

Schulsozialarbeit trifft Gesundheitsförderung

Stressprävention & Förderung psychischer Gesundheit

**für Schüler/innen durch x-point Schulsozialarbeit
an der BHAK/BHAS Gänserndorf**

Warum dieses Projekt?

Stress und in weiterer Folge auch psychosoziale Beeinträchtigungen sind auf Grund veränderter Lebensumstände (Beschleunigung, Konkurrenzdruck, erhöhte Leistungsorientierung) zu wichtigen gesellschaftlichen und gesundheitsrelevanten Themen geworden. Laut Aussagen der Arbeitsgemeinschaft für Präventivpsychologie (APP) sind fünf Prozent der 1,2 Millionen Schüler/innen auf Grund von chronischem Schulstress Burnout gefährdet. Weitere 13 Prozent seien temporär stark belastet. Laut österreichischen HBSC-Daten fühlen sich 25–35% der Schüler/innen ab 15 Jahren durch das, was in der Schule von ihnen verlangt wird, stark beansprucht.

In der sensiblen Phase des Jugendalters können die gestellten Anforderungen oft nicht bewältigt werden. Diese dadurch entstehende Drucksituation kann zu psychischen bzw. psychosomatischen Beschwerden, zu Verhaltensauffälligkeiten oder zum Schulabbruch ohne Neuorientierung führen. Ein positiver Umgang mit Stress in Belastungssituationen und die Beherrschung von Selbstfürsorgetechniken sollen deshalb rechtzeitig in der Schule erlernt werden.

Ziel des Projekts:

Das Projekt soll mit Methoden der Sozialarbeit zur Gesundheitsförderung im Setting Schule beitragen. Dabei werden auch neue Instrumente entwickelt und erprobt, um Ressourcen zur Bewältigung von psychosozialen Belastungen für Schüler/innen zur Verfügung zu stellen.

Projektangebote & Inhalte:

Für Schüler/innen:

- Workshops zu den Themen Zeit- und Stressmanagement
- Bereitstellen von Informationsmaterial zu diesen Themen
- Antistressprogramm für punktuelle Situationen z.B. vor Schularbeiten
- Beratungsstelle für alle jugendrelevanten Themen
- Weitervermittlung an und Information über andere Einrichtungen

Für Lehrer/innen:

- Sensibilisierung für das Thema Stress und psychosoziale Belastungen bei Schüler/innen
- Anleitung für Lehrer/innen zur Anwendung von Entspannungstechniken im Schulalltag für Schüler/innen
- Entwicklung eines Werkzeugkastens zur Erkennung von Schulstress und Lernhinderungsgründen
- Beratungsstelle für Lehrer/innen
- Weitervermittlung an und Information über andere Einrichtungen

Für Eltern & Erziehungsberechtigte:

- Sensibilisierung für das Thema Stress und psychosoziale Belastungen bei Schüler/innen
- Beratungsstelle
- Weitervermittlung an und Information über andere Einrichtungen

Schulsozialarbeit trifft Gesundheitsförderung



Stressprävention & Förderung psychischer Gesundheit
durch x-point Schulsozialarbeit an der BHAK/BHAS Gänserndorf

Direkt an der BHAK/BHAS Gänserndorf:

Kontakt

DSAⁱⁿ Renate Weiser
Telefon: 0664-80981-129
E-Mail: hak.gaenserndorf@x-point.at

Anwesenheit

Mittwoch 9:00 – 13:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Raum

Beratungsraum
I. Obergeschoß

Projektdauer:

1. April 2016 - 31. März 2019

Projektleitung:

Emily Bono, MSW
Telefon: 0664-80981-108
E-Mail: emily.bono@young.or.at

Auftraggeber:

BHAK/BHAS Gänserndorf
Hans-Kudlich-Gasse 30
2230 Gänserndorf
www.hakgaenserndorf.ac.at

Projektträger:

Verein YOUNG
Schreinerergasse 1/2/1/4
3100 St. Pölten
www.young.or.at

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Geschäftsbereich



BUNDESMINISTERIUM
FÜR GESUNDHEIT

Gesundheit Österreich
GmbH ● ● ●



Fonds Gesundes
Österreich

BHAK • BHAS
GÄNSERNDORF

YOUNG
Verein für Kinder und Jugendliche