-Sek.-Jugendlichen ging es um das Hinterfragen eigener Rollenverhaltensweisen. In den unterschiedlichen Lektionen wurde der Bogen geschlagen von einer positiven Körperbeziehung über Verhütung und Schwangerschaft bis zur Darstellung von Pornografie in den Medien.

Wie funktioniert Medienkompetenz?

Das Leben ohne die digitale Welt ist mittlerweile fast nicht mehr vorstellbar. Wie aber können wir diese

Errungenschaften nutzen? Wie funktioniert Medienkompetenz? Auch diese Fragen wurden in der «Feel Okay»-Woche diskutiert. Auch Eltern fragen sich oft, wieviel Medienkonsum normal ist. Antworten darauf gibt es an einer separaten Elternveranstaltung im kommenden Februar.

Jugendliche suchten schon immer neue Wege, um sich zu informieren und unterhalten zu lassen. Da kommen die sozialen Medien wie TikTok ins Spiel. Was aber lösen die Filme vor allem in den Köpfen von Pubertierenden aus? In der Woche ging es dementsprechend auch um eine kritische Auseinandersetzung mit überzogenen Schönheitsidealen, Schlankeitswahn und dem damit verbundenen Ess-, Diät- und Bewegungsverhalten.

Wie schnell man als RadfahrerIn oder Radfahrer in den toten Winkel eines Fahrzeugs kommen kann – und wie gefährlich das sehr schnell wird – erfuhren die Schüler und Schülerinnen bei einem Besuch der Feuerwehr auf dem Pausenplatz. In dieser besonderen Woche löschte die Feuerwehr nicht nur Brände, sie legte auch einen. Wie eine Person in einem solchen Fall schnell und überlegt reagiert, konnten die Mädchen und Jungen selber ausprobieren und mussten den Brand unter fachmännischer Anleitung von Daniel Leutwyler erstickten.

Ganz klar: Mathe, Deutsch, Französisch oder Englisch spielten in dieser Woche keine Rolle an der Sekundarschule Buechholz. Für die meisten Schüler und Schülerinnen war das aber wahrscheinlich ganz «okay».