Gesundheit - Prävention

Sinn
Gesundheit definieren wir als persönlichen und gesellschaftlichen Wert. Die Gesundheitsförderung, Prävention und Gesundheitsschutz sind uns wichtig. Das Einhalten und Überwachen von gewissen kantonalen Vorschriften stellen wir sicher.

Schulärztliche- und Schulzahnärztliche Untersuchung und allgemeine Informationen

- Das Schulheim Sunneschyn ist laut kantonalen Richtlinien verpflichtet, die Kinder im Alter von 6 - 7Jahren/ 10 - 11Jahren/ 14 - 15 Jahren zur obligatorischen schulärztlichen Untersuchung anzumelden. Der schulärztliche Untersuch regelt das Einhalten der Entwicklungskontrollen sowie das Einhalten des kantonalen Impfplans. Sie können entweder beim Schularzt oder zu Lasten der Eltern beim Hausarzt durchgeführt werden. Erfolgt die Untersuchung beim Hausarzt, muss dieser nach erfolgter Untersuchung eine Bestätigung ausstellen. Falls am Tag der schulärztlichen Untersuchung keine Bestätigung oder Terminvereinbarung vorliegt, wird der Schularzt die obligatorische Untersuchung vornehmen.

- Beim Eintritt eines Kindes oder Jugendlichen in das Schulheim Sunneschyn wird von den Eltern oder dem gesetzlichen Vertreter ein Formular zur individuellen Gesundheitssituation ausgefüllt. Somit können wir die medizinische Betreuung im Sinne der Eltern oder des gesetzlichen Vertreters übernehmen und sicherstellen. Zur Unterstützung findet ein Eintrittsgespräch statt.

- Bei schwerem Krankheitsverlauf oder Läusebefall entscheidet die Gesamtleitung in Absprache mit der Bereichsleitung darüber, ob die erkrankte Person nach Hause geht oder in der Institution bleibt.

- Muss ein Kind oder Jugendlicher verordnete Medikamente (Hausarzt oder Heimarzt) einnehmen oder Therapiesitzungen besuchen, wird dies während der Aufenthaltszeit im Schulheim Sunneschyn durch die MitarbeiterInnen der Institution sichergestellt.

- Das Schulheim Sunneschyn verfügt über eine Hausapotheke mit den wichtigsten Medikamenten (für kleinere Notfälle), welche für alle MitarbeiterInnen jederzeit zugänglich ist. Für Lager und Ausflüge stehen kleine Reiseapotheken zur Verfügung.

- Die jährliche obligatorische Zahnkontrolle sowie das Schulzähneputzen mit Fluor liegen in der Verantwortung der Schulleitung. Bei Notfällen, welche die Zähne betreffen, gibt der zahnärztliche Notfalldienst (Tel. 1811) Auskunft. Ein Zahnset für kleinere Notfälle befindet sich in der Hauptapotheke.

Heimarzt
Medizentrum Landhaus Steffisburg
Oberdorfstrasse 32, 3612 Steffisburg
033 439 36 33 (Kinderärzte) – 033 439 36 36 (Hausärzte/Hauptnummer)

Zahnarzt
Dr. med. dent. Hübscher Anita und Markus
Glockenthalstr. 6, 3612 Steffisburg
033 437 31 57

Vorgehen in einer Notfallsituation – Erste Hilfe

- **Ruhe bewahren**
- **Schauen/Überblick verschaffen** (Was ist geschehen/Wer ist beteiligt/Wer ist betroffen)
- **Denken/Gefahren erkennen** (Besteht Gefahr für Helfende/Besteht Gefahr für andere/Besteht Gefahr für Unfallopfer)
- **Handeln** (Unfallstelle absichern, Maschinen und Geräte abschalten/ **Alarmieren 144/ Erste Hilfe leisten)**

Im Anschluss an eine Notfallsituation, Absprache mit Bereichsleitung/Gesamtleitung über das weitere Vorgehen betreffend Kommunikation an die Eltern, intern usw.
(Siehe auch Papier/Übersicht Verhalten im Alarmfall vom Sunneschyn Steffisburg)

