

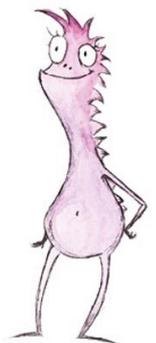
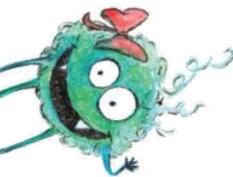


Das Lebenskompetenzprogramm für die Volksschule.

„Gemeinsam stark werden“ ist das neue **Unterrichtsprogramm zur psychosozialen Gesundheitsförderung** von Kindern im Volksschulalter (1. – 4. Schulstufe). Als universelles Präventionsprogramm orientiert sich „Gemeinsam stark werden“ am **Lebenskompetenzansatz** der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und leistet einen Beitrag zur **Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention**, sowie zur **Prävention psychischer Störungen**.

Ziele des Programms:

- Die Stärkung der Lebenskompetenzen, die eine Voraussetzung für ein gesundes, selbstbestimmtes und erfülltes Leben sind.
- Die Persönlichkeitsentwicklung und Resilienzförderung der Kinder.
- Die Vorbeugung von Sucht- und Gewaltverhalten.
- Professionalisierung von Lehrpersonen in der Vermittlung von Sozial- und Lebenskompetenzen mit besonderem Fokus auf die Haltung und Beziehungsgestaltung.



Das kostenfreie Angebot:

„Gemeinsam stark werden“ wird österreichweit kostenlos angeboten und von der PH als F angeordnet. Im Burgenland ist der Veranstalter die Soziale Dienste Burgenland GmbH - Suchtprävention Bgld.

Wir bieten:

- **Eine Fortbildung für Lehrpersonen**, 24 UE (z.B. 2 x 1 1/2 Tage oder 3 Tage oder 5 Nachmittage)
Die Fortbildung für Lehrkräfte umfasst verschiedene wissenschaftliche Aspekte und Theorien der Persönlichkeitsbildung, Lebenskompetenzförderung, Reflexion und Beziehungsgestaltung sowie ein Kennenlernen und Ausprobieren der „Gemeinsam stark werden“ Unterrichtsmaterialien sowie Übungen und hat den Anspruch einer guten Balance zwischen Theorie und Praxis.
- **Ein Reflexionstreffen**, ca. 1/2 Jahre nach den 24 UE (4 UE)
Bei diesem verpflichtenden Termin, in dem es um Erfahrung und Fragen aus der Praxis geht, erfolgt auch die Zertifikatsübergabe.
- **Wissenschaftlich gestützte Unterrichtsmaterialien.**
Die „Gemeinsam stark werden“ – Mappe mit 46 Unterrichtseinheiten für die 1. – 4. Schulstufe inklusive einer Handreichung für Lehrkräfte.
- **„Gemeinsam stark werden“ Schulzertifikat**
Mindestens 70% aller aktiven Lehrpersonen Ihrer Schule haben die Fortbildung „Gemeinsam stark werden“ und ein Reflexionstreffen absolviert.

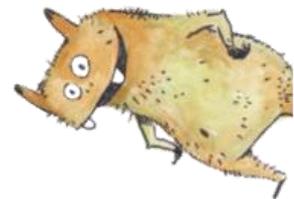




Inhalte:

Lebenskompetenzen ermöglichen es uns, mit der Welt, unserem Leben und dessen Belastungen zurechtzukommen. Sie sind das Rüstzeug, mit dem wir Herausforderungen meistern und den Alltag erfolgreich bewältigen können. „Gemeinsam stark werden“ enthält **46 Lehreinheiten mit über 200 Übungen** zur Förderung der folgenden **personalen und sozialen Kompetenzen:**

- Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen
- Selbstfürsorge, Entspannungs- und Genussfähigkeit
- Umgang mit Stress und herausfordernden Emotionen
- Entscheidungs- und Problemlösefähigkeit
- Kreatives und kritisches Denken
- Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit
- Selbstkenntnis und Selbstbehauptung
- Umgang mit Differenzen
- Fähigkeit zur Wertverwirklichung
- Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme



Von der Unterstützung und Förderung in diesen Bereichen profitiert nicht nur das einzelne Kind, sondern auch die Klasse als Ganzes. So trägt die Umsetzung des Programms auch zu einer **Verbesserung des Klassenklimas** bei.

„**Gemeinsam stark werden**“ bietet eine Vielzahl von **erlebnisorientierten Methoden zur Persönlichkeitsförderung:** Kennenlernspiele, Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen, Reflexionsübungen, Kreatives Gestalten, Vertrauens- und Gemeinschaftsübungen, Redekreis, Ich-Buch, Ratespiele, Entspannungsübungen, Wahrnehmungsspiele, Handpuppenübungen, Bewegungsspiele, Lieder und Rhythmusübungen, Rollenspiele usw.

Um Kinder in ihrer Persönlichkeitsentwicklung nachhaltig zu stärken, setzt „Gemeinsam stark werden“ gleichzeitig auf mehreren Ebenen an:

- **Unterrichtsgestaltung:** Bereitstellung von Unterrichtsmaterialien
- **Beziehungsgestaltung:** Hinweise für eine persönlichkeitsfördernde Lehrer*innen-Schüler*innen-Beziehung
- **Einbindung der Eltern** bzw. des sozialen Umfelds
-



Projektleitung und Information:

Duřanka Weber-Goranović, BA

Tel: +43 5 0944 2100

E-Mail: duřanka.weber-goranovic@soziale-dienste-burgenland.at



Weitblick GmbH
Zukunft gestalten

ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG