

MindMatters



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

Schulnetz21-Tagung 13. April 2019

Wie geht es dir?

Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Ziele des Workshops

Die Teilnehmenden

- kennen das Programm MindMatters allgemein.
- kennen die zwei auf die Schweiz angepassten Lehrmittel zur psychischen Gesundheit im Zyklus I-II und im Zyklus III.
- haben eine ausgewählte Unterrichtseinheit ihrer Stufe durchgeführt und reflektiert.
- können die Erkenntnisse aus dem Workshop in ihre Arbeitssituation transferieren.

Die OrganisatorInnen

- erhalten eine Rückmeldung zu den Unterrichtseinheiten.

Ablauf

- Begrüssung, Ziele, Vorstellung
- Einführungsreferat
 - MindMatters allgemein
 - MindMatters Zyklus I-II «Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl»
 - MindMatters Zyklus III «Fit für Ausbildung und Beruf!»
- Gruppenarbeit
 - Kennenlernen einer Unterrichtseinheit
- Plenum
 - Vorstellen der Erkenntnisse, Diskussion, Fragen
- Abschluss

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.

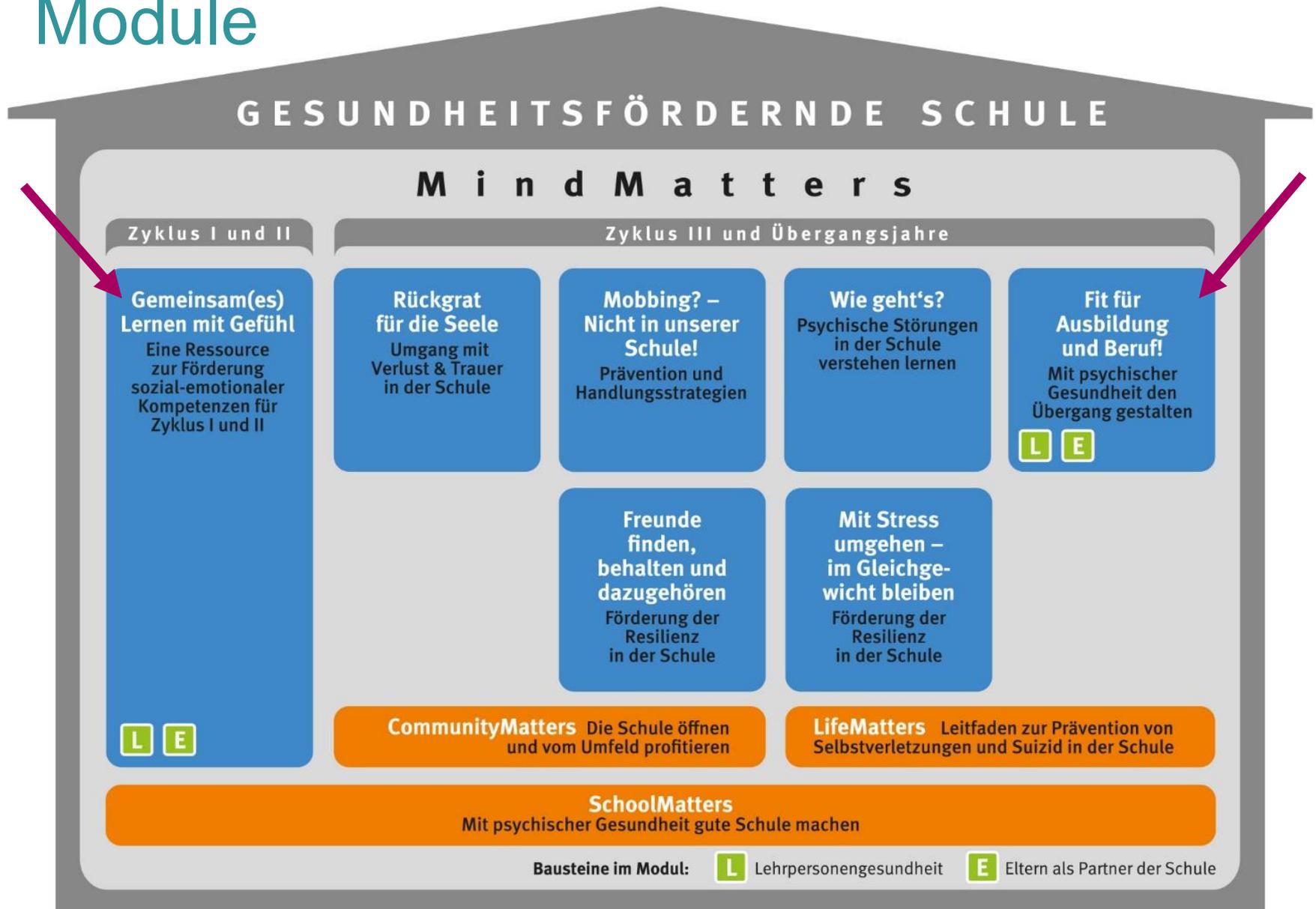
Programmziele

- 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.

