



**Jugendliche stärken**

# Früherkennung und Frühintervention an Schulen am Beispiel «Heb Sorg!»

**13.06.2022**

**Petra Buchta, Leiterin SuP**

**Claudia Guler, Programmleiterin «Heb Sorg!» a.i.**



## Worum es heute geht

- Sie erfahren, wie das Programm «Heb Sorg!» funktioniert.  
Erste Erfahrungen zu Gelingensfaktoren und Stolpersteinen.
- Sie kennen Rolle/ Auftrag der Suchtprävention als auch Inhalt der Handlungsfelder von Früherkennung und Frühintervention an Schulen.
- Und was hat das alles mit Ihnen zu tun? Grabe wo du stehst...  
Transfer und Möglichkeiten zur eigenen Arbeit erstellen.



**Auf und Ab**

## **Auftrag und Umsetzung von «Heb Sorg!»**

- Am 12. Januar 2021 hat die ZSP das Programm «Heb Sorg!» für alle Sekundarschulen der Stadt Zürich beschlossen
- Die Umsetzung erfolgt durch die Schulgesundheitsdienste (Schulpsychologischer Dienst und Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich) in Zusammenarbeit mit den Sekundarschulen
- Die Schulleitungen können den Startzeitpunkt für ihre Schule zwischen SJ 2021/22 und SJ 2023/24 festlegen
- Insgesamt werden so 28 Sekundarschulen, rund 1'000 Lehr- und Betreuungspersonen sowie rund 120 Schulklassen und die Eltern der Schülerinnen und Schüler erreicht
- 2021 starteten 7 Sekundarschulen mit dem Programm «Heb Sorg!»

# Ausblick

- Schuljahr 2022/23:  
Start 7 Schulen
- Schuljahr 2023/24:  
Start 14 Schulen

## Übersicht Start Schulen «Heb Sorg!»

### Schuljahr 2022/23

<b>Waidberg</b>	Schuleinheit Milchbuck
<b>Waidberg</b>	Schuleinheit Waidhalde
<b>Glattal</b>	Schuleinheit Käferholz
<b>Letzi</b>	Schuleinheit Buchlern
<b>Limmattal</b>	Schuleinheit Feld
<b>Zürichberg</b>	Schuleinheit Hirschengraben - Schanzengraben
<b>Zürichberg</b>	Schuleinheit Hirslanden Sekundar

### Schuljahr 2023/2024

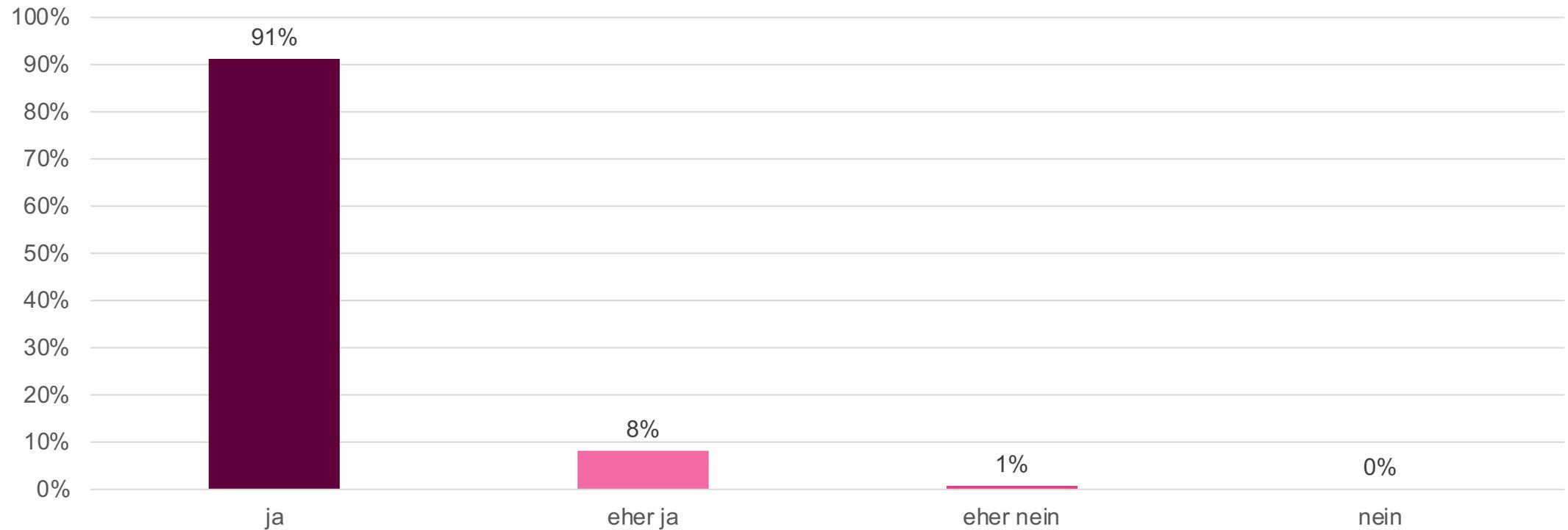
<b>Uto</b>	Schuleinheit Hans Asper
<b>Glattal</b>	Schuleinheit Im Birch
<b>Letzi</b>	Schuleinheit Kappeli Sekundar
<b>Letzi</b>	Schuleinheit Letzi
<b>Limmattal</b>	Schuleinheit Albisriederplatz
<b>Limmattal</b>	Schuleinheit Kunst- & Sportschule Zürich
<b>Schwamendingen</b>	Schuleinheit Friedrichstrasse
<b>Schwamendingen</b>	Schuleinheit Herzogenmühle
<b>Schwamendingen</b>	Schuleinheit Leutschenbach
<b>Schwamendingen</b>	Schuleinheit Stettbach
<b>Uto</b>	Schuleinheit Falletsche - Leimbach
<b>Uto</b>	Schuleinheit Lavater
<b>Uto</b>	Schuleinheit Döltschi
<b>Uto</b>	Schuleinheit Rebhügel

