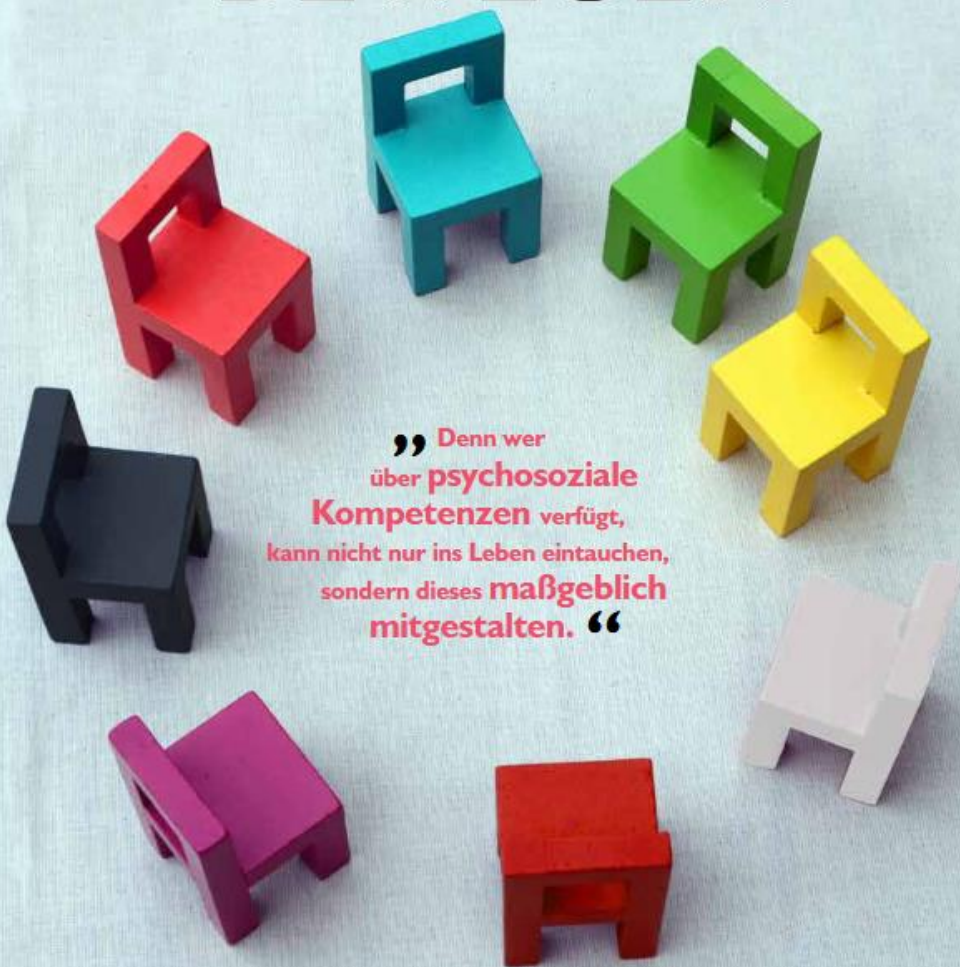


GEMEINSAM MEHR BEWEGEN

VON LISA MARIA JINDRA



„ Denn wer über psychosoziale Kompetenzen verfügt, kann nicht nur ins Leben eintauchen, sondern dieses maßgeblich mitgestalten.“

Die Sicherheit im eigenen Inneren finden durch den Aufbau einer stabilen Persönlichkeit.

Unsere Wirklichkeit ist zunehmend von Komplexität, Beschleunigung und Effizienzsteigerung geprägt. Lebensverläufe verändern sich und die Erweiterung der Entscheidungsmöglichkeiten der Menschen, sowohl in privater als auch in beruflicher Hinsicht, überfordern und erschöpfen viele. In der Folge zunehmender Schnelllebigkeit, Orientierungslosigkeit und der Selbstoptimierung gibt es einen starken Anstieg bei den seelischen Belastungen.

