

Mind

Matters.ch Mit psychischer Gesundheit
Schule entwickeln.



MindMatters

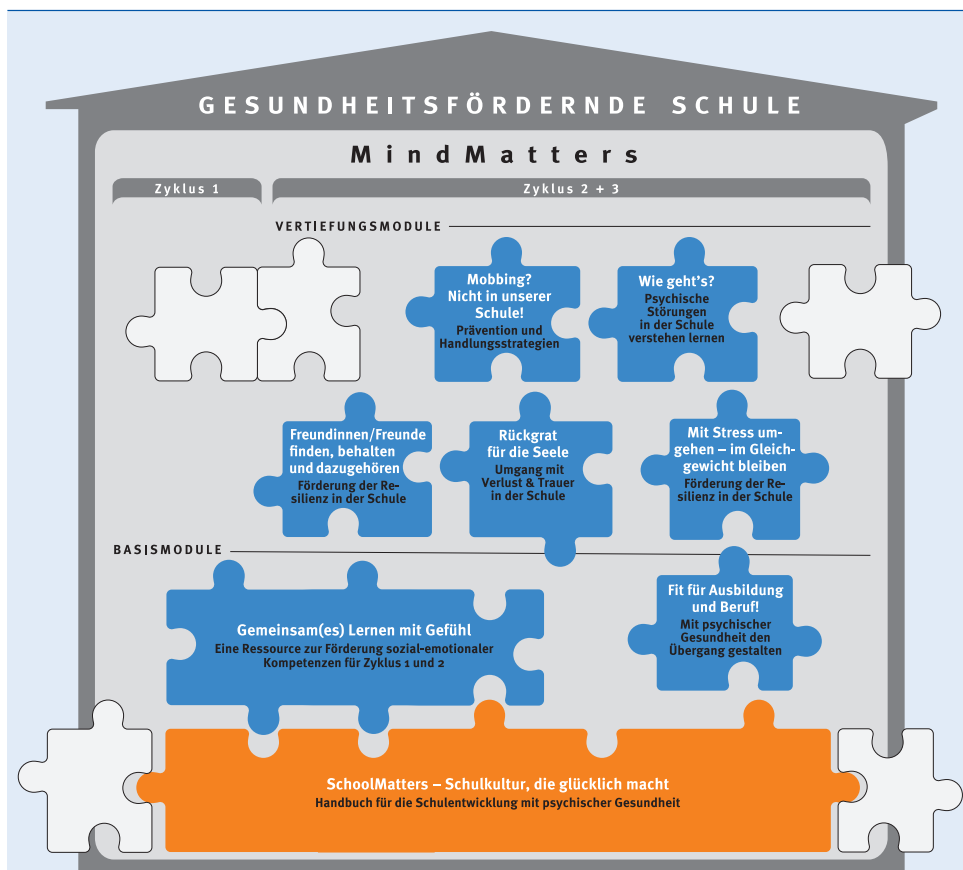
Mit psychischer Gesundheit
Schule entwickeln

WWW.MINDMATTERS.CH

Was ist MindMatters?

MindMatters ist ein wissenschaftlich evaluiertes und in der Praxis erprobtes Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in den Zyklen I, II und III sowie Übergangsjahren. Das MindMatters-Puzzle enthält verschiedene Module für den Unterricht und die Schulentwicklung. Diese werden individuell auf die Bedürfnisse der Schule eingesetzt.

Das MindMatters-Puzzle auf einen Blick



Module für: ■ Schulentwicklung ■ Unterricht

bestehende/anschlussfähige Aktivitäten

SchoolMatters (orange) leistet einen Beitrag an die Entwicklung der Schule mit psychischer Gesundheit. Die Module für den Unterricht (blau) enthalten zahlreiche praktische Übungen und Informationen nach Themen.

Warum MindMatters?

Folgende Studienergebnisse zeigen die Notwendigkeit von MindMatters auf:

- Rund 41% der befragten Mädchen und Jungen leiden pro Woche regelmässig an zwei psychischen Beschwerden (HBSC Schweiz, 2020).
- Rund 10% eines Jahrgangs leiden unter Angststörungen (Zinniker & Kunz Heim, 2017).
- Die Teilnahme von Lehrpersonen an einem Interventionsprojekt zur Förderung von Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung bei Schülerinnen und Schülern erleichtert ihren beruflichen Alltag, stärkt die Wahrnehmungen eigener Kompetenzen und mindert kognitives sowie emotionales Belastungserleben (Wudy, 2011).

Ziele

- Entwicklung einer Schulkultur, in der sich alle Schulmitglieder sicher, wertgeschätzt und eingebunden fühlen.
- Stärkung der Resilienz, Förderung der personalen und sozialen Kompetenzen, des Wohlbefindens und der Lernbedingungen der Schülerinnen und Schüler.
- Förderung des Wohlbefindens von Lehrpersonen.

Angebot

Beratungspersonen unterstützen und begleiten Schulen dabei, MindMatters selbst in ihrem Schulalltag zu verankern.

MindMatters-Schulen erhalten über 1.5 Jahre folgende Unterstützung:

- Erstberatung und Weiterbildung für Lehrpersonen/Schulsozialarbeitende
- Materialien für die Arbeit mit Schülerinnen und Schülern (print und online)
- Impulse für die Elternzusammenarbeit und Lehrpersonengesundheit
- Beratung in der Umsetzung
- Input- und Austauschtreffen

Bezug zum Lehrplan 21

Alle Module für den Unterricht sind mit fachlichen und überfachlichen Kompetenzen gemäss Lehrplan 21 verknüpft.

Kosten & Kontakt

Die Finanzierung der Durchführung von MindMatters ist kantonal unterschiedlich geregelt.

Haben Sie Interesse, MindMatters an Ihrer Schule umzusetzen? Sie finden die Kontaktperson in Ihrem Kanton unter www.mindmatters.ch.

«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 wie 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

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

