



1000  
Schätze



# Gesundheit und Suchtprävention in der Grundschule

Programminformation für Schulen

## 1000 Schätze für Ihre Grundschule

Mit dem erfolgreichen und praxiserprobten Programm „1000 Schätze“<sup>1</sup> unterstützen Schulen das gesunde Aufwachsen ihrer Schüler\*innen ab dem ersten Schultag.

Das evaluierte Programm ist für ein Schuljahr ausgelegt und zielt auf die Förderung von Lebenskompetenzen, Bewegung und Achtsamkeit. Die Methoden und Materialien berücksichtigen Kinder mit besonderem Förderbedarf und mit geringen Deutschkenntnissen. Ein Programmbaustein widmet sich dem Thema „Kinder suchtkranker Eltern“.

*„Die 1000 Schätze-Stunden heißen bei uns „besondere Stunden“, die einen hohen Stellenwert haben.“*

Lehrkraft

## Das Programm hebt die Schätze der Kinder

In zehn Klassenmodulen sowie fakultativen Einheiten aus der „Methoden-Schatzkiste“ setzen sich die Schüler\*innen u. a. mit folgenden Fragen auseinander:

- Was sind unsere Stärken und Talente?
- Wie gehen wir respektvoll miteinander um?
- Wie können wir im Schulalltag konzentriert lernen?
- Wie können wir Probleme erfolgreich bewältigen?



*„Das Programm ist super für Klassenklima und Teamfindung.“*

Lehrkraft

Mit interaktiven und kreativen Einheiten wie Bilderbuchkino, Gruppendiskussionen, Geschichten, Koordinationsspielen und Liedern erfahren die Schüler\*innen auf spielerische Weise viel über ihre Stärken, Gefühle und Wünsche – und über die ihrer Mitschüler\*innen. So erlernen sie gleichzeitig ein gutes Miteinander, alles verbunden mit viel Spaß und Bewegung. In ihrem persönlichen 1000 Schätze-Heft vertiefen sie am Ende jedes Unterrichtsmoduls das behandelte Thema.

## 1000 Schätze-Trainer\*innen unterstützen die Schulen

Zu 1000 Schätze-Trainer\*innen qualifizierte Fachkräfte für Suchtprävention vermitteln den verantwortlichen Klassenlehrkräften in drei halbtägigen Workshops das notwendige Knowhow für das Programm und begleiten sie bei der Umsetzung. Durch die berufsspezifische Fachkompetenz der Trainer\*innen erhalten die Lehrkräfte praxisrelevantes Wissen zu den schulischen Unterstützungsmöglichkeiten für Kinder aus suchtbelasteten Familien und bauen gleichzeitig ihre regionale Vernetzung aus.

*„Beim Thema Sucht spüren die Lehrer Entlastung auf zweierlei Weise. Zum einen ganz konkret: Wie gehe ich als Lehrkraft mit dem Thema um? Aber auch: Da gibt es Beratungsstellen, ich muss nicht alles selber können und machen.“*

1000 Schätze-Trainerin

## Mehrebenenansatz sorgt für Nachhaltigkeit

Durch das Kombinieren von Angeboten auf den verschiedenen Ebenen (Klasse, Eltern und Schule als Organisation) lassen sich nachhaltig Effekte auf die psychosoziale Gesundheit der Kinder erzielen.

Die Elterntreffen des 1000 Schätze-Programms finden in einer lockeren Atmosphäre statt. Sie schaffen einen Raum, in dem sich die Eltern über ihre „Erfahrungs-Schätze“ austauschen, bereichert durch fachliche Impulse aus dem 1000 Schätze-Programm. Die Informationsmaterialien für Eltern stehen in neun Sprachen zur Verfügung.

Mit Hilfe der Stärkeanalyse kann die Schule mit Begleitung ihres Trainers oder ihrer Trainerin, in ihrem individuellen Tempo und mit den Schwerpunkten, die aktuell wichtig sind, einen weiteren Schritt hin zu einer gesunden Schule gehen.

