

PERMA.teach – mit Positiver Psychologie zu psychosozialer Gesundheit



➤ **Kurzbeschreibung:**

Forschungsergebnisse der Positiven Psychologie zeigen seit Jahren, dass die 5 Säulen für Aufblühen und Wohlbefinden – im Alltag angewandt - die psychische und physische Gesundheit verbessern, die Lernfähigkeit steigern und die Widerstandskraft stärken:

- Positive Emotions (positive Emotionen vermehren und nutzen)
- Engagement (Flow erleben, eigene Stärken leben)
- Relationships (positive Beziehungen pflegen)
- Meaning (Sinn – im Alltag – transparent machen und leben)
- Accomplishment (Erfolgserebnisse ermöglichen und sichtbar machen)

Gemeinsam bilden sie das Akronym **PERMA**.

PERMA.teach hat daher zum Ziel, PERMA in Kindergarten und Schule als übergreifendes, PERMANentes Lehr-, Lern- und Haltungsprinzip zu etablieren, um alle Beteiligten (Lehrende, Kinder und deren Familien) zu ermutigen und ermächtigen, selbstverantwortlich für Wohlbefinden zu sorgen - für sich und andere. Vehikel dafür ist die PERMA-Hand, die daran erinnert, PERMA in jedem Fach und Kontext einzubeziehen. Dazu bedarf es keiner eigenen Stunden im Stundenplan.

Bei PERMA.teach kooperieren 11 Pädagogische Hochschulen, an denen PERMA in Aus- und Fortbildung und Entwicklungs-Beratung nachhaltig etabliert werden soll.

Zwischen 2022 und 2023 wurde PERMA.teach an 19 Schulen aus dem Pflichtschulbereich in Wien, Salzburg, Oberösterreich, Tirol, Vorarlberg und im Burgenland pilotiert und wissenschaftlich begleitet. Auswertungen zeigen, dass sich sowohl bei den Schüler- als auch bei den Lehrer:innen im Messzeitraum Wohlbefinden, Engagement und positive Emotionen erhöht und negative Emotionen verringert haben ([mehr zu den Ergebnissen](#)). PERMA.teach-Follow-Up setzt mit einer Pilotierung an Wiener Kindergärten fort, die von einem Forschungsteam der KPH Wien/Krems wissenschaftlich begleitet wird.

➤ **Durchführungszeitraum:**

1.1.2022 bis 31.12.2023, Follow-Up: 1.2.2024 bis 31.8.2025

➤ **durchführende Organisationen:**

Initiative for Teaching Entrepreneurship (IFTE, gemeinnütziger Verein)
Kirchliche Pädagogische Hochschule Wien/Krems



➤ **Kooperationspartner:**

PH Wien, PH NÖ, PH Burgenland, PH Salzburg, PH Oberösterreich, PHD Linz, PH Tirol, PH Vorarlberg, PH Steiermark, PPH Augustinum, WieNGS, Avos, Schulpsychologie & Bildungs- und Berufsberatung beim BMBWF (Abt. I/7), Zentrum für Gewalt- und Mobbingprävention und Persönlichkeitsbildung, HEPI (Zentrum für Persönlichkeitsbildung an der PH OÖ), Teach for Austria, Schule im Aufbruch, cool, Schul.Wohl, ZUKUL, Vienna International Positive Psychology School (VIPPS), European Positive Psychology Academy (EUPPA), Institut für Positive Psychologie und Resilienzforschung (IPPSY), Mutmacherei, Innoviduum, AH-I, Österreichisches Jugendrotkreuz, Caritas, AMS NÖ und Global Educational Transformation

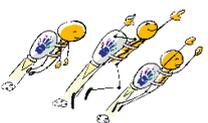
➤ **Fördergeber:**

Das Projekt PERMA.teach wurde 2021 beim Call „Gesundheitsförderungsprojekte - Thema 1: Projekt zur Förderung der psychosozialen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen“ eingereicht und wird aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung und vom Fonds Gesundes Österreich gefördert. Das aktuelle Follow-Up wird aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich gefördert.