# Murmelrunde

**Was sind die Vor- und Nachteile eines Projekts, welches top down implementiert werden soll?**

# Evaluation SJ 21/22: Fachinput für das Schulpersonal

Ich finde das Thema Depression und deren Früherkennung/Frühintervention in der Schule wichtig.

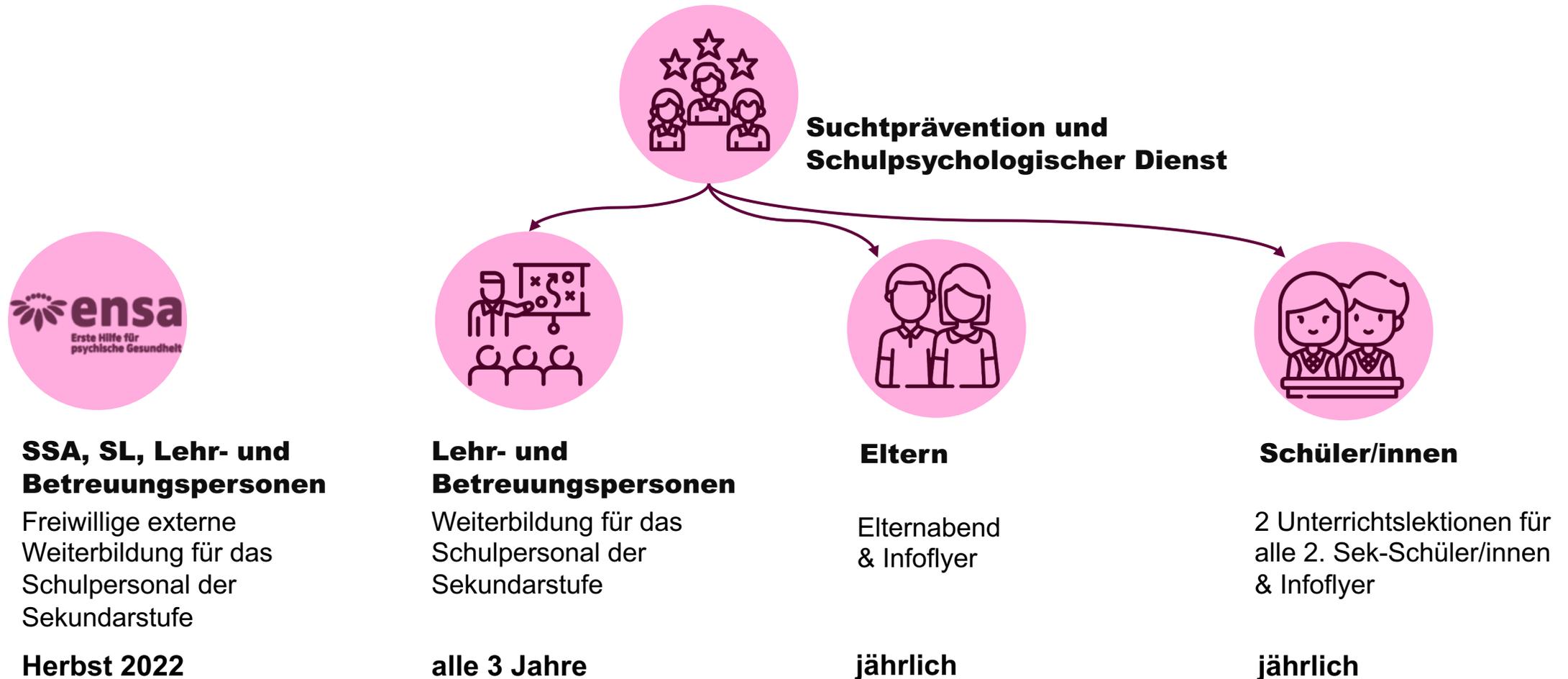


Rückmeldungen; n=148

# Ziele des Programms

- Sensibilisierung und Enttabuisierung zu den Themen Krise und Depression
- Aufzeigen von Handlungsoptionen in der Früherkennung und Frühintervention
- Unterstützung und Entlastung der Schulen
- Eltern erfahren, wie sie die psychische Gesundheit ihres Kindes stärken können und wo sie sich Hilfe holen können

