

## INTERVIEW



Bettina Vollath ist die zuständige Landesrätin für Bildung

TM

## „Stressprävention als Unterrichtsprinzip“

*In vier Schulen der Steiermark wurde das Programm „GO“ bereits angeboten. Das Feedback von Schülern und Lehrern ist sehr positiv. Und Ihr Feedback?*

**BETTINA VOLLATH:** Ich finde das Projekt gut, wir fördern es auch. Ich hoffe, es wurde im neuen Budget wieder ein Beitrag rausverhandelt.

*Wie groß ist die Förderung?*

**VOLLATH:** 5000 Euro für ein Jahr.

*Wie wichtig ist nun eine Stress-Prävention bereits für Hauptschüler wirklich?*

**VOLLATH:** Für mich hängt eine Stressprävention eng mit mit einer Suchtprävention zusammen. Und das brauchen Schüler in diesem Alter. Für Stress gibt es viele Auslösefaktoren – im Turnunterricht oder bei der Kleidung. Kinder werden oft gemobbt. Viele können mit diesem Stress nicht umgehen.

*In Ehrenhausen wird das Vorsorgeprogramm erstmals überhaupt am Vormittag durchgeführt. Sollte die Vermittlung solcher Kompetenzen nicht generell in den Regelunterricht aufgenommen werden?*

**VOLLATH:** Doch, man kann nicht alles von außen zuführen. Aber nun gibt es ein Best-Practice-Beispiel. Und die Erfahrungen und Erkenntnisse daraus kann man in den Regelunterricht einfließen lassen. Stressprävention sollte zu einem Unterrichtsprinzip werden.

*Das Programm kann nur in einigen wenigen Schulen angeboten werden. Eine Ausdehnung wäre aber sinnvoll...*

**VOLLATH:** Ich kenne mein Budget am Montag. Es ist mir ein Anliegen, dass das Projekt weiterbetrieben wird. Prävention ist unerlässlich, man könnte viel Leid verhindern.

# Damit die Persönlichkeit gestärkt wird

Pilotprojekt in der Hauptschule Ehrenhausen: Dort wird im regulären Unterricht von zwei Erziehungswissenschaftlerinnen der Umgang mit Stress und Ängsten gelehrt. Schüler und Lehrer sind begeistert.

THOMAS WIESER

**D**ie Buben und Mädchen haben Angst: Vor Krokodilen, Löwen, Schlangen, vor der Dunkelheit und vor Einbrechern. Vor Geistern, vor Krampussen, vorm Wassermann und vorm Schwimmen im tiefen Wasser. Vor Prüfungen sowieso. Und ein bisschen haben sie auch Angst davor, sich zu blamieren, die Schüler aus der 3P der Haupt-

### DAS PROGRAMM

**Das Projekt GO** (Gesundheit und Optimismus) wurde 1998 in Dresden entwickelt. Es ist ein psychoedukatives Trainingsprogramm für Jugendliche ab 11.

**In Österreich** wurde es von Alexandra Wieser und Marlies Jauk im Rahmen einer Uni-Diplomarbeit evaluiert.

**Im Zuge** dessen wurde auch der gemeinnützige Verein „Active Life“ gegründet. In diesem Schuljahr gibt es 10 GO-Kurse.

schule Ehrenhausen. Trotzdem erzählen sie von ihren Ängsten und Sorgen, frei von der Leber weg.

Die gesamte 3P nimmt, wie auch die Parallelklasse, an einem Präventionsprojekt teil. „Gesundheit und Optimismus“ nennt sich dieses, umgesetzt wird es von den Erziehungswissenschaftlerinnen Alexandra Wieser und Marlies Jauk nun in der Steiermark. Im BG Ursulinen, im BG



Rein, in der Hauptschule Engelsdorf – und seit kurzem in Ehrenhausen. Dort erstmals im regulären Unterricht und nicht als Freigegegenstand am Nachmittag.

### Kompetenzen

„Es geht darum, Kompetenzen fürs Erwachsenwerden zu vermitteln. Und um einen richtigen Umgang mit Stress und Leistungsdruck“, erklärt Alexandra Wieser. Aber nicht nur darum: In

## WAS, WANN, WO?

### SONNTAG, 18.3.

**DEUTSCHLANDSBERG.** Deutschlandsberger Klavierfrühling. Musikschule, Holleneggerstraße 19, 18 Uhr.

**DEUTSCHLANDSBERG.** Lysistrate. Eine klassische Theater-Komödie von Aristophanes, gespielt vom Theaterzentrum Deutschlandsberg. Theaterzentrum – Neue Schmiede, 20 Uhr.

**HALBENRAIN.** Ein Tag voll Gesang. Chorkonzert des Singkreises Halbenrain. Rothof- Schloss Halbenrain, Halbenrain 1, 15 Uhr.