➤ **Fortbildung von Lehrenden (von Elementarstufe bis Sekundarstufe II), Personen aus der Kinder- & Jugendarbeit, Studierenden & Eltern zu PERMA.teach-Botschafter:innen**

In **zwei Modulen** und einem **Stärken.Café** beschäftigen wir uns mit dem PERMA-Modell, den damit verbundenen „PERMAnenten“ Leitfragen zum Nachdenken und dem Transfer von PERMA in unser Leben und in die Arbeit mit Kindern & Jugendlichen in und außerhalb von Kindergarten und Schule. Zusätzlich gibt es **vertiefende Module** für **einzelne Zielgruppen**.

➤ **Termine** (alle online, Teilnahme kostenlos):

	Modul 1 23.9.2024 oder 28.11.2024 oder 23.1.2025 15-18 Uhr	Kurzeinführung Positive Psychologie und PERMA-Modell von Martin Seligman; Schwerpunkt auf P (Positive Emotions) und E (Engagement), Start mit R (Relationships)
	Modul 2 5.11.2024 oder 28.1.2025 oder 18.3.2025, 15-18 Uhr	Schwerpunkt auf R (Relationships), M (Meaning) und A (Accomplishment)
	Stärken.Café 15.10.2024 oder 8.4.2025 oder 13.5.2025, 16-18 Uhr	Austausch zu Erfahrungen mit PERMA in Alltag und Beruf, Etablierung von PERMA-Ritualen
	PERMA.teach in der Elementarstufe 3.12.2024 oder 2.4.2025, 15-17 Uhr	Einführung in die Arbeit mit den PERMA.teach-Materialien für die Elementarstufe
	„Aufrechts“- statt Unterrichts-Planung mit PERMA 19.9.2024 oder 4.6.2025, 15-18 Uhr	gemeinsam wird geplant, wie PERMA fächerübergreifend im Schulalltag eingebettet werden kann (z.B. für alle sinn- und wertvolle Ziele sichtbar machen, Schritte zur Zielerreichung in mehreren Fächern planen)
	Life Design 11.10.2024 15-18 Uhr	Zukunftsperspektiven basierend auf eigenen Werten, Interessen und Stärken entwickeln & dabei KI für Bildungs- und Berufswahlentscheidungen nützen
	Stärken-Tage an Schulen 4.12.24 oder 27.2.25 16-18.00 Uhr	Vorbereitung von Stärken-Tagen mithilfe von PERMA.teach - konform dem übergeordneten Thema <i>Entrepreneurship Education</i> im neuen Lehrplan
	PERMA.teach inklusiv 11.12.24 15-18 Uhr	Mit PERMA-Methoden in Resonanz mit „besonderen“ Kindern & Jugendlichen
	PERMA.teach-Vertiefung 27.3.2025 15-18 Uhr	PERMA-Methoden beim Umgang mit schwierigen Situationen und unangenehmen Gefühlen, Aufbau von PERMA-Gewohnheiten, PERMA-Prospektion
	PERMA-Rituale an Schulen 24.4.2025 16-18 Uhr	gemeinsam werden PERMA-Rituale für die Klasse und den Schulstandort erarbeitet (z.B. Schulrituale im Jahreskreis, Klassenrituale)

Alle Fortbildungen werden von der KPH Wien/Krems veranstaltet. Lehrende, die ihre Immatrikulation auf PH-Online für die „Private Pädagogische Hochschule Wien/Krems“ aktiviert haben, erhalten eine Teilnahmebestätigung der KPH Wien/Krems. Alle Teilnehmer:innen erhalten eine Teilnahmebestätigung durch IFTE.

Anmeldung: <https://www.eventbrite.com/cc/permateach-2557099>

➤ **Weitere Informationen:** www.permateach.at

Mag. Eva Jambor, Projektleitung PERMA.teach, eva.jambor@ifte.at

