



Mit psychischer Gesundheit Schule entwickeln
www.mindmatters.ch

Das Programm und seine Umsetzung in der Schule

Tagung vom 21.01.2023

Das Programm

MindMatters ist ein Präventionsprogramm 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.

Schul- und Unterrichtsentwicklung

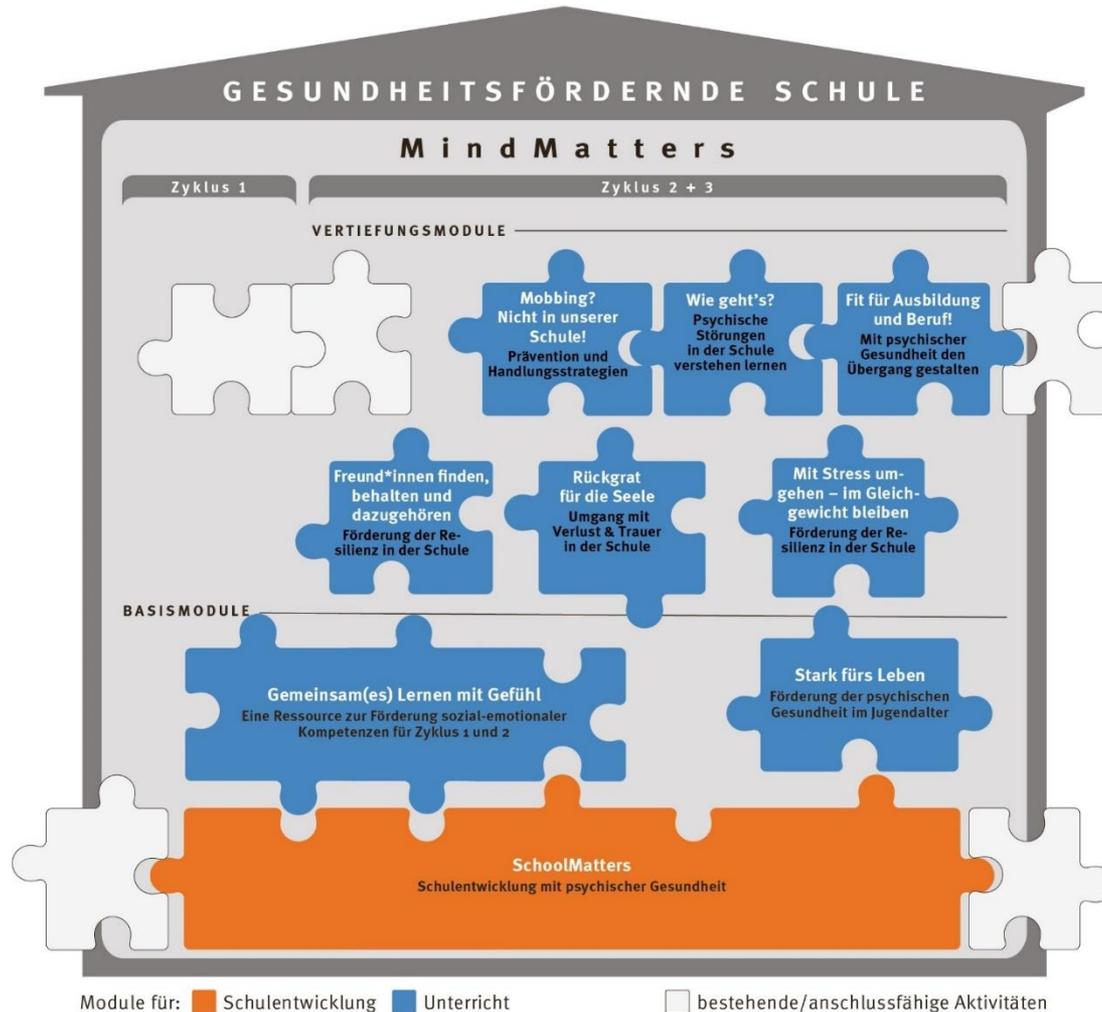


Psychische Gesundheit im Kerngeschäft der Schule



- 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



Mit Stress umgehen – im Gleichgewicht bleiben

Förderung der Resilienz in der Schule

Eine Ressource für Zyklus 2 und 3

Vertiefungsmodul

- Einführung: Resilienz
- Teilmodul 1: Coping – Konstruktiver Umgang mit Stress
- Teilmodul 2: Fang den Stress! – Entspannung und Unterstützung