## Evaluation belegt: Programmziele werden erreicht

Die Evaluation der Pilotphase im Schuljahr 2017/18 hat gezeigt, dass die Klassenmodule den Einbezug aller Kinder ermöglichen, Spaß machen und dass die Programmziele erreicht werden. Die Eltern bewerteten das Programm sehr positiv. Die Lehrkräfte erlebten besonders die Zusammenarbeit mit den 1000 Schätze-Trainer\*innen als sehr hilfreich und entlastend. Zudem konnten sie durch das Programm mehr Sicherheit im Umgang mit einer vermuteten elterlichen Suchterkrankung gewinnen. Die Erfahrungen aus der Pilotphase wurden eingearbeitet und ab 2020 wird das aktualisierte Programm in einem Rollout ausgeweitet.

<sup>1</sup> Das 1000 Schätze-Programm wurde von Dr. Heidi Kuttler, Cooptima entwickelt und wird von der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH) gefördert. Die Programmkoordination und Umsetzung liegt bei der Niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen (NLS).

## Zielebene Schule als Lebenswelt

- Gesundheitsförderung mit dem 1000 Schätze-Programm strukturell verankern
- Ressourcen und Kompetenzen sichtbar machen und ggf. ausbauen

### Angebote

- Information und Begleitung durch 1000 Schätze-Trainer\*innen (regionale Fachkräfte für Suchtprävention)
- Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit
- 1000 Schätze-Buch für das Lehrerzimmer
- Stärkeanalyse (Gesundheitsförderung in der Schule u.a. Lehrer\*gesundheitsförderung)
- Vernetzungsposter zur Strukturierung und ggf. Ausbau der lokalen Vernetzung

*„Wir sind hier grundsätzlich eine Jammerkultur. Hier können wir mal unsere Stärken sehen und kommen raus aus der Jammerkultur.“*

Schulleiter

*„Die Stärkeanalyse hat Positives bewirkt an den Schulen, auch wenn schon vieles gut lief. Sie lenkt den Blick aufs Gute.“*

1000 Schätze-Trainerin

*„Lehrergesundheit und Pausen sind jetzt ein großes Thema an der Schule, da ist ganz viel in Bewegung gekommen.“*

Lehrkraft

*„Ich habe es zur Gewohnheit gemacht in unserer Dienstbesprechung einen Tagesordnungspunkt fest aufzunehmen: Lob und Anerkennung. Damit es um was Positives geht.“*

Schulleiter

*Modul 1: Achtsam sein, zur Ruhe kommen:  
„Gelungenes Modul, gutes Ruheritual.“*

Lehrkraft

*„Die Kinder hören gern die Musik und verlangen danach. Besonders Kinder mit Migrationshintergrund profitieren.“*

Lehrkraft

*„Toll fand ich, was wir an Bewegung und Liedern gehabt haben ... das ist super wichtig.“*

Lehrkraft

## Zielebene Schülerinnen und Schüler

### Förderung von

- Lebenskompetenzen
- Bewegung
- Achtsamkeit/Konzentration

### Angebote

- 10 Klassenmodule für die erste Klasse à 60-90 Minuten mit Liedern, Gruppenübungen, Bewegungsspielen, Bilderbuchkino und mehr
- Schatzkiste mit flexibel einsetzbaren kurzen Einheiten
- Musik-CD „In mir sind 1000 Schätze“

*Modul 4: Angst haben, mutig sein:  
„Von der Geschichte waren die Kinder begeistert und erzählten frei von ihren Ängsten.“*

Lehrkraft



## Zielebene Lehrkräfte

- Qualifizierung und Begleitung durch 1000 Schätze-Trainer\*innen
- Ressourcenorientierte Zusammenarbeit mit den Eltern

### Angebote:

- Workshop 1: Das 1000 Schätze-Programm
- Workshop 2: Ressourcenorientierte Elternarbeit
- Workshop 3: Kinder aus suchtbelasteten Familien erkennen und fördern
- Workshop 4 (optional): herausfordernde Elterngespräche meistern
- Umfassende Programmmaterialien (z.B. Manual und 1000 Schätze-Box)