# Bausteine von «Heb Sorg!»



# Aufbau Elternabend

**Block 1:** Einstieg und allgemeine Information zu «Heb Sorg!»

**Block 2:** Fachinput

- Was bedeutet psychische Gesundheit von Jugendlichen genau? Wie Eltern diese positiv beeinflussen und stärken können.
- Woran Eltern Krisen oder eine Depression bei ihrem Kind erkennen können. Was sie unternehmen können. Wo sie sich Hilfe holen können.
- Einblick Schullektion

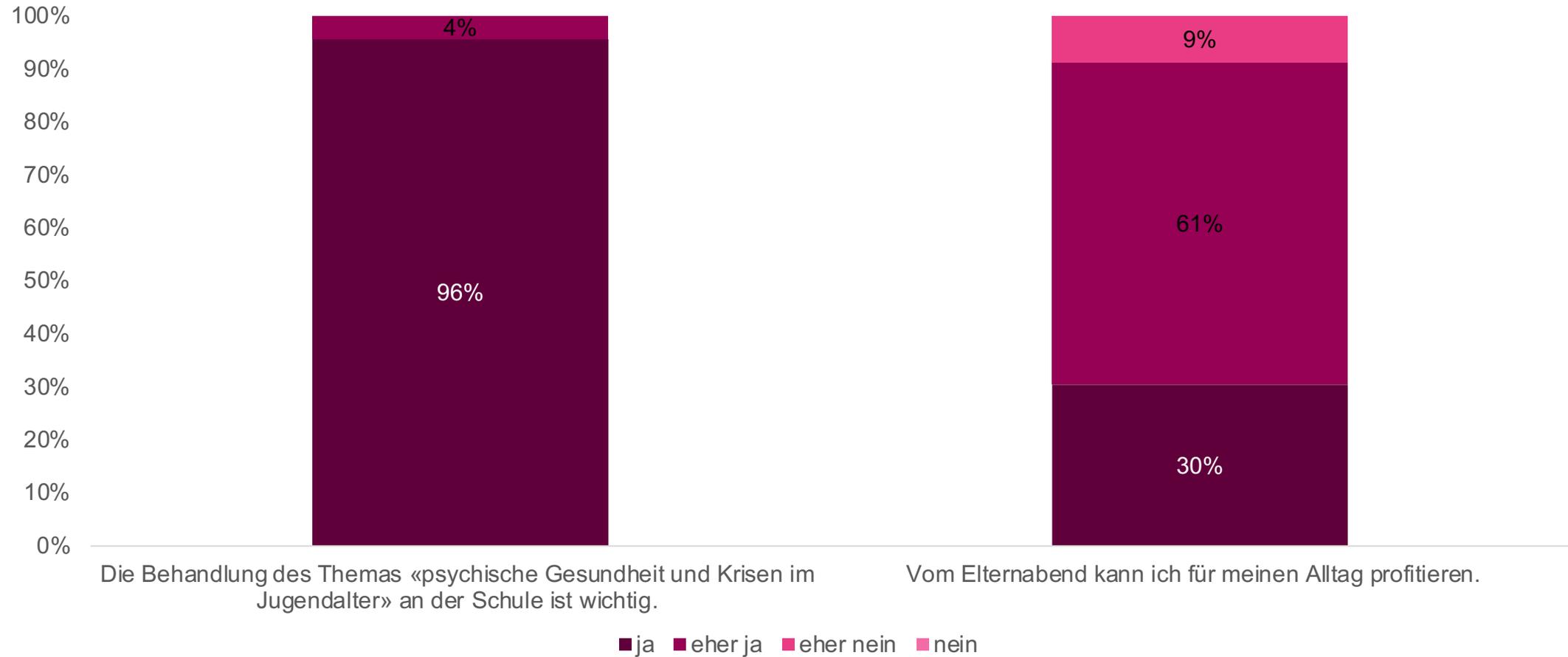
**Block 3:** Austausch unter Eltern, Besprechung von Fallbeispielen, Sammeln von Ideen zur Stärkung der psychischen Gesundheit des Kindes