Programmziele



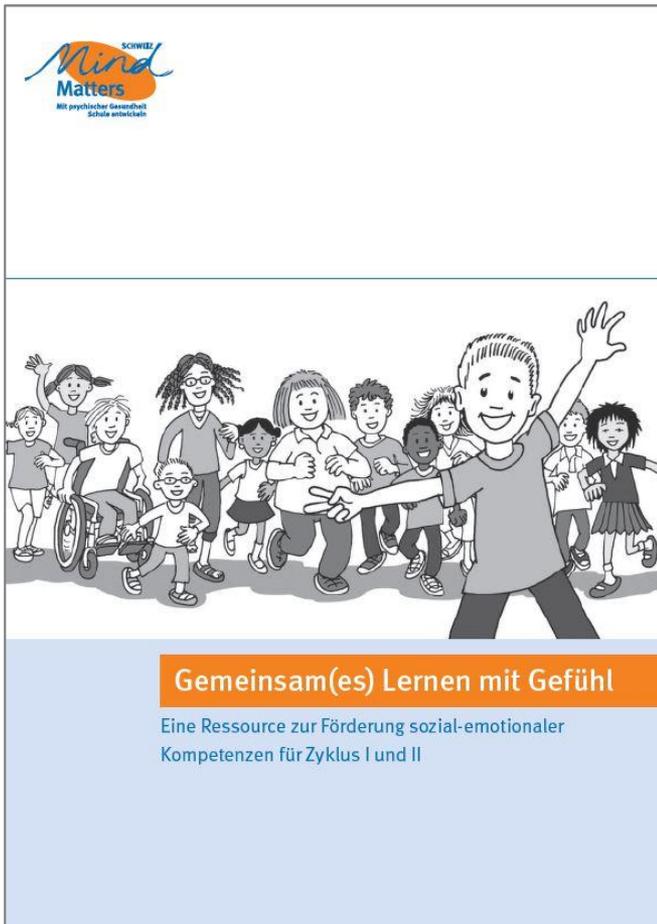
Module



Schulentwicklungsmodul

Unterrichtsmodul

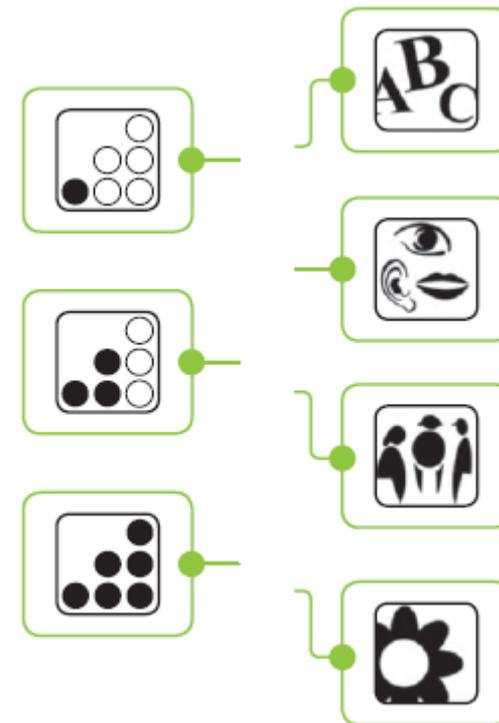
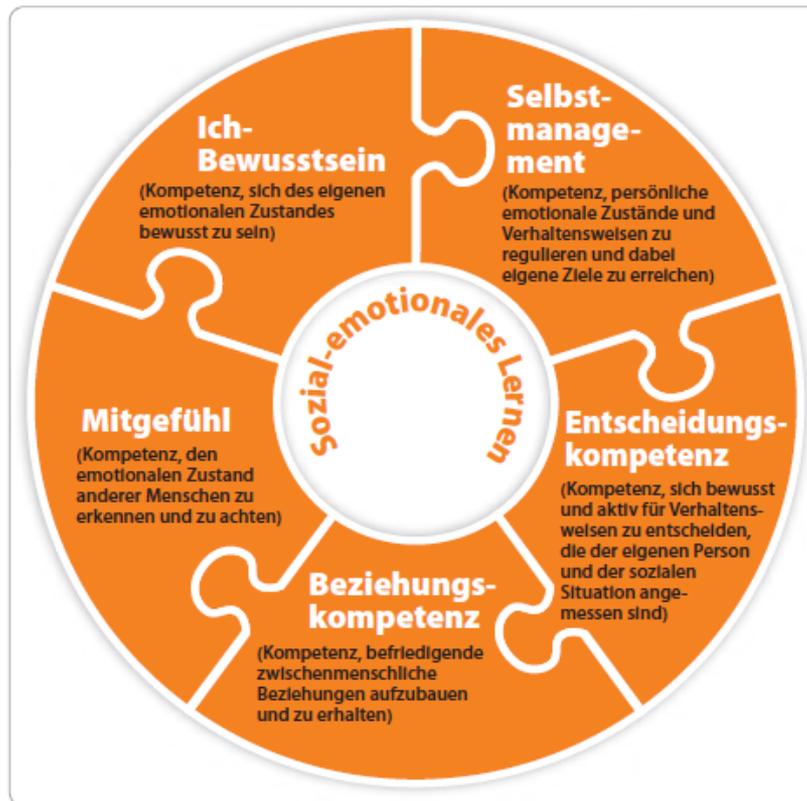
Zyklus I und II



