



**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 Fähigkeiten um mit den altersbedingten Entwicklungsaufgaben erfolgreich fertig zu werden. Ängste, Unsicherheit und Stress können besser gemeistert werden, wenn Jugendliche über gute Lebens- und Sozialkompetenzen verfügen.

Andererseits ist ein gesundheitsförderndes Umfeld wichtig. In einem konstruktiven Klassenklima geht im Unterricht viel weiter, entwickeln Jugendliche bessere soziale Kompetenzen und sind folglich weniger gefährdet in Suchtverhalten zu geraten.

Mit dem Präventionsprogramm „PLUS“ bekommen Lehrkräfte Werkzeug in die Hand um Jugendliche über vier Jahren bei der Entwicklung sozialer und emotionaler Kompetenzen zu unterstützen. Themen wie: Umgang mit Stress, realistische Zielsetzung, gute Kommunikation, aber auch die eigene Rolle als Lehrkraft werden angesprochen. Die Beziehung vom Klassenvorstand mit der Klasse 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").

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.

Lehrkräfte 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 Übungen umsetzen.

Klassen, wo **PLUS** durchgeführt wird, bekommen einen kostenlosen Klassenworkshop zu einem Thema (erste Schulstufe: Konsum und Flucht, im zweiten Jahr Medien, im dritten Jahr Nikotin, in der vierten Klasse: Alkohol, Rausch und Risiko).

Die Fachstelle Suchtprävention bietet für **PLUS**-Klassen kostenlos Elternvorträge zu verschiedenen Themen an (Konsum, Medien, Rauchen, Alkohol). Auf Wunsch werden suchtmittelspezifische Informationen bereitgestellt.

Bei Bedarf können Sie in einer **Online Informationsveranstaltung** (3UE) „Grundlagen der Suchtvorbeugung in der Schule – Informationen zum Programm plus“ (Ziele und Möglichkeiten der Suchtvorbeugung in der Schule, Aufbau und Inhalte) bekommen.

Termine plus (Teilnahme an allen drei Terminen ist erforderlich):

**Teil 1 plus - Lebens und Sozialkompetenzförderung** am 17./18 Oktober 2025, Freitag 10:00 – 18:30 und Samstag 9:00h – 16:00h (18UE)

Die Unterrichtseinheiten für die 1. und 2. Klasse werden besprochen. Inhalte: u.a. Gruppenentwicklung, Umgang miteinander, sich selbst kennen, Online-Medien, Erprobung einzelner exemplarischer Methoden.

**Teil 2 plus - Lebens und Sozialkompetenzförderung**, 9./10. Okt. 2026, Freitag 10:00 – 18:30 und Samstag 9:00h – 16:00h (16UE)

Die Unterrichtseinheiten für die 3. und 4. Klasse werden besprochen. Themen: u.a. Nikotin- und Alkoholkonsum. Materialienmappe wird kostenlos zur Verfügung gestellt

### **Teil 3 Abschluss plus**

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

Veranstaltungsort: Seminarraum bei Akzente, Glockengasse 4c, Salzburg

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)

