



# Präventionskonzept

## Ausgangslage

„Alle an der Schule tätigen Personen gestalten ihre Schule gemeinsam als Ort, wo der verantwortungsbewusste Umgang mit sich selbst, mit andern Menschen und mit der Mitwelt erfahren und geübt wird.“

(vgl. Lehrplan für die Volksschule des Kantons Bern 1995, AHB 1)

Zur Erfüllung des im Lehrplan der Volksschule des Kantons Bern formulierten Präventionsauftrages wurde von der Primar- und Oberstufe Gsteighof vorliegendes Konzept erarbeitet.

## Zielsetzungen

Das Präventionskonzept der Primar- und Oberstufe Gsteighof setzt sich folgende Ziele:

- Das persönliche Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler soll gestärkt werden.
- Die Schülerinnen und Schüler sollen ihre Schulzeit positiv erleben.
- Die Schülerinnen und Schüler sollen in ihrer Selbst- und Sozialkompetenz und damit in ihrer Persönlichkeitsentwicklung gefördert und gestärkt werden.

Um diese Ziele zu erreichen durchläuft jede Schülerin und jeder Schüler vom Kindergarten bis zur 9. Klasse ein Präventions-Curriculum. Dieses basiert auf dem Säulenmodell des Hittnauer Präventions-Curriculums (s. Anhang 1) und den Richtzielen zum Thema Gesundheitsförderung des Lehrplanes für die Volksschule des Kantons Bern 1995 (ZUS3). (Link s. Anhang 2)

Die Inhalte sind spiralförmig aufgebaut; das heisst, dass die Themen in den verschiedenen Stufen auf unterschiedliche Weise thematisiert werden. Dies gewährleistet eine vertiefte Auseinandersetzung und dient so der Nachhaltigkeit.

## Primarstufe

Kindergarten	Das grosse und kleine Nein: Sich abgrenzen können gegenüber Fremden
1. Klasse	Ich kann mich wehren, ich bin stark: Kinder in verschiedenen Situationen (Schulweg, Pause) gegenüber Dritten stärken
2. und 3. Klasse	Parcours: Mein Körper gehört mir
3. Klasse	Teamfähigkeit, ich als Mitglied der Gruppe
4. Klasse	Selbstverteidigung praktisch
5. Klasse	Umgang mit Neuen Medien
6. Klasse	Peergroup, Freundschaften, Umgang mit Druck von aussen

## Zielsetzungen und Inhalte der einzelnen Module

Stufe	Inhalte	Zielsetzung
Kindergarten	Bilderbuch „Das grosse und das kleine Nein“ von Gisela Braun und Dorothee Wolters. Durchgeführt durch die Klassenlehrpersonen	Die Schülerinnen und Schüler wissen, dass sie sagen dürfen, wenn ihnen jemand körperlich zu nahe kommt. Die Schülerinnen und Schüler haben erfahren, wie es ist laut und deutlich nein zu sagen.
1. Klasse	Ich kann mich wehren, ich bin stark: Kinder in verschiedenen Situationen wie Schulweg und Pause gegenüber Dritten stärken. Durchgeführt auf Vorfall durch Kantonspolizei	Die Schülerinnen und Schüler erfahren, wie sie stark sind und sich wehren können. Sie wissen, wie sie sich auf dem Schulweg gegenüber Fremden verhalten. Sie kennen den Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen und wissen, was sie damit tun können.
2. Klasse	Prävention von sexueller Gewalt gegen Kinder Parcours: mein Körper gehört mir von Kinderschutz Schweiz	Die Schülerinnen und Schüler werden in ihrem Selbstbewusstsein und ihren Abwehrstrategien gestärkt.  Mittels einem interaktiven Parcours werden folgende Punkte thematisiert : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mein Körper gehört mir.</li> <li>• Ich vertraue meinem</li> <li>• Gefühl.</li> <li>• Ich kenne gute, schlechte</li> <li>• und komische Berührungen.</li> <li>• Ich darf Nein sagen.</li> <li>• Ich unterscheide zwischen</li> <li>• guten und schlechten Geheimnissen.</li> <li>• Ich bin schlau, ich hole mir</li> <li>• Hilfe.</li> </ul>
3. Klasse	Teamfähigkeit, ich als Mitglied der Gruppe, Verantwortung durchgeführt durch die Schulsozialarbeit oder die Klassenlehrperson	Die Schülerinnen und Schüler haben an einem Beispiel erfahren, dass eine kleine Gruppe von Menschen Grosses bewirken kann. Die Schülerinnen und Schüler haben erfahren, dass es jede Einzelne und jeden Einzelnen zur Erfüllung einer Aufgabe braucht.
4. Klasse	Selbstverteidigung mit externer Fachperson	Die Schülerinnen und Schüler haben ihr Repertoire, wie sie in einer bedrohlichen Situation reagieren können, erweitert.
5. Klasse	Umgang mit neuen Medien Modul mit Schülerinnen und Schülern und Elternabend durchgeführt durch Kantonspolizei	Die Schülerinnen und Schüler und ihre Eltern sind zu Risiken im Netz sensibilisiert. Sie kennen Strategien für den sicheren Umgang mit Chat, Communities, Games und Handy, ihre Eltern sind darüber informiert.
6. Klasse	Freundschaften und Peer-groups, durchgeführt durch die Schulsozialarbeit	Die Schülerinnen und Schüler können definieren, was für sie eine gute Freundschaft ausmacht. Die Schülerinnen und Schüler haben Strategien für den Umgang mit Druck durch eine Gruppe erarbeitet.

