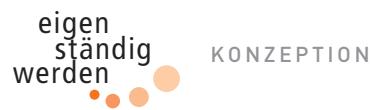


**ICH BIN**  
EINMALIG  
SELBST  
FREUND  
SONNE  
WÜTEND  
LACHEN  
GEFÜHLE  
DU.

eigen  
ständig  
werden



Das pädagogische Stabilitätsprogramm



## Eigenständig werden

ist ein wissenschaftlich gestütztes Unterrichtsprogramm zur Persönlichkeitsentwicklung von Kindern in Volksschulklassen. Es beruht auf einem Konzept der WHO zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention und dem Grundgedanken zur Entfaltung von **Lebenskompetenzen**. Die Entwicklung und Förderung von persönlichkeitsstärkenden Faktoren wie Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen, Umgang mit Stress und negativen Emotionen, Kommunikation, Selbstbehauptung und Standfestigkeit, kreativem Denken, Kritik- und Problemlösungsfähigkeit haben sich als effektive Methode zur Vorbeugung von Gewalt, Aggression, Sucht und Stress erwiesen.

**Eigenständig werden** vermittelt interessierten Lehrkräften das Programm in Form von Schulungsveranstaltungen und stellt umfangreiche Unterrichtsmaterialien zur Verfügung. Es lässt sich als flexible Unterrichtseinheit einsetzen und wird in Deutschland, Österreich und Südtirol seit kurzer Zeit erfolgreich umgesetzt.

Diese Broschüre demonstriert Ihnen umfassend das pädagogische Konzept von **Eigenständig werden** und soll Ihr Interesse wecken, Kindern durch gezielte Lehrinhalte auf dem Weg zur Persönlichkeitsentwicklung zu begleiten.



**Eigenständig werden** wird unterstützt von Mentor Österreich, Rotary Österreich dem Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur und der Arge Suchtvorbeugung. Dafür bedanken wir uns im Namen der Kinder an dieser Stelle sehr herzlich!

ICH BIN EINMALIG, SELBST, FREUND, SONNE,  
WÜTEND, LACHEN, GEFÜHLE, DU.



ICH WILL STÄRKE, KLARHEIT, FREUDE,  
AUFPASSEN, HELFEN, WÄRME, DICH.





### Kinder und Jugendliche

werden in ihrem sozialen Umfeld täglich mit Herausforderungen konfrontiert, deren Bewältigung soziale und personale Kompetenz erfordert. Studien belegen, dass keine oder verminderte Zugehörigkeit zu Gleichaltrigen, niedriges Selbstbewusstein, geringes Bewältigungspotential und Entwicklungsdefizite im Kindesalter, sich im Laufe der Entwicklung störend auf die Persönlichkeit auswirken und ausweichendes Verhalten wie Substanzmissbrauch verursachen.

Und genau da setzt **Eigenständig werden** mit seinen drei klar definierten Zielen an: **Erstens**. Dem Kind die Fähigkeiten zu vermitteln, sich in der heutigen Welt zurechtzufinden und unvorhersehbare Situationen zu bewältigen. **Zweitens**. Durch gezielte Gesundheitsförderung Unfälle, Verhaltensstörungen, Suchtverhalten, Misshandlungen und sexuellem Missbrauch entgegen zu wirken. **Drittens**. Zwischen Schule, Familie und sozialem Umfeld des Kindes partnerschaftliche Beziehungen aufzubauen und zu fördern.

Gesundheitsförderung in der Schule bedeutet ein tägliches in Beziehung treten in all den verschiedenen Lebensbereichen. Aber auch der richtige Mix aus kompetenten, engagierten Lehrern, Direktoren und Schulärzten, sowie der Einsatz flexibler Unterrichtsmodule fördert und motiviert Schüler. Werden Gesundheitsförderungsprogramme früh genug und langfristig angesetzt, entwickeln sich Bewusstsein und psychosoziale Kompetenz der Kinder nachhaltig.



### Eltern und PädagogInnen

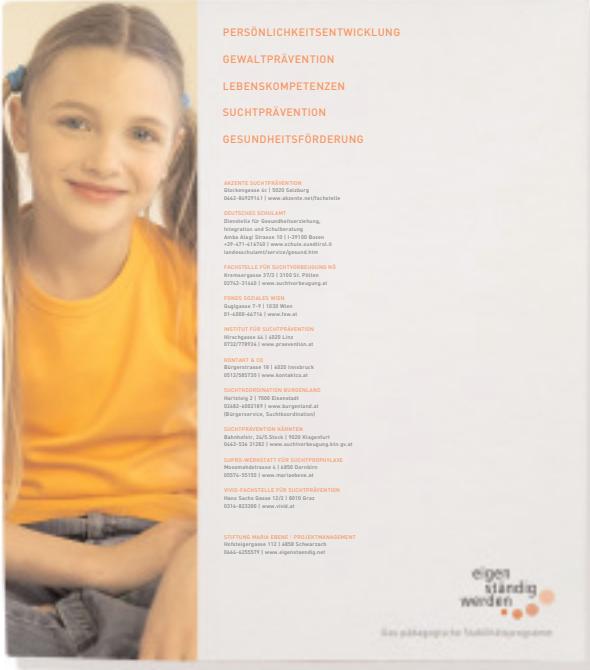
sind die wichtigsten Partner bei der Umsetzung dieses Programms. Die sich stetig verändernden Anforderungen aus der Gesellschaft verlangen gleichzeitig eine Anpassung der Qualität des Erziehungsauftrages sowohl in der Schule als auch im Elternhaus. Eine enge Zusammenarbeit und regelmäßiger Erfahrungsaustausch sind wichtig für die erfolgreiche Umsetzung dieses Programms. Es beinhaltet konkrete Maßnahmen und Methoden, die es den Eltern ermöglichen, den Sinn der Ausbildung zu verstehen und eine Kooperation mit PädagogInnen und Kindern einzugehen.