# Elternflyer



# Evaluation SJ 2020/21: Elternabend

Zwischenstand Rückmeldungen; n=54



# Aufbau Schullektion

**Block 1:** Sorgen, Traurigkeit und Angst gehören zum Leben  
(Einstieg ins Thema & fachlicher Input)

**Block 2:** Wie geht es mir? Wie kann ich mir selber helfen?  
(Selbsttest aus Jugendflyer)

**Block 3:** Wenn ich mich um meine Kollegin oder Kollegen sorge, was kann ich tun? Was können andere für sie oder ihn tun?  
(Übung zu Gesprächseinstieg & Hilfestellen)

# Jugendflyer

 **Stadt Zürich**  
Schulgesundheitsdienste

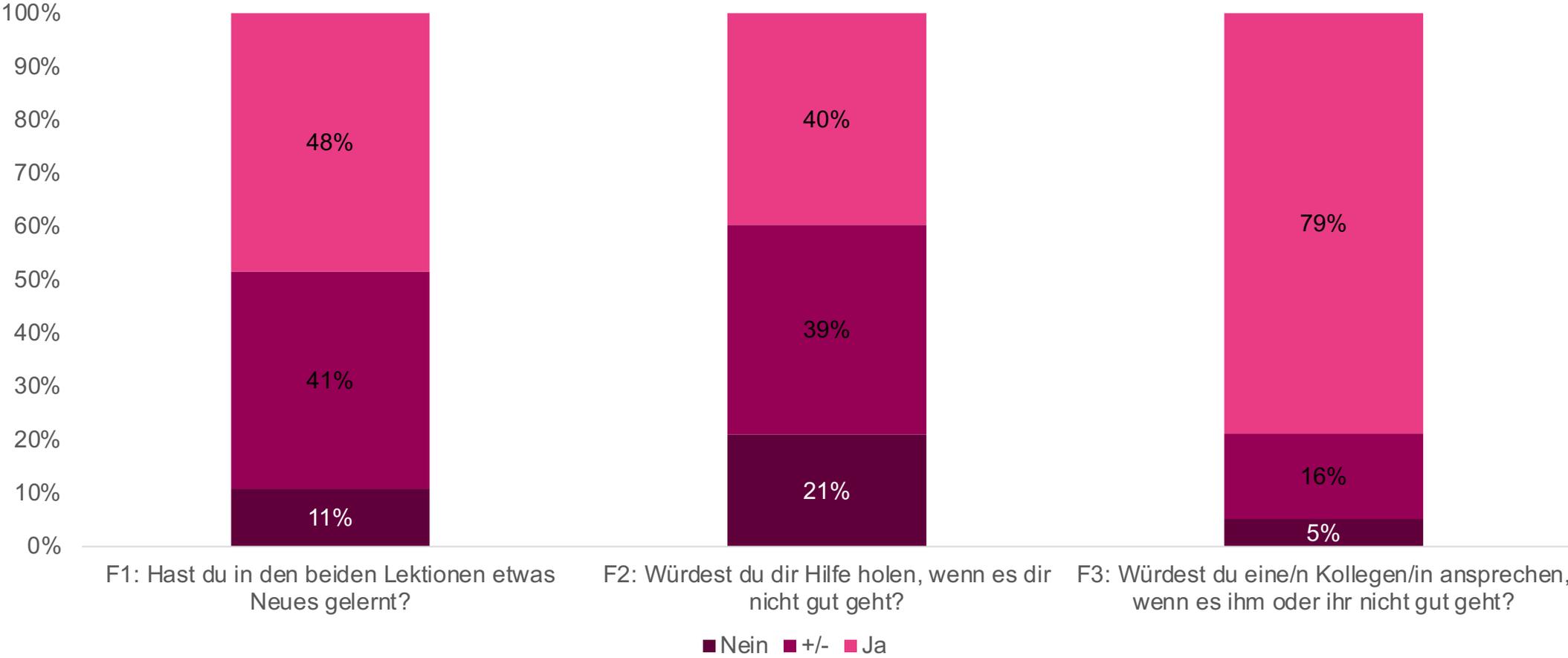


**Mach den  
Selbsttest!**



# Evaluation SJ 2020/21: Schullektion

Zwischenstand Rückmeldungen; n=524



# Ablauf Fachinput

## Fachinput (3h):

- Einführung und Infos zum Programm «Heb Sorg! » (15')
- fachlicher Input (85'):
  - Symptome einer Krise Depression