## Oberstufe

7. Klasse	Legale Drogen: Alkohol, Nikotin, Gruppendruck
	Gefahren im Internet
	erlaubt / verboten: Aktuelle Trends und ihre rechtliche Grundlagen
	Wagnis
	Wohlbefinden in der Klasse
8. Klasse	Sexualkunde: Verhütung, Homosexualität, Internet
	Ernährung, Essstörungen, Sucht im Essbereich
	Legale Drogen
9. Klasse	Budgetplanung, Schulden
	Soziale Medien
	Legale Drogen
	Selbstverteidigung im Sportunterricht

## Zielsetzungen und Inhalte der einzelnen Module

Stufe	Inhalte	Zielsetzung
7. Klasse	Suchtprävention Legale Drogen: Alkohol, Nikotin, Gruppendruck	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suchtverhalten (siehe Lehrplan 95, ZUS 3)</li> <li>Reflexion des eigenen Konsumverhaltens und Stärkung der Selbstwahrnehmung</li> <li>Erweiterung des Wissens zum Thema Alkohol, v.a. über die kurz- und langfristigen Folgen von Konsum und Missbrauch</li> <li>Aufklärung zur verzerrten Wahrnehmung des Peerkonsums</li> <li>Richtiges Verhalten bei Trinkgelegenheiten trainieren und Selbstsicherheit fördern</li> <li>Entwicklung von Strategien, um Trunkenheit zu vermeiden</li> <li>Sensibilisierung für die Suchthematik im Allgemeinen</li> </ul>
	Gefahren im Internet	<ul style="list-style-type: none"> <li>Persönlichkeitsbildung</li> <li>Soziale Kompetenzen</li> <li>Suchtverhalten (siehe LP 95, ZUS 3)</li> </ul>
	erlaubt / verboten: Aktuelle Trends und ihre rechtliche Grundlagen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen die rechtlichen Grundlagen von aktuellen Trends wie Laserpointer, Messer, Mobbing, Bilder im Internet etc. und sind sich der Konsequenzen bei einem Fehlverhalten bewusst.</li> </ul>
	Wagnis: Körpergefühl, Körperwahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung, Körperlichkeit</li> <li>Eindruck, Erlebnis (siehe LP 95, SPO 3)</li> </ul>
	Wohlbefinden in der Klasse: Mobbingprävention, Teamgeist  Wie wohl ist es einzelnen in der Klasse? Was gibt dies für ein Gesamtbild? Welche Faktoren fördern ein gutes allgemeines Wohlbefinden? Was hält den Teamgeist zusammen?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Soziale Kompetenzen</li> <li>Persönlichkeitsbildung (siehe LP 95, ZUS 3)</li> <li>Die Schülerinnen und Schüler haben ein Bild von ihrem aktuellen Wohlbefinden in der Klasse, sie wissen, welche Faktoren es beeinflusst und sie haben Ideen dafür, was sie tun können, um einen guten Stand beizubehalten oder einen weniger guten verbessern.</li> </ul>

