



Nationale Aktionswoche «Kinder von suchtkranken Eltern»

Förderliche Rahmenbedingungen schaffen

Medienliste / Medienverzeichnis



Unterrichtsmaterialien



Sachbücher



CDs, DVDs, Videos



Spiele



Bilderbücher, Belletristik, Comics

Zentrum Bern
Eigerstrasse 80
3007 Bern

Zentrum Emmental-Oberaargau
Bahnhofstrasse 90
3400 Burgdorf

Zentrum Jura bernois-Seeland
Bahnhofstrasse 50
2502 Biel

Zentrum Oberland
Aarestrasse 38b
3600 Thun



Löffler Sarah, Lipke-Bauriedel Anja

Schule
Unterstufe

80 Ideen zur Förderung der Ich-Stärke und Sozialkompetenz Einfache und praxiserprobte Übungen für alle Fächer 1. - 4. Klasse

Persen Verlag, Hamburg, 2021, 978-3-403-20429-9

Vom ICH zum DU zum WIR - mit diesen abwechslungsreichen Unterrichtsideen schaffen Sie ein positives Lernklima in Ihrer Klasse! Wie gelingt störungsfreier Unterricht? Auf welche Weise können soziale Kompetenzen trainiert werden? Wie lernen Ihre Schüler den achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen? Ich-Stärke ist die Grundlage dafür, dass Kinder gemeinsam in einer Schulklasse lernen und sich im Unterricht und ausserhalb sozialkompetent verhalten. Dieses Buch bietet 80 einfach umsetzbare Ideen für alle Fächer, mit denen es Ihnen gelingen wird, Ihren Schülern Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und damit ein positives Selbstbild zu vermitteln.



Brooks Robert, Goldstein Sam

Erwachsene
Familie
Heim

Das Resilienz-Buch Wie Eltern ihre Kinder fürs Leben stärken - Das Geheimnis der inneren Widerstandskraft

Klett-Cotta, Stuttgart, 2017, 978-3-608-96147-8

Die Autoren beschreiben, was Eltern und Erzieher dafür tun können, dass die Kinder "stark" werden und die entscheidenden Ressourcen erwerben, die es ihnen ermöglichen, ihre Lebensbelastungen erfolgreich zu bewältigen. Sie vermitteln Eltern und Erziehern die Zuversicht, dass sie ihren Kindern vieles mit auf den Lebensweg geben können, was ihnen die seelische Widerstandskraft gibt, die sie benötigen, um später auch selbstständig ihren Weg im Leben zurückzulegen. Was Eltern und Erzieher auszeichnet, die ihren Kindern Resilienz vermitteln können:

- empathisch sein
- richtig kommunizieren
- die Kinder akzeptieren
- negative Lebensskripte ändern
- Kompetenzen der Kinder fördern
- Kindern helfen, Verantwortung übernehmen zu lernen
- Probleme lösen lernen



Sucht Schweiz (Hrsg.)

Die Geschichten von Bobby

Sucht Schweiz, 2017

Suchterkrankungen allgemein, und ganz besonders elterliche Suchterkrankungen, sind in unserer Gesellschaft noch stark tabuisiert. Tatsache ist aber, dass sehr viele Menschen von Suchterkrankungen betroffen sind.

Die vier Hörspielgeschichten (downloadbar auf boby.suchtschweiz.ch) rund um den Hund Bobby sind ein präventivpädagogisches Hilfsmittel, das Fachpersonen unterstützt, das Thema einer elterlichen Suchterkrankung anzusprechen. Die Geschichten wurden für Kinder im Alter von 4 bis 8 Jahren verfasst. In den vier Erzählungen erlebt der kleine Hund Bobby Situationen, die Kinder mit einem suchtkranken Elternteil in ähnlicher Weise erfahren könnten.

Alle Kinder profitieren, wenn ihre sozialen und emotionalen Kompetenzen gefördert werden. Für Kinder aus suchtbelasteten Familien ist eine Förderung jedoch von besonderer Wichtigkeit, da sie verschiedenen Risikofaktoren ausgesetzt sind. Indem sie ihre Situation besser verstehen lernen und ermutigt werden, soziale Kontakte ausserhalb ihrer Fa

Heim
Kita
Schule
Unterstufe



Fröhlich-Gildhoff Klaus, Becker Jutta, Fischer Sibylle (Hrsg.)

