



## JEDES KIND STÄRKEN in OÖ

Eine Fortbildungsreihe an der  
Privaten Pädagogische Hochschule der Diözese Linz

L012 – 2024/25

### Modul 1: Das PERMA-Modell aus der Positiven Psychologie

Montag, 7.10.2024, 14.30-17.45 Uhr

an der PH- Linz, Salesianumweg 3, 4020 Linz – Hörsaal 1 - AH01

Referentinnen: Ingrid Teufel und Eva Jambor

#### Inhalt

- Kurzeinführung in Positive Psychologie
- Kennenlernen des PERMA-Modells von Martin Seligman
  - **P – Positive Emotions:** Wie können wir mehr positive Emotionen ins eigene Leben holen und Kinder dabei unterstützen, positive Emotionen zu erleben und wahrzunehmen?
  - **E – Engagement:** Was sind unsere Stärken und wie können wir sie in unserem Leben gut nützen? Wie können wir Kinder dabei unterstützen, ihre Stärken zu erkennen und einzusetzen, um damit Flow-Erlebnisse zu generieren?
  - **R – Relationships:** Was ist uns bei Beziehungen wichtig? Wie können wir Kinder dabei unterstützen, gelingende Beziehungen zu führen? Wie können wir positive Beziehungen im Klassenzimmer aufbauen?
  - **M – Meaning/Mattering:** Was hat Bedeutung in meinem Leben? Was sind die Werte, an denen ich mich orientiere? Wie können wir mit Kindern an Werten arbeiten, die auch für uns als Gemeinschaft wertvoll sind und Sinn machen?
  - **A - Accomplishment:** Welche Ziele wollen wir erreichen? In welchen Schritten? Wie wollen wir unsere Erfolge sichtbar machen und feiern? Wie können wir Kinder beim Finden und Erreichen von Zielen unterstützen?
- PERMA in vier Schritten:
  - **Learn it:** wissenschaftliche Hintergrundinformation kennenlernen
  - **Live it:** Erleben, wie man PERMA ins eigene Leben bringen kann
  - **Embed it:** Methoden (und Materialien) kennenlernen, wie PERMA in der Klasse eingebettet werden kann
  - **Teach it:** Trainieren, wie man die wissenschaftlichen Hintergrundinformationen Kindern leicht verständlich erklären kann



Alle Teilnehmer:innen erhalten in der Fortbildung Band 1 von JEDES KIND STÄRKEN mit sofort einsetzbaren Übungen für die Klasse sowie für jede Klasse einen Wandkalender mit PERMA-Ritualen und Spiele-Plakate mit Stärken-Spielen.

**PERMA.News** zur Etablierung einer PERMA-Haltung und als Unterstützung zur Umsetzung in der Klasse

Alle Teilnehmer:innen erhalten Zugang zur PERMA.Post, einem Online-Kurs, damit die PERMA-Säulen im Alltag und in der Schule leicht erlebt und erprobt werden können.

- Sie besteht aus 38 Modulen und kommt alle drei Tage mit Aufgaben zur Entwicklung einer eigenen PERMA-Haltung nach den vier Schritten *learn it – live it – embed it – teach it*.
- Jede PERMA.Post enthält Übungen zum Downloaden, die sich zum sofortigen Einsatz in der Klasse eignen.

**Zur Webseite:** <https://moodle2.ph-linz.at/course/view.php?id=12333>

**Rückfragen** bitte an Petra.Binder@ph-linz.at

Wie geht es nach dem 1. Termin weiter?

## **Modul 2: PERMA an Stärken-Tagen sichtbar machen**

**Montag, 27.1.2025 – 16-18.15 Uhr online**

Referentin: Ingrid Teufel und Eva Jambor

### **Inhalt**

- Einführung zu PERMA-Ritualen, mithilfe derer man PERMA im Schulalltag verankern kann (mit kurzem Austausch zu Erfahrungen mit PERMA an den Schulen der Teilnehmer:innen)
- Tipps zur Umsetzung von Stärken-Tagen an Schulen (basierend auf PERMA)
- Vorstellung des geplanten Stärken-Fests in OÖ
- erste Planungsschritte zur Durchführung eines Stärken-Tages an der Schule - in Kleingruppen

## **Modul 3: Präsentation des Stärkenfestes und Erfahrungsaustausch mit anderen**

**Freitag, 16.5.2025, 9.00 – 12.00 Uhr, an der PH – Linz, Salesianumweg 3, 4020 Linz, Aula und Halle**

Anwesende: Eva Jambor, Ingrid Teufel, Susanne Kaltenböck,

### **Inhalt**

- Präsentation der Stärkenfeste in den teilnehmenden Schulen durch Bild/Folie (Lehrperson) oder durch eine Aktivität mit der Schulklasse
- Erfahrungsaustausch über das Projekt
- Blick voraus: Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter?