

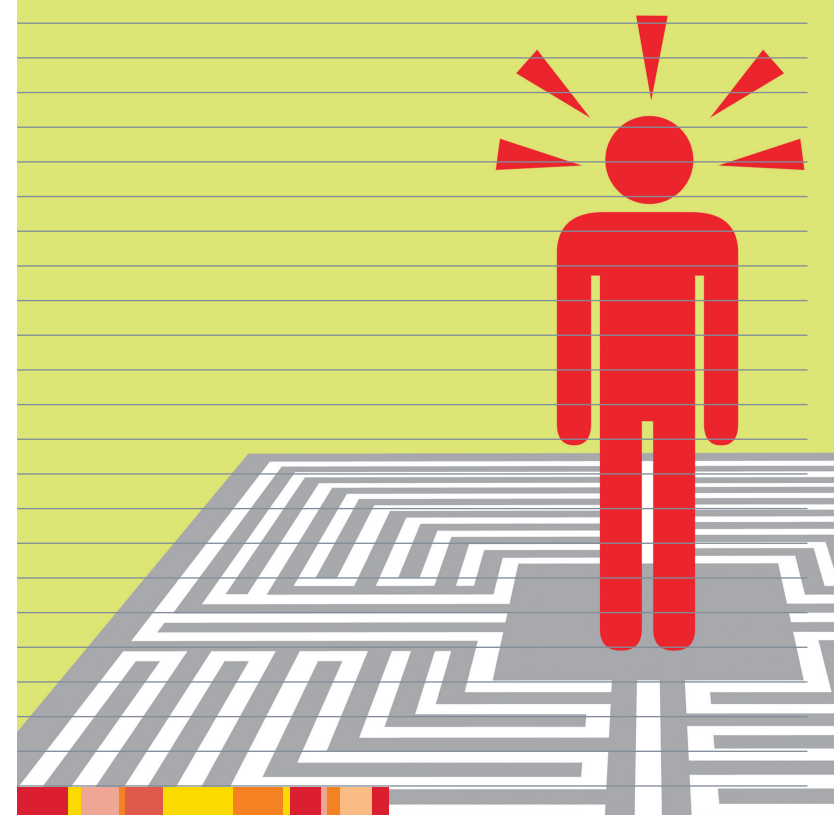
»KRISEN-ERSTE-HILFE« IN 5 SCHRITTEN

Die folgenden fünf Schritte sollen Ihnen Unterstützung bieten, wenn Sie in Ihrem pädagogischen Alltag mit Krisensituationen konfrontiert sind:

- 1. Sich orientieren:** Informieren Sie sich umfassend über das Problem und gehen Sie mit den Informationen diskret um.
- 2. Zuhören und nachfragen:** Indem Sie sich das Problem anhören, geben Sie schon eine wichtige Hilfestellung. Fragen Sie nach, was das Gegenüber sich von Ihnen erwartet.
- 3. Auf sich selbst achten:** Bevor Sie etwas unternehmen, halten Sie kurz inne und achten darauf, was das Gehörte bei Ihnen an Gefühlen und Reaktionsimpulsen auslöst. Prüfen Sie, ob Sie sich handlungsfähig fühlen und welche an Sie gerichteten Erwartungen Sie erfüllen können und wollen. Bieten Sie auf alle Fälle ein nächstes Gespräch an.
- 4. Unterstützung holen:** Überlegen Sie, ob Sie Unterstützung brauchen, wo Sie diese bekommen können und an wen Sie sich wenden wollen (Kollegen/Kolleginnen, Direktor/Direktorin, andere Institutionen ...).
- 5. Beziehungen aktivieren:** Richten Sie den Blick auf das Beziehungsnetz der oder des Hilfesuchenden und fragen Sie nach möglichen unterstützenden Beziehungen, z. B. nach Freunden oder Freundinnen, Eltern, Verwandten, Erwachsenen in Jugendtreffs oder Vereinen und informieren Sie über professionelle Hilfsangebote. Fragen Sie Ihr Gegenüber, wer in die Problemlösung eingebunden werden sollte und wie dies geschehen kann.

REFERENTINEN UND REFERENTEN FÜR DIE THEMEN 1 BIS 6

| Referent/in | Themen | Bezirk |
|---|---------------|--|
| Ferrarini Evi Tel. 0471 973494 ferrarini@dnet.it | 1, 2, 3, 4, 6 | landesweit |
| Gruber Andreas Tel. 0474 65702 Mobil: 338 4307270 andreas.gruber@rolmail.net | alle | Pustertal und Eisacktal-Wipptal |
| Holzer Paula Tel. 0474 565153 graber@genie.it | 1, 4, 6 | Pustertal und Eisacktal-Wipptal |
| Karlegger Ingrid Tel. 0473 736110 ingrid.karlegger@schule.suedtirol.it | 1, 2, 3, 4 | Vinschgau, Burggrafentamt, Bozen-Überetsch-Unterland |
| Kastlunger Lois Tel. 0471 839597 Mobil: 339 6388484 kstlsomo1@schule.suedtirol.it | 1-6 | Gröden, Gadertal, Pustertal |
| Lehner Rita Tel. 0473 237545 ritalehner@inwind.it | 1, 2, 3 | Burggrafentamt, Bozen-Überetsch-Unterland, Eisacktal-Wipptal |
| Mair Egon Mobil: 340 4026948 egon.mair@web.de | 1, 3, 4 | Pustertal, Eisacktal-Wipptal |
| Nagl Daniela Mobil: 339 1726786 Daniela.Nagl@dnet.it | 1, 2, 3, 4, 5 | landesweit |
| Raifer Roswitha roswitha.raifer@gmx.net | 1, 2, 3, 4, 6 | Pustertal, Eisacktal Wipptal, Bozen-Überetsch-Unterland |
| Schweitzer Ute Tel. 0471 272486 | 1, 3, 4 | Bozen-Überetsch-Unterland, Burggrafentamt, Vinschgau |
| Stecher Johanna Tel. 0473 732314 johanna.stecher@rolmail.net | 2, 4, 5, 6 | Vinschgau, Burggrafentamt |
| Treibenreif Marta martatreibenreif@yahoo.de | 1, 2, 6 | Bozen-Überetsch-Unterland, Burggrafentamt |
| Zitturi Pia Mobil: 347 0397884 zitbar@dnet.it | alle | landesweit |