8. Klasse	Sexualkunde: Verhütung, Homosexualität, Internet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Positive Grundhaltung zur Sexualität</li> <li>• Grundkenntnisse über die Sexualität</li> <li>• Zusammenleben von Menschen (siehe Lehrplan 95, ZUS 5)</li> <li>• AIDS-Prävention (siehe Lehrplan 95, ZUS 3)</li> </ul> <p>Geschlechtergetrennter Unterricht. Informationen zum Körper und zu Verhütung, Pornografie, Nein sagen, Prävention Geschlechtskrankheiten.</p>
	Ernährung, Essstörungen, Sucht im Essbereich	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ernährung</li> <li>• Suchtverhalten</li> <li>• Persönlichkeitsbildung (siehe LP 95, ZUS 3)</li> <li>• Die Schülerinnen und Schüler erhalten Einblick in die verschiedenen Formen der Essstörungen</li> <li>• Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit dem Wandel der Schönheits-Ideale auseinander.</li> <li>• Die Schülerinnen und Schüler erkennen gewisse Merkmale der Essstörungen und lernen Vorgehensweise / Anlaufstellen kennen.</li> </ul>
	Legale Drogen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suchtverhalten</li> <li>• Persönlichkeitsbildung (siehe LP 95, ZUS 3)</li> </ul>
9. Klasse	Schulden / Budget	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verantwortungsvoller Umgang mit Geld entwickeln (siehe Lehrplan 21, WAH (ehem. HW))</li> </ul>
	Soziale Medien: smart@phone	<p>Medienerziehung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse der Medienwelt</li> <li>• Bedeutung und Wirkung der Medien</li> <li>• Kritikfähigkeit gegenüber Medien</li> <li>• Umgang mit Medien (siehe LP 95, ZUS 7)</li> </ul> <p>Reflexion des alltäglichen Umgang mit WhatsApp, Instagram und Co; Optimierung von Verhaltensweisen und Kommunikationsstrategien; Thematisieren von "Schutz vor Nebenwirkungen" wie Sucht oder Leistungseinbussen.</p>
	Selbstverteidigung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soziale Kompetenzen (LP 95, ZUS 3)</li> </ul> <p>Die Schülerinnen und Schüler erlernen Strategien der Selbstbehauptung als präventive Massnahme gegen Gewalt und zur Stärkung des Selbstvertrauens:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefahren erkennen</li> <li>• Grenzen setzen</li> <li>• Auswege üben</li> <li>• Eigene Stärken spüren</li> </ul>

**Arbeitsgruppe**

Die Arbeitsgruppe Präventionskonzept Primar- und Oberstufe Gsteighof setzt sich aus den beiden Schulleitungen, je zwei Vertreterinnen oder Vertretern der beiden LehrerInnenkollegien, je einer Vertreterin oder einem Vertreter der beiden Elternräte, der Präventionsbeauftragten der Polizei und der Schulsozialarbeiterin zusammen.

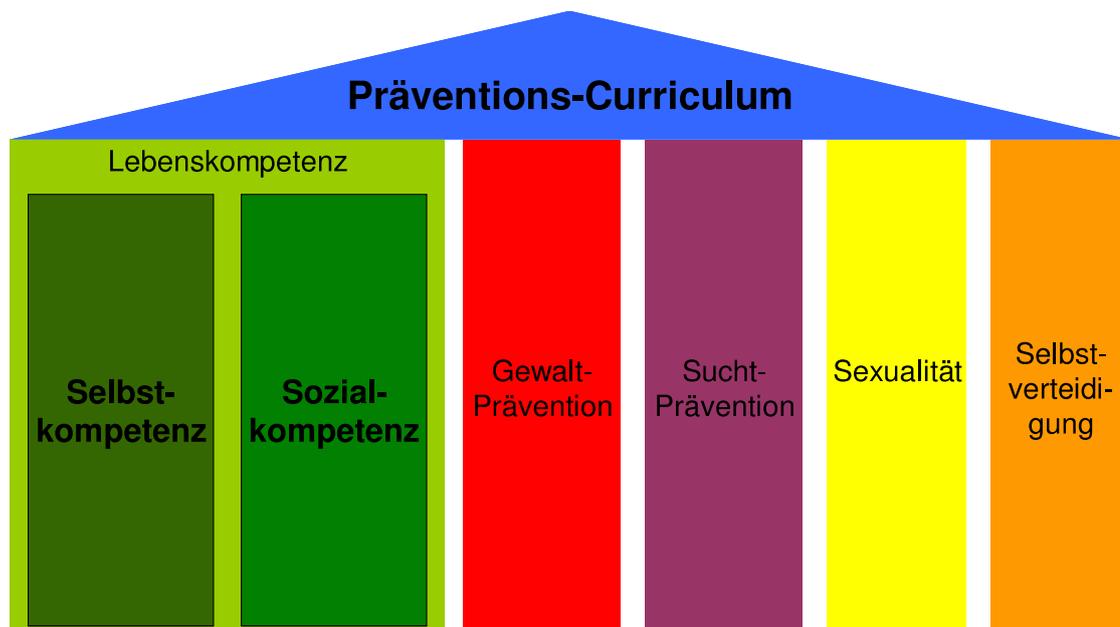
**Qualitätssicherung**

Das Konzept wird einmal jährlich evaluiert. Zu diesem Zweck trifft sich die Arbeitsgruppe im 1. Quartal zwischen Sommer- und Herbstferien. Falls Änderungen getroffen werden müssen, werden diese von der Arbeitsgruppe initiiert und die Lehrer- und Lehrerinnenkollegien der Primar- und der Oberstufe werden darüber informiert.