Prävention im Sunneschyn

Prävention kann und muss immer wieder im alltäglichen Zusammenarbeiten und Zusammenleben passieren. Die Kinder und Jugendlichen erhalten in allen Bereichen klare Strukturen, Regeln und Abläufe, welche ihnen Sicherheit und Geborgenheit verleihen. Die Mitarbeitenden aus allen Bereichen sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und sind zuverlässige Ansprechpersonen im Alltag. Die Leitung sorgt für eine positive Arbeitsatmosphäre in den Bereichen, welche sich nicht zuletzt auf das Wohlbefinden der Schüler und Schülerinnen auswirkt.

Stärkung der Resilienz

Resilienz bedeutet eine seelische Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken. Mit der Stärkung der Resilienz können bevorstehende Entwicklungsaufgaben und Krisensituationen besser bewältigt werden. Resilienz beruht grundlegend auf Beziehungen. Folgende Resilienzfaktoren können bei den Schülern und Schülerinnen im Sunneschyn gefördert werden:

- **Selbst- und Fremdwahrnehmung** (angemessene Selbsteinschätzung und Informationsverarbeitung)
- **Selbstregulation** (Regulation von Gefühlen und Erregung)
- **Selbstwirksamkeit** (Überzeugung, Anforderungen bewältigen zu können)
- **Soziale Kompetenzen** (Unterstützung holen, Selbstbehauptung, Konfliktlösefähigkeit, Verantwortung in Gemeinschaft übernehmen)
- **Problemlösefähigkeiten** (kognitive Flexibilität, Kreativität, Strategien zur Analyse und zur Bearbeitung von Problemen)
- **Adaptive Stressbewältigungskompetenzen** (Realisierung von Kompetenzen in einer konkreten Situation)

Folgende Haltungen der Mitarbeitenden, unterstützten die Schüler und Schülerinnen beim Entwickeln von Resilienzfaktoren:

- **Wertschätzender Beziehungsaufbau als wichtigster Schutzfaktor** (Zuwendung, Zuhören, Aufmerksamkeit, Interesse, warmherzige Kommunikation)
- **Stärken-/Ressourcenorientierung** (Fokus auf Stärken und Ressourcen des Kindes/Jugendlichen, gemeinsam Lösungen erarbeiten)
- **Ermutigung** (Vertrauen in das Kind/Jugendlichen, dass Aufgaben bewältigt werden können. Mut zusprechen beim Herangehen und Erledigen von Aufgaben)
- **Kennen und Benennen von Risiko und Schutzfaktoren** (Das Erkennen und Bennen von Faktoren, die eine seelische gesunde Entwicklung hemmen oder unterstützen)
- **Unterstützung beim Bewältigen von Herausforderungen/Stärken von Bewältigungs-kompetenzen** (Kinder/Jugendliche unterstützen, sich an schwierige Aufgaben zu wagen, diese als Herausforderung anzunehmen. Kinder/Jugendliche im Glauben an sich und ihre Bewältigungsfähigkeiten unterstützen, Feedback geben)
- **Tragfähige und unterstützende Netzwerke aufbauen** (Hobby, Therapien, Pflegfamilien usw.)

(Quelle: Prof. Silke Kaiser und Berner Gesundheit, 12.05.2021)

Körperpflege und Hygiene
Körperpflege und Hygiene sind wichtige Aspekte für das Wohlbefinden und die Gesundheit. Die SozialpädagogInnen unterstützen die Jugendlichen bei der täglichen Körperpflege (Zähneputzen, Frisieren, Nagelpflege und Duschen/Baden usw.).

Zusätzliche Präventionsmassnahmen/Schutzfaktoren im Sunneschyn:

- **Konzept funktionaler Gesundheit der WHO und internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF)**.
  Ausführlich wird dieser Teil im pädagogischen Rahmenkonzept unter 2. Handlungs-orientierung beschrieben.