»LEBENSKOMPETENZEN STÄRKEN – SUIZIDPRÄVENTION«

Angebote für schulinterne Fortbildungsveranstaltungen zum Handbuch »Flügge werden«



ANGEBOTE FÜR SCHULINTERNE FORTBILDUNGSVERANSTALTUNGEN

ZIELGRUPPE

6–16 pädagogische Fachkräfte im Kindergarten und Lehrpersonen aller Schulstufen

ANGEBOTSKATALOG

Der Angebotskatalog umfasst sieben halbtägige Fortbildungsveranstaltungen. Die Kindergärten und Schulen wählen jene Veranstaltungen aus, die für ihre Situation von Interesse sind.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, welche **zwei der Angebote von 1 bis 6 besuchen**, erhalten eine Handreichung »Flügge werden. Suizidprävention durch Stärkung der Lebenskompetenzen in Kindergarten, Schule und Jugendarbeit«.

DIE NACHMITTAGE UMFASSEN

einen Teil Theorie-Input, einen Teil persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema, einen Teil Ausprobieren von Methoden und einen Teil Praxis und Transfer in den eigenen Unterricht

ZEIT: jeweils 3 Stunden pro Nachmittag

LEBENSKOMPETENZ FÖRDERN – RESILIENZ

STÄRKEN • RISIKEN WAGEN: GRENZEN ERKENNEN UND AUSLOTEN EINBRÜCHE – AUFBRÜCHE – ABBRÜ-
SUIZIDPRÄVENTION DURCH STÄRKUNG DER LEBENSKOMPETENZEN
CHE: WISSENSWERTES ÜBER KRISEN ICH UND MEIN LEBEN: BAUSTEINE ZUR PERSÖNLICHKEITSENTWICK-
IN KINDERGARTEN, SCHULE UND JUGENDARBEIT
LUNG • KIND SEIN UND ERWACHSEN WERDEN: ENTWICKLUNGS-PSYCHOLOGISCHE HINTERGRÜNDE • WAS
TUN, WENN’S BRENNT: KRISENINTERVENTION • KRÄFTE BÜNDELN: ELTERNARBEIT ZUM THEMA KRISE

THEMEN

- 1. Lebenskompetenz fördern – Resilienz stärken:**
Primärprävention – Ansätze in der Gesundheitsförderung
- 2. Kindheit und Erwachsen werden:**
Entwicklungspsychologische Aspekte in der Gesundheitserziehung und Krisenprävention
- 3. Einbrüche – Aufbrüche – Abbrüche:**
Definition von Krise, Krisenentstehung und Krisenverlauf, Erkennungszeichen und Auseinandersetzung mit der eigenen Einstellung zu Krisen
- 4. Was tun, wenn’s brennt?**
Interventionsmöglichkeiten bei Krisen, Kennenlernen von professionellen Hilfsangeboten, aktives Zuhören einüben ...
- 5. Elternarbeit:**
Arbeit mit Eltern zu den Themen Gesundheitsförderung, Krise und Krisenprävention
- 6. Risiken wagen – Grenzen ausloten:**
Umgang mit Grenzen und Reflexion über die Gefahrensituation zwischen vertretbarem Risiko und Krisensituation
- 7. Depression und Suizidalität**

Anmerkung:

Das Angebot 7 wird von Referentinnen und Referenten der »Europäischen Allianz gegen Depression« durchgeführt.

WEITERE INFORMATIONEN

Deutsches Schulamt

Dienststelle für Gesundheitserziehung, Integration, Schulberatung und Supervision
Amba-Alagi-Straße 10, 39100 Bozen
Tel. 0471 417660/61
Sa.Schulamt@schule.suedtirol.it

Ansprechpartner:

Theodor Seeber

Pädagogisches Beratungszentrum Bruneck
Tel. 0474 582352
theodor.seeber@schule.suedtirol.it

Für Anfragen ladinischer Schulen:

Lois Kastlunger

Dienststelle für Gesundheitserziehung
Tel. 0471 839597
kstlsomo1@schule.suedtirol.it

Für Anfragen der Landesberufsschulen:

Gertrud Gasser

Deutsche und ladinische Berufsbildung, schulische und berufliche Integration, Koordinatorin
Tel. 0471 416933
gertrud.gasser@provinz.bz.it