„Das Erlernte aus Workshop 3 konnte an meiner Schule sofort umgesetzt werden. Die Lehrkraft gestaltete ein Gespräch mit einer Mutter, deren getrenntlebender Mann alkoholabhängig ist, auf der Grundlage des 1000 Schätze-Konzeptes und hatte ein ganz tolles Gespräch.“

1000 Schätze-Trainerin

„Das Programm war für mich ein Ruhepol. Ich als Lehrkraft habe da mit den Kindern zusammen gelernt, achtsamer zu werden, auf mich und den Moment zu achten.“

Lehrkraft

„Für Kinder ist das Programm toll und macht Spaß.“

Mutter

„Hat Spaß gemacht, auch mal andere Eltern zu treffen und sich auszutauschen.“

Eltern zum Elterntreffen

## Zielebene Eltern

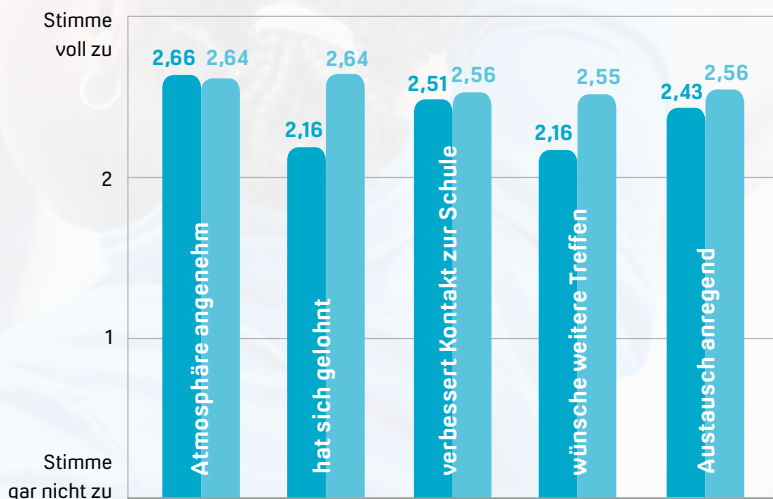
- Förderung der Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus
- Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenz
- Blick der Eltern auf die Ressourcen ihres Kindes lenken
- Förderung des Austauschs der Eltern untereinander

### Angebote:

- Zwei Elternbroschüren, jeweils in neun Sprachen
  - „So lernt Ihr Kind“
  - „So gelingt der Schulstart“
- 1000 Schätze-Elterntreffen „So gelingt der Schulstart“
- 1000 Schätze-Elterntreffen „Gesund aufwachsen zwischen Fernseher und Smartphone“ (optional)

## Bewertung der Elterntreffen durch die Eltern

(Mittelwerte; ohne Migrationshintergrund n = 113, mit Migrationshintergrund n = 45)



## Profil des 1000 Schätze-Programms

- Wissenschaftlich fundiert und mit Erfolg erprobt
- Hoher Praxisbezug
- Ready to start: vollständig aufbereitete Materialien in hoher Qualität – auch über die Programmlaufzeit hinaus:
  - Programm-Manual
  - Musik-CD „In mir sind 1000 Schätze“
  - 1000 Schätze-Box
  - Mehrsprachige Materialien für die Elternarbeit
- Konsequenter ressourcenorientiert
- Kompatibel mit den Kerncurricula der Länder
- Begleitung und Unterstützung der Schulen durch 1000 Schätze-Trainer\*innen (qualifizierte regionale Präventionsfachkräfte)
- Praxisrelevantes Wissen zum Erkennen und zur Unterstützung von Kindern aus suchtbelasteten Familien
- Geringe Kosten: 90 Euro pro Schule und Schuljahr (unabhängig von der Anzahl der teilnehmenden Klassen)

*„Mit dem 1000 Schätze-Programm wird eine Zielgruppe erreicht, die bislang kaum von Präventionsprogrammen berücksichtigt wird. Der Blick auf die Stärken und auf das, was bereits gelingt, fördert die positive Bindung an die Schule und unterstützt die Schüler\*innen nachweislich in ihrer gesunden Entwicklung.“*

Ricarda Henze, Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (Programmleiterin)

