

# Standard Operating Procedure (SOP) für Präventionsfachkräfte zur Implementation des Präventionsprogramms ready4life an beruflichen Schulen

## 1. Kontaktaufnahme mit der Schule



Telefonische Kontaktaufnahme mit fachlich geeigneter Ansprechperson in der beruflichen Schule (z.B. Schulsozialarbeiter:in, Schulpsycholog:in, Präventionslehrkraft). Schulleitung zeitnah einbeziehen.

## 2. Information und Einwilligung zur Teilnahme



Bereitstellung von Informationsmaterial und ggf. Programmvorstellung im Lehrer- oder Schulleiterkollegium. Entscheidung der Schule: Teilnahme ja oder nein.

## 3. Implementationsweg festlegen



Teilnehmende Schulklassen und personelle Zuständigkeit für die Einführungsstunden konkretisieren. Termine festlegen. Art der Vermittlung wählen (Präsenz oder digital).

## 4. Vorbereitung der Programmeinführung



Gesundheitsbezogenes Präventionsprogramm bei Schüler:innen ankündigen. Ggf. Download der App als Hausaufgabe.

## 5. Programmeinführung in den Schulklassen



Teilstandardisierte Einführungsstunde.  
Dauer ca. 45-90 Minuten.  
Themenschwerpunkte: Stresserleben und Einführung in die ready4life-App.

## 6. Coaching-Phase ready4life (4 Monate)



Vermittelt über die ready4life-App.

## 1. Kontaktaufnahme mit der Schule

Die erste Kontaktaufnahme erfolgt in der Regel unmittelbar durch eine externe Fachkraft, die das Programm an der beruflichen Schule anbieten möchte (i.d.R. Suchtpräventionsfachkraft). Der Erstkontakt sollte telefonisch mit einer geeigneten Ansprechperson wie dem/der Schulsozialarbeiter:in erfolgen. Wenn ein grundsätzliches Interesse an dem Programm signalisiert wird, kann diese Ansprechperson darum gebeten werden, auch zeitnah die Schulleitung zu informieren.

Bitte beachten Sie ggf. notwendige Zustimmungen der zuständigen Kultusministerien.

## 2. Information und Einwilligung der Schule zur Teilnahme

Um der Schule eine fundierte Entscheidung über die Programmteilnahme zu ermöglichen, empfiehlt sich ein direktes Gespräch mit den Verantwortlichen. Dabei kann es helfen, einen Termin zur Vorstellung des Präventionsangebotes für die Schulleitung sowie interessierte Lehrkräfte anzubieten. Hierfür kann die vorbereitete Präsentation „Vorstellung der ready4life-App für Lehrkräfte“ verwendet werden. Informiert werden sollte insbesondere über folgende Punkte:

- Die Teilnahme ist für Schüler:innen freiwillig.
- Es können Auszubildende im ersten, zweiten und dritten Lehrjahr teilnehmen sowie Schüler:innen in ausbildungsvorbereitenden Maßnahmen (BVJ, BVB, BBW).
- Eine Teilnahme ist für Schüler:innen ab 16 Jahren möglich.
- Teilnahmevoraussetzung ist ferner der Besitz eines Smartphones.
- Die App ist kostenlos und beinhaltet keine Werbung oder In-App-Käufe.
- Begrenzter zeitlicher Aufwand für Lehrkräfte und Präventionsfachkräfte. Die Einarbeitung in die Durchführung nimmt 45 bis 90 Minuten in Anspruch. Im Zweifelsfall kann diese digital<sup>1</sup> erfolgen (Adaption einiger Stress-Übungen vorausgesetzt).