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

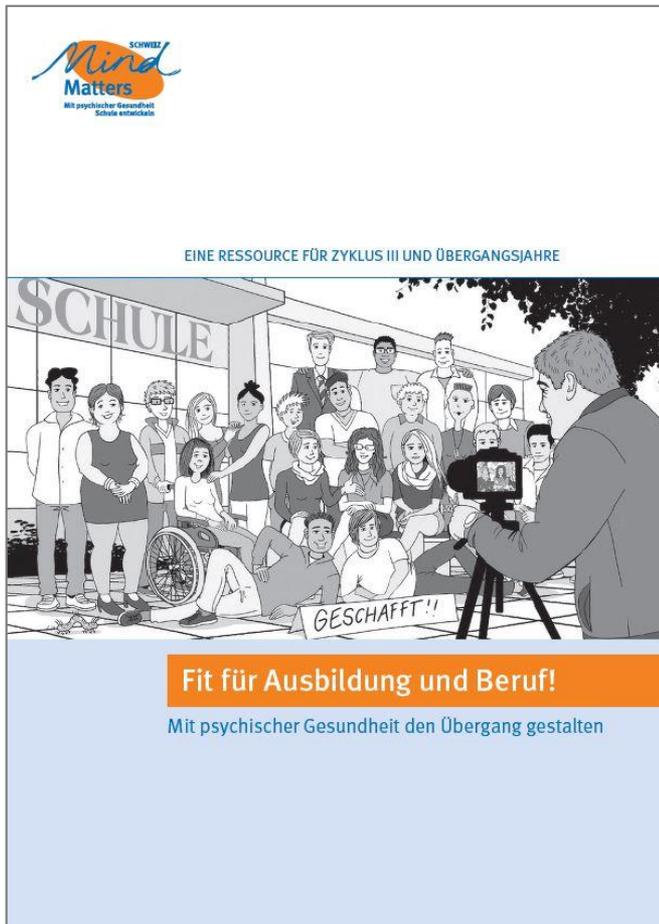
- Theoretische Grundlagen
 - z. B. sozial-emotionales Lernen
- Unterrichtsmaterialien
- Differenzierungen innerhalb der Übungen
- Elternmodul
- Lehrpersonenmodul

