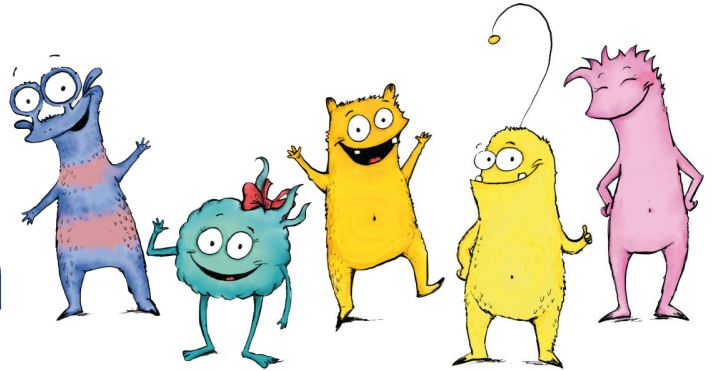


Gemeinsam stark werden



Das Lebenskompetenzprogramm für Kinder im Alter von 0 bis 10 Jahren. Informationsblatt

„Gemeinsam stark werden“ ist ein Programm zur Stärkung jener Lebenskompetenzen, die Voraussetzung für ein gesundes, selbstbestimmtes und erfülltes Leben sind. „Gemeinsam stark werden“ fördert das Grundvertrauen, die Beziehungsfähigkeit, den Selbstwert und die Werteverwirklichung von Kindern im Alter von 0 bis 10 Jahren und unterstützt Sie auf ihrem Weg in ein eigenverantwortliches Leben voller Freude, Mut und Tatendrang.

Gemeinsam stark werden (GSW) besteht aus zwei Programnteilen: GSW-elementar für den elementaren Bildungsbereich (0-6 Jahre) und GSW-primar für die Primarstufe (6-10 Jahre).

GSW-primar wird seit 2018 in ganz Österreich, Liechtenstein und Südtirol umgesetzt. Knapp 60 Trainer:innen haben bisher ca. 4500 pädagogische Fachkräfte fortgebildet.

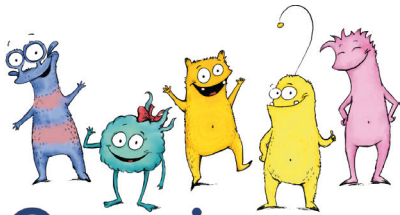
GSW-elementar wird seit 2023 umgesetzt. Neben Fortbildungen für fertig ausgebildete, pädagogische Fachkräfte wird die Programmschulung Österreich auch im Rahmen der Elementarpädagogikausbildung angeboten. Bisher haben insgesamt 427 pädagogische Fachkräfte die Fortbildung in Wien, Steiermark und Niederösterreich abgeschlossen.



Gemeinsam stark werden
elementarer Bildungsbereich



Gemeinsam stark werden
für die Primarstufe



Gemeinsam stark werden

ELEMENTAR & PRIMAR

Stellungnahme bezüglich der der Leitlinien für effektive Präventionsprogramme

Als evidenzbasierte Lebenskompetenzprogramme berücksichtigen sowohl GSW – elementar, als auch GSW – primar die Leitlinien für effektive Präventionsprogramme¹, die auch von der Grünen Liste Prävention² angeführt werden:

1. übergreifender Ansatz:

Risiko- und Schutzfaktoren werden in mehreren sozialen Bereichen zugleich angegangen.

- Gemeinsam stark werden (GSW) bezieht neben der Bildungseinrichtung selbst (Schule bzw. elementarpädagogische Einrichtung) die Lehrperson bzw. elementarpädagogische Fachkraft, als auch das direkte Umfeld der Kinder (Bezugspersonen, Klassengemeinschaft, Freundinnen und Freunde) mit ein.

Mehrere Aktivitäten werden in ein Programm integriert (bspw. direkte Verhaltensprävention auf der individuellen Ebene und Verhältnisprävention durch Veränderung des Umfelds, z.B. Verbesserung des Schulklimas).

- GSW verbindet struktur- und personenorientierte Ansätze: Verbesserung der personalen und sozialen Kompetenzen der Kinder, Verbesserung des individuellen Wohlbefindens der Kinder und des Klassenklimas, persönlichkeitsfördernde Alltags- und Lebensraumgestaltung, Verbesserung der Kompetenzen von pädagogischen Fachkräften im Bereich Persönlichkeitsförderung.

