MindMatters

Mit psychischer Gesundheit Schule entwickeln.

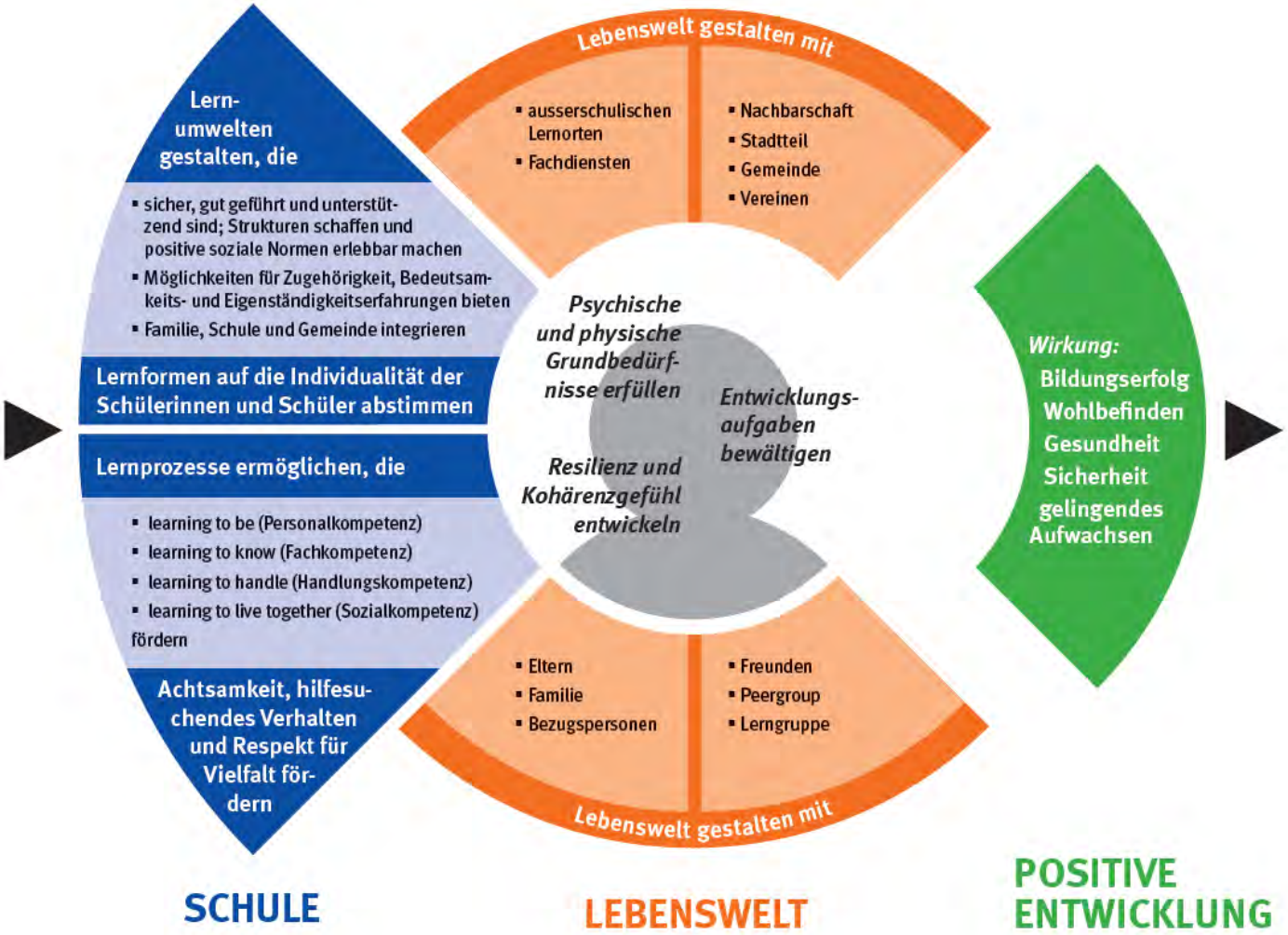
16.09.2021
4. Stakeholderkonferenz Strategie Sucht & NPG Schweiz
Schwierige Übergänge im Jugendalter:
Wie können diese gelingen?