## 3. Implementationsweg festlegen

Wenn sich die Schule zur Teilnahme bereit erklärt, sollte die Implementation passend für die Schule geplant werden. Hierbei sind unter anderem die folgenden Punkte relevant:

- Es sollte entschieden werden, welchen Ausbildungszweigen und Lehrjahren das Programm angeboten werden soll und wie viele Schulklassen insgesamt adressiert werden sollen.
- Es sollte in Erfahrung gebracht werden, inwieweit die Lehrkräfte oder Schulsozialarbeiter:innen bei der Programmvorstellung in den jeweiligen Klassen mitwirken können. Es ist möglich, dass a) Lehrkräfte/Schulsozialarbeiter:innen das Programm alleine einführen, b) das Programm im Tandem gemeinsam mit einer externen Fachkraft einführen und c) eine externe Fachkraft eine begrenzte Anzahl von Klassen selbstständig in das Programm einführt. Dies sollte von den gegebenen Ressourcen abhängig gemacht werden.
- Festlegung von Terminen für die Programmvorstellung in der Schule und ggf. für die Schulung von Lehrkräften/Schulsozialarbeiter:innen (sofern gewünscht).
- Es sollte festgelegt werden, ob die Einführung im Rahmen des Präsenzunterrichts oder im Rahmen eines digital vermittelten Unterrichts erfolgen soll. Es ist auch möglich, dies je nach Schulklasse oder Lehrgang unterschiedlich festzulegen<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Im Falle der Einbettung der Einführungsstunde in den digitalen Unterricht sollte mit der Schule besprochen werden, welche technischen Voraussetzungen hierfür vorliegen.

#### **4. Vorbereitung der Programmeinführung**

Vor der Durchführung der Programmeinführung sind letzte Vorbereitungen zu treffen:

- Bitten Sie die betreffenden Lehrkräfte darum, die Schüler:innen bereits im Vorfeld darüber zu informieren, dass ein gesundheitsbezogenes Präventionsprogramm im Rahmen des Schulunterrichts vorgestellt wird. Schildern Sie bereits, dass es um eine Smartphone-App zur Gesundheitsförderung gehen soll und gegebenenfalls verschiedene Übungen zum Thema Stress in der Klasse durchgeführt werden.
- Sofern kein WLAN oder keine ausreichend stabile Internetverbindung vorliegt, sollten die Schüler:innen darum gebeten werden, sich die ready4life-App bereits zu Hause herunterzuladen. Die Nutzung der App kann erst mit Klassenpasswort erfolgen, welches in der Programmeinführung bekanntgegeben wird.
- Sofern die Schule eine schriftliche Einwilligung der Erziehungs- und Sorgeberechtigten benötigt: Bitten Sie die Schule/Lehrkräfte darum, im Vorfeld ein Informationsblatt und eine Einwilligungserklärung der Eltern und Sorgeberechtigte für minderjährige Schüler:innen auszuteilen. Die Einwilligungserklärung sollte unterschrieben zur Einführungsstunde wieder mitgebracht werden.
  - Die Einwilligungserklärung dient lediglich der Überprüfung der Eltern-Einwilligung innerhalb der Unterrichtsstunde. Schüler:innen ohne Einverständniserklärung sollen/dürfen die App nicht downloaden bzw. können nicht an der Studie teilnehmen. Die Einwilligung nachträglich mit den in der App erhobenen Daten in Verbindung zu bringen ist nicht möglich.

#### **5. Programmeinführung in den Schulklassen**

Der Ablauf der Programmeinführung wird beschrieben im Dokument „Instruktionen zur ready4life-Programmeinführung“. Alternativ kann ready4life auch in bereits bestehende Präventionsprogramme eingebettet werden.

Um die App nutzen zu können, ist ein Passwort erforderlich, mit dem die deutsche Version der App aktiviert wird. Die Passwörter werden im Rahmen der Lizenzvergabe von der Schweizer Lungenliga vergeben. Die Kontaktdaten finden Sie auf [www.ready4life.info](http://www.ready4life.info) oder direkt auf der Schweizer Seite [www.r4l.swiss](http://www.r4l.swiss).

#### **6. Coaching-Phase ready4life (4 Monate)**

Diese Phase wird über die App begleitet. Die Schüler:innen erhalten ein viermonatiges Coaching innerhalb der App, bei dem die beiden ausgewählten Themenbereiche über jeweils 8 Wochen bearbeitet werden. Die Fachkraft sollte der Schule für etwaige Rückfragen zur Verfügung stehen.