2. Methodenvielfalt

Mehr als eine Lern-, Lehr- oder Interventionsmethode wird verwendet.

- GSW beinhaltet eine Vielzahl verschiedener Methoden, Sozialformen und Materialien, um die gesetzten Ziele zu erreichen.

Interaktive Bestandteile, Übungen und praktische Anwendungen im Alltag werden verwendet, reine Informations- und Wissensvermittlung reicht nicht aus.

- GSW-elementar: Raum- und Materialgestaltung, Interaktionsgelegenheiten, Naturerlebnisse, musikalische Impulse, ästhetisch-gestalterische Impulse und Bewegungsimpulse, Forschungsanregungen, Literacy und Kinderliteratur, Reflexionsfragen für die Planung, Sichtbarmachung der Bildungsprozesse durch Kinder-Portfolios uvm.
- GSW-primar: Kennenlernspiele, Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen, Reflexionsübungen, Übungen zum Problemlösen, kreatives Gestalten, Vertrauens- und Gemeinschaftsübungen, Redekreis, Entspannungsübungen, Fantasiereisen, Handpuppenübungen, Koordinations- und Bewegungsübungen, Lieder und Rhythmusübungen, Rollenspiele, Projektarbeit, Forschungsaufträge uvm.

3. ausreichende Intensität

Mehr als ein einmaliges Ereignis ist nötig, die Aktivität umfasst eine gewisse zeitliche Dauer und inhaltliche Intensität.

- GSW-elementar bietet zahlreiche Impulse für eine kontinuierliche Anwendung über die gesamte Zeit, die ein Kind in der Bildungseinrichtung verweilt.
- GSW-primar bietet insgesamt 48 Lehreinheiten, die über alle Schulstufen hinweg regelmäßig umgesetzt und ggf. auch vertieft werden können und empfiehlt einen Umsetzungsstandard von zwei Unterrichtseinheiten alle zwei Wochen.

Das Niveau der Intensität passt zum Risiko-Niveau der Teilnehmer (je mehr Risiko vorliegt, umso intensiver ist die Maßnahme).

- Alle Lehreinheiten bzw. Praxisbausteine bieten eine umfangreiche Auswahl an Übungen, Varianten und Methoden, die je nach Bedarf und Risikoeinschätzung der pädagogischen Fachkraft zusammengestellt werden können. Zudem werden bei bestimmten Übungen Hin-

weise und Umsetzungsalternativen angeboten. Auch in der Handreichung finden sich pädagogisch-didaktische Informationen und Vertiefungsmöglichkeiten zum Umgang mit risikobehafteten Situationen. Bei Bedarf kann die Umsetzung einzelner Bereiche des Programms (z. B. Umgang mit Gefühlen oder Problemlösefähigkeit) auch intensiviert werden. Hierzu können einzelne Übungen bzw. Praxisbausteine mehrfach durchgeführt werden.

Nach dem Ende der Maßnahme werden später Auffrischungen vorgenommen („Booster-Sessions“).

- Bei Bedarf kann die Umsetzung einzelner Bereiche des Programms (z. B. Umgang mit Gefühlen oder Selbstwahrnehmung) intensiviert werden. Das Programm bietet hierzu zahlreiche stundenübergreifende Rituale an und verweist in der Handreichung auf deren Wirkungsweisen. Einzelne Übungen bzw. Praxisbausteine können mehrfach durchgeführt werden. Ergänzungs- und Vertiefungsübungen, ermöglichen eine methodisch variantenreiche Auseinandersetzung mit bereits behandelten Schwerpunkten.

