

L



Das Lebenskompetenzprogramm
für junge Menschen

Q

Lions-Quest



GESUNDHEITSPARTNER



Lions Deutschland

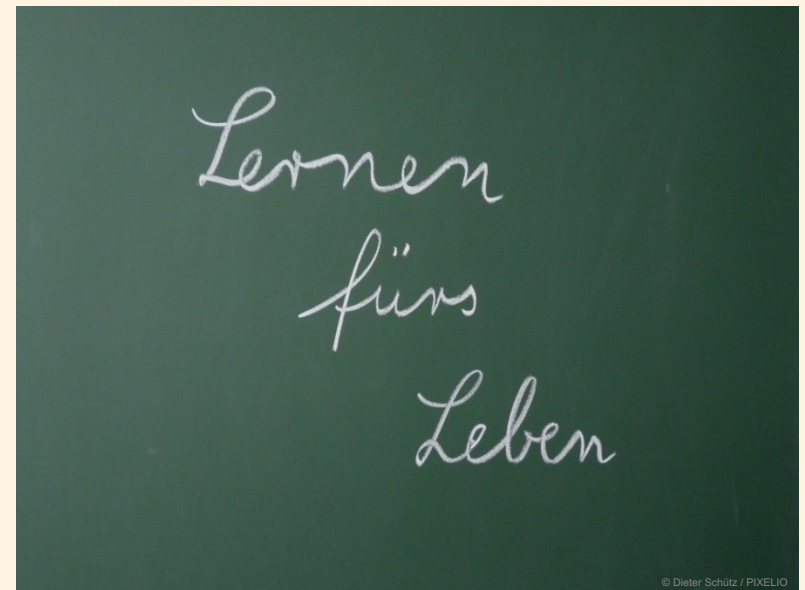
Was ist Lions-Quest?

L—Q
lions-quest.de

L

|

Lions-Quest ist ein effektives
Lebenskompetenz- und
Präventions-Programm
für junge Menschen!



Q



Lions Deutschland

Kernziele von Lions-Quest

- **Stärkung sozialer und persönlicher Schlüsselkompetenzen (Life Skills)**
- **Vorbeugung von selbst- und fremdschädigenden Verhaltensweisen**



Life Skills Programm

- **Lions Quest vermittelt allgemeine Lebenskompetenzen (Life Skills):**
 - **Life Skills = Fähigkeiten und Fertigkeiten, die junge Menschen in die Lage versetzen, mit Herausforderungen und Schwierigkeiten des täglichen Lebens möglichst eigenständig und selbstbestimmt umzugehen und sie erfolgreich zu bewältigen**



© S. Hofschläger / PIXELIO.DE

10 Life Skills nach WHO und UNESCO

L—Q
lions-quest.de

L

- Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung
- Empathiefähigkeit
- Kreatives Denken
- Kritisches Denken
- Entscheidungsfähigkeit
- Problemlösefähigkeit
- Effektive Kommunikationsfähigkeit
- Interpersonale Beziehungsfähigkeit
- Fähigkeit zur Gefühlsbewältigung
- Fähigkeit zur Stressbewältigung



Q

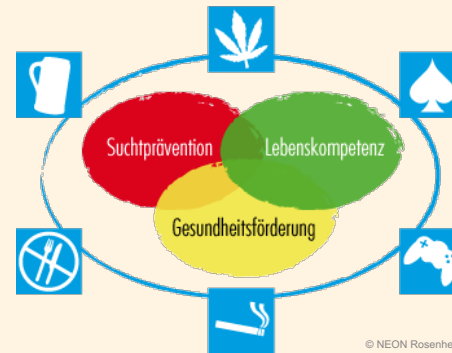


Lions Deutschland

Präventionsprogramm

- **Lions-Quest Ansatz = „Unspezifische Primärprävention“:
Vorbeugung gegen**

- Suchtverhalten
- Gewalt
- Kriminalität
- Fremdenfeindlichkeit
- Extremismus
- Problematisches Medienverhalten
- Andere problematische Verhaltensweisen



Wirkungspotenzial von Lions-Quest

- Positive Auswirkungen auf die Klasse/Gruppe
- Emotionale, soziale und körperliche Gesundheit
- Lernerfolge und Leistungsniveau

Lions-Quest unterstützt junge Menschen dabei, ihr Leben **selbstverantwortlich** und **gemeinwohlorientiert** zu gestalten!



Lions-Quest Grundprinzipien

- Ganzheitliches Lernen „mit Kopf, Herz und Hand“!
- Gemeinsame Erfahrungen stehen im Fokus der Übungen („Erfahrungsbasiertes Lernen“)
- Soziales und emotionales Lernen in der Gruppe/Klasse (Gruppendynamik, Gruppensteuerung)
- Wertschätzungs- und Anerkennungskultur
- Förderung der Resilienz (Salutogenese)
- Haltung ➔ Stufenmodell der Verhaltensänderung

Soziales und Emotionales

Lernen

- Erkennen der eigenen Emotionen und Werte wie auch der eigenen Stärken und Grenzen (**Selbstwahrnehmung**)
- Umgehen mit Emotionen und Verhalten, damit selbst gesetzte Ziele erreicht werden (**Selbstorganisation**)
- Treffen ethischer, konstruktiver Entscheidungen über persönliches und soziales Verhalten (**Entscheidungsfindung**)
- Verständnis zum Ausdruck bringen und Empathie für Andere entwickeln (**soziales Bewusstsein**)
- Aufbau positiver Beziehungen, Teamfähigkeit, Konfliktfähigkeit (**Beziehungsfähigkeit**)

RESILIENZ!



Susanne Hofschläger / Pivello.de

Kinder und Jugendliche stark machen!

Schirmherrschaft

- **Marlene Mortler**, Drogenbeauftragte der Bundesregierung, ist Schirmherrin der Kinder- und Jugendprogramme der deutschen Lions
- Die **Deutsche UNESCO-Kommission** hat zudem die Schirmherrschaft für die Entwicklung und Einführung von Lions-Quest „Erwachsen handeln“ übernommen