Das Programm

MindMatters ist ein Programm das gesamte Schule: Lebensraum und Unterricht.

Ziel ist, psychische Gesundheit, Wohlbefinden, Respekt und Toleranz zu fördern und damit die Lehr-, Lern- und Schulkultur zu gestalten.

Mind Matters.ch

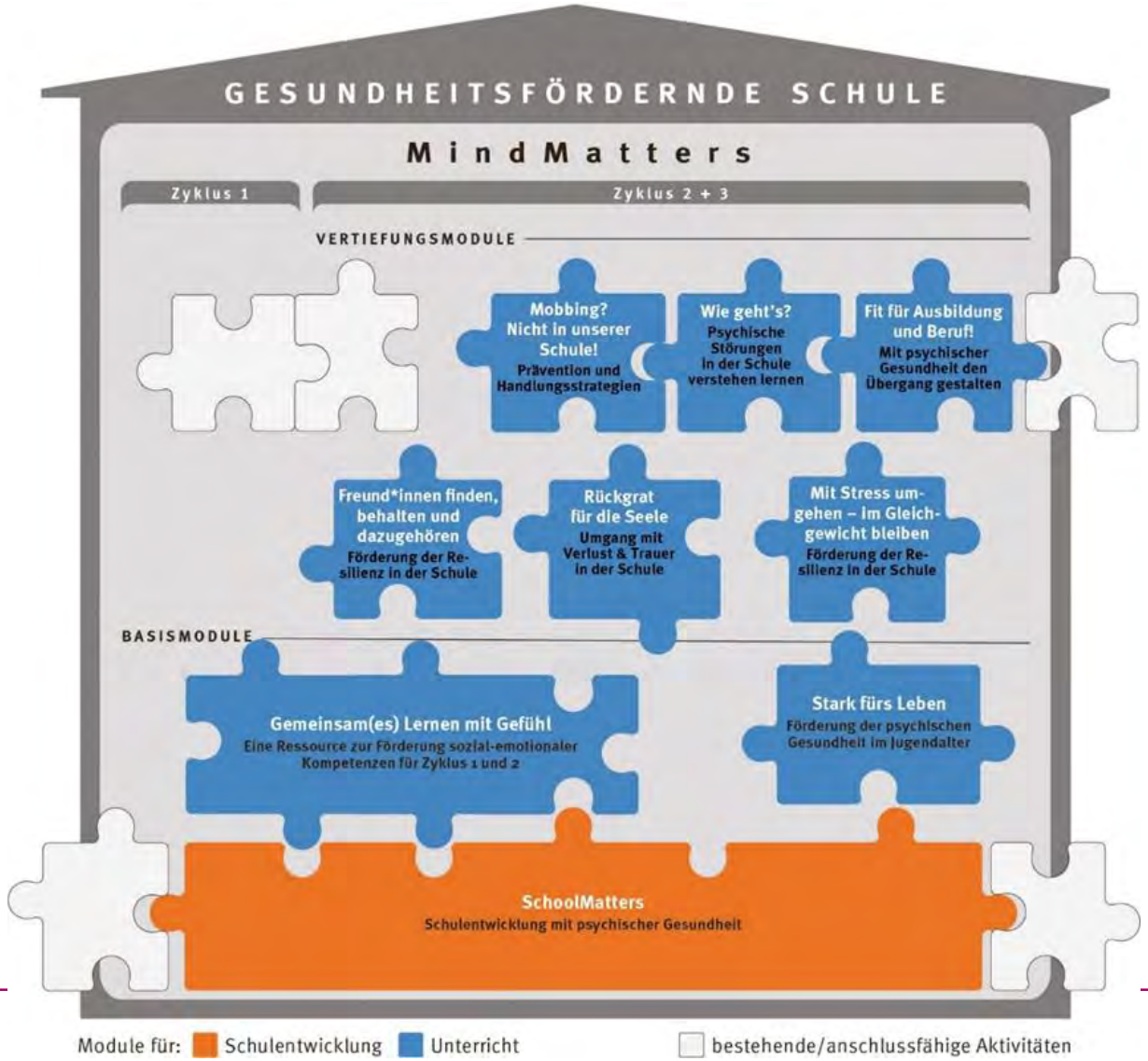


RADIX

Psychische Gesundheit im Kerngeschäft der Schule

- Beitrag zum Kompetenzerwerb nach Lehrplan 21: Förderung von fachlichen und insbesondere überfachlichen Kompetenzen
- Unterstützung der integrativen Förderung
- Geeignet für altersdurchmischtes Lernen
- Chancengleichheit fördern