4. theorie-gesteuert

Eine wissenschaftliche Untermauerung und logische Begründung (Wirkmodell) ist vorhanden, in Bezug auf

- o Ursachen für das angangene Problem (Risiko- und Schutzfaktoren);
 - o Methoden, die bestehende Risiken senken oder Schutz erhöhen können.
- GSW beruht auf dem Lebenskompetenzansatz der Weltgesundheitsorganisation³, dem Prozess- und Strukturmodell der Existenzanalyse⁴, den wichtigsten Erkenntnissen aus der Resilienzforschung⁵ und den Entwicklungsaufgaben der ersten zehn Lebensjahre⁶.
- GSW intendiert die systematische Stärkung von insgesamt 20 Lebenskompetenzen, die einerseits einen Beitrag zur psychosozialen Gesundheitsförderung und andererseits einen Beitrag zur Sucht-, Gewalt-, und Suizidprävention sowie zur Prävention psychischer Störungen leisten⁷.
- Neben dem Aufbau von Lebenskompetenzen fokussiert GSW die Stärkung der der ich-

strukturellen Voraussetzungen⁸, um ebendiese vollziehen zu können.

- Das Programm darf nur von geschulten Fachkräften aus dem pädagogischen, psychologischen oder psychotherapeutischen Feld umgesetzt werden.

5. positiver Beziehungsaufbau

Das Programm fördert starke, stabile und positive Beziehungen zwischen Kindern, bzw. Jugendlichen und (erwachsenen) Rollenvorbildern aus dem sozialen Umfeld (also nicht nur zu externen Professionellen).

- GSW richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die regelmäßig mit den Kindern in Kontakt sind, fördert deren Kompetenzen im Bereich Persönlichkeitsbildung und intendiert eine Verbesserung der Fachkraft-Kind-Interaktion. Demnach liegt ein wesentlicher Schwerpunkt von GSW im Aufbau stabiler und positiver Beziehungen zw. den Kindern und der pädagogischen Fachkraft.
- Ein wesentlicher Fokus von GSW ist die Stärkung des prosozialen Verhaltens der Kinder untereinander. Hierzu werden bei GSW insbesondere folgende Lebenskompetenzen gefördert: Vertrauen, Empathie, Beziehungsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Gemeinschaftspflege und Umgang mit Vielfalt.

6. passender Zeitpunkt

Das Programm startet, bevor das Problemverhalten begonnen hat (aber nicht zu früh, wenn der Inhalt noch keine Bedeutung für die Zielgruppe hat).

Das Programm arbeitet zu einem (entwicklungstheoretisch) günstigen Zeitpunkt.

Der Inhalt des Programms ist dem jeweiligen Entwicklungsstand der Altersgruppe angemessen.

- Als universelles Präventionsprogramm richtet sich GSW an alle Kinder im Alter von 0 bis 10 Jahren.
- GSW unterscheidet insgesamt vier „Niveaustufen“ (0-3 Jahre, 3-6 Jahre, 6-8 Jahre und 8-10 Jahre) und orientiert sich hierbei am jeweiligen Entwicklungsstand der Altersgruppe.

7. soziokulturell zutreffend

Das Programm passt zu den kulturellen Normen und Einstellungen der Zielgruppe(n).

Das Programm berücksichtigt auch individuelle Unterschiede in der Zielgruppe.

- GSW berücksichtigt und thematisiert unterschiedliche Lebensweisen und kulturelle Erfahrungen der Zielgruppe.
- Bei der Programmumsetzung werden individuelle Unterschiede bestmöglich berücksichtigt (beispielsweise gibt es Variationsmöglichkeiten bei einzelnen Übungen oder Übungen, die beispielsweise auf unterschiedliche Sprachkenntnissen Rücksicht nehmen).
- GSW-elementar orientiert sich dezidiert am Entwicklungsstand und den Bedürfnissen des jeweiligen Kindes.

Das Personal wird mit Qualifizierungen, Trainings, Fortbildungen, Supervision und Coaching unterstützt.

Die Motivation und das Engagement des eingesetzten Personals werden gezielt gefördert.

- Das Programm wird von einem interdisziplinären, qualifizierten und intrinsisch motiviertem Team entwickelt und umgesetzt.
- Die GSW-Trainer:innen erhalten eine standardisierte Ausbildung im Umfang von 40 Unterrichtseinheiten.
- Die GSW-Trainer:innen tauschen sich regelmäßig mit den regionalen Koordinator:innen bzgl. der Umsetzung der Fortbildungen aus.
- Die GSW-Trainer:innen sind verpflichtet, alle zwei Jahre an einer programmbezogenen Fortbildung teilzunehmen.

8. Wirkungsevaluation

Das Programm ist mit einem geeigneten Design auf seine Wirkungen hin untersucht.