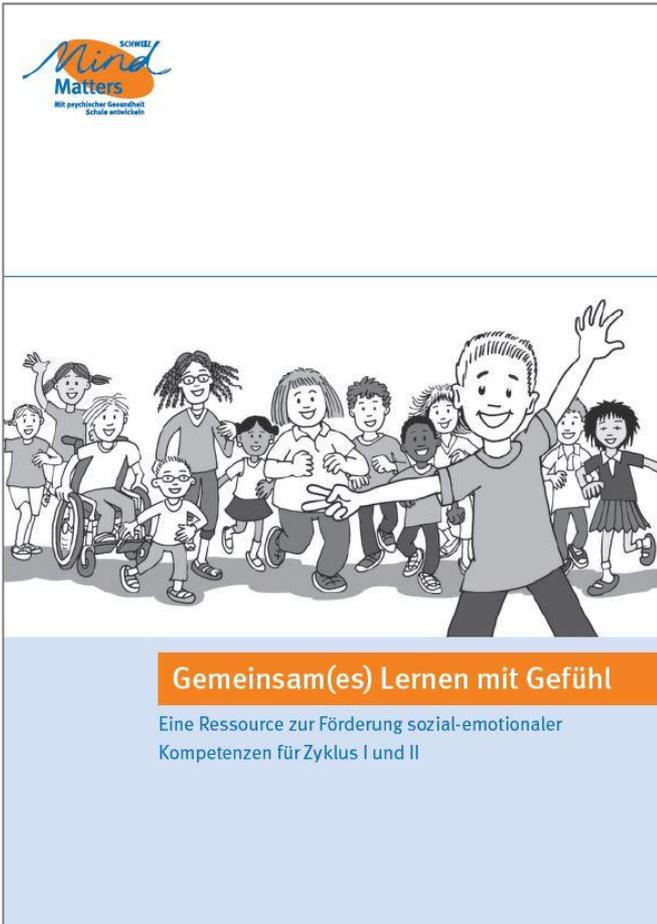
Lebenskompetenzen – eine Grundlage für psychische Gesundheit

(nach WHO, 1997)



WHO, 1994, nach Bühler & Heppekausen 2005 aus „Lebenskompetenzen entwickeln – eine Arbeitshilfe für Schulen, Högger, 2012)

Zyklus I und II



SCHWIZ
Mind
Matters
Mit psychischer Gesundheit
Schule entwickeln

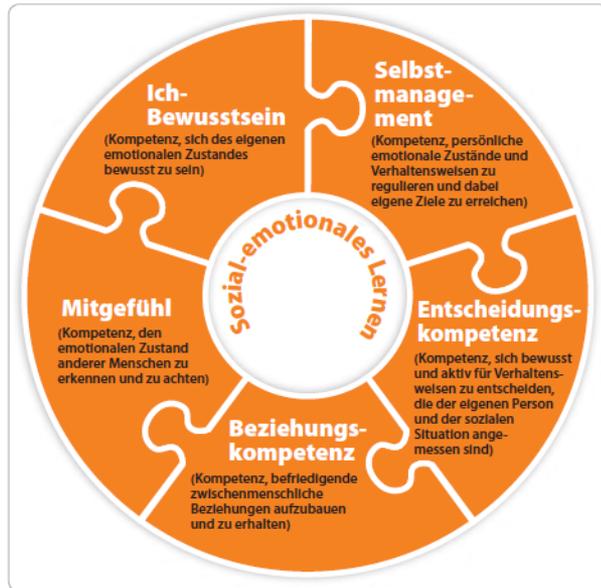
Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl

Eine Ressource zur Förderung sozial-emotionaler
Kompetenzen für Zyklus I und II

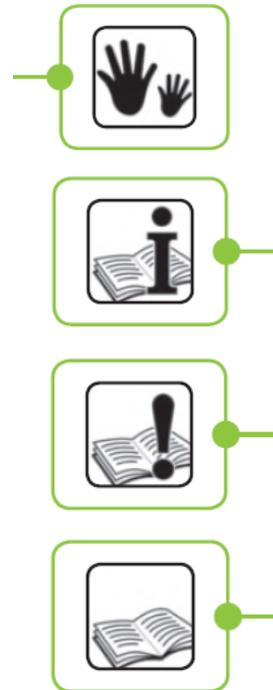
Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl. Förderung von sozial-emotionalem Lernen im Zyklus I und II

