

## TiL - Training in Lebenskompetenz

**TiL hilft Kindern und Jugendlichen mit Schwierigkeiten, durch neu trainiertes Verhalten den Schulalltag positiver zu gestalten und zu erleben. Denn wer über gute Lebenskompetenzen verfügt, hat grössere Chancen auf ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben.**

Schülerinnen und Schüler, die sozial schlecht integriert sind oder ständig Regeln brechen und Grenzen überschreiten, sind besonders gefährdet, im Verlauf ihres Lebens psychisch zu erkranken oder eine Sucht zu entwickeln. Risikofaktoren sind insbesondere aggressives, impulsives Verhalten, Sozialangst, Kleinkriminalität oder auch frühes Suchtverhalten (Digitale Medien, Substanzen)<sup>1</sup>.

Eine Verbesserung der **Sozial- und Selbstkompetenzen** kann dieser Entwicklung entscheidend entgegenwirken. Hier setzt TiL-Training in Lebenskompetenzen an: **Schüler\*innen der 4. Klasse bis zur 3. Oberstufe üben in kleinen Gruppen mit versierten Kursleitenden Fertigkeiten wie Kommunikationsfähigkeit, Problemlösungskompetenz und Entscheidungsfähigkeit.**

Dadurch wird unangemessenes Verhalten als Lösungsstrategie überflüssig. Den Kindern und Jugendlichen gelingt es so nach und nach, destruktive Muster aufzulösen (angelehnt an das pädagogische Stabilitätsprogramm der WHO und an Botvin & Griffin 2007). Je früher Kinder von einem solchen Training profitieren können, desto grösser die Wirkung.

**TiL-Kurse bringen alle Beteiligten weiter, Schüler\*innen genauso wie Lehrpersonen und Erziehungsberechtigte / Eltern. Die zeitliche und finanzielle Investition wirkt sich langfristig positiv aus.**

Life Skills-Trainings für Kinder und Jugendliche sind in den USA breit evaluiert und gelten als wirksam<sup>2</sup>. Eine nachhaltige Verbesserung der Lebenssituation der Heranwachsenden wurde festgestellt. Das heisst, eine Verringerung der Kosten in Bezug auf eine reduzierte Unterstützung der Jugendlichen, geringere Belastung der Sozialausgaben, weniger staatliche Unterstützung wie Suchtberatung und Sozialhilfe und auch ein höherer Beschäftigungsgrad im Erwachsenenleben sind die Langzeit-Effekte solcher Interventionen<sup>3</sup>.