  - Konzept und Handlungsschritte zur Früherkennung/Frühintervention
  - Vorstellen von Unterstützungs- und Beratungsangeboten
  - Vorstellen weiterer Unterrichtsmaterialien zur Prävention von psychischen Erkrankungen
- Workshoprunde (60'):
  - Vertiefung der einzelnen Themen in Workshop-Form (Gesprächsführung mit Schüler/innen in Krisen / Fallbesprechung)
  - Hälfte der TN bei SPD / Hälfte der TN bei SuP

# Früherkennung und Frühintervention

# Was ist mit **Früherkennung** und **Frühintervention** gemeint?

**Früherkennung** ist das frühzeitige Wahrnehmen von Entwicklungen, Auffälligkeiten und Ereignissen, die zu psychischen Problemen, Sucht, Gewalt, sozialer Ausgrenzung oder anderen Problemen führen.

**Frühintervention** umfasst konkrete unterstützende Massnahmen für die als gefährdet erkannten Jugendlichen.

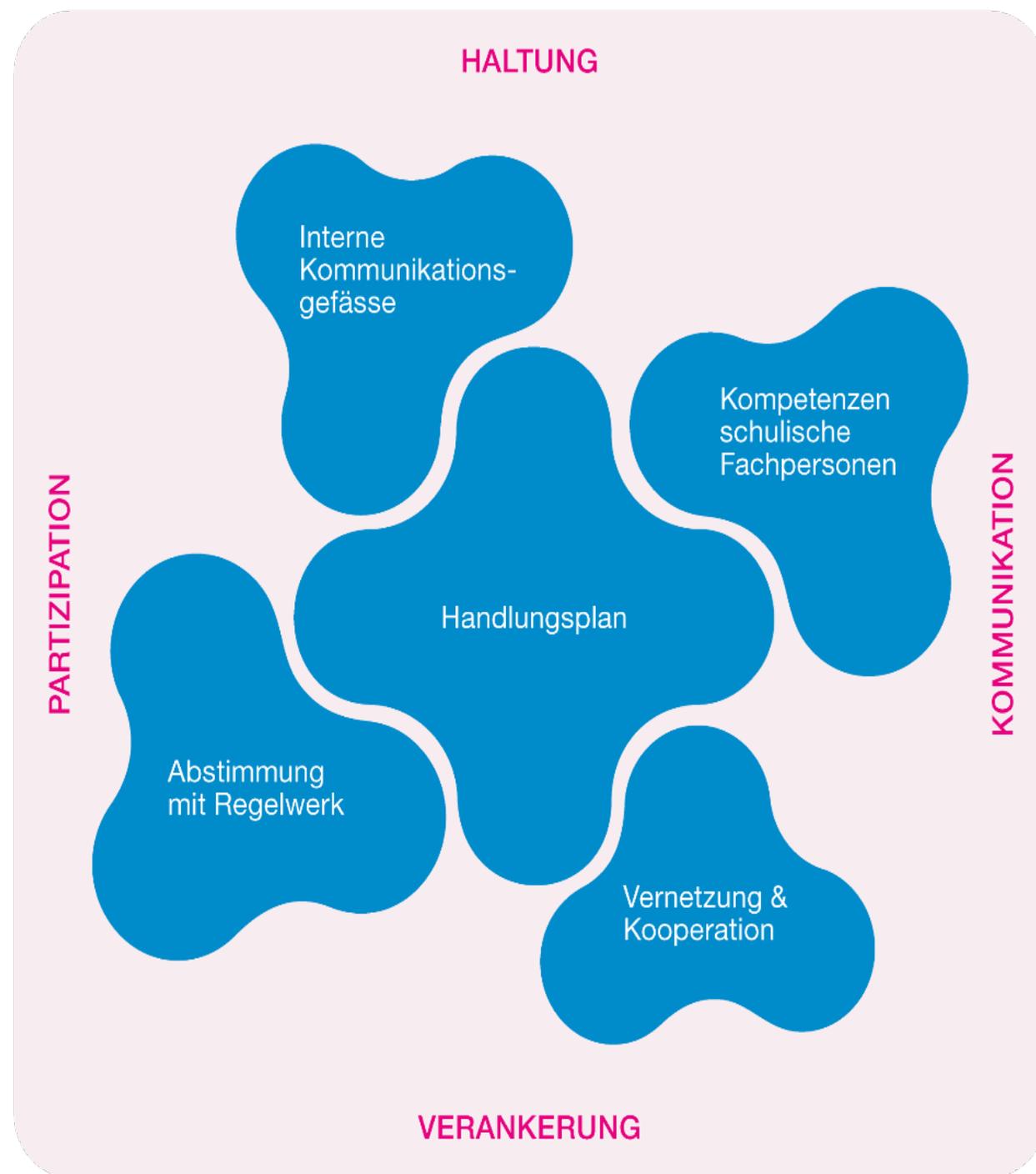
# **Ziele von Früherkennung und Frühintervention**