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



Kernkompetenzen für die Übungen in „Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl“

Zyklus III und Übergangsjahre

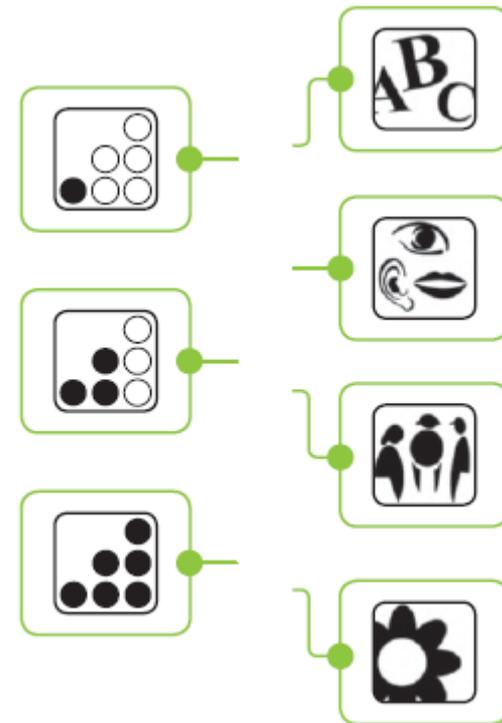


Fit für Ausbildung und Beruf! Mit psychischer Gesundheit den Übergang gestalten

- Theoretische Grundlagen
 - z. B. positive Jugendentwicklung
- Unterrichtsmaterialien
- Differenzierungen innerhalb der Übungen
- Elternmodul
- Lehrpersonenmodul

Fit für Ausbildung und Beruf!