Gestärkt von Anfang an Resilienzförderung in der Kita

Beltz Verlag, Weinheim und Basel, 2012, 978-3-407-62813-8

Der Resilienzbegriff erfreut sich seit einigen Jahren wachsender Bedeutung in Erzieher/innenausbildung und Praxis - nicht zuletzt auf Initiative von Klaus Fröhlich-Gildhoff, der den Begriff als einer der Pioniere in Deutschland einführte. Nun beleuchten der Autor und sein Team die Förderung von Resilienz in Kindergarten und Krippe.

Die Autor/innen bieten ein praxisnahes und direkt umsetzbares Konzept zur Resilienzförderung. Sie zeigen, wie sich die Resilienzfähigkeit der Kinder steigern lässt. So können Krisen bewältigt und der Zusammenhalt in der Gruppe gestärkt werden. Dabei beschreiben die Autor/innen zunächst den Ist-Stand der Resilienzförderung in Deutschland, um sich dann auf Krippe und Kindergarten zu beziehen. Auch geben sie einen Ausblick auf weiterführende Bildungsinstitutionen und beleuchten spezifische Zielgruppen (z.B. Migrationshintergrund, Hort). Zum Schluss geben sie Tipps und Beispiele für resilienzförderliche Maßnahmen. Aus dem Inhalt: Resilienzförderung in den Inst

Kita
Schule
Unterstufe



Berner Gesundheit (Hrsg.)

Kita
Schule
Unterstufe

Medienkoffer Lebenskompetenzen fördern im Kindergarten und in der Unterstufe

2016

Die Förderung von Lebenskompetenzen hat sich als erfolgreicher Ansatz für die individuelle Gesundheitsförderung und für unterschiedliche Präventionsbereiche (z.B. Suchtprävention, Mobbingprävention, Prävention von Essstörungen) erwiesen. Zudem sind die Lebenskompetenzen als wirkungsvolle Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit mittlerweile gut belegt. Dieser Medienkoffer möchte Lehrerinnen/Lehrer darin unterstützen, die Lebenskompetenzen ihrer Schülerinnen/Schüler zu fördern.

Der Koffer beinhaltet folgende 10 Medien:

- Prävention und Resilienzförderung in Grundschulen - PRiGS
- Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen - PRiK
- Ich und du und wir zusammen
- Inklusion - Soziales Lernen von Anfang an
- Streit und Gewalt - Was kann ich tun?
- 101 Spiele zur Stärkung des Selbstwertgefühls
- Wut-weg-Spiele für Kita, Hort und Schule
- 3 Minuten Entspannung
- Das bin ich. Aktivgeschichten und Projekte für die Praxis
- Bildkarten Gefühle für Kindergarten und



Fröhlich-Gildhoff Klaus, Becker Jutta, Fischer Sibylle

Kita
Schule
Unterstufe

Prävention und Resilienzförderung in Grundschulen - PRiGS Ein Förderprogramm

Ernst Reinhardt Verlag, München, 2012, 978-3-497-02320-2

Die Förderung der Resilienz und der sozial-emotionalen Kompetenzen gewinnt in der Schule zunehmend an Bedeutung. Wie lässt sich die seelische Widerstandskraft von Kindern stärken, damit sie Herausforderungen annehmen und Krisen gut bewältigen können? Das Förderprogramm bietet hierzu ganz konkrete Lösungen. Eine knappe Einführung in die Hintergründe zu Resilienz und Prävention schafft die nötige Grundlage für eine erfolgreiche Anwendung. Für die Klassen 1–4 bietet das Programm je bis zu 10 didaktisch aufbereitete Stundenkonzepte. 6 Abbildungen, viele Tipps, Hinweise und zahlreiche Kopiervorlagen ermöglichen eine erfolgreiche Umsetzung des Programms im Schulalltag.



Fröhlich-Gildhoff Klaus, Dörner Tina, Rönnau-Böse Maïke

Heim
Kita

Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen - PRiK Ein Förderprogramm

Ernst Reinhardt Verlag München, 2016, 978-3-497-02608-1

Kinder lernen bereits im Kindergartenalter, kleine und grosse Krisen selbständig zu überwinden, erwerben soziale Kompetenz und gehen entspannt mit Stress um. An diesen Ressourcen setzt das Programm PRiK an: Vorhandene Fertigkeiten von Kindern im Alter von vier bis sechs Jahren werden gezielt gefördert und ihre Resilienz gestärkt. Im ersten Teil des Buches werden zentrale Elemente des Konzepts der "Resilienz" erläutert - Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbstwirksamkeit und -steuerung, Stressbewältigung und Problemlösekompetenz. Im zweiten Teil finden sich 26 Fördereinheiten mit vielen Spielen, Übungen und Materialvorschlägen zur praktischen Umsetzung des Programms. Das vielfach erprobte und wissenschaftlich evaluierte Programm wurde für die Neuauflage besonders im Praxisteil grundlegend überarbeitet.