- **Interdisziplinäre Zusammenarbeit**
  - Enge Zusammenarbeit mit den Eltern, einweisenden Behörden und weiteren Fachinstanzen
  - Standortgespräche, welche mind. zwei Mal jährlich für alle Schüler und Schülerinnen stattfinden

- **Sexualpädagogischer Unterricht**
  - Sexualpädagogik-Konzept wird dabei einbezogen
  - Zusammenarbeit mit andern Fachinstanzen findet statt (BEGES)
  - Sozialpädagogischer Support wird einbezogen

- **Schulsozialarbeit (SSA)**
  - Ein ausgebildeter Sozialpädagoge und eine ausgebildete Sozialpädagogin sind Ansprechpersonen für die Kinder und Jugendlichen bei ausserschulischen Thematiken wie aktuelle herausfordernde Situationen, evtl. familiäre Schwierigkeiten. Sie unterstützen die Klassenlehrpersonen und Klassen in Krisensituationen. Sie unterstützen die externen Schüler*innen und die Eltern bei der Suche nach einer geeigneter Freizeitaktivität oder auf der Suche nach einem Wochenarbeitsplatz.

- **Arbeitspädagogischer Dienst**
  - Im Dienstbereich werden Schüler und Schülerinnen ab der Mittelklasse bei Arbeitseinsätzen begleitet, unterrichtet und praktisch geschult. Dieses Angebot dient dem Kennenlernen von Alltagsverrichtungen, dem Umgang mit verschiedenen Materialien und Werkzeugen, dem Aufbau und Festigen einer günstigen Arbeitshaltung, dem Erleben verschiedener Zyklen. In diesem praktischen Kontext werden auch Themen aus den Bereichen NMG, Mathematik, Werken und Sprache aufgenommen und mit Schülern individuell bearbeitet. Das Angebot umfasst folgende Arbeitsbereiche:

    - Küche / Ernährung
    - Garten
    - Wäscherei/Hauswirtschaft
    - Hauswart
    - Atelier

- **Freizeitangebot**
  - Im Sunneschyn gibt es abwechslungsreiche Angebote um die Pausen der Schüler*innen sinnvoll zu gestalten: Dinocars, Trottinett, Velos, Tischtennis, Fussballplatz, Basketball, Waldspielplatz, Pool, Trampolin, Sandkasten, Turnhalle, Spiele aus der Spielkiste.
  - Kinder und Jugendliche, welche die Tagesschule besuchen, können diese Angebote während ihrer Freizeit nutzen

    - Kinder und Jugendliche, welche im Internat oder Teilinternat wohnen, unternehmen zusätzlich zum internen Angebot regelmässige Freizeitaktivitäten ausserhalb des Sunneschyn, vor allem am Mittwochnachmittag und an den offenen Wochenenden.

- **Bezugspersonenarbeit für die (Teil)-Internats-Schüler*innen**
    - Kinder und Jugendliche, welche im Internat oder Teilinternat wohnen, haben eine fix zugeteilte Bezugsperson. Diese koordiniert die Anliegen des Kindes, der Eltern, der einweisenden Behörden und weiteren Fachinstanzen und arbeitet interdisziplinär mit allen Beteiligten zusammen.

Drogen, Suchtverhalten, Suchtmittel, Suchtformen Risikofaktoren

Unterscheidung zwischen Gewohnheit und Sucht

- Der Begriff **Gewohnheit** meint, dass wir uns an bestimmte Verhaltensweisen oder Mittel bereits so gewöhnt haben, dass wir nicht mehr ohne weiteres davonlassen können. Eine Veränderung kann aber noch willentlich herbeigeführt werden.

- **Sucht** bezeichnet einen krankhaften Endzustand der Abhängigkeit von Mitteln oder Verhaltensweisen. Süchtige Menschen leiden unter dem Zwang, sich das Mittel bzw. das süchtige Verhalten oft in steigender Dosis zuführen zu müssen. Sie sind nicht mehr in der Lage, sich direkt von der Sucht zu befreien.

Drogen

Drogen sind pflanzliche oder chemische Wirkstoffe, die auf das Zentralnervensystem (Gehirn) einwirken und zu Erlebniszuständen führen, die vom sogenannten Normalzustand abweichen. Drogen verändern die Wahrnehmung und Stimmung und verursachen andersartige Gefühle, die oft als angenehm, manchmal auch als unangenehm empfunden werden.

