



**SENSE FOR SCHOOLS**  
**MENTALE GESUNDHEIT**

# Lehrer:innenfortbildung

## FÖRDERUNG MENTALER GESUNDHEIT IN DER SEKUNDARSTUFE I & II

# ONLINE



**Kofinanziert von der  
Europäischen Union**

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung (Mitteilung) trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

<b>Dauer und Umfang</b>	<b>Gesamtzeitraum: min. 4 Wochen</b> <b>Lernzeit: 12 Stunden (entspr. 0,5 ECTS)</b>	
<b>Zielgruppe</b>	Lehrer:innen an Sekundarschulen I und II	
<b>Kosten</b>	<b>Frei</b>	
<b>Struktur</b>	2 Einführungstermine à 2 Stunden (online)	4h
	Online Selbststudium	2h
	Individuelles Lernprojekt in der Praxis, Anwendung von ausgewählten Methoden und Tools aus dem SENSE Werkzeugkasten, Dokumentation	4h
	Abschlusstermin und Reflexion (online)	2h
<b>Bildungsziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherer Umgang mit geeigneten niederschweligen Maßnahmen zur <b>Förderung</b> und <b>Prävention</b> der mentalen Gesundheit von Schüler:innen</li> <li>• Anwendung frühzeitiger <b>Interventionen</b></li> <li>• Stärkung der eigenen psychischen und emotionalen Kompetenzen</li> </ul>	
<b>Termine</b>	MO 11. November 2024, 15:00 bis 17:00 Uhr MO 18. November 2024, 15:00 bis 17:00 Uhr FR 13. Dezember 2024, 15:00 bis 17:00 Uhr  Alternative Termine können für Gruppen ab 7 Personen gegebenenfalls individuell vereinbart werden	
<b>Lehr- und Lernstrategie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Transformatives Lernen:</b> kritische Überprüfung, Reflexion und Anpassung des eigenen Denkens</li> <li>• <b>Selbstgesteuertes Lernen:</b> Selbststudium anhand von bereitgestellten Materialien entsprechend den eigenen Lernzielen</li> <li>• <b>Praxisorientiertes, berufsbegleitendes Lernen:</b> strukturierte und zielgerichtete Integration von Erfahrungen aus der realen Welt in authentische Bildungssituationen</li> </ul>	

## Lernziele

### Theoretische Konzepte psychischer Gesundheit von Jugendlichen in der Schule

- Zwei-Faktoren-Modell psychischer Gesundheit
- Resilienz und Aufblühen
- Adoleszenz als sensible Entwicklungsphase
- Relevanz psychischer Gesundheitsprobleme
- Präventionspyramide

### Reflexion eigener Werte, Überzeugungen, Selbstbild als Lehrkraft in Bezug auf psychische Gesundheit

- Individuelle, kulturelle und systemische Faktoren
- Über psychische Gesundheit sprechen
- Emotionsregulation als Resilienzfaktor für Lehrkräfte
- Perspektiven wechseln und verändern
- Ziele formulieren und eigene Grenzen erkennen

### SENSE Werkzeugkasten

- „Aufblühen“
- Umgang mit Herausforderungen und schwierigen Situationen
- Wissen über psychische Störungen
- Hilfe und Unterstützung finden
- Einblick in Erfahrungen der Schüler:innen, in Herausforderungen, Bedarfs-, Risiko- und Schutzfaktoren

## Kontakt und Registrierung:

Franziska Steffen

f.steffen@dieberater.com

+43 1 532 45 45 - 1156

[eveeno.com/schoolsforsense](https://eveeno.com/schoolsforsense)



**Bitte um Registrierung bis  
spätestens 31. Oktober 2024**

**ANMELDUNG**



**Kofinanziert von der  
Europäischen Union**

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung (Mitteilung) trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.



UNIVERSITY  
OF COLOGNE



TALLINNA ÜLIKOOL



die Berater®  
ZUKUNFT LERNEN



[www.schoolsforsense.eu](http://www.schoolsforsense.eu)

Franziska Steffen

die Berater®

Wipplingerstraße 32/24-26,

1010 Wien, Österreich

[f.steffen@dieberater.com](mailto:f.steffen@dieberater.com)



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung (Mitteilung) trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.