- Theoretische Grundlagen
 - z. B. sozial-emotionales Lernen
- Unterrichtsmaterialien
- Differenzierungen innerhalb der Übungen
- Impulse Elternzusammenarbeit
- Impulse Lehrpersonengesundheit

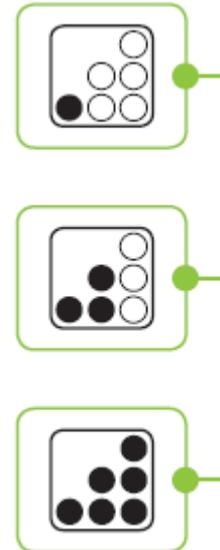
Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl – Zyklus I und II



Icon für Materialien



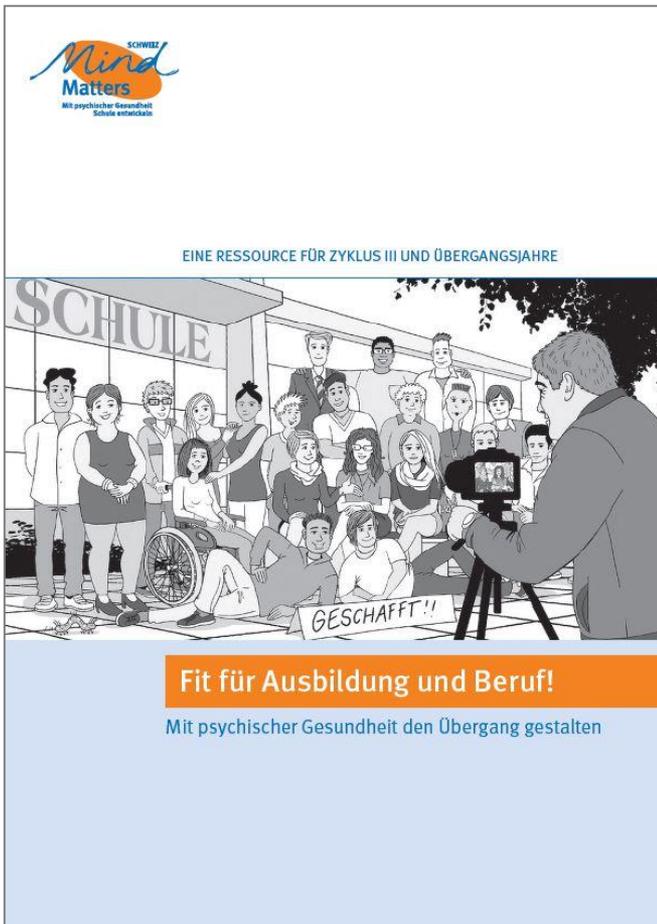
Icon der Ressourcen-niveaus



Icon zur Differenzierung



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

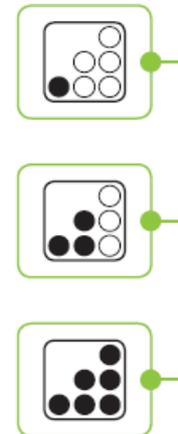
Stark fürs Leben

– Zyklus III und Übergangsjahre

Icon für Materialien



Icon der Ressourcen-
niveaus



Icon zur Differenzierung



MindMatters im Lehrplan 21

Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl

Zyklus I und II



MindMatters eignet sich sehr gut, um an den überfachlichen Kompetenzen zu arbeiten, aber auch um bestimmte fachliche Kompetenzen aufzubauen:

- 1) Überfachliche Kompetenzen
 - Personale, soziale und methodische Kompetenzen

- 2) Fachliche Kompetenzen
 - Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG)