In der Erwachsenenbildung tätige Pädagog*innen und Dozent*innen sind daher gefordert, neue Bildungsformate und -angebote zur Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung zu schaffen, um hier einen stärkeren Beitrag zur Prävention zu leisten. Denn wer über psychosoziale Kompetenzen verfügt, kann nicht nur ins Leben eintauchen, sondern dieses maßgeblich mitgestalten.

LIFE SKILLS im 21. Jahrhundert

Im Rahmen des Erasmus+ Projektes »Psychosoziale Basisbildung« setzten sich neben St. Virgil fünf weitere Einrichtungen der europäischen Erwachsenenbildung von 2018 bis 2021 mit Fragen der veränderten Lebenswirklichkeiten und den daraus entstehenden psychosozialen Belastungen auseinander.

Die zentrale Grundlage des Projektes »Psychosoziale Basisbildung«, in Kurzform PSBB, bildete eine Beschreibung der aktuellen Lebensverhältnisse in Verbindung mit den eigenen Lebenskompetenzen. Entwickelt wurde ein Konzept psychosozialer Grundbildung, mit dem die Erwachsenenbildung die Menschen präventiv bei der Bewältigung dieser Herausforderungen unterstützen kann. Immer mit dem Ziel, die Menschen in ihrer Selbstsorge und Selbstwirksamkeit zu stärken und den sozialen Zusammenhalt voranzutreiben.

Miteinander und voneinander lernen hat naturgemäß eine sehr lange Tradition. Es geht sogar so weit, dass Menschen ohne dies nicht überlebensfähig waren und sind. Um zu überleben, ist die Menschheit seit dem Ursprung der Evolutionsgeschichte auf die Vermittlung von Wissen angewiesen. Das gilt besonders in einer Zeit mit gesellschaftlichen Umbrüchen und Herausforderungen, welche zu Beginn des 21. Jahrhunderts auf uns einwirken.

»Psychosoziale Basisbildung« versteht sich als ein präventiver Ansatz zur Stärkung der Lebenstüchtigkeit, welche die Selbststeuerungsfähigkeit von Menschen unterstützt und deren Selbstverantwortung, Selbstannahme und Selbstfreundschaft fördert. Sie strebt dabei die Unterstützung der (psychischen) Gesundheit der Menschen und die Stärkung der Teilhabe durch Selbstwahrnehmung,

Empathie, kreatives sowie kritisches Denken, Entscheidungs- und Problemlösungsfähigkeit, effektive Kommunikations- und interpersonale Beziehungsfertigkeiten sowie der Gefühls- und Stressbewältigung an.

Neben den theoretischen Aspekten wurden im Zuge des Projektes auch neue, innovative und zielgruppenorientierte Formate zur Vermittlung psychosozialer Lebenskompetenzen konzipiert. (Bsp: Aufbrechen – dranbleiben – abschließen: Seminar mit Hubert Klingenberg, Seite 26). Darüber hinaus wurden Strategien und Tools zum Thema »Gelingendes Lernen« entwickelt, welche die Qualität der Angebote zu »Psychosoziale Bildung« gewährleisten und sichern sollen. Der Qualitätsrahmen »Gelingendes Lernen« beruht auf der Trias von Bildung, Beratung und Begleitung und ist bereits in unseren Angeboten im aktuellen Programm integriert.

Alle Informationen rund um das ERASMUS+ Projekt »Psychosoziale Basisbildung« und dessen Ergebnisse finden Sie auf <https://www.virgil.at/bildung/psychosoziale-basisbildung>.



Lisa Maria Jindra, Studienleiterin im Programmbereich »Lebenswege« und Projektkoordinatorin ERASMUS+ Projekt »Psychosoziale Basisbildung«



Strategische Partnerschaft zum Austausch guter Praxis

Thema: Psychosoziale Basisbildung

Projektdauer: November 2018 bis Oktober 2021

Partnereinrichtungen:

- St. Virgil Salzburg (Österreich)
- Bremer Volkshochschule (Deutschland)
- Bildungshaus Kloster Neustift (Italien)
- Erwachsenenbildung Luxemburg (Luxemburg)
- VHS – Bildungsinstitut (Belgien)
- Volkshochschule Salzburg (Österreich)

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.