- Bei GSW-primar wurde eine umfangreiche, mehrjährige Prozessevaluation⁹ durchgeführt. Die wichtigsten Ergebnisse hinsichtlich der Wirkung finden sich auf den nachfolgenden Seiten.
- Eine Wirksamkeitsstudie zu GSW-primar ist derzeit in Planung (Voraussichtlicher Start der Erhebungen im Jahr 2026).
- Ein Prozessevaluation zu GSW-elementar ist derzeit in Planung (Voraussichtlicher Start der Erhebungen im Jahr 2026).

Das Programm besitzt ein internes Feedback- und Monitoring-System über die Umsetzung.

- Die Umsetzung der GSW-Fortbildungen wird laufend mit standardisierten Feedbackbögen evaluiert.
- GSW wird fortlaufend evaluiert, adaptiert, erweitert und um aktuelle Gegebenheiten und Herausforderungen ergänzt.
- Schulen haben die Möglichkeit sich temporär zertifizieren zu lassen, wenn sie bestimmte Qualitätsstandards hinsichtlich der Umsetzung von GSW-primar erfüllen.

9. gut ausgebildetes Personal

Das Programm arbeitet mit gut qualifiziertem und motiviertem Personal.



Die wichtigsten Ergebnisse der Lehrpersonenbefragung im Rahmen der Prozessevaluation zu GSW-primar

Beauftragung: Weitblick GmbH und Österreichische Arbeitsgemeinschaft Suchtvorbeugung

Durchführung: x-sample (<https://www.x-sample.at/>), Projektleitung Mag. Thomas Lederer

Durchführungszeitraum: Feb 2019 bis Nov 2022

Kontakt für weiterführende Fragen: Mag. Daniel Scheyer (daniel.scheyer@weitblick-gmbh.org)

Standardisierten Online-Befragung von 279 Lehrpersonen (mit abgeschlossener GSW-primar Fortbildung) im Mai 2021

Grundgesamtheit: n=1.390, Rücklauf somit 20%. Gewichtung der Ergebnisse nach Bundesland, Geschlecht und Schulungshintergrund (Fortbildung bzw. Aufschulung).

BEURTEILUNG DER GSW-primar FORTBILDUNG und DES ARBEITSMATERIALS

- 83,3 % der befragten Lehrpersonen halten die Relevanz der vermittelten Inhalte für Ihre Arbeit relevant (Mittelwert* 1,38). Vor allem die Unterrichtsunterlagen (N=103) und die praktischen Übungen/Praxisnähe (N=101) sowie als kompetent und motiviert wahrgenommene Vortragende (N=71) liefer(te)n dazu ihren Beitrag.
- In Hinblick auf die Ausgewogenheit von praktischen Übungen und theoretischen Grundlagen empfinden 75,3% der Lehrpersonen den Anteil an theoretischen Grundlagen und 67,4% den Anteil an praktischen Übungen als genau richtig.
- Insgesamt sind 79,1% der Lehrpersonen vom GSW-Programm überzeugt (Mittelwert* 1,34). 75,3% der Lehrpersonen sind von der Orientierung an der Lebenskompetenz (Mittelwert* 1,34), 71,5% der Lehrpersonen sind von der Orientierung Lehrer:innenehaltung (Mittelwert* 1,29) und 57,6% der Lehrpersonen sind von der Orientierung an der Existentiellen Pädagogik (Mittelwert* 1,59) überzeugt. Auch die Angemessenheit für die Zielgruppe, die Anwendbarkeit, Strukturierung und grafische Aufbereitung werden als überzeugend angesehen (70-80%).
- 64,2% der Lehrpersonen würden die GSW-Fortbildung ganz sicher weiterempfehlen und 13,7% würden die Fortbildung eher weiterempfehlen.



PRIMAR **Lehrpersonenbefragung im** **Rahmen Prozessevaluation**

UMSETZUNG VON GSW-primar

- 76,8% der Lehrpersonen fühlen sich durch die GSW-Fortbildung ausreichend vorbereitet (Mittelwert* 1,78), um das Programm mit ihren Schüler:innen umzusetzen. Dabei fiel 92,8% der Lehrpersonen die Durchführung der ersten Übungen sehr leicht. Den Kindern würde die Umsetzung der GSW-Übungen Freude bereiten (N=22).