– Zyklus III und Übergangsjahre



Dienstleistungen für Schulen

MindMatters-Weiterbildung

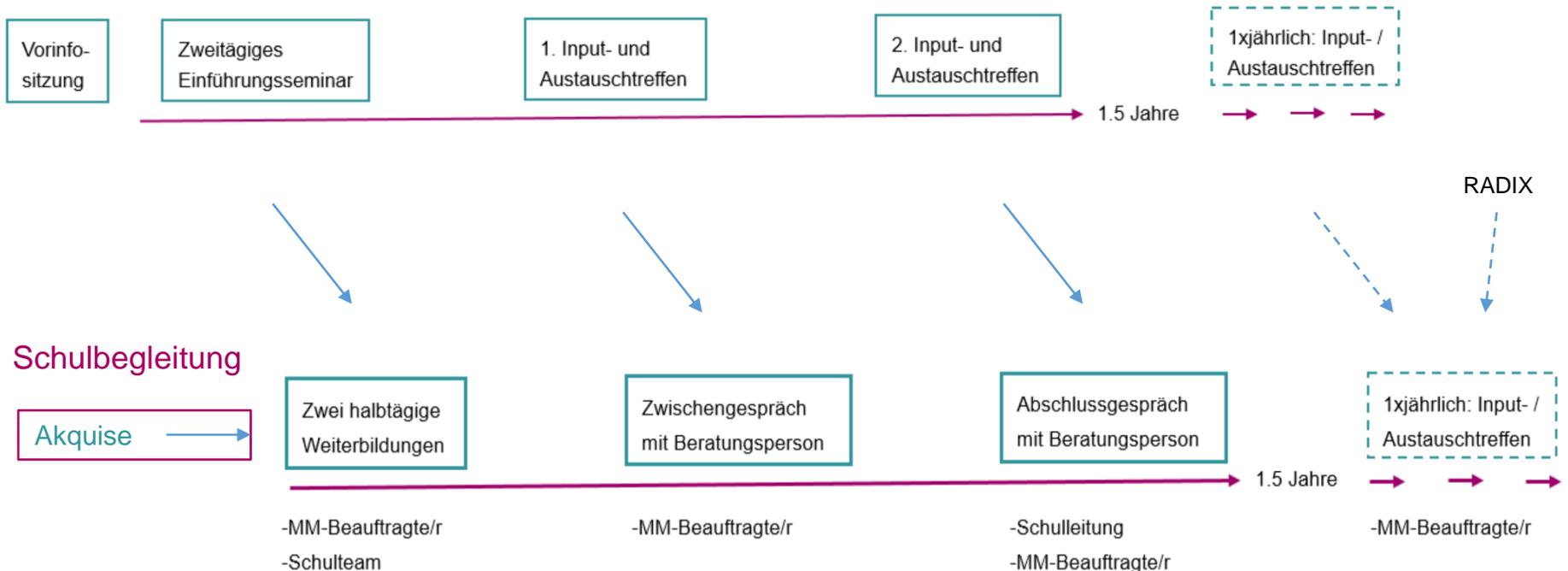


- Unterrichtsmaterialien
- Schweizer MindMatters-Webseite
- Beratung in der Umsetzung

=> Schulen befähigen, MindMatters selbst umzusetzen und in ihrem Schulalltag zu verankern

Umsetzung: Train-the-Trainer

Coaching für kantonale oder regionale Projektleitung



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)

MindMatters im Lehrplan 21

Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl Zyklus I und II

Überfachliche Kompetenzen

Lehrplan 21 Oberfachliche Kompetenzen	Obergeordnete Übungen	UE1 Ich-Bewusstsein	UE 2 Selbstmanagement	UE 3 Mitgefühl	UE 4 Entscheidungskompetenz	UE 5 Beziehungskompetenz
Personale Kompetenzen						
Selbstreflexion	■	■	■	■	■	■
Selbständigkeit	■	■	■	■	■	■
Eigenständigkeit	■	■	■	■	■	■
Soziale Kompetenzen						
Dialog- und Kooperationsfähigkeit	■	■	■	■	■	■
Konfliktfähigkeit	■	■	■	■	■	■
Umgang mit Vielfalt	■	■	■	■	■	■
Methodische Kompetenzen						
Sprachfähigkeit	■	■	■	■	■	■
Informationen nutzen	■	■	■	■	■	■
Aufgaben/Probleme lösen	■	■	■	■	■	■

MindMatters im Lehrplan 21

Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl Zyklus I und II

Fachliche Kompetenzen

Lehrplan 21 Fachliche Kompetenzen	Übergeordnete Übungen	UE1 Ich-Bewusstsein	UE 2 Selbstmanagement	UE 3 Mitgefühl	UE 4 Entscheidungskompetenz	UE 5 Beziehungskompetenz
Natur, Mensch, Gesellschaft NMG	■	■	■	■	■	■
Deutsch	■	■	■	■	■	■
Bildnerisches Gestalten		■		■		

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)

MindMatters im Lehrplan 21

Fit für Ausbildung und Beruf! Zyklus III

Überfachliche Kompetenzen

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	■				■

MindMatters im Lehrplan 21

Fit für Ausbildung und Beruf! Zyklus III

Fachliche Kompetenzen

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

Gruppenarbeit - Ziele

Die Teilnehmenden

- haben Übungen aus dem Lehrmittel ausprobiert.
- haben sich überlegt, wie und wo sie die Unterrichtseinheit einsetzen würden.
- haben die Unterrichtseinheit nach der Tauglichkeit für den Unterricht beurteilt.