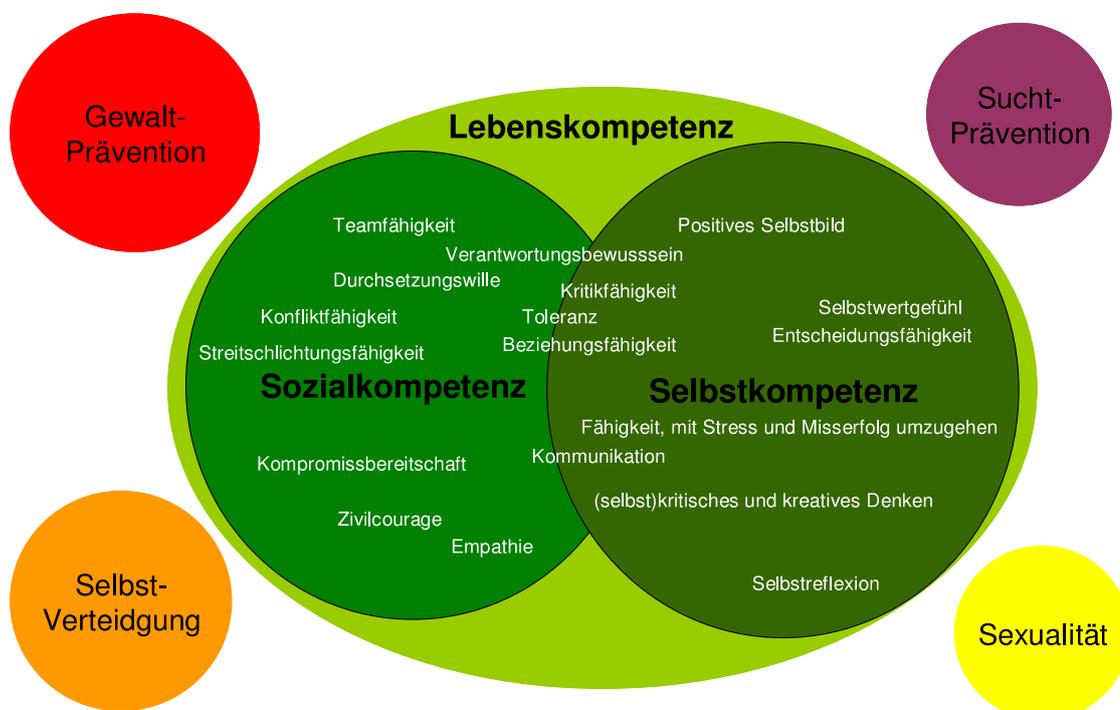
Das Konzept wurde nach der Evaluation im Herbst 2017 entsprechend angepasst.

1.11.17 SL PS

## Anhang 1: Säulenmodell des Hittnauer Präventions-Curriculums



### Die fünf inhaltlichen Säulen des Hittnauer Präventions-Curriculums



[http://www.schulehittnau.ch/dl.php/de/0dum5-i8qral/Konzept\\_Praevention.pdf](http://www.schulehittnau.ch/dl.php/de/0dum5-i8qral/Konzept_Praevention.pdf), mit freundlicher Genehmigung durch Herrn Christoph Boog, Leiter Schulverwaltung, Schulgemeinde Hittnau am 28.01.2015

## Anhang 2

Lehrplan der Volksschule des Kantons Bern 1995 mit Änderungen und Ergänzungen 2013:

[http://www.erz.be.ch/erz/de/index/kindergarten\\_volksschule/kindergarten\\_volksschule/informationen\\_fuereltern/lehrplaene/volksschule.assetref/dam/documents/ERZ/AK\\_VB/de/03\\_Lehrplaene\\_Lehrmittel/lehrplaene\\_lehrmittel\\_lp\\_vs\\_d.pdf](http://www.erz.be.ch/erz/de/index/kindergarten_volksschule/kindergarten_volksschule/informationen_fuereltern/lehrplaene/volksschule.assetref/dam/documents/ERZ/AK_VB/de/03_Lehrplaene_Lehrmittel/lehrplaene_lehrmittel_lp_vs_d.pdf),  
gelesen am 5.11.14