



GESCHÜTZTER RAUM

Wir schaffen einen geschützten Raum, in dem Kinder spielerisch wachsen, Neues entdecken und wichtige Fähigkeiten für ihr Leben entwickeln können. Spielen ist dabei unser zentrales Mittel, um soziale Kompetenzen zu fördern und die psychische Gesundheit nachhaltig zu stärken.

ERGEBNISSE AUS DER WISSENSCHAFT

- Besseres Sozialverhalten & eine positivere Klassen-/Gruppendynamik
- Weniger Konflikte und Aggressionen
- Mehr Selbstvertrauen & Selbstwirksamkeit
- Höhere emotionale Stabilität
- Nachhaltige Resilienzförderung

SPRECHEN SIE UNS AN

Wir finden den besten Weg für Ihre Schule, Ihre Kita oder Ihren Hort.

Institut für Gesundheitsförderung und Pädagogische Psychologie e. V.

Kurfürstenallee 9, 28211 Bremen

(0421) 175-06-930

info@ingepp-bremen.de

www.ingepp-bremen.de

Ein Projekt von InGePP e.V.:



InGePP e.V.
Institut für Gesundheitsförderung
und Pädagogische Psychologie

Gefördert durch die BKK firmus:

BKK firmus 
... gesundum gut!



„...., ganz schön stark!!“

Lebenskompetenztraining für Schule, Kita und Hort



RESILIENZ FÖRDERN, LEBENSKOMPETENZ VERMITTELN

„..., ganz schön stark!!“ ist ein präventives Projekt zur Stärkung von Lebenskompetenzen (Life-Skills), Resilienz und psychosozialer Gesundheit von Kindern in Grundschule, Kita und Hort. Gefördert durch die BKK firmus. Seit 2000 wird das Projekt wirksam in Bremen und im Umland durchgeführt.

Was uns besonders macht:

- Persönlichkeitsentwicklung durch Spiel und eigenes Erleben statt durch reine Wissensvermittlung
- Individuelle Anpassung des Projekts an die Bedürfnisse der Kinder und Einrichtung
- Langjährige Erfahrung
- Wissenschaftlich fundierte Evaluation



UNSERE MODULE

Projektwochen mit den Kindern

Eine Woche intensive Arbeit mit einer Klasse bzw. Gruppe und tägliche Nachgespräche mit dem pädagogischen Fachpersonal.

Fortbildung für Pädagog:innen

Damit das Projekt seine Wirkung nachhaltig entfalten kann, wird das Kollegium in einer zweitägigen Fortbildung in den GSS-Inhalten geschult.

Eltern-Workshop

Eltern werden im Rahmen eines Elternabends und eines ganztägigen Workshops aktiv in das Projekt einbezogen, damit die Impulse im Alltag weiterwirken.



SCHWERPUNKTE

In unserem Projekt vermitteln wir zentrale Lebenskompetenzen, die Kinder in ihrer persönlichen und sozialen Entwicklung stärken. Dazu gehören:

- Sich selbst besser kennenzulernen und die eigenen Stärken zu entdecken
- Wertschätzende Kommunikation und aktives Zuhören
- Konstruktive Konfliktlösung und Empathie
- Teamfähigkeit und gelingende Zusammenarbeit
- Selbstregulation und ein gesunder Umgang mit Emotionen und Stress
- Eigenständig Entscheidungen zu treffen und Verantwortung zu übernehmen
- Sich selbstbewusst zu behaupten und Beziehungen aktiv zu gestalten
- Herausforderungen zu meistern und Frustrationen auszuhalten
- Kreative und kognitive Problemlösungsfähigkeiten zu entwickeln
- Zu reflektieren, zu teilen und Rücksicht zu nehmen
- Sich auszuprobieren sowie eigene Ideen zu entwickeln und umzusetzen

