MindMatters

MindMatters ist ein evaluiertes Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule

Fachtreffen Schwierige Übergänge im Jugendalter:
Wie können diese gelingen?

MindMatters - Finanzierung und Quellenangabe

Ein gemeinsames Projekt mit der Beisheim Stiftung

Beisheim Stiftung

Weiterer Förderer ist Gesundheitsförderung Schweiz

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

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

Das Programm

MindMatters ist ein Programm für die Gesamtschule, das gesamte Schulhaus und den Unterricht.

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

Entwicklung

- Anerkanntes, wissenschaftlich evaluiertes und praxiserprobtes australisches Programm
- Evaluiertes Programm im deutschen Sprachraum – Universität Lüneburg (2000 – 2006); **Modellversuch 2004-2006 mit Schweizer Beteiligung** in der Sekundarstufe I

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

Programmziele

- Entwicklung einer **Schulkultur**, mit der sich alle Schulmitglieder sicher, **wertgeschätzt und eingebunden** fühlen. So wird die Schule zu einem Ort, an dem man gerne ist.

- Verbesserung der Arbeitsbedingungen und Gesundheit von **Lehrpersonen**, z. B. durch die Arbeit an der Beziehungsqualität innerhalb der Schule und in den Klassen. MindMatters liefert einen Beitrag zu **mehr Respekt, Toleranz und Achtsamkeit**.

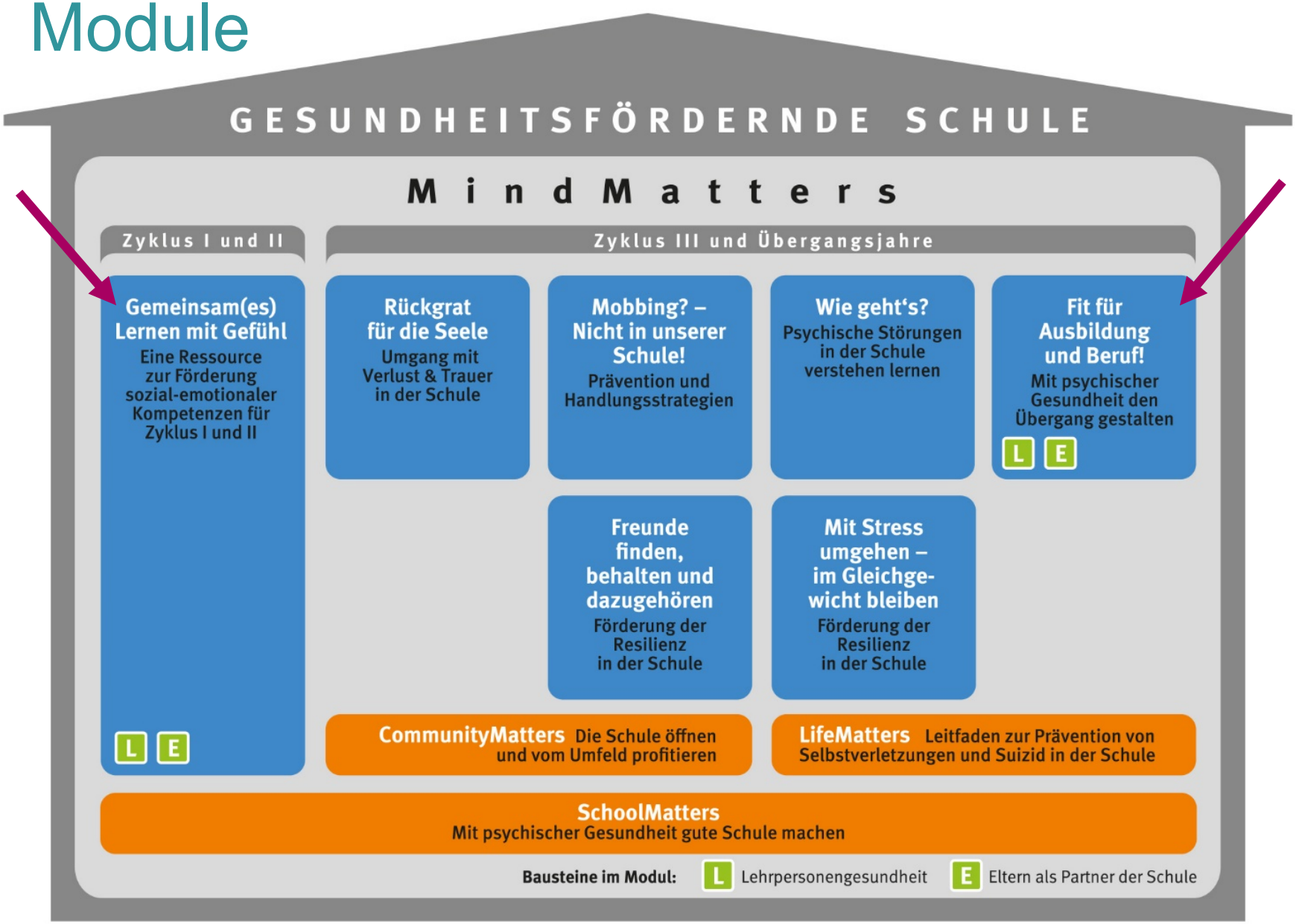
- Verbesserung der Lernbedingungen und Gesundheit von **Schülerinnen und Schülern.** Mithilfe der Unterrichtseinheiten zum Umgang mit Gefühlen und psychischen Störungen, zur Resilienzförderung, zum Stresserleben, zu Mobbing und weiteren Themen können die **Widerstandskraft und das Wohlbefinden gestärkt und Wissen sowie Kompetenzen erweitert** werden.