VERÄNDERUNGEN BEI LEHRPERSONEN DURCH GSW-primar

- 54,3% der Lehrpersonen nahmen Veränderungen ihrer pädagogischen Arbeit durch die GSW-Fortbildung wahr. Die Lehrpersonen gaben am häufigsten an, dass sie aufgrund der GSW-Fortbildung das soziale Lernen verstärkt im Unterricht berücksichtigen würden und durch die GSW-Fortbildung hierfür hilfreiche Ideen, Methoden und Hintergrundwissen erhalten haben.
- 39% nahmen Veränderungen in der Haltung gegenüber ihren SchülerInnen wahr. Sie würden den Kindern aufgrund der GSW-Fortbildung mit mehr Verständnis und Achtsamkeit begegnen und bewusster auf diese eingehen.

VERÄNDERUNGEN BEI SCHÜLER:INNEN DURCH GSW-primar

23,5% der befragten Lehrpersonen hatten GSW-primar über mindestens 3 Monate hin-

weg regelmäßig umgesetzt. Davon berichteten 37,4%, dass die Kinder ausschließlich positiv, und 58,4% dass die Kinder überwiegend positiv auf die GSW-Übungen reagierten. Infolge der regelmäßigen Umsetzung von GSW-Übungen berichten diese Lehrpersonen von folgenden Veränderungen, die sie in ihren Klassen beobachtet haben:

- 72,2% berichten, dass sich das Klassenklima verbessert hat.
- 72,2% berichten, dass sich bei den Kindern der Umgang mit Gefühlen verbessert hat.
- 54,6% berichten, dass sich der Umgang mit Konflikten in der Klasse verbessert hat.
- 38,7% berichten, dass sich bei den Kindern der Umgang mit Stress verbessert hat.
- 32,5% berichten, dass sich bei den Kindern der Umgang mit kulturellen Unterschieden verbessert hat.

*5-stufige Skala
von 1 = „sehr gut“
bis 5 = „sehr schlecht“

Literatur

¹Nation, M., Crusto, C., Wandersman, A., Kumpfer, K.L., Seybolt, D., Morrissey-Kane, E., Davino, K. (2003): *What Works in Prevention. Principles of Effective Prevention Programs*, American Psychologist, 58 (6/7), S. 449–456.

¹Nation, M., Keener, D., Wandersman, A., BuBois, D. (2005): *Applying the Principles of Prevention: What Do Prevention Practitioners Need to Know About What Works?* Centers for Disease Control and Prevention, Division of Violence Prevention.

¹Weissberg, R.P., Kumpfer, K.L., Seligman, M.E.P. (2003): *Prevention That Works for Children and Youth. An Introduction*, American Psychologist, 58 (6/7), S. 425–432.

²Grüne Liste Prävention (26.02.2025): <https://www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/leitlinien>

³World Health Organization. Division of Mental Health (1994): *Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 1, Introduction to life skills for psychosocial competence. Pt. 2, Guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes, 2nd rev.* Geneva: World Health Organization.

⁴Längle, A. (2008): *Existenzanalyse*. In: Längle, A. & Holzhey-Kunz, A.: *Existenzanalyse und Daseinsanalyse*. Wien: Facultas Verlag.

⁵Rönnau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2015): *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne*. Stuttgart: Kohlhammer.

⁶Oerter, R. & Montada, L. (Hrsg.) (2008): *Entwicklungspsychologie* (6., vollst. überarb. Aufl.). Weinheim: Beltz Psychologie.

⁷Reese, A. & Silbereisen, R. K. (2001): *Allgemeine versus spezifische Primärprävention von jugendlichem Risikoverhalten*. In: Freund, T. & Lindner, W. (Hrsg): *Prävention*, S. 139–162. Opladen: Leske und Budrich Verlag.

⁸Kolbe, C. (2014): *Person und Struktur*. Zeitschrift für Existenzanalyse, 31 (2), S. 32–40.

⁹Lederer-Hutsteiner, T., Hammerl, M., Nitschke, M. Schmied, K. (2022): *Prozessevaluation des Programms „Gemeinsam stark werden“*. Evaluationsbericht. Abrufbar unter: www.gemeinsam-stark-werden.org