MindMatters-Puzzle



Mind Matters.ch

SchoolMatters – Schulkultur, die glücklich macht

Stärkung Mitarbeitende	Sensibilisierung	Haltung
Gesundheitsförderung Lehrpersonen und Schulleitungen, Personalentwicklung	Herausforderungen der psychischen Gesundheit, Schutz- und Belastungsfaktoren	Werte, Partizipation, Eingebundenheit

Zentrale Themen

- Umgang mit Diversität
- Prävention von (Cyber-) Mobbing
- Prävention von Suizid

Methoden und Instrumente für die Entwicklung der Schule mit psychischer Gesundheit

Prozess-Schritte (z.B. Situationsanalyse), Früherkennung und Frühintervention, Handlungsleitfäden, Rollenklärung und Unterstützungsmöglichkeiten

RADIX

Schulentwicklung

Mind Matters.ch

Mind Matters.ch Mit psychischer Gesundheit Schule entwickeln.

Unterricht	Personal	Organisation
Module: – Unterrichts-material – Unterrichts-entwicklung	**Schulung:** – MindMatters-Konzepte – Module	**Struktur/ Prozess:** – Teamarbeit – Schulklima

RADIX

Evaluation Modellversuch

Franze et al., 2007

Die Ergebnisse lassen positive Veränderungen im Bereich der psychischen Gesundheit erkennen, z.B.:

Schülerinnen und Schüler

→ Lernen mit Konflikten umzugehen*

→ eindeutige Verhaltensregeln*

→ geringeres Mass an psychovegetativen Beschwerden, Schulstress, psychische Belastung durch die Schule und negative Gefühle

Lehrpersonen

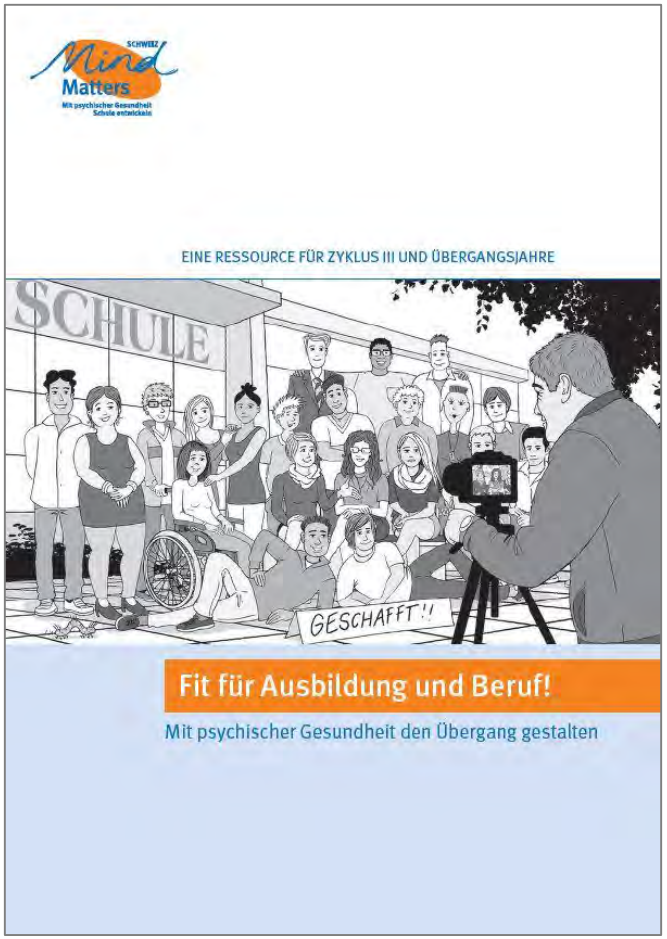
→ bessere Schulqualität, besseres Verhältnis zur Schulleitung*

