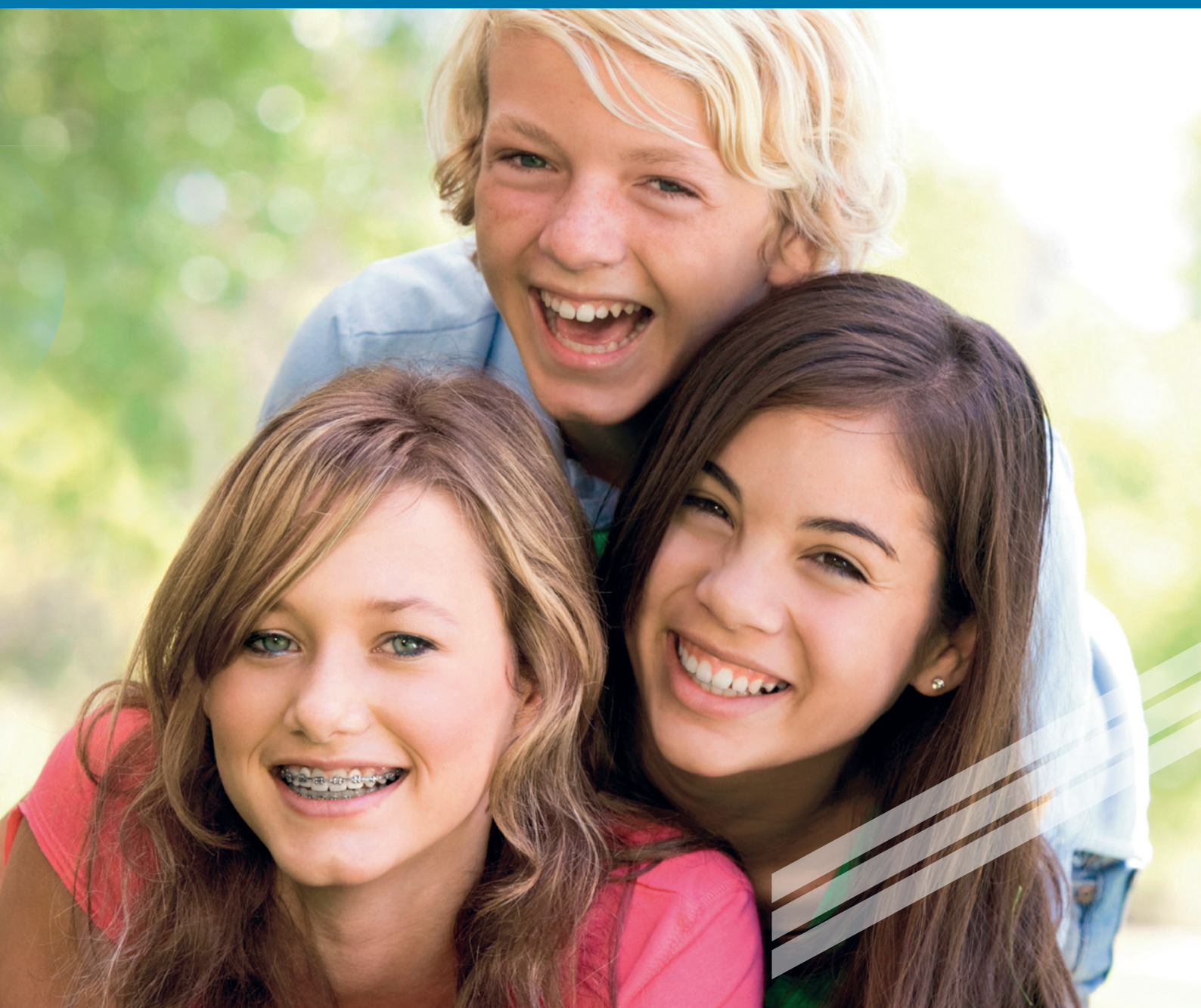


# Das österreichische Präventionsprogramm

für die 5. bis 8. Schulstufe



# Lebenskompetenzprogramm für die 5. bis 8. Schulstufe

**Lebenskompetenzprogramme gelten international als die wirkungsvollsten (sucht-) präventiven Maßnahmen im Schulbereich. Die österreichischen Fachstellen für Suchtprävention garantieren als Entwickler und Träger von „plus“ ein qualitativvolles Produkt, das österreichweit evaluiert und vom Institut für Psychologie der Universität Innsbruck wissenschaftlich begleitet wird.**

## Das Programm „plus“

ÖSTERREICHISCHE **ARGE**  
SUCHTVORBEUGUNG

Mit „plus“ werden die Schüler:innen gezielt bei der Entwicklung kognitiver, sozialer und emotionaler Kompetenzen unterstützt, um anstehende Entwicklungsaufgaben positiv bewältigen zu können. Themen wie z. B. Klassengemeinschaft, Stressbewältigung, die eigene Identität, Konsumverhalten, Medien, Alkohol oder der Umgang mit Konflikten spielen dabei eine zentrale Rolle.