## **Was bringt's?**

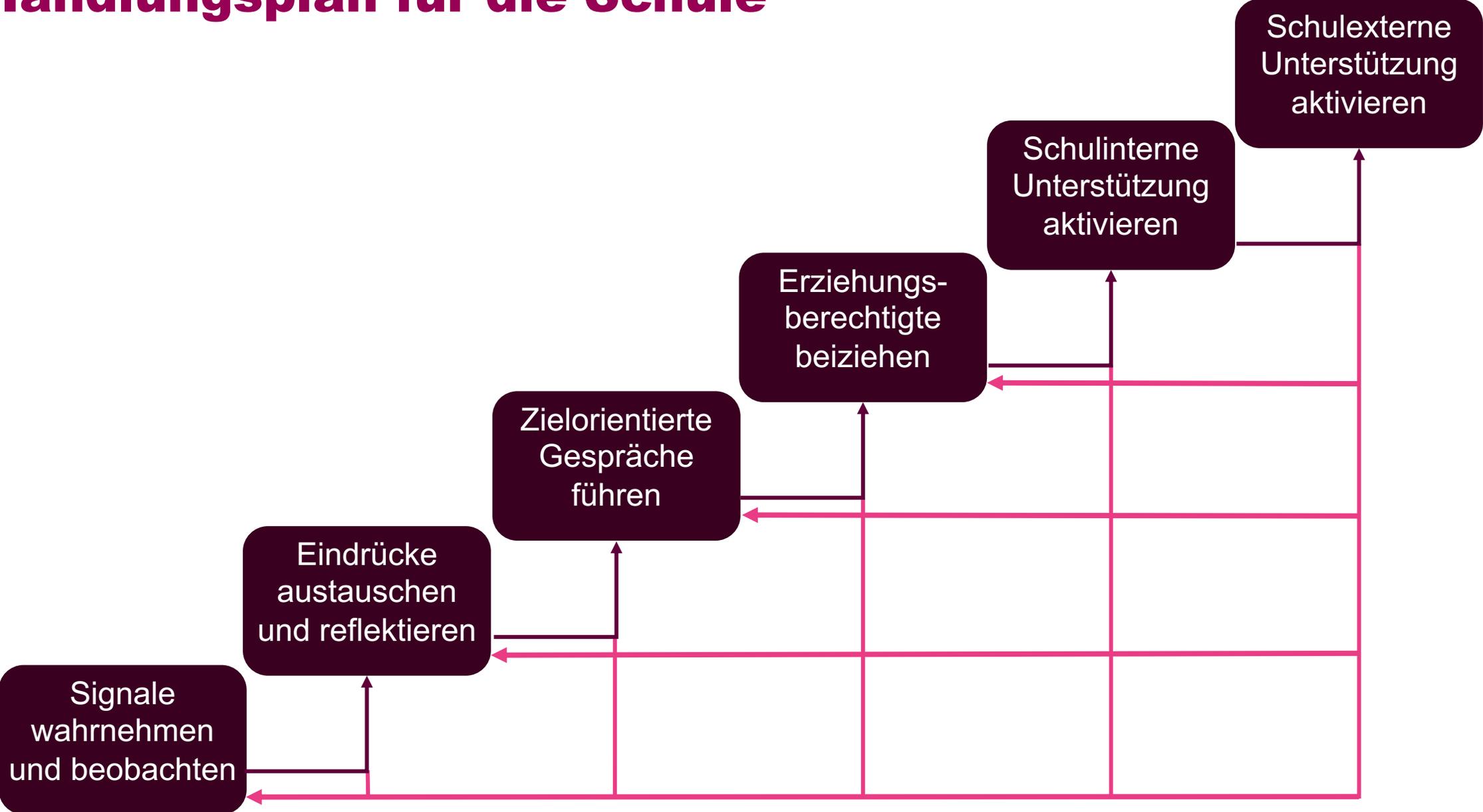
- frühzeitige professionelle Unterstützung
- gesunde Entwicklung
- **Klären und Verankern von schulinternen Vorgehensweisen und Verantwortlichkeiten konkret an eurer Schule....**
- Entlastung der Lehrperson
- besser erfüllbares Kerngeschäft
- **Entwicklung einer gemeinsamen Schulhauskultur**