Gruppenarbeit - Auftrag

- Sichten und Lesen der Unterlagen
- Durchführen der Unterrichtseinheit
- Wie und wo (Fach) würden wir die Unterrichtseinheit einsetzen?
- Highlights und Stolpersteine dieser Unterrichtseinheit diskutieren
- Beurteilung der Unterrichtseinheit
 - Verwendbarkeit in der Schule
 - Highlights und Stolpersteine
 - Benutzerfreundlichkeit
 - Variationen nach Interesse
 - Andere Eindrücke
- **Zusammenstellen der wichtigsten Resultate auf dem Flip**

Themen Zyklus I und II

- 1) Ü.7 «So fühle ich mich wohl» (Variation 1)
 - Übergeordnete Übungen «Kernkompetenzen abschliessen»

- 2) Übung 1.2 a Gefühle durch Farben ausdrücken (Variation 2)
 - Ich-Bewusstsein «Ich zeige meine Gefühle»

- 3) Übung 1.4 a Der Würfel der Gefühle
 - Ich-Bewusstsein «Gefühle in Situationen entdecken»

- 4) Übung 2.3 Eigenen Gefühlen nachspüren und sie verstehen (Variation)
 - Selbstmanagement «Warum ist das Gefühl dabei?»

Themen Zyklus III

1) UE 1.2. Schatzsuchen-Hilfe

- Wie geht es dir? «An sich glauben»
- Ohne Teil 2, AB 1.2c

2) UE 2.4 Gesund leben und arbeiten

- Wie geht es dir? «darüber reden» und «um Hilfe fragen»

3) UE 2.5 Muntermacher und Abspanner

- Wie geht es dir? «sich entspannen» und «sich bewegen»

4) UE 4.1 Schlüsselereignisse

- Wie geht es dir? «an sich glauben»

Plenum – Erkenntnisse vorstellen

Die Gruppen stellen ihre Erkenntnisse vor:

- Wie würden wir die Unterrichtseinheit einsetzen?
- Welches sind die Highlights und Stolpersteine dieser Unterrichtseinheit?
- Wie beurteilen wir die Unterrichtseinheit?

Kontakt national

Operative Programmleitung MindMatters

Michaela Sciuk

Tel. 041 545 92 37

E-Mail: sciuk@radix.ch

Strategische Programmleitung MindMatters

Martin Lang, Stv. Leitung RADIX Zentralschweiz

Tel. 041 544 54 81

E-Mail: lang@radix.ch

MindMatters-Website: www.mindmatters.ch

Kontakt Kanton Zürich

Suchtprävention der Bezirke Affoltern und Dietikon

Grabenstrasse 9
8952 Schlieren

Anja Sijka (Volksschule)

Tel.: 044 733 73 68

E-Mail: anja.sijka@sd-l.ch

Maya Kipfer (Primar- und Sekundarstufe 1)

Tel.: 044 733 73 65

E-Mail: maya.kipfer@sd-l.ch

Suchtprävention Winterthur

Technikumstrasse 1
8403 Winterthur

Beat Furrer (Volksschule)

Tel.: 052 267 63 80

E-Mail: beat.furrer@win.ch

Samowar

Jugendberatung Bezirk Meilen

Suchtprävention Bezirk Meilen

Hüniweg 12
8706 Meilen

Marlen Rusch (Primarstufe)

Tel.: 044 924 40 10

E-Mail: rusch@samowar.ch

Kontakt Kanton Zürich

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

Röntgenstr. 44
8005 Zürich

Monique Brütsch

Tel.: 044 412 83 42

E-Mail: monique.bruetsch@zuerich.ch

Stadt Zürich

Schulgesundheitsdienste

Schulpsychologischer Dienst

Parkring 4
8002 Zürich

Matthias Obrist

Tel.: 044 413 41 21

E-Mail: matthias.obrist@zuerich.ch

DANKE für die Aufmerksamkeit!