Fachliche und überfachliche Kompetenzen - GLmG

Lehrplan 21-Bezug Unterrichtseinheit 2: Selbstmanagement

Lehrplan 21	Übung 2.1: Energizer erleben	Übung 2.2: Entspannung finden	Übung 2.3: Eigenen Gefühlen nachspüren und sie verstehen	Übung 2.4: Mein Schatz	Übung 2.5: Handlungsmöglichkeiten für sich selbst entwickeln	Übung A.2: Abschlussspiel
Überfachliche Kompetenzen						
Personale Kompetenzen						
Selbstreflexion	■	■	■	■	■	
Selbständigkeit				■	■	
Eigenständigkeit	■		■			
Soziale Kompetenzen						
Dialog- und Kooperationsfähigkeit	■	■		■		
Konfliktfähigkeit						
Umgang mit Vielfalt						
Methodische Kompetenzen						
Sprachfähigkeit	■	■	■	■	■	
Informationen nutzen						
Aufgaben/Probleme lösen						

Lehrplan 21	Übung 2.1: Energizer erleben	Übung 2.2: Entspannung finden	Übung 2.3: Eigenen Gefühlen nachspüren und sie verstehen	Übung 2.4: Mein Schatz	Übung 2.5: Handlungsmöglichkeiten für sich selbst entwickeln	Übung A.2: Abschlussspiel
Fachliche Kompetenzen						
Natur, Mensch, Gesellschaft NMG Grundlagen NMG 1.2. Identität, Körper, Gesundheit. Sich kennen und sich Sorge tragen.	■	■	■	■	■	

MindMatters im Lehrplan 21

Fit für Ausbildung und Beruf!

Zyklus III



MindMatters eignet sich sehr gut, um an den überfachlichen Kompetenzen zu arbeiten, aber auch um bestimmte fachliche Kompetenzen aufzubauen:

- 1) Überfachliche Kompetenzen
 - Personale und soziale Kompetenzen

- 2) Fachliche Kompetenzen
 - Ethik, Religionen, Gemeinschaft (ERG)
 - Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (WAH)
 - Berufliche Orientierung (BO)
 - Natur und Technik (NT)
 - Deutsch (D)

Fachliche und überfachliche Kompetenzen - FAB

Lehrplan 21	TM 1 Schätze finden	TM 2 Sich wohl- fühlen	TM 3 Ich und die andern	TM 4 Mir etwas zutrauen	TM 5 Mir die Welt er- schliessen
Überfachliche Kompetenzen					
Personale Kompetenzen					
Selbstreflexion	■	■	■	■	■
Selbständigkeit	■	■			■
Eigenständigkeit		■			
Soziale Kompetenzen					
Dialog- und Kooperation	■		■		
Konfliktfähigkeit		■	■	■	
Umgang mit Vielfalt			■	■	
Methodische Kompetenzen					
Sprachfähigkeit					■
Informationen nutzen	■				
Aufgaben/Probleme lösen	■				■

Lehrplan 21	TM 1 Schätze finden	TM 2 Sich wohl- fühlen	TM 3 Ich und die andern	TM 4 Mir etwas zutrauen	TM 5 Mir die Welt er- schliessen
Fachliche Kompetenzen					
Deutsch (D)			■	■	
Natur und Technik (NT)		■			
Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (WAH)		■	■		■
Ethik, Religionen, Gemeinschaft (ERG)	■	■	■	■	■
Berufliche Orientierung (BO)	■	■	■	■	■

Schulbegleitung



- Unterrichtsmaterialien
 - Login Werkzeugkasten
 - Beratung in der Umsetzung
 - Qualitätssicherung nach Schulbegleitung (NL, Praxisbeispiele, ERFA)
-
- → **Schulen befähigen, MindMatters selbst umzusetzen und in ihrem Schulalltag zu verankern**

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

FRAGEN?



Danke für die Aufmerksamkeit!



Kontakt

Kontakt Workshop

Edith Lanfranconi

MindMatters-Beratungsperson

E-Mail: edith.lanfranconi@gmail.com

Leitung MindMatters, Deutschschweiz

Simone Walker

Tel. 041 210 64 03

E-Mail: walker@radix.ch

Leitung MindMatters, Romandie

Florence Chenaux Décosterd

Tel. 021 329 01 56

E-Mail: chenaux@radix.ch

MindMatters-Website: www.mindmatters.ch www.mindmatters.ch/fr