# Fünf Handlungsfelder von F&F

- <https://suchtpraevention-zh.ch/suchtpraevention-fur/schulen/volksschulen/>



# Handlungsplan für die Schule



# Prozessbegleitung F&F

<https://suchtpraevention-zh.ch>

[www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention](http://www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention)

[www.stadt-zuerich.ch/schulpsychologie](http://www.stadt-zuerich.ch/schulpsychologie)

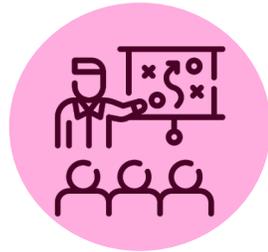


# Fragen

# Gelingensfaktor: klare Verantwortlichkeiten

WER?	WAS?
Projektteam «Heb Sorg!»	<b>Konzeption, Evaluation &amp; Weiterentwicklung:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Inhalte Fachinput, Elternabend &amp; Schullektionen ausarbeiten und weiterentwickeln</li><li>• Prozesse definieren</li><li>• Material (weiter-)entwickeln</li></ul>
Programmleitung «Heb Sorg!»	<b>Organisation Start des Programms in den Schulen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Startzeitpunkt mit Schulen festlegen → Terminkoordination mit SPD &amp; SuP</li><li>• Erstellung &amp; Druck von Begleitmaterialien</li><li>• Internet- &amp; Intranetauftritt</li></ul>
SuP	<b>Organisation Fachinputs und Elternabende:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Detailplanung &amp; Absprachen mit SL</li><li>• Vorbereiten &amp; Mitnehmen der Begleitmaterialien</li></ul>
SPD & SuP	<b>Umsetzung Fachinputs und Elternabende:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• inhaltliche Vorbereitung &amp; Absprachen</li><li>• gemeinsame Durchführung</li></ul>
SPD	<b>Organisation &amp; Umsetzung Schullektionen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Detailplanung &amp; Absprachen mit LP</li><li>• Vorbereiten &amp; Mitnehmen der Begleitmaterialien</li><li>• Durchführung der Schullektionen</li></ul>