**ST. ULRICH IM GREITH.** Talenteschau.

„Zeig, was du kannst!“ Greith-Haus, 15 Uhr. Tel. (03465) 202 00.

**ST. PETER/O.** Heiterkeit zu jeder Zeit. Lesung mit Wolfram Huber um 19 Uhr in der Ottersbachhalle.

**SEGGAUBERG.** Schlossführung um 11 Uhr, Dauer ca. 1 1/4 Stunden.

### MONTAG, 19.3.

**LEIBNITZ.** Sichtung für die Aufnahme in das LAZ um 9 Uhr für die 3. und 4. Klassen und um 11 Uhr für die 1. und 2. Klassen in der R. Heidinger-Sporthalle.

**LEIBNITZ.** Naturheilmethoden gegen

Fieber. Vortrag um 19 Uhr im Sparkassensaal.

**WAGNA.** Offenes Singen um 19 Uhr im GH Stolletz.

### WIR GRATULIEREN ...

**Maria Achatz** in Greith 13, Kitzeck, zum 76. Geburtstag

**Angela Spindler** in Goritz bei Radkersburg Nr. 56 zum 69. Geburtstag

**Josef Hofer** in St. Veit/Vogau, Wagendorferstr. 3, zum 87. Geburtstag



Ohne Stress. Alexandra Wieser und Marlies Jauk (kleines Bild rechts) vermitteln den Hauptschülern aus Ehrenhausen den richtigen Umgang mit Stress und Ängsten

TW (2), SOMMER



acht Doppelstunden vermitteln die beiden zertifizierten Go-Trainerinnen (übrigens die einzigen in Österreich) den insgesamt 31 Burschen und Mädchen auch, wie sie mit Angst- oder Paniksituationen umgehen sollen. Auf eine lockere, spielerische Art, mit Selbsterfahrungen und Reflexionen. „Im Grunde geht es um eine Stärkung der Persönlichkeit.“

Was auch nötig erscheint: Laut einer Studie wurden bei 20 Pro-

zent aller deutschsprachigen Kinder und Jugendlichen psychische Störungen diagnostiziert, die Tendenz ist steigend.

### Folgen

„Es gibt immer mehr, die mit Schwierigkeiten nicht umgehen können. Die Folgen sind oft Alkohol, Drogen, Suizid oder depressive Störungen.“ Damit es nicht so weit kommt, bieten die beiden ihr Präventionsprogramm an.

Die Schüler sind begeistert, die Lehrer auch: „Es gibt Bereiche, zu denen wir keinen Zugang haben. Dort holen die beiden die Schüler ab“, so Direktor Michael Raid, der mit der Religionslehrerin Theresia Dervaritz das Projekt in die Südsteiermark gelotst hat.

Einen Großteil der Kosten bezahlt der Verein „Active Life“, auch die Arge gegen Gewalt und Rassismus und der Elternverein steuern einen Teil bei. Für die

Schüler bleibt ein Beitrag von 15 Euro. In Ehrenhausen soll dieses Programm jedenfalls zu einer fixen Einrichtung werden. Und daraus sollen Mediationsgruppen von Schülern hervorgehen. „Weil ich mir eine Nachhaltigkeit wünsche“, wie Raid erklärt.

**Im Internet:**  
Weitere Informationen über das Projekt:  
[www.praeventionsinstitut.at](http://www.praeventionsinstitut.at)

ANZEIGE

10893680

## Führende Zahnarztpraxis für Implantate und Ästhetik

Modernste Hightech-Ausstattung mit neuesten Materialien und erfahrene Zahnärzte ermöglichen perfekte Ergebnisse und Behandlungskostenersparnis bis zu 50 Prozent.



Auf alle unsere Dienstleistungen gibt es Garantie!

- Unsere Leistungen:**
- Ästhetische Zahnheilkunde für ein brillantes, gesundes Lächeln
  - Bleichung „BriteSmile“
  - Inlay/Onlay (Keramik, Gold)
  - CAD/CAM Computererstellung von Zahnprothetikerzeugnissen
  - Metallkeramikronen, Titan-Keramikronen und Vollkeramikronen
  - HEALZONE-schmerzfreie Behandlung von Karies und Herpes
  - Laseruntersuchung der Zähne
  - Implantologie



### Zahnarztpraxis BK Studio

Therme 3000 Moravske Toplice, Kranjčeva Str. 12, Slowenien  
Sprechzeiten von 8.00 bis 18.00 Uhr, **auch samstags**  
Info: +386 (0)2 526 16 00 / +386 (0)51 682 623  
E-Mail: [bkstudio@siol.net](mailto:bkstudio@siol.net), [www.bkstudio.si](http://www.bkstudio.si)