Suchtverhalten

Suchverhalten bezeichnet nicht nur den süchtigen Konsum von legalen und illegalen Drogen, sondern auch bestimmte Verhaltensweisen, welche den Drogenkonsum vergleichbare Auswirkungen auf das Zentralnervensystem zur Folge haben (z.B. übermässiger Medienkonsum, Handykonsum, Gamen, übermässiges Essen, Hungern, übermässiges Sporttreiben, übermässiges Arbeiten, usw.)

Suchtmittel

Als Suchtmittel werden neben den legalen und illegalen Drogen auch jene Mittel bezeichnet, deren sich der Mensch in süchtiger Weise bedient, um seine psychische Befindlichkeit zu verändern (z.B. Medienkonsum, Essen, Musik, Arbeit, Sport, Gewalt, Macht, sexuelle „Objekte“)

Suchtformen

- Substanzgebundene Süchte: (Nikotin, Alkohol, Medikamente, Koffein, Teein, Zucker, Opiate, Halluzinogene, Stimulanzen etc.)
- Substanzungebundene Süchte: (Essstörungen, Spielsucht, Arbeitssucht, Vergnügungssucht, Sportsucht, Mediensucht)

Schutzfaktoren

Die oben aufgeführten Resilienz- und Schutzfaktoren wirken sich ebenfalls förderlich auf das Suchtverhalten aus.

Suchtrisiko

Jugendliche, für welche eine oder mehrere der folgenden Bedingungen zutreffen, können ein erhöhtes Suchtrisiko aufweisen:

- Suchtmittelmissbrauchende Eltern
- Sexuelle oder physische Ausbeutung und Misshandlung

- Schulabbruch
- Frühe Schwangerschaft
- Ökonomische Benachteiligung
- Jugenddelinquenz
- Psychische Störungen
- Suizidversuche
- Krankheits- oder unfallbedingte Schmerzen über längere Zeit
- Chronische Versagererlebnisse in der Schule und Umfeld
- Behördlich verfügter Aufenthalt in Erziehungsheimen
- Gerichtliche Verurteilung auf Bewährung

(Quelle: Meier Claudia, Cloetta Bernhard, Abel Thomas, Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Abteilung Gesundheitsforschung, Bern)

Regeln im Umgang mit Drogen/Alkohol

- Wir akzeptieren keine Drogen, auch keine weichen Drogen.
- Der Konsum von Drogen und Alkohol ist im Haus und Areal verboten.
- Wir tolerieren keine berauschten Jugendlichen/Mitarbeitenden (Alkohol oder Haschisch etc.) im Haus oder auf dem Areal des Schulheims Sunneschyn.

Sanktionen bei Missbrauch
Vorgehen im Moment, wo ein Missbrauch festgestellt wird (z.B. am Abend):

- Die Gesamtleitung, die Bereichsleitung und die Eltern werden so bald als möglich über den Vorfall informiert (noch am gleichen Abend, sonst am nächsten Tag).
- Die Jugendlichen müssen zu einem Gespräch bei der Gesamtleitung oder Bereichsleitung.
- Gemeinsam (Jugendliche, Eltern, Gesamtleitung/Bereichsleitung) werden die Gründe für den Missbrauch diskutiert, Hilfen angeboten, über mögliche Therapien gesprochen und entsprechende Ziele gesetzt.
- Es wird ein Folgetermin abgemacht für eine erste Auswertung der Abmachungen.
- Bei mehrmaligem Missbrauch wird eine externe Beratung angeordnet. Daraus kann allenfalls ein regelmässiges Therapieangebot resultieren.
- Ausschluss aus dem Sunneschyn Steffisburg kann als letzte Massnahme angeordnet werden.

Beratungsangebote
- Persönlicher Therapeut (falls vorhanden)
- Contact-Suchthilfe.ch (Stiftung für Suchthilfe im Auftrag vom Kanton Bern)
- Berner Gesundheit (bernergesundheit.ch)
- Weitere Beratungsstellen, falls sinnvoll

Regeln beim Konsum von Nikotin/Rauchen

- Rauchen ist im Schulheim Sunneschyn für Jugendliche ab 16 Jahren (BRJ) an genau bestimmten Orten gestattet. Die Jugendlichen müssen das Einverständnis ihrer Eltern zum Rauchen erbringen. Es dürfen keine Raucherwaren an Nichtraucher oder Kinder unter 16 Jahren abgegeben werden.

