



## TiL - Training in Lebenskompetenz

### Die wichtigsten Informationen in Kürze:

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. Schüler und Schülerinnen, 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>.

**Die Ausbildung von Sozial und Selbstkompetenzen** können 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 ein.**

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 schlussendlich alle Beteiligten weiter. Schülerinnen und Schüler, genauso wie Lehrpersonen und Eltern. Die zeitliche und finanzielle Investition wirkt sich langfristig positiv aus.**

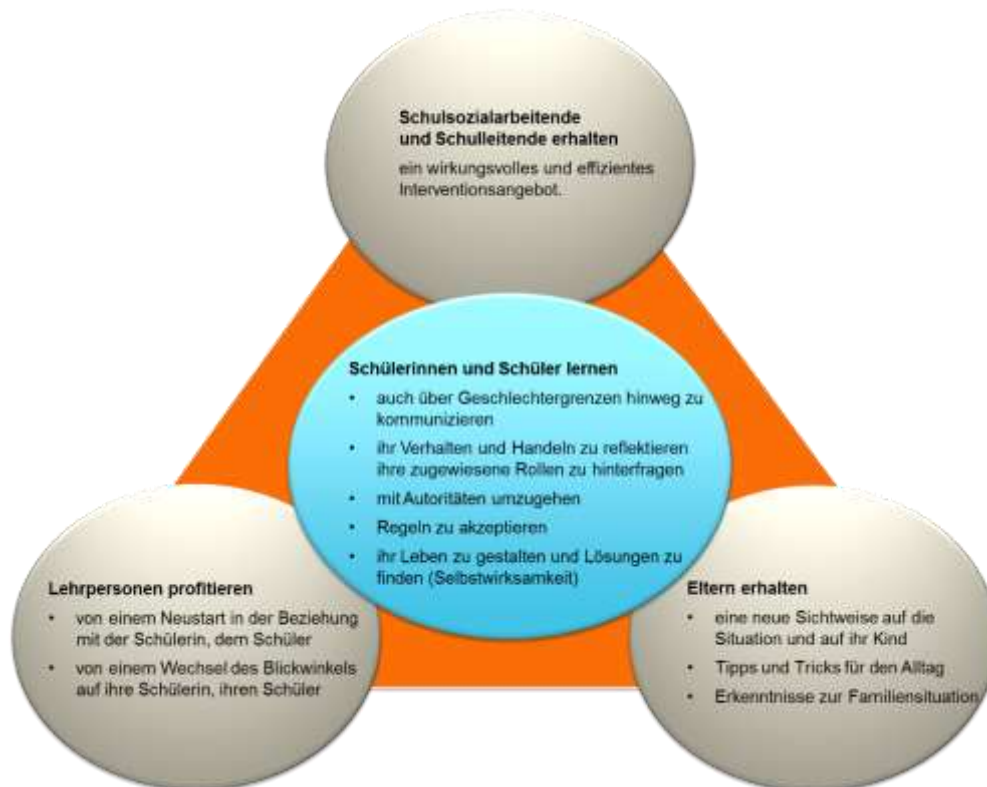
Life Skills-Trainings für Kinder und Jugendliche sind in den USA breit evaluiert und gelten als wirksam<sup>2</sup>. Eine nachhaltige Verbesserung der Lebenssituation der Heranwachsenden wurde festgestellt. Das heisst eine Verringerung der Kosten in Bezug auf eine reduzierte Unterstützung der Jugendlichen, 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>.

<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 – Eine Chance für alle Beteiligten



## TiL – Kurse für die Bezirke Hinwil, Pfäffikon und Uster

Für die Mittel- und Oberstufe finden pro Schuljahr je drei TiL-Kurse in Uster statt. Fachleute mit viel sozialpädagogischer Erfahrung aus unserem Kurleiter/innen-Pool leiten die Kurse und führen die Gespräche mit Eltern und Lehrpersonen. Der Kurs ist für Schüler/innen der 4. – 9. Klasse offen. Die aktuellen Kursdaten sind unter [www.sucht-praevention.ch/til](http://www.sucht-praevention.ch/til) publiziert.

### TiL ab 5 Teilnehmenden

2 Kursleitende  
**8 Mittwochnachmittage à 1.5 Stunden**  
 3 fixe Kurse pro Schuljahr  
 Je 1 Infoabend TiL-Mittelstufe und TiL-Oberstufe  
 Je 1 Schlussgespräch durch die Kursleitung mit Eltern und Lehrperson  
 Individueller Schlussbericht an die Schule

**Kurskosten pro Schüler/in Fr. 850.-**

### TiL-Mini mit 1 – 4 Teilnehmenden

1 Kursleitende/r  
**6 Mittwochnachmittage à 1.5 Stunden**  
 3 fixe Kurse pro Schuljahr  
 Je 1 Infoabend TiL-Mittelstufe und TiL-Oberstufe  
 Je 1 Schlussgespräch durch die Kursleitung mit Eltern und Lehrperson  
 Individueller Schlussbericht an die Schule

**Kurskosten pro Schüler/in Fr. 850.-**

## Haben Sie Fragen?

### Bitte kontaktieren Sie:

Marion Frey, Kursadministration, [m.frey@sucht-praevention.ch](mailto:m.frey@sucht-praevention.ch), 043 399 10 80

Oliver Rey, Programmleiter, [o.rey@sucht-praevention.ch](mailto:o.rey@sucht-praevention.ch), 043 399 10 83

Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, Postfach, Gerichtsstrasse 4, 8610 Uster  
 043 399 10 80 | [info@sucht-praevention.ch](mailto:info@sucht-praevention.ch) | [www.sucht-praevention.ch](http://www.sucht-praevention.ch)