

PERMA.teach - mit Positiver Psychologie zu psychosozialer Gesundheit / www.permateach.at



➤ **Kurzbeschreibung:**

Forschungsergebnisse der Positiven Psychologie zeigen seit Jahren, dass die 5 Säulen für Aufblühen und Wohlbefinden – im Alltag angewandt - die psychische und physische Gesundheit verbessern, die Lernfähigkeit steigern und die Widerstandskraft stärken:

- Positive Emotions (positive Emotionen vermehren und nutzen)
- Engagement (Flow erleben, eigene Stärken leben)
- Relationships (positive Beziehungen pflegen)
- Meaning (Sinn – im Alltag – transparent machen und leben)
- Accomplishment (Erfolgserebnisse ermöglichen und sichtbar machen)

Gemeinsam bilden sie das Akronym **PERMA**.

PERMA.teach hat daher zum Ziel, PERMA in Kindergarten und Schule als übergreifendes, PERMANentes Lehr-, Lern- und Haltungsprinzip zu etablieren, um alle Beteiligten (Lehrende, Kinder und deren Familien) zu ermutigen und ermächtigen, selbstverantwortlich für Wohlbefinden zu sorgen - für sich und andere. Vehikel dafür ist die PERMA-Hand, die daran erinnert, PERMA in jedem Fach und Kontext einzubeziehen. Dazu bedarf es keiner eigenen Stunden im Stundenplan.

Bei PERMA.teach kooperieren 11 Pädagogische Hochschulen, an denen PERMA in Aus- und Fortbildung und Entwicklungs-Beratung nachhaltig etabliert werden soll.

PERMA.teach wurde 2022-2023 an 19 Schulen aus dem Pflichtschulbereich in Wien, Salzburg, Oberösterreich, Tirol, Vorarlberg und im Burgenland pilotiert und wissenschaftlich begleitet.

Auswertungen zeigen, dass sich sowohl bei den Schüler- als auch bei den Lehrer:innen im Messzeitraum Wohlbefinden, Engagement und positive Emotionen erhöht und negative Emotionen verringert haben ([mehr zu den Ergebnissen](#)). 2024/2025 wurde eine von der KPH Wien/Niederösterreich wissenschaftlich begleitete Pilotierung an Wiener Kindergärten durchgeführt. Mehr dazu auf www.permateach.at

➤ **durchführende Organisationen:**

Initiative for Teaching Entrepreneurship (IFTE, gemeinnütziger Verein)
Kirchliche Pädagogische Hochschule Wien/Niederösterreich



➤ **Kooperationspartner:**

PH Wien, PH NÖ, PH Burgenland, PH Salzburg, PH Oberösterreich, PHD Linz, PH Tirol, PH Vorarlberg, PH Steiermark, PPH Augustinum, WieNGS, Avos, Schulpsychologie & Bildungs- und Berufsberatung beim BMB (Abt. I/7), Zentrum für Gewalt- und Mobbingprävention und Persönlichkeitsbildung, HEPI (Zentrum für Persönlichkeitsbildung an der PH OÖ), Teach for Austria, Schule im Aufbruch, cool, Schul.Wohl, ZUKUL, Vienna International Positive Psychology School (VIPPS), European Positive Psychology Academy (EUPPA), Institut für Positive Psychologie und Resilienzforschung (IPPSY), Mutmacherei, Innoviduum, AH-I, Österreichisches Jugendrotkreuz, Caritas, AMS NÖ, Global Educational Transformation, Miteinander Bildung und BIZ (Bildung ist Zukunft)

➤ **Finanzierung:**

01/2022 - 12/2023: Agenda Gesundheitsförderung und Fonds Gesundes Österreich

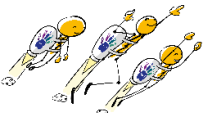
02/2024 – 07/2025: Fonds Gesundes Österreich

09/2025 – 01/2026: Agenda Gesundheitsförderung

➤ **Fortbildung von Lehrenden (von Elementarstufe bis Sekundarstufe II), Personen aus der Kinder- & Jugendarbeit, Studierenden & Eltern zu PERMA.teach-Botschafter:innen**

In **zwei Modulen** und einem **Stärken.Café** beschäftigen wir uns mit dem PERMA-Modell, Leitfragen zum Nachdenken und dem Transfer von PERMA in unser Leben und in die Arbeit mit Kindern & Jugendlichen in und außerhalb von Kindergarten und Schule. Zusätzlich gibt es **vertiefende Module** für **einzelne Zielgruppen**.