Steinebach Christoph, Gharabaghi Kiaras (Hrsg.)

Erwachsene

Resilienzförderung im Jugendalter Praxis und Perspektiven

Springer Verlag Berlin Heidelberg, 2013, 978-3-642-33047-6

Resilienzförderung will die Widerstandsfähigkeit stärken - gerade für das Jugendalter ist dies wichtig. In diesem Lebensalter werden besondere Risiken deutlich, sei es bei den jungen Menschen selbst oder in ihrer Umwelt. Es gilt, die Stärken, Kompetenzen und Schutzfaktoren der Jugendlichen oder ihrer Umwelt zu unterstützen.

Dieses Fachbuch für Psychologen, Pädagogen, Erziehende, Sozialarbeitende, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten beschreibt nach einer kurzen und prägnanten Orientierung zum Resilienzkonzept besondere Wege der psychologischen und pädagogischen Praxis. Zur Sprache kommen verschiedene Lebenslagen und Umwelten und in den Beiträgen wird exemplarisch aufgezeigt, wie resilienzierte Interventionen zu konzipieren sind. Insgesamt soll Mut gemacht werden, die bislang primär defizitorientierten kurativen oder korrektiven Ansätze in der Arbeit mit Jugendlichen in riskanten Lebenslagen zu überwinden und stattdessen stärkenorientiert zu arbeiten.



Scholz Falk Peter

Stärken-Schatzkiste für Kinder und Jugendliche 120 Impuls-Karten für ein starkes Selbstwertgefühl

Beltz Verlag, Weinheim, 2018, GTIN 401917210001

Das Entdecken eigener Stärken fördert das Selbstwertgefühl. Dieses Kartenspiel unterstützt das Wahrnehmen und Benennen von Stärken, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Auf 120 Karten regen kurze Fragen und Impulse spielerisch dazu an, sich über Ressourcen auszutauschen und diese für die Problembewältigung nutzbar zu machen.

Das Kartenspiel ist in drei Altersgruppen ab 7, ab 11 und ab 15 Jahren gegliedert.

**Kinder
Jugendliche
Freizeit
Heim
Schule**



Aktion Jugendschutz - Landesarbeitsstelle Bayern e.V. (Hrsg.)

Sucht Prävention - Wenn-Ich-Karten zu den Themen Lebenskompetenzen, Risikoverhalten und Sucht aj-Praxis Nr. 09

Drei-W-Verlag, Essen, 2017, Art.Nr. 11071

Die neuen "Wenn-Ich-Karten" regen Jugendliche an, sich über Hintergründe, Motive, Schutzfaktoren, Funktionen und Risiken von Suchtmitteln oder Essstörungen auseinanderzusetzen und sich darüber auszutauschen. Lebenskompetenzen wie Selbstbewusstsein, Konflikt-/Beziehungsfähigkeit, Genussfähigkeit und Risikokompetenz werden angesprochen.

Das Spiel enthält 304 Karten zu:

- Entwicklungsaufgaben (100/blau)
- Lebens- und Risikokompetenz (31/hellrosa)
- Suchtentwicklung (40/gelb)
- Alkohol, Tabak/Shisha/E-Zigaretten (50/grün)
- Cannabis/Legal-High (29/lila)
- aktivierende Drogen wie Ecstasy/Amphetamine/Kokain (19/altrosa)
- Essstörungen (35/ocker)

**Jugendliche
Freizeit
Heim
Schule
Oberstufe
Sek 2**



Vogt Leandra

Uns haut so schnell nichts um 8 Schlüssel der Resilienz für dein Kind und dich

Beltz Verlag, Weinheim Basel, 2021, 978-3-407-86664-6

Das Leben steckt voller Überraschungen. Manchmal geraten wir in Situationen oder sogar in eine länger dauernde Pandemie, die wir nicht freiwillig für unseren Alltag oder den unserer Kinder ausgesucht hätten. Wie stärken wir Eltern unser Kind für Krisen und Herausforderungen? Wie kräftigen wir sein Selbstbewusstsein und seine Selbstliebe, wenn es in der Kita oder Schule Ausgrenzung erlebt? Was können wir für uns selbst tun, wenn uns manchmal die Kraft, Zuversicht und das Vertrauen fehlen?

Leandra Vogt, Kindheitspädagogin und Resilienztrainerin, zeigt praxisnah, welche enorme Schutzwirkung die 8 Schlüsselfähigkeiten der Resilienz in Familien entfalten können.

**Erwachsene
Familie**