Eigenständig werden legt großen Wert auf Qualität. Lehrkräfte, die in einer dreitägigen Ausbildung geschult werden, können mit den mitgelieferten Materialien die pädagogisch aufbereiteten Inhalte flexibel in Unterrichtseinheiten einsetzen. Das Programm wird in seiner Wirkung ständig überprüft und bewertet.

Die Evaluierung nach zwei Jahren zeigte bei 75% der SchülerInnen eine Verbesserung der Lernbereitschaft und einen offenen Zugang zu Stressbewältigung und Problemlösung und machte "total Spaß".

ICH KANN STREITEN, REDEN, NACHDENKEN,  
BEZIEHUNG, ZIELE, LIEB HABEN, ES.





**Arbeitsordner** für Lehrkräfte mit pädagogischen und didaktischen Hinweisen, ausgerichtet auf konkrete Unterrichtseinheiten sowie Anregungen für die Elternarbeit.



### Zu den Arbeitshilfen

gehört auch eine **Handpuppe** als didaktisches Mittel zur Darstellung des Umgangs mit Gefühlen.

Danke für Ihr Interesse!



eigen  
ständig  
werden

PROJEKTKOORDINATOREN

**AKZENTE SUCHTPRÄVENTION**

Glockengasse 4c | 5020 Salzburg  
0662-84929141 | [www.akzente.net/fachstelle](http://www.akzente.net/fachstelle)

**DEUTSCHES SCHULAMT**

Dienststelle für Gesundheitserziehung,  
Integration und Schulberatung  
Ambo Alagi Strasse 10 | I-39100 Bozen  
+39-471-416740 | [www.schule.suedtirol.it](http://www.schule.suedtirol.it)  
[landesschulamt/service/gesund.htm](http://landesschulamt/service/gesund.htm)

**FACHSTELLE FÜR SUCHTVORBEUGUNG,  
KOORDINATION UND BERATUNG**

Brunnengasse 8 | 3100 St. Pölten  
02742-31440 | [www.suchtvorbeugung.at](http://www.suchtvorbeugung.at)

**FONDS SOZIALES WIEN**

Guglgasse 7-9 | 1030 Wien  
01-4000-66716 | [www.fsw.at](http://www.fsw.at)

**INSTITUT FÜR SUCHTPRÄVENTION**

Hirschgasse 44 | 4020 Linz  
0732/778936 | [www.praevention.at](http://www.praevention.at)

**KONTAKT & CO**

Bürgerstrasse 18 | 6020 Innsbruck  
0512/585730 | [www.kontaktco.at](http://www.kontaktco.at)

**SUCHTKOORDINATION BURGENLAND**

Hartsteig 2 | 7000 Eisenstadt  
02682-6002189 | [www.burgenland.at](http://www.burgenland.at)  
(Bürgerservice, Suchtkoordination)

**SUCHTPRÄVENTION KÄRNTEN**

Bahnhofstr, 24/5.Stock | 9020 Klagenfurt  
0463-536 31282 | [www.suchtvorbeugung.ktn.gv.at](http://www.suchtvorbeugung.ktn.gv.at)

**SUPRO-WERKSTATT FÜR SUCHTPROPHYLAXE**

Moosmahlstrasse 4 | 6850 Dornbirn  
05574-55155 | [www.mariaebene.at](http://www.mariaebene.at)

**VIVID-FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION**

Hans Sachs Gasse 12/2 | 8010 Graz  
0316-823300 | [www.vivid.at](http://www.vivid.at)

**BITTE WENDEN SIE SICH FÜR WEITERE  
INFORMATIONEN AN EINE  
PROJEKTKOORDINATORENSTELLE IHRER  
WAHL.**

**ÖSTERREICHWEITE PROJEKTKOORDINATION  
STIFTUNG MARIA EBENE | PROJEKTMANAGEMENT**  
Maria Ebene 17 | 6820 Frastanz 0664-6255579 | [www.eigen-  
staendig.net](http://www.eigenstaendig.net)

[www.eigenstaendig.net](http://www.eigenstaendig.net)

[WWW.EIGENSTAENDIG.NET](http://WWW.EIGENSTAENDIG.NET)

„Ich muss wohl zwei oder drei Raupen aushalten,“ sagte die Blume zum kleinen Prinz, „wenn ich die Schmetterlinge kennen lernen will. Auch das scheint sehr schön zu sein. Wer wird mich sonst besuchen? Du wirst ja weit weg sein. Was aber die großen Tiere angeht, so fürchte ich mich nicht. Ich habe meine Dornen.“

Antoine de Saint-Exupéry | Der kleine Prinz

eigen  
ständig  
werden

Das pädagogische Stabilitätsprogramm