- Das Rauchen ist für Schüler und Schülerinnen der obligatorischen Schulzeit auf dem Areal des Sunneschyn Steffisburg nicht erlaubt. Bei Missbrauch suchen wir das Gespräch mit den Schülern und Schülerinnen und die Eltern werden einbezogen.

Gewalt - Grenzverletzungen

Wir arbeiten nach dem Modell des Bündner Standard bei grenzverletzendem Verhalten. Hierzu gibt es drei separate Raster betreffend die Einstufung von grenzverletzendem Verhalten. Diese Einstufungen betreffen sowohl die Schüler*innen, Mitarbeitende/Leitung sowie die Angehörigen. Die Einstufungen unterscheiden folgende Punkte:

Prosoziales Verhalten (Prävention), um Grenzverletzungen zu minimieren: Hilfsbereitschaft / Selbstbeherrschung / Kooperationsfähigkeit / Höflichkeit / Kommunikationsfähigkeit / Soziale Sensibilität / Konfliktfähigkeit / Toleranz

Die Grenzverletzungen werden in **vier Schweregrad-Stufen** unterteilt. Zudem werden die Vorkommnisse folgenden Begriffen zugeordnet: verbal, nonverbal, körperlich, Sachbeschädigungen und Regelverletzungen.

- Alltägliche Situationen Stufe 1
- Leichte Grenzverletzungen Stufe 2
- Schwere Grenzverletzungen Stufe 3
- Massive Grenzverletzungen Stufe 4

Massnahmen bei Grenzverletzendem Verhalten

- Stufe 1:
    - Schriftliches Festhalten nach Ermessen
    - Besprechung im Team
    - Besprochene Intervention planen und durchführen (Gespräch mit dem Kind)
    - Information an die Angehörigen /Behörden nach Ermessen in Absprache mit der Bereichsleitung

- Stufe 2:
    - Schriftliches Festhalten im Socialweb (Journal) oder als Kontaktprotokoll in den Aktennotizen
    - Besprechung im Team interdisziplinär
    - Je nach Situation Inter- oder Supervision
    - Interventionsplan – Aufnahme in Förderplanung als Ziel
    - Allenfalls Einbezug SSA (vor allem bei Vorfällen in der Schule)
    - Meldung/Einbezug Bereichsleitung (evtl. an Gesamtleitung)
    - Lead, Verantwortlichkeiten für Aktenführung festlegen (Bezugsperson, Gruppenleitung, Lehrperson, Bereichsleitung, Gesamtleitung)
    - Information an die Angehörigen/Behörden nach Ermessen in Absprache mit Bereichsleitung

- Stufe 3:
    - Schriftliches Festhalten zwingend (Journal) detaillierter im Kontaktprotokoll der Aktennotizen
    - Meldung/Einbezug Bereichsleitung / Gesamtleitung
    - System informieren (Eltern, Beistände, Therapeut*innen)
    - Ablage in Schüler oder Personalakte
    - Strafrechtliche Abklärungen
    - Notwendigkeit einer Gefährdungsmeldung klären
    - Abklärung Time out-Platzierung (inkl. Finanzierung mit Behörden)
    - Information an Verwaltungsrat nach Ermessen von Gesamtleitung
    - Allenfalls weitere Massnahmen in Zusammenarbeit mit zuständigen oder weiteren Fachpersonen prüfen und festlegen (Therapie, Beratungsangebote usw.)

- Stufe 4:
    - Ausschluss / Freistellung / Kündigung (MA) aus Institution wird von Gesamtleitung und Bereichsleitung geprüft
    - Auf Stufe Bereichsleitung wird Freistellung von Gesamtleitung geprüft
    - Meldung an den Verwaltungsrat zwingend
    - Information an Aufsichtsbehörde