Schulentwicklung

Psychische Gesundheit im Kerngeschäft der Schule

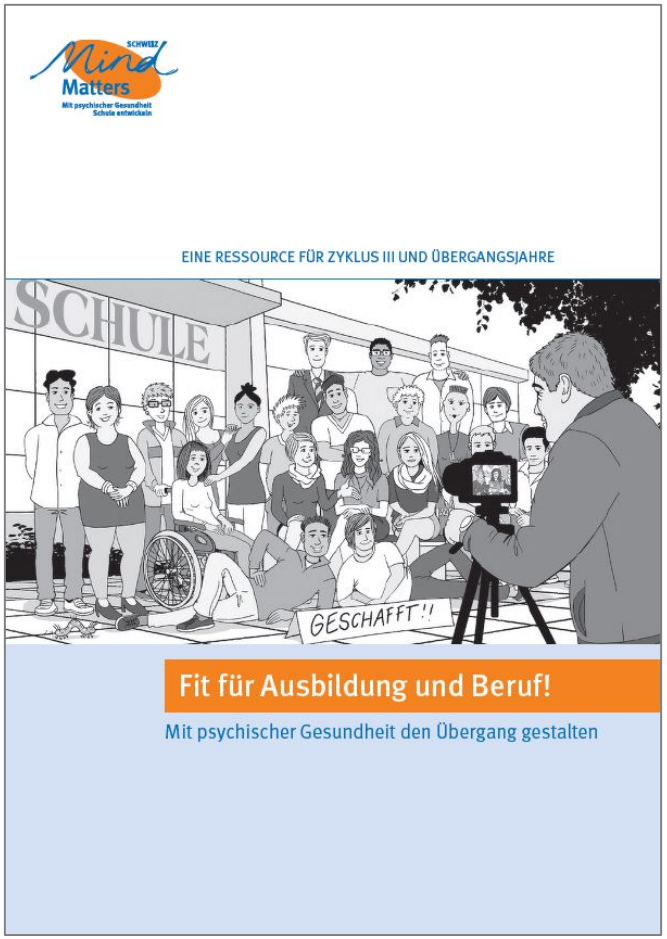
- Beitrag zum Kompetenzerwerb nach Lehrplan 21: Förderung von fachlichen und insbesondere überfachlichen Kompetenzen
- Unterstützung der integrativen Förderung
- Geeignet für altersdurchmischtes Lernen
- Chancengleichheit fördern

