



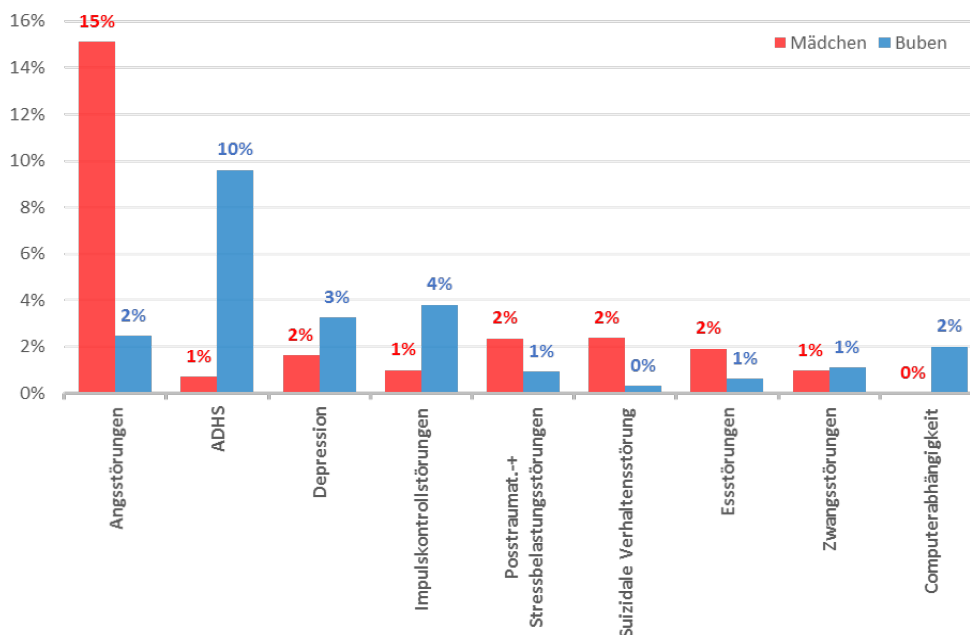
LIEBE LEHRERINNEN | LIEBE LEHRER!

Erwachsenwerden ist eine der spannendsten und zugleich schwierigsten Etappen im Leben.
Ein aufregendes Abenteuer!

Das erleben Sie als Lehrkraft bei Ihren Schülerinnen und Schülern wahrscheinlich jeden Tag aufs Neue. Es ist die Zeit des Lernens, der Rebellion und der Selbstfindung. Hindernisse und Widerstände gehören dazu. Kein Wunder, dass gerade die Jugendzeit so anfällig für Probleme ist, die die eigenen Lösungsmöglichkeiten übersteigen.

- ▶ **Psychische Krisen**
- ▶ **Süchte**
- ▶ **selbstschädigendes Verhalten**
- ▶ **Kriminalität**

beginnen in keiner Lebensphase so **häufig** wie **in der Pubertät!**



Zentrale Themen für die Gesundheit von Teenagern zwischen 12 und 18 Jahren sind:

- ▶ den **Körper** spüren
- ▶ **Grenzen** setzen
- ▶ die eigene **Identität** finden

Sie als Lehrkräfte sind neben den Eltern dabei die wichtigsten und prägendsten Menschen, wenn es darum geht, Kinder und Jugendliche beim gesunden Aufwachsen zu begleiten und sie mit präventiven und gesundheitsfördernden Angeboten beim Umgang mit Schwierigkeiten, Krisen und Konflikten zu unterstützen.

5 Dinge, die Lehrkräfte tun können



Schülern achtsam, wertschätzend und freundlich begegnen.



Über Hilfen Bescheid wissen.



In guten Zeiten über schwierige Lebensfragen sprechen.



Sich als Kollegium informieren, austauschen und weiterbilden.



Sich mit Unterstützern in der Kommune vernetzen.

Mit unserem **Präventionsprogramm »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule«** unterstützen wir Sie gerne. Bei einem gemeinsamen Schultag

- ▶ **machen** wir psychische Krisen klassenweise **besprechbar**
- ▶ **bauen das Stigma** psychischer Erkrankungen **ab**
- ▶ machen **Mut**
- ▶ vermitteln **Lösungswege**
- ▶ fördern **Schulerfolg**

Wir freuen uns über die wachsende Offenheit gegenüber dem Thema seelischer Gesundheit und kommen sehr gerne an Ihre Schule!



Mag. Petra Radkohl

Dachverband der sozialpsychiatrischen Vereine und Gesellschaften Steiermarks

Projektkoordinatorin „Verrückt? Na und!“
0664 35 67 023
radkohl@dachverband-stmk.at