→ gemeinsame Vorstellungen, verbesserte kommunikative Kompetenz*

→ gesunkener Grad an Leistungsmangel (Teilaspekt von Burnout)*

* signifikantes Niveau

Zyklus III und Übergangsjahre

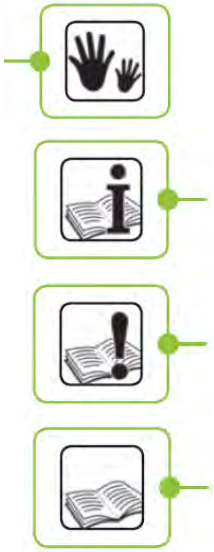


Fit für Ausbildung und Beruf! Mit psychischer Gesundheit den Übergang gestalten

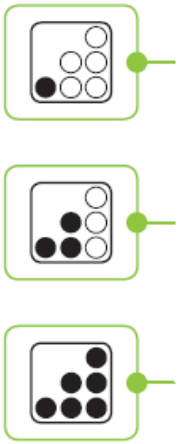
- **Theoretische Grundlagen**
  - **z. B. positive Jugendentwicklung**
- **Unterrichtsmaterialien**
- **Differenzierungen innerhalb der Übungen**
- **Impulse Elternzusammenarbeit**
- **Impulse Lehrpersonengesundheit**

Stark fürs Leben – Zyklus III und Übergangsjahre

Icon für Materialien



Icon der Ressourcen-niveaus



Icon zur Differenzierung

Fit für Ausbildung und Beruf! – Beispiel aus Teilmodul 1

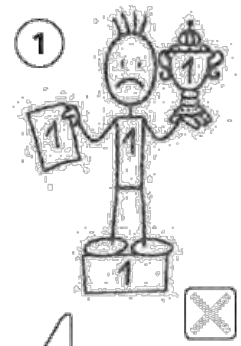
1) In welchem Antreiber erkennst du dich wieder?

2) In welcher Situation kommt dein Antreiber zum Vorschein?

3) Woher kommen eure Antreiber? Von euch? Von anderen Personen?

4) Was ist gut an deinem Antreiber? Was könnte schlecht an deinem Antreiber sein?

Fit für Ausbildung und Beruf! – Beispiel aus Teilmodul 1



Ich lege mir die Messlatte oft zu hoch und will alle Erwartungen übertreffen. Ich kann nichts abgeben, will alles selbst machen.

„Ich muss es noch besser machen, ich bin nicht gut genug!"

Antreiber

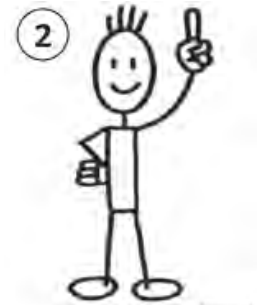
Gut ist gut genug! Mein Leben hängt nicht davon ab, dass alles perfekt ist. Ich darf Fehler machen und daraus lernen. Ich bin gut genug und wertvoll, wie ich bin!

Erlauber

Ich muss immer den Helden spielen und will Vorbild sein. Dafür beisse ich auch die Zähne zusammen. Ich darf mir keine Blösse geben.

„Niemand darf mitbekommen, wenn ich schwach oder ratlos bin."

Antreiber



Ich kann stark sein und zugleich Gefühle zeigen. Ich darf offen sein und um Hilfe bitten, ohne mein Gesicht zu verlieren!

Erlauber

Zitate von Lehrpersonen

„Es ist ein ‚Goldnugget' für jede Lehrperson für sich selbst und für all die jungen Menschen, die täglich unterrichtet werden."

„MindMatters überzeugt mit seinen praxisorientierten Modulen zu einer oft vernachlässigten, aber so zentralen Thematik der psychischen Gesundheit."

„Die Theorie hat mich sehr angesprochen und die Umsetzungsbeispiele finde ich super – eine sehr wertvolle Ressource."