Module



Schulentwicklungsmodul Unterrichtsmodul

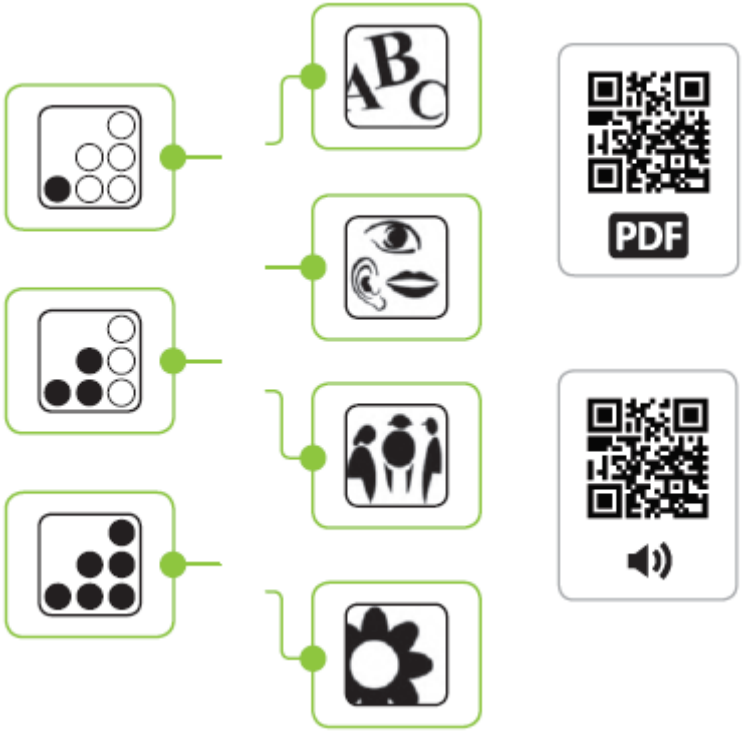
Zyklus III und Übergangsjahre



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**

Fit für Ausbildung und Beruf! – Zyklus III und Übergangsjahre



Fit für Ausbildung und Beruf! – Beispiel aus Teilmodul 1

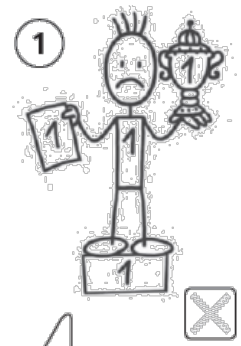
1) In welchem Antreiber erkennst du dich wieder?

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

Verbreitung durch Empowerment

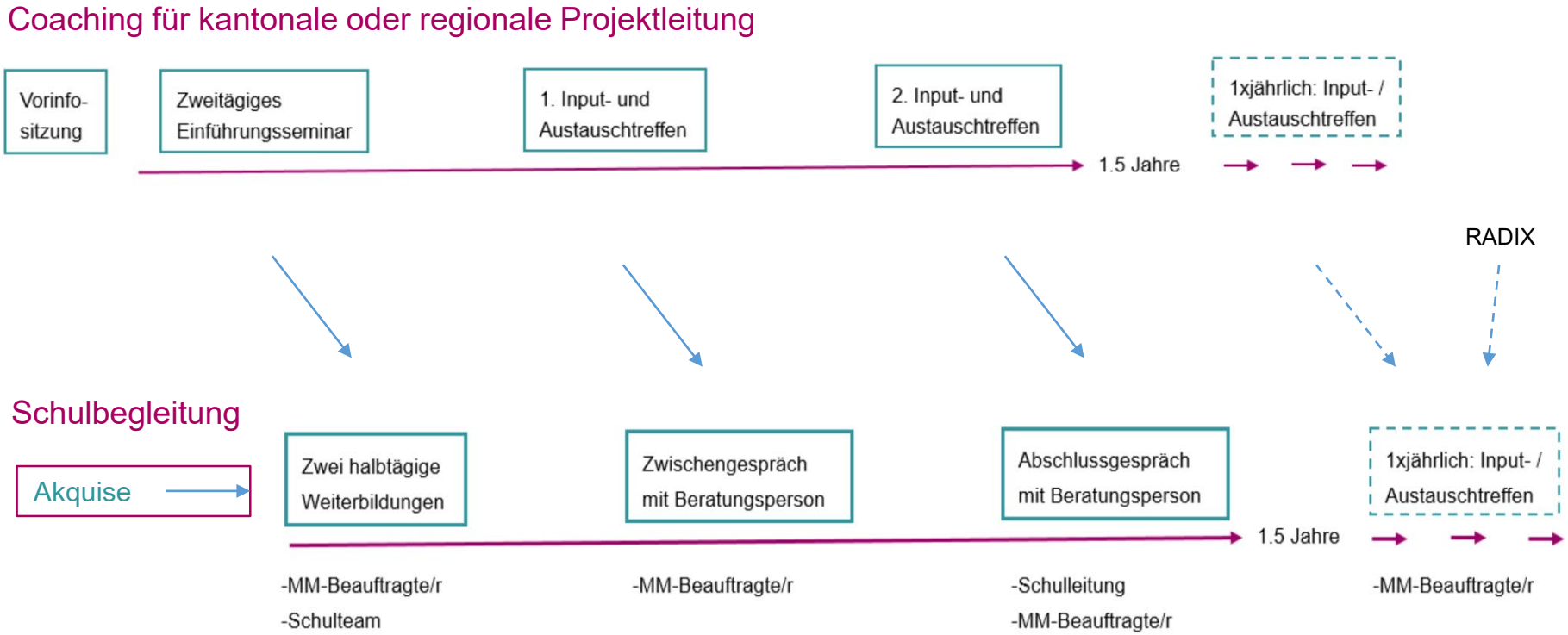
Ziele:

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

Methode:

Von RADIX entwickelt und erfolgreich umgesetztes Train-the-Trainer Konzept

Umsetzung: Train-the-Trainer



Netzwerkarbeit MindMatters

- Verknüpfung und Austausch mit anderen Projekten – Plattformen z.B. Schulnetz21, feel-ok, Denkwege, 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

FRAGEN?

Danke für die Aufmerksamkeit!

Kontakt national

Programmleitung MindMatters
Michaela Sciuk
Tel. 041 545 92 37
E-Mail: sciuk@radix.ch

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

MindMatters-Website: www.mindmatters.ch