### **Kursangebot**

3 Kurse pro Schuljahr für SuS der Mittelstufe (ab 4.Klasse)

3 Kurse pro Schuljahr für SuS der Oberstufe

### **Kursort: Uster**

Kurse Mittelstufe im Schulhaus Oberuster, Aathalstrasse 35, 8610 Uster

Kurse Oberstufe im Schulhaus Pünt, Zürichstrasse 10, 8610 Uster

---

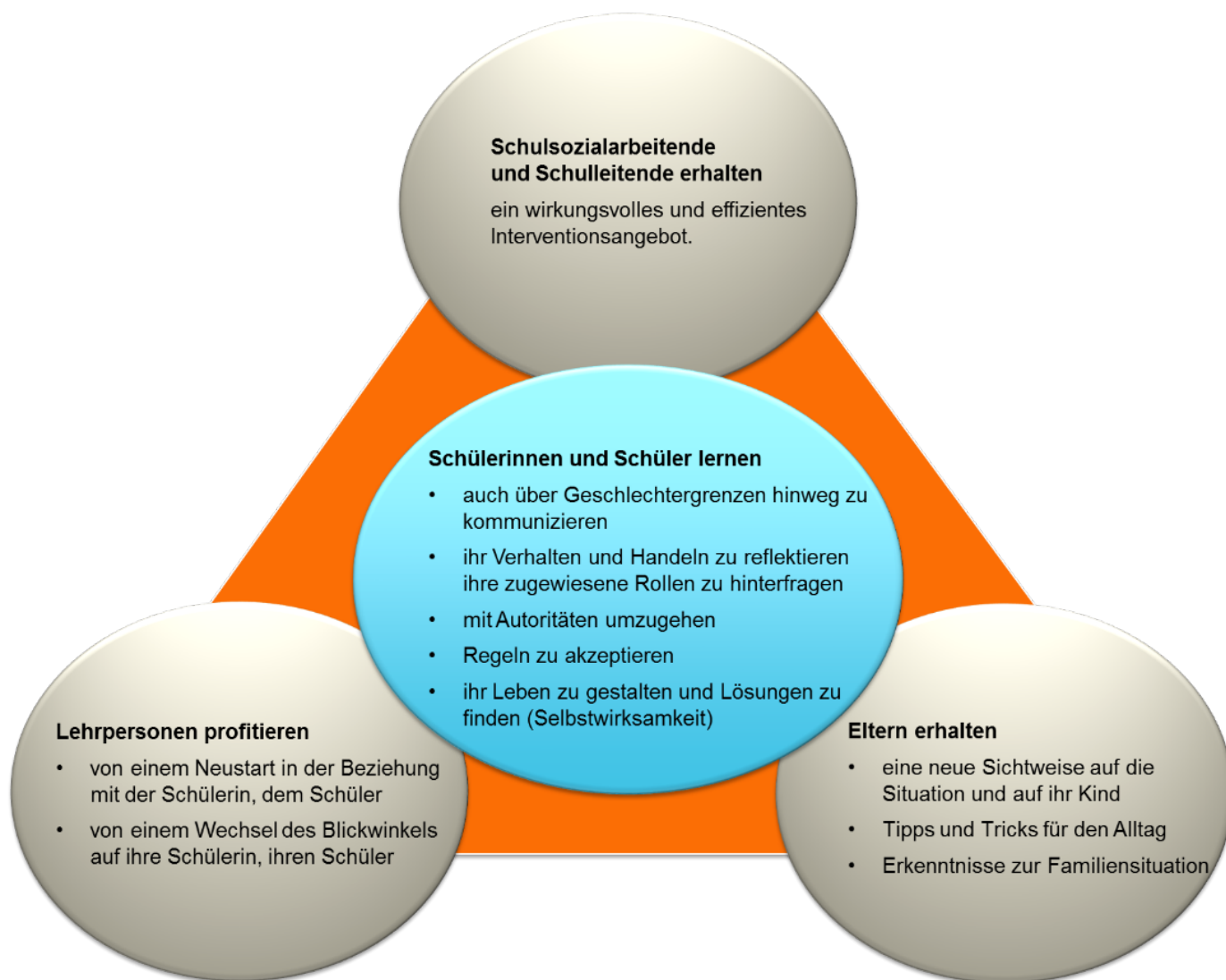
<sup>1</sup> EMCDDA (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, Mai 2005)

<sup>2</sup> Life skills wurden schon 2003 von der UNESCO als wichtige Dimensionen für eine gesunde Entwicklung erkannt und definiert. [http://www.unicef.org/lifeskills/index\\_7308.html](http://www.unicef.org/lifeskills/index_7308.html): Zugriff 9. Okt. 2015

<sup>3</sup> Lee, S., Aos, S., Drake, E., Pennucci, A., Miller, M. & Anderson, L. (2013): Return on investment: Evidence-based options to improve statewide outcomes. October 2013 (Printed on 3-20-14). Olympia: Washington State Institute for Public Policy

### **TiL-Kurs ab 5 Teilnehmenden:**

2 Kursleitende, 6-8 Mittwochnachmittage à 1.5 – 2.5 Stunden, 1 Infoabend für Erziehungsberechtigte / Eltern und Lehrpersonen, je 1 Schlussgespräch durch die Kursleitung mit den Erziehungsberechtigten / Eltern und der Lehrperson, individueller Schlussbericht an die Schule, Kosten: Fr. 850.00



### **TiL-Mini bei 1-4 Teilnehmenden:**

1 Kursleitende/r, 6 Mittwochnachmittage à 1.5 Stunden, 1 Infoabend für Erziehungsberechtigte / Eltern und Lehrpersonen, je 1 Schlussgespräch durch Kursleitung mit den Erziehungsberechtigten / Eltern und der Lehrperson, individueller Schlussbericht an die Schule, Kosten: Fr. 850.00.

**Mit Fragen und für Anmeldungen wenden Sie sich bitte an:** Wolfgang Alberts, Suchtprävention Bezirk Bülach, 044 872 77 34, [w.alberts@praevention-fabb.ch](mailto:w.alberts@praevention-fabb.ch)

**Download** des Anmeldeformulars und weiterer Unterlagen:

<https://praevention-fabb.ch/angebote/volksschule>