



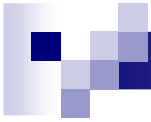
Eigenständig werden bedeutet:

- Die Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen fördern
- Gesundheitsförderung und Suchtprävention
- Gewaltprävention
- Förderung von Lebenskompetenzen

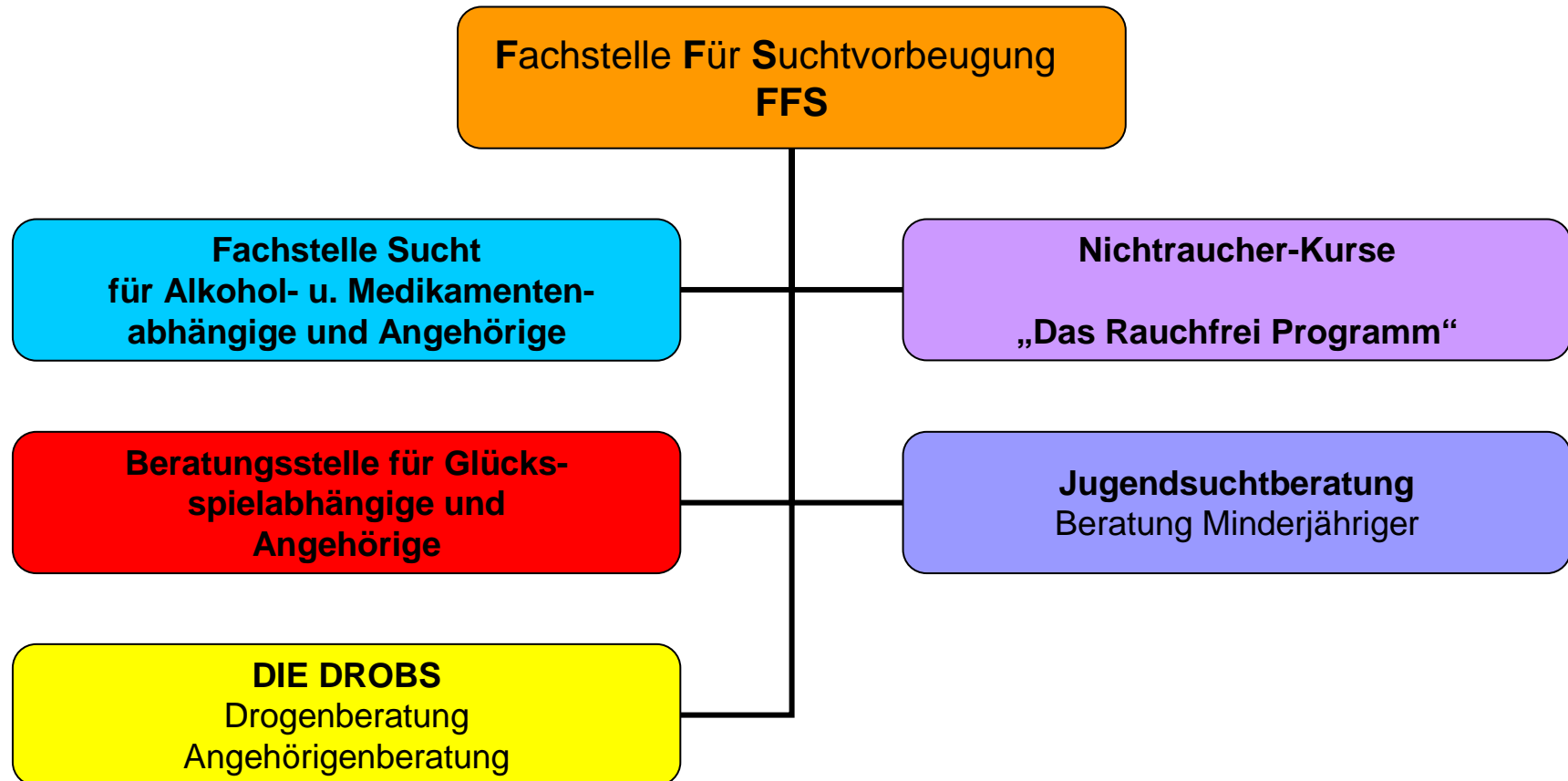


Uwe Holdmann
Dipl.-Soz.-Pädagoge
Diakon / Systemische Therapie
Fachstelle für Suchtvorbeugung
Diakonisches Werk Herford





Suchtberatung im Kreis Herford





**Eigenständig
werden**

Preisträger
Deutscher
Präventionspreis
2004



Dimensionen des Life-Skills-Konzeptes in Anlehnung an die WHO

Selbstwahrnehmung, Empathie

Problemlösen, kreatives und kritisches Denken

Kommunikation, Beziehungen

Umgang mit Stress und negativen Emotionen



Aufbau des Programms

ICH

- sich selbst kennen lernen
- Selbstvertrauen entwickeln
- Eigenverantwortung übernehmen

ICH UND DIE ANDEREN

- Verständigung mit anderen
- sich in eine Gruppe einfügen
- Beziehungen zu anderen aufbauen und pflegen

ICH UND MEINE UMWELT

- gesundheitsrelevantes Wissen erwerben
- Verantwortung für die Umwelt und die eigene Gesundheit übernehmen



ICH

1./2. Klasse

- ▶ Ich bin einmalig
- ▶ Ich werde immer größer
- ▶ Meine Sinne
- ▶ Mein Körper braucht Pflege
- ▶ Ich und meine Gefühle
- ▶ Meine Gefühle sind wichtig
- ▶ Mein Atem
- ▶ Ich entspanne mich
- ▶ Was soll ich nur machen?