# Gelingensfaktor: Reihenfolge und Umsetzungszeitpunkt der Bausteine von «Heb Sorg!»



## Lehr- und Betreuungspersonen

Weiterbildung für das  
Schulpersonal der  
Sekundarstufe



## Eltern

Elternabend  
& Infolyer

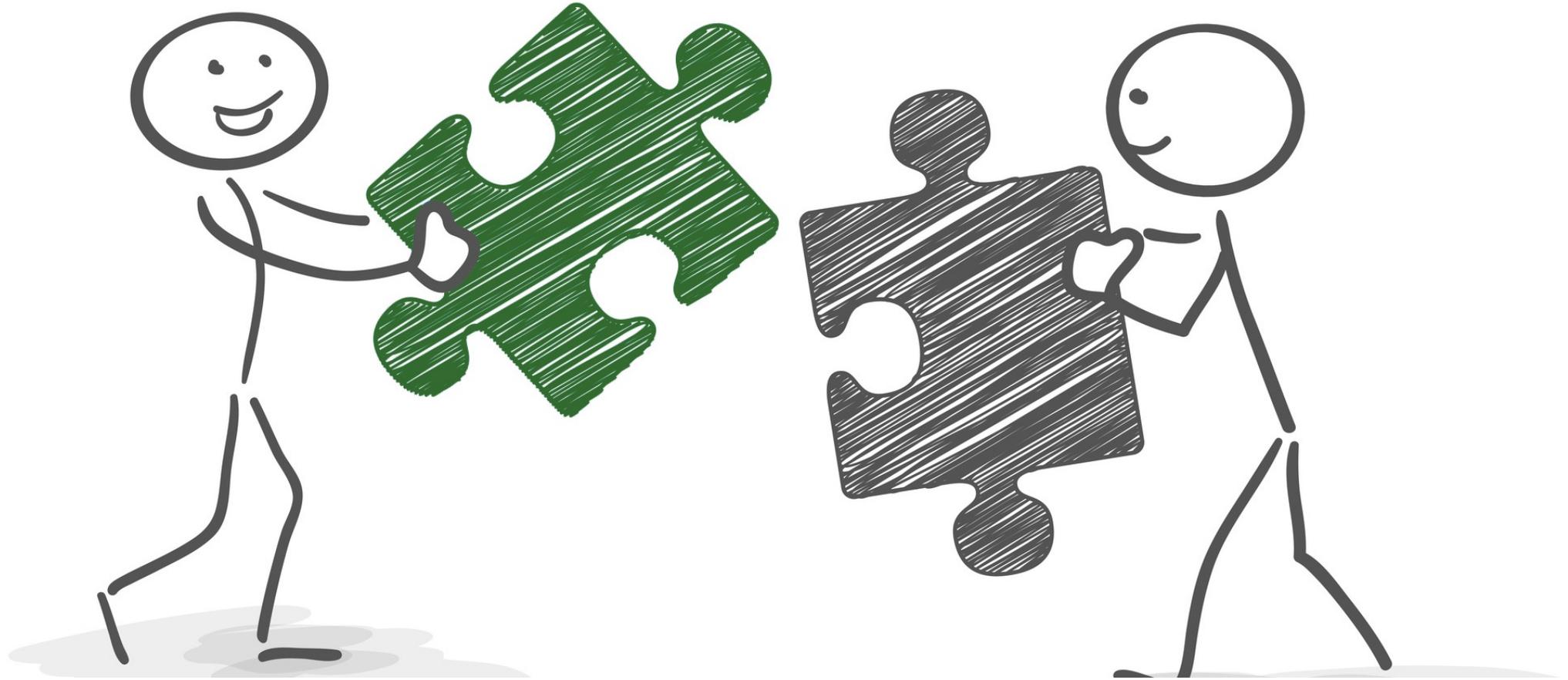


## Schüler/innen

2 Unterrichtslektionen für  
alle 2. Sek-Schüler/innen  
& Infolyer

<b>Rhythmus</b>	alle 3 Jahre	jährlich	jährlich
<b>Schuljahr 2022/23</b>	gemäss Absprache mit SL	nach Fachinput	nach Elternabend
<b>Schuljahr 2023/24</b>	zu Beginn Schuljahr	bis November 2023	bis Sportferien 2024

# Gelingensfaktor: Zusammenarbeit SPD & SuP



# Gelingensfaktoren und Stolpersteine

- Zeitliche Ressourcen/ Belastungen  
Schulen/ Schulgesundheitsdienste
- Finanzielle Ressourcen
- Klarer, verbindlicher Auftrag
- Laufende Evaluation und  
Anpassung
- Realistischer Zeitrahmen für die  
Umsetzung



## «Heb Sorg!» ist gelungen wenn...

- Bewusstsein um die zunehmende Bedeutung der psychischen Gesundheit in Kindheit & Jugend bzw. für Schulen geschärft wurde
- Grundlagenkenntnisse zu Verhaltensauffälligkeiten und kritischen Entwicklungsschritten von Kindern und Jugendlichen vermittelt sind
- gemeinsame Haltung im Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen angegangen wurde
- geklärte Verantwortlichkeiten und interner Austausch stattfinden
- Kompetenzen in der Gesprächsführung entwickelt werden
- Kooperationen mit Eltern und externen Fachstellen intensiviert wird

## Weitere Infos zu «Heb Sorg!»

VSZ-Seite unter Schule+ →  
Gesundheit → «Heb Sorg!»:  
[https://vsz.intranet.stzh.ch/wissen/gesundheit/gesundheit\\_heb-sorg](https://vsz.intranet.stzh.ch/wissen/gesundheit/gesundheit_heb-sorg)

Website Stadt Zürich:  
[stadt-zuerich.ch/hebsorg](http://stadt-zuerich.ch/hebsorg)

Anfrage für weitere Materialien:  
[alexandra.papandreou@zuerich.ch](mailto:alexandra.papandreou@zuerich.ch)



# Kontakte

- Petra Buchta, Leiterin Suchtpräventionsstelle Zürich  
[petra.buchta@zuerich.ch](mailto:petra.buchta@zuerich.ch)
- Matthias Obrist, Leiter Schulpsychologischer Dienst Zürich  
[matthias.obrist@zuerich.ch](mailto:matthias.obrist@zuerich.ch)
- Claudia Guler, Programmleiterin «Heb Sorg!» a.i. (bis Ende Juni 2022)  
[claudia.guler@zuerich.ch](mailto:claudia.guler@zuerich.ch)
- Alexandra Papandreou, Programmleiterin «Heb Sorg!» (ab Juli 2022)  
[alexandra.papandreou@zuerich.ch](mailto:alexandra.papandreou@zuerich.ch)

**Vielen Dank für Ihre  
Teilnahme!**

**Weitere Fragen werden  
gerne beim Apéro  
beantwortet**