

# Unser Future- skills Projekt & das Schulfach Glück

Klara Stier, Lenja Böhm, Leonie Bombis, Marleen Aichinger, Melina Huber

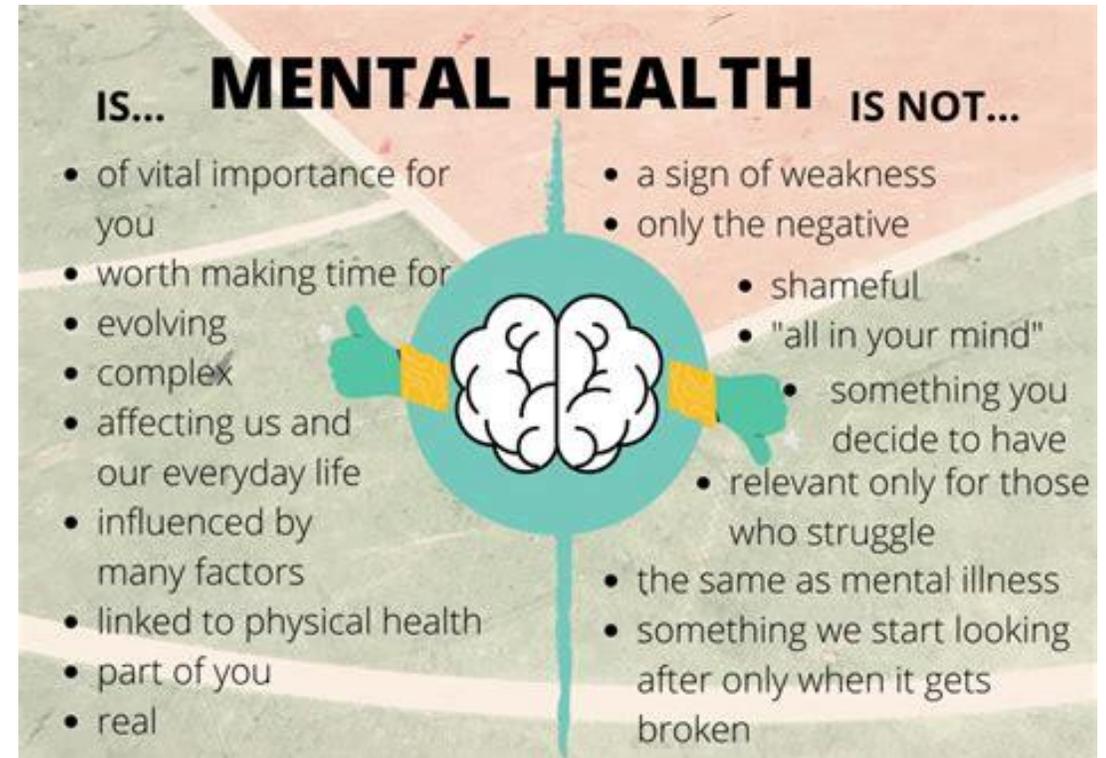
# GLIEDERUNG

- Quiz
- Wie kommen wir zum Thema „mentale Gesundheit“?
- Warum hat das Thema Relevanz?
- Was stellen wir uns vor?
- Wie wäre die Umsetzung möglich?
- Unser Gespräch mit Mirjam Ederer

WIE KOMMEN WIR ZUM THEMA?