3./4. Klasse

- ▶ Wachsendes Selbstvertrauen
- ▶ Das mag ich, das mag ich nicht
- ▶ Ich arbeite an meinen Schwächen
- ▶ Jetzt weiß ich weiter
- ▶ Wenn ich Angst habe
- ▶ Ich bin wütend
- ▶ Meine Gesundheit ist mir wichtig
- ▶ Bewusst entspannen
- ▶ Lernen will gelernt sein

ICH UND DIE ANDEREN

1./2. Klasse

- ▶ Ich fühle mich wohl in meiner Klasse
- ▶ Miteinander reden
- ▶ Die Menschen, die ich lieb habe
- ▶ Mein Körper kann sprechen
- ▶ Mein Land, dein Land
- ▶ Tamkin mit den grünen Haaren
- ▶ Unser Klassenrat

3./4. Klasse

- ▶ Wir helfen einander
- ▶ Gemeinsamkeiten - Unterschiede
- ▶ Auch die anderen haben Gefühle
- ▶ Dafür bin ich verantwortlich
- ▶ Eine Ecke für mich allein
- ▶ Freundschaft zählt
- ▶ Cliques
- ▶ Streiten lernen
- ▶ Mobbing

ICH UND MEINE UMWELT

1./2. Klasse

- ▶ Wenn die Sonne lacht
- ▶ Ich bin verantwortlich für meine Umwelt
- ▶ Gefahren erkennen und meiden
- ▶ Bewegungspausen im Unterricht

3./4. Klasse

- ▶ Über Werbung gelacht
- ▶ Meine Umwelt ist mir wichtig
- ▶ Das Fernsehen – mein Freund?
- ▶ So ein Lärm!



**Eigenständig
werden**

**Preisträger
Deutscher
Präventionspreis
2004**



Aufbau des Manuals

42 verschiedene Unterrichtseinheiten für die Klassenstufen 1 – 4

Ein Lehrerhandbuch, das den theoretischen Hintergrund erläutert und praktische Hinweise zur Umsetzung des Programms gibt.

Kopiervorlagen

Arbeitshilfen

Hinweise zur Elternarbeit



**Eigenständig
werden**

**Preisträger
Deutscher
Präventionspreis
2004**



Implementierung und Anwendung

LehrerInnenfortbildung über 2 Tage

Pro Grundschule mindestens 2 LehrerInnen

Fachstelle übernimmt die Fortbildungsleitung

Schulungsgruppe zwischen 8 und 16 Personen.

Idealerweise sollte mit einem neuen 1. Schuljahr begonnen werden.

Es kann aber auch mit einer bestehenden Klasse eingestiegen werden.



**Eigenständig
werden**



Preisträger
Deutscher
Präventionspreis
2004



Anmeldung

In schriftlicher Form (Anmeldeformular) über das Schulamt
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt
Mindestens 2 Personen einer Grundschule



Eigenständig 
werden



Preisträger
Deutscher
Präventionspreis
2004



Kosten

Die Schulung wird kostenlos angeboten

Die Reader werden zum Selbstkostenpreis von 80 EUR abgegeben (eventuell über Förderverein zu finanzieren)



**Eigenständig
werden**

**Preisträger
Deutscher
Präventionspreis
2004**



Erwartungen an die beschulten Lehrkräfte

- **Spaß und Freude in der Umsetzung.**
- **Regelmäßiges Arbeiten mit dem Programm (etwa eine Unterrichtsstunde in der Woche).**
- **Bereitschaft zur Evaluation über das IFT-Nord**
- **Bereitschaft „Eigenständig werden“ gut in der eigenen Grundschule zu implementieren.**

Eigenständig
werden



Kursleitung

Uwe Holdmann

Fachstelle für Suchtvorbeugung

Diakonisches Werk Herford

Hämelinger Str. 10

32052 Herford

Tel 05221-165916

Email: uwe.holdmann@dw-herford.de

web: <http://www.suchtvorbeugung-herford.de>

weitere Angebote unter:

www.bildungsinstitut-diakonie-herford.de



Jutta Krebs

Sonderpädagogin in der SEP

SCHULAMT FÜR DEN KREIS HERFORD

Schulaufsichtsbezirk I

Amtshausstr. 3

32051 Herford

