

## PROJEKT

# Nie mehr schüchtern

**STEYR.** Die Bundesbildungsanstalt für Kindergartenpädagogik Steyr hat kürzlich ein zweijähriges Projekt mit Psychologen der Universität Wien zur Stärkung des Selbstbewusstseins und Bewältigung von Schüchternheit bei Jugendlichen abgeschlossen. Dabei wurden Techniken zur Erlangung von Selbstkompetenz erarbeitet. Der Erfolg von „SKY: Selbstsicher, Kompetent – for the Youth!“ wurde mittels psychologischer Tests erhoben. Am Ende der intensiven Zusammenarbeit besuchten die teilnehmenden Klassen die Lehr- und Forschungspraxis in Wien. Dort wurden die ersten Projekt-Ergebnisse vorgestellt: Im Vergleich zu Klassen ohne Training ergaben sich bemerkenswerte Effekte. So wurde nicht nur die Anzahl an Schülern, die von starker Schüchternheit bzw. starken sozialen Ängsten berichteten, halbiert (in Klassen ohne Training blieb die



Psychologe Mario Lehenbauer präsentierte die Projekt-Ergebnisse. Foto: Reitbauer

Anzahl gleich). Auch soziale Kompetenzen, wie beispielsweise Verhaltens- und Entscheidungssicherheit oder Standfestigkeit gegenüber Gruppen konnten wissenschaftlich nachweisbar vermittelt werden. ■