„plus“ unterstützt mit gezielt entwickelten Materialien und Methoden Pädagog:innen dabei ein gutes Klassenklima zu fördern und somit die Basis für das soziale Lernen und eine positive Persönlichkeitsentwicklung der Schüler:innen schaffen zu können. „plus“ ist aufbauend über vier Schulstufen umsetzbar, da die speziell ausgewählten Elemente des Präventionsprogramms wie ein roter Faden durch das Labyrinth der Herausforderungen führen. Mit jeder Aufgabe wächst die Kompetenz der Schüler:innen, sich der nächsten Herausforderung selbstbewusst und eigenverantwortlich zu stellen.

„plus“ gliedert sich in 4 Schulstufen mit jeweiligen Jahresschwerpunkten.

### 5. Schulstufe

Ressourcen aufspüren – miteinander umgehen

- Die Klasse
- Ich selbst
- Die anderen
- Konsum
- Miteinander

### 6. Schulstufe

Ressourcen integrieren – Kompetenzen erweitern

- Identität
- Umgang mit Stress
- Konflikte
- Helfen und helfen lassen
- Medien

### 7. Schulstufe

Fähigkeiten anwenden und üben

- Selbstbewusstsein
- Verantwortung
- Freundinnen/Freunde
- Geschlecht & Geschlechtsidentitäten
- Nikotin

### 8. Schulstufe

Fähigkeiten unter schwierigen Bedingungen aufrechterhalten

- Werbung
- Alkohol
- Streiten
- Scheitern und Verlieren
- Freizeit und feiern

Das Programm „plus“ bietet Lehrpersonen von der 5. bis zur 8. Schulstufe fachliche und methodische Kompetenz, um (sucht-)präventiv mit ihren Schüler:innen arbeiten zu können.



## Fortbildungstermine

Die Fortbildungsreihe ist kostenlos und baut aufeinander auf. Lehrkräfte werden über vier Jahre von qualifizierten Trainer:innen begleitet. In Schulungen und Reflexionstreffen werden sowohl Inputs zu den entwicklungspsychologischen Besonderheiten der jeweiligen Jahrgangsstufe vermittelt, als auch methodische und fachliche Fragen aufgegriffen. Einen wichtigen Stellenwert nimmt dabei der Erfahrungsaustausch der Lehrpersonen untereinander ein. „plus“-Lehrer:innen schätzen vor allem die gut aufbereiteten Materialien, die sich ohne großen Zeitaufwand direkt im Unterricht umsetzen lassen.

**Die Anmeldung für „plus“ ist über das online Portal der PH Vorarlberg möglich oder direkt unter [info@supro.at](mailto:info@supro.at).**

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.supro.at](http://www.supro.at). Bei Fragen oder Interesse wenden Sie sich bitte an: [info@supro.at](mailto:info@supro.at) oder 05523 549 41

**Detaillierte Termine der Fortbildungen und Anmeldeinformationen finden Sie auf dem Beilagenblatt.**

## Zitate

*„Die Unterrichtsmaterialien lassen sich ohne viel Zusatzaufwand in der wöchentlichen „Soziales Lernen“- Stunde in der 1. Klasse einsetzen und die Schüler:innen haben Gefallen an den teils lustigen Kooperationsspielen gefunden und profitieren aus meiner Sicht sehr von den vorgeschlagenen Übungen und Inhalten. Das „plus“-Konzept dient als wichtige Basis für die Etablierung eines Klassenrates und bietet neben der „Verzichts-Challenge“ einige Highlights im Schulalltag.“*

„plus“-Lehrperson, Bezirk Feldkirch, Mai 2023

*...Das „plus“-Programm hilft mir enorm, weil ich für jedes Problem, bei jeder schwierigen Situation von meinen Schüler:innen auf etwas zurückgreifen kann. Ich bin nun im 3. Schuljahr mit meiner Klasse (7. Schulstufe) und die Lehrerkolleg:innen im Gymnasium beneiden mich für meine tolle Klasse, die sehr viel Akzeptanz und Anstand innerhalb der Klassengemeinschaft zeigt. Das alles wäre nicht möglich, ohne der Unterstützung des „plus“-Programmes...*

*...Ich mache bis heute sehr gerne Aufgaben aus der Mappe, weil ich merke, dass sie etwas bewirken. Die richtige Motivation, mit dem Programm weiterzumachen, sind aber die zwei Kursnachmittage im Jahr. Ohne die vielen Inputs von den Kursleiter:innen und von den Lehrer:innen, die aus unterschiedlichen Schulen mit verschiedenen Problemen herkommen, wären das Programm und die Mappe viel weniger interessant. Richtig hautnah werden die Inhalte und das Programm, wenn man die Erfahrungen austauschen und die zukünftigen Aufgaben gemeinsam besprechen kann.“*

„plus“-Lehrperson, Bezirk Dornbirn, Mai 2023



SUPRO –  
Gesundheitsförderung und Prävention  
Am Garnmarkt 1, 6840 Götzis  
T 05523 54941, info@supro.at  
www.supro.at