# WIE KOMMEN WIR ZUM THEMA?

- Häufige Begegnung im Alltag
- Vor allem während der COVID- 19- Pandemie präsenter geworden (social distancing, ect.)
- Konfrontation in der/ durch die Schule



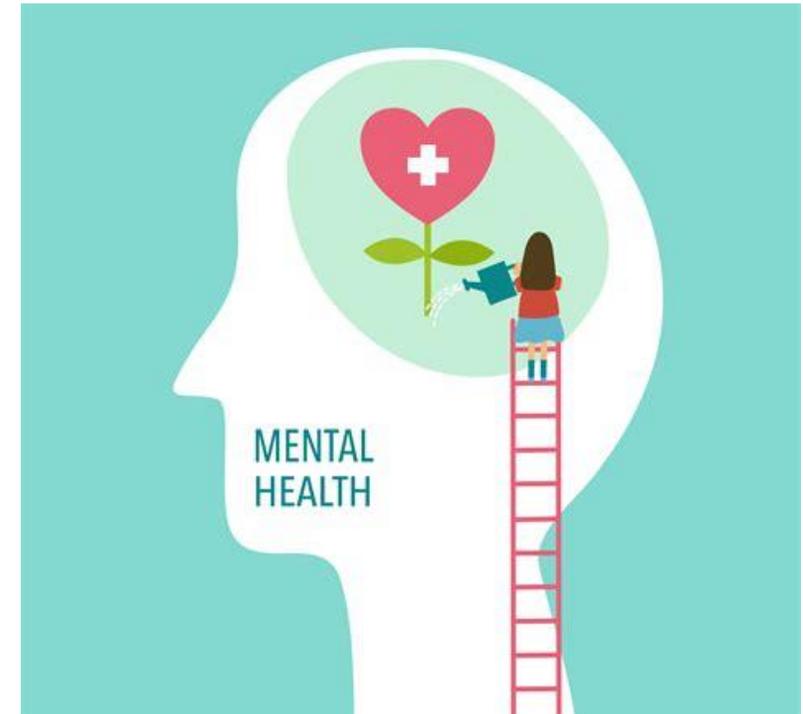
WARUM HAT DAS THEMA RELEVANZ?



WAS GENAU STELLEN WIR UNS VOR?

# WAS STELLEN WIR UNS VOR?

- Neues Unterrichtsfach am Stromberg- Gymnasium
- Pflichtfach
  - Um Thema zu Normalisieren
  - Positive Auswirkung im stressigen Schulalltag
- Keine Bewertungen
  - Stressvermeidung
  - Kein Zwang zur persönlichen Äußerung



- Themen:

- Aufmerksamkeit schaffen
- Generelle Informationen zur mentalen Gesundheit
- Umgang mit Betroffenen & soziale Beziehungen (gutes Umfeld schaffen)
- Ernährung/ körperliche Gesundheit
- Ursachen von mentalen Krankheiten
- Mentale Krankheiten & deren Auswirkungen auf Betroffene
- Therapiemöglichkeiten/ medizinische Therapien



WIE WÄRE DIE UMSETZUNG MÖGLICH?

# WIE WÄRE DIE UMSETZUNG MÖGLICH?

- Einführung eines Unterrichtsfaches dauert sehr lange → AG ist realistischer
- Wahlpflichtfach in der Kursstufe
- 12- Wöchige Ausbildung möglich (Kosten müssen bis jetzt von dem Lehrer übernommen werden)

# GESPRÄCH MIT MIRIAM EDERER

# GESPRÄCH MIT MIRJAM EDERER

- Lehrerin am Ernst- Sigle- Gymnasium
- Hat 2020 Ihre Weiterbildung für „Glück“ abgeschlossen
- Bietet eine Glücks- AG für die Klassenstufen 6 und 7 an
- „Ich habe da gedacht, irgendwie funktioniert irgendwas nicht so richtig an unserem Schulsystem [...]. Ich finde es reicht nicht Schüler:innen die Inhalte unserer Fächer beizubringen, sondern irgendwie muss da mehr sein“
- Ohne Notendruck, Mitbestimmung der Schüler:innen über die Themenauswahl

- Inhalt der Glücks- AG:
  - Persönlichkeitsentwicklung
  - Persönliche Stärken entdecken/ Umgang mit Schwächen
  - Selbstgesetzte Grenzen durchbrechen
  - Lebensvisionen aufspannen
  - Achtsamkeits-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen



