



**plus** ist das österreichische *Lebens- und Sozialkompetenzförderung zur Sucht- und Gewaltprävention für die 5. bis 8. Schulstufe.*

Zum Erhalt einer guten psychischen Gesundheit braucht es einerseits ein gesundheitsförderndes Umfeld und andererseits persönliche Resilienz. Das sind Fähigkeiten um mit den altersbedingten Entwicklungsaufgaben erfolgreich fertig zu werden. Ängste, Unsicherheit und Stress können besser gemeistert werden, wenn Schüler:innen über gute Lebens- und Sozialkompetenzen verfügen. In einem konstruktiven Klassenklima geht im Unterricht viel weiter, entwickeln Jugendliche bessere soziale Kompetenzen und sind folglich weniger gefährdet in Suchtverhalten zu geraten.

Die Fähigkeit um mit Anforderungen des Lebens fertig zu werden und die Auseinandersetzung mit dem eigenen (Gesundheits-) Verhalten schützt nicht nur vor Suchtentstehung. Auch zur Mobbing-, Gewalt- und Suizidprävention ist die Förderung des Klassenklimas und der individuellen sozialen Fertigkeiten unerlässlich.

Mit dem Präventionsprogramm „PLUS“ bekommen Lehrkräfte Werkzeug in die Hand um Jugendliche über vier Jahren bei der Entwicklung sozialer und emotionaler Kompetenzen zu unterstützen. Es geht u.a. um Themen wie: Wie geht es den anderen in meiner Klasse, Wie gehe ich mit Stress um, Wie setze ich mir realistische Ziele, Was braucht es für gute Kommunikation, .... Aber auch die eigene Rolle als Lehrkraft wird angesprochen. Durch das Programm wird ein gutes Klassenklima und gute Zusammenarbeit gefördert. Die Beziehung vom Klassenvorstand mit der Klasse, ein wesentlicher Faktor für gutes Lernen, wird gestärkt. Die Wahrscheinlichkeit der Entstehung von sozial unangepassten und schädlichen Verhaltensweisen – insbesondere von Sucht- und Gewaltproblemen – wird so verringert. PLUS ist eine logische Fortsetzung von unserem Angebot an Volksschulen „Gemeinsam stark werden“ (vorhin: "Eigenständig werden").

Lehrkräfte, beginnend mit einer ersten Klasse erhalten in der Fortbildung eine Materialsammlung und exakte Übungsanleitungen. In der Fortbildung werden viele Übungen probiert und auf die Umsetzbarkeit in der eigenen Klasse geprüft.

Eine Österreichweite Evaluationsstudie zeigte positive Effekte auf Sozial- und Konsumverhalten der Schülerinnen und Schüler, wenn regelmäßig Einheiten aus dem PLUS-Manual im Unterricht umgesetzt werden (10 Einheiten pro Schuljahr, eine Doppelstunde oder zwei Unterrichtsstunden im Monat). Die Umsetzung gelingt optimal, wenn pro Schulklasse der Klassenvorstand und mindestens eine weitere Lehrkraft aus derselben Klasse regelmässig am Programm teilnehmen. Die **Umsetzung im Lehrer:innenteam** gewährleistet die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches sowie eine Aufteilung.

Klassen, wo **PLUS** durchgeführt wird, bekommen pro Schuljahr einen kostenlosen Klassenworkshop zum aktuellen Thema (im ersten Jahr: Konsum, im zweiten Jahr Medien, im dritten Jahr Nikotin, im vierten Jahr Alkohol, Rausch und Risiko).

Um auch die Eltern ins Projekt einzubinden werden von der Fachstelle Suchtprävention für **PLUS**-Klassen kostenlos Elternvorträge zu verschiedenen Themen angeboten (Konsum, Medien, Rauchen, Alkohol). Auf Wunsch werden suchtmittelspezifische Informationen bereitgestellt.

Termine:

**Online Informationsveranstaltung** (3UE) „Grundlagen der Suchtvorbeugung in der Schule – plus“ (am 4. Okt. 15:00 – 17:30h)

**Themen:** Information über Ziele und Möglichkeiten der Suchtvorbeugung in der Schule und über Aufbau und Inhalte bei plus. Daraufhin kann entschieden werden am Programm teil zu nehmen (diese Online-Veranstaltung ist Voraussetzung für die Teilnahme an der plus-Ausbildung und wird an mehreren Terminen online angeboten, aktuelle Termine auf der Homepage)

Einführung „**plus - Lebens und Sozialkompetenzförderung**“ am 20./21. Oktober 2023, Freitag 13:00 – 18:30 und Samstag 9:00h – 15:00h (12UE),

➤ **Neuer Veranstaltungsort: BG / BRG St. Johann!**

Themen: Gruppenentwicklung, SuS lernen sich selbst kennen, Umgang miteinander, Erprobung einzelner exemplarischer Methoden, Projektvorschlag Konsum und Verzicht.  
Materialienmappe für das restliche Schuljahr.

**Fortbildung mit Jahresschwerpunkt Medien im darauffolgenden Jahr:**

Am Freitag 20. Sept. 2024, 9:00 – 17:00h (8 UE);

Unterrichtseinheiten für die 6. Schulstufe, Suchtprävention und internetfähige Medien.

**Fortbildung mit Jahresschwerpunkt Rauchen im dritten Jahr:**

Im Sept./Okt. 25, 9:00 – 17:00h (8 UE);

Unterrichtseinheiten für die 7. Schulstufe werden erarbeitet.

**Fortbildung mit Schwerpunkt Alkohol/Feiern im vierten und letzten Jahr:**

Sept./Okt. 26, 9:00 – 17:00h (8UE).

**Abschlussveranstaltung:**

Mai 2027 (6UE) genauer Termin in Absprache mit der Gruppe  
Zertifikatsverleihung und Input zu einem aktuellen Thema

Sind Sie an **PLUS- Lebens- und Sozialkompetenzförderung** interessiert: Gerne informiere ich Sie detailliert über unsere Angebote und stehe ich für Anfragen zur Verfügung!

**Mag. Anne Arends**

Fachbereich Schule, Projektkoordination Salzburg PLUS

**Akzente Fachstelle Suchtprävention** im Land Salzburg  
Glockengasse 4c/3. Stock 5020 Salzburg  
Tel: (+43) (0)662-849291-42  
Fax: (+43) (0)662-849291-22  
E-Mail: [a.arends@akzente.net](mailto:a.arends@akzente.net),  
[www.akzente.net/suchtpraevention](http://www.akzente.net/suchtpraevention)