## Flexibilität in der Umsetzung

- Option, einzelne Module für die Elternarbeit und die Schule auch in das 2. Schuljahr zu legen
- Methodenschatzkiste für Klassen, Eltern und Lehrkräfte

### Sie haben Interesse, das 1000 Schätze-Programm an Ihrer Schule umzusetzen?

Dann kontaktieren Sie bitte [info@nls-online.de](mailto:info@nls-online.de) oder den/die 1000 Schätze-Trainer\*in in Ihrer Region. Informationen unter [www.1000schaetze.de](http://www.1000schaetze.de)

*„Das Ziel war, wissenschaftliche Erkenntnisse zur Gesundheitsförderung von Kindern in ein alltagsnahes, gut umsetzbares Programm für die Schule zu übertragen. Und natürlich sollte es den Kindern Spaß machen. Die Evaluation zeigt, dass dies zum großen Teil gelungen ist.“*

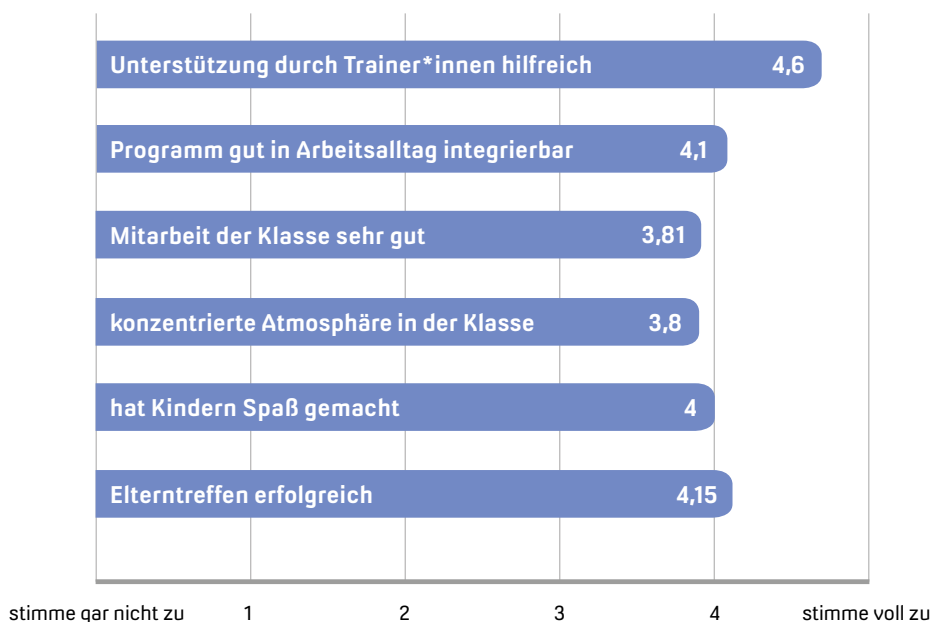
Dr. Heidi Kuttler, Cooptima (Programmentwicklerin)

*„Die Wurzeln von psychischen Erkrankungen reichen bis ins Kindesalter. Genau hier setzt 1000 Schätze an und möchte Kinder stärken – für eine gesunde Zukunft.“*

Franziska Klemm, Kaufmännische Krankenkasse (Programmverantwortliche)

## Programmbewertung durch die Lehrkräfte

(Mittelwerte; n=16)



## Programmablauf im Überblick



### Impressum:

#### Programm:

KKH Kaufmännische Krankenkasse  
Karl-Wiechert-Allee 61, 30625 Hannover  
www.kkh.de



#### Konzept und Autorenschaft:

Dr. Heidi Kuttler, COOPTIMA – Prävention und Gesundheitskommunikation  
Talweg 44, 79540 Lörrach  
www.cooptima.de



#### Programmkoordination, Umsetzung und Herausgeberin:

Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (NLS)  
Gruppenstraße 4, 30159 Hannover  
www.nls-online.de



Die NLS ist eine Landesfacharbeitsgemeinschaft der LAG der Freien Wohlfahrtspflege in Niedersachsen e.V.

#### Umsetzung im Land Berlin:

Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH  
Chausseestraße 128/129, 10115 Berlin-Mitte  
www.kompetent-gesund.de