➤ **Termine** (alle online, Teilnahme kostenlos):

	Modul 1 17.9.2025 oder 22.10.2025 15-18 Uhr oder 9.12.2025, 14.30-17.45 Uhr	Kurzeinführung in die Positive Psychologie und das PERMA-Modell von Martin Seligman; Schwerpunkt auf P (Positive Emotions) und E (Engagement), Start mit R (Relationships)
	Modul 2 15.10. oder 4.12., 15-18 Uhr oder 3.3.2026, 14.30-17.45 Uhr	Schwerpunkt auf die PERMA-Säulen R (Relationships), M (Meaning) und A (Accomplishment)
	Stärken.Café 27.1.2026, 16-18 Uhr oder 12.5.2026, 14.30-17 Uhr	Austausch zu Erfahrungen mit PERMA in Alltag und Beruf, Etablierung von PERMA-Ritualen
	PERMA-Rituale 30.9.2025 oder 24.2.2026 , jeweils 15-17.30 Uhr	gemeinsam werden PERMA-Rituale für die Kindergartengruppe, Klasse und den Standort erarbeitet (z.B. Rituale im Jahreskreis, Klassen- / Gruppenrituale)
	TalentLoop 10.11.2025 15-18 Uhr	mit der WebApp TalentLoop spielerisch die Stärken von Kindern & Jugendlichen entdecken und sich wertschätzendes Feedback einholen
	Stärken-Tage an Schulen 25.11.2025 16.30-18.00 Uhr	Vorbereitung von Stärken-Tagen mithilfe von PERMA.teach - konform dem übergeordneten Thema Entrepreneurship Education im neuen Lehrplan
	PERMA in herausfordernden Situationen 1.12.2025 oder 19.1.2026 15-18 Uhr	PERMA-Methoden beim Umgang mit schwierigen Situationen und unangenehmen Gefühlen, Aufbau von PERMA-Gewohnheiten, PERMA-Prospektion
	PERMA.teach in Elementar- & früher Primarstufe 15.12.2025, 15-17 Uhr	Einführung in die Arbeit mit den PERMA.teach-Materialien für Kindergarten, Vorschule und 1.Klasse
	Life Design 12.1.2026 15-18 Uhr	Zukunftsperspektiven basierend auf eigenen Werten, Interessen und Stärken entwickeln & dabei KI für Bildungs- und Berufswahlentscheidungen nützen

➔ PERMA.teach-Gruppencoaching ab 3.9.2025 jeden 1.Mittwoch / Monat, 18-19 Uhr	Gruppen-Austausch für alle, die mit PERMA arbeiten Anmeldung bei Gabriele Sauberer: gabriele@viepps.org
➔ PERMA@home stellt sich vor 25.9., 30.9. oder 4.11.2025, 18-19 Uhr	PERMA für Familienangehörige Anmeldung hier , Details auf www.permateach.at

Anmeldung: <https://www.eventbrite.com/cc/permateach-2557099>

Alle Fortbildungen werden von der KPH Wien/NÖ veranstaltet und sind für alle Interessierte frei zugänglich. Lehrer:innen, die ihre Immatrikulation auf PH-Online für die „Private Pädagogische Hochschule Wien/NÖ“ aktiviert haben, erhalten eine Teilnahmebestätigung der KPH Wien/NÖ. Alle Teilnehmer:innen erhalten eine Teilnahmebestätigung durch IFTE. (Gruppencoaching & PERMA@home ohne Teilnahmebestätigung!)



- **Details für die Anmeldung zu allen Terminen in blau & weitere Informationen auf www.permateach.at**
- **Fragen bitte an perma.teach@kphvie.ac.at**