Aussagen von Lehrpersonen zum Praxistest, 2018/2019

Verbreitung durch Empowerment

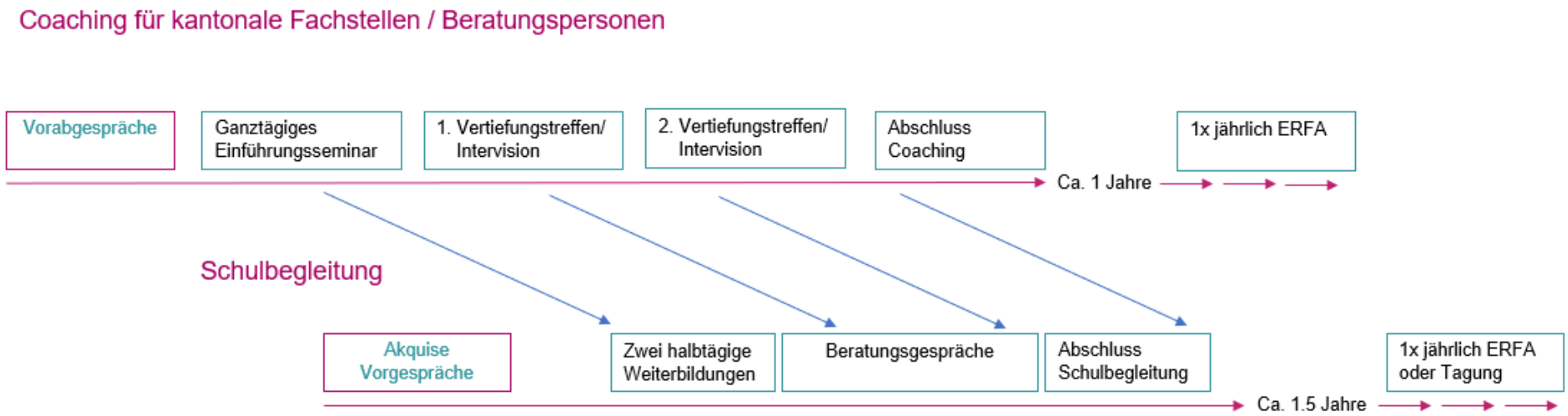
Ziele:

- National verbreitet - kantonal und regional verankert
- Qualitätssicherung
- Nutzung bestehender Ressourcen

Methode:

Train-the-Trainer Konzept

Umsetzung: Train-the-Trainer



Netzwerkarbeit MindMatters

- Verknüpfung und Austausch mit anderen Projekten – Plattformen z.B. Schulnetz21, feel-ok, Schule handelt, Purzelbaum «rundum stark» …
- VSLCH (Dachverband der Deutschschweizer Schulleiterinnen und Schulleiter), LCH (Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz), Verband Schulsozialarbeitende
- Kantonale Fachstellen, Berater/-innen
- GFCH, Beisheim Stiftung
- Leuphana Universität Lüneburg, Gesundheitsministerium Australien

Einbettung
RADIX Gesunde Schulen und Gemeinden

Förderung psychischer Gesundheit Kinder und Jugendliche

0 – 6 Jahre	4 – 16 Jahre	14 – 18 Jahre
Purzelbaum	**MindMatters**	**Herzsprung**

Schulnetz21
Schweizerisches Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen

Allianz BGF in Schulen
VSLCH, LCH, RADIX

MindMatters Schweiz

MindMatters Schweiz – ein Programm von RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung mit Unterstützung der Beisheim Stiftung und Gesundheitsförderung Schweiz

Beisheim Stiftung

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

MindMatters Programm, Leuphana Universität Lüneburg, Prof. Dr. Peter Paulus

FRAGEN?

Danke für die Aufmerksamkeit!

Kontakt national

Operative Programmleitung MindMatters

Simone Walker
Tel. 041 210 64 03
E-Mail: walker@radix.ch

Strategische Programmleitung MindMatters
Cornelia Conrad Zschaber
E-Mail. conrad@radix.ch

MindMatters-Website: www.mindmatters.ch