

# MindMatters

Schule durch psychische Gesundheit stärken

Workshop

Impulstagung Schulnetz 21

30. November 2024



# Was ist BNE? Wozu soll das gut sein?

## **Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) in der Schule**

Nachhaltige Entwicklung als gesamtgesellschaftliches Leitbild hat zum Ziel, alle Akteur/-innen einzubinden – auch die Schule. Sie kann dazu beitragen, die Kompetenzen und das Wissen zu vermitteln, welche für eine Nachhaltige Entwicklung nötig sind.

## **Fächerübergreifende Bildungszugänge zu BNE**

- Umweltbildung
- Globales Lernen
- Gesundheitsförderung
- Politische Bildung und Menschenrechtsbildung
- Ökonomische Bildung

**BNE ist kein neues Fach, sondern eine inhaltliche Ausrichtung**, welche allen Disziplinen als Orientierung dient und auch die Schulen als Ganzes prägt. Sie muss deshalb fächerübergreifend angegangen werden.

# Gesundheitsförderung

## Psycho-soziale Kompetenzen (sog. Lebenskompetenzen = üfKo)

- Selbstwahrnehmung und Empathie
- Umgang mit Gefühlen und Stress
- kreatives und kritisches Denken
- Entscheidungs- und Problemlösefertigkeit
- Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit

## Bezug zu BNE

- Stabiles Ökosystem  
- Sorgfältige Verwendung vorhandener Naturressourcen

- Gesunde und handlungsfähige Menschen  
- Soziale Gerechtigkeit und Chancengleichheit



# Was ist MindMatters?

Ein Präventionsprogramm für Schulen der Zyklen 1-3 und  
Übergangsjahre



# MM-Clip Praxiseinblick der Schule Ottikon-Kyburg und der Sek Tribschen

[https://youtu.be/STFhIKn-\\_KY](https://youtu.be/STFhIKn-_KY)

# Ganzheitlicher Ansatz

Mind  
Matters.ch

## Unterricht

Arbeiten an der Beziehungsqualität und am Klassenklima mit den MindMatters-Materialien

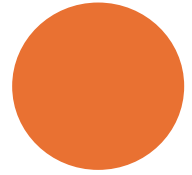
## Personal

Erarbeitung einer gemeinsamen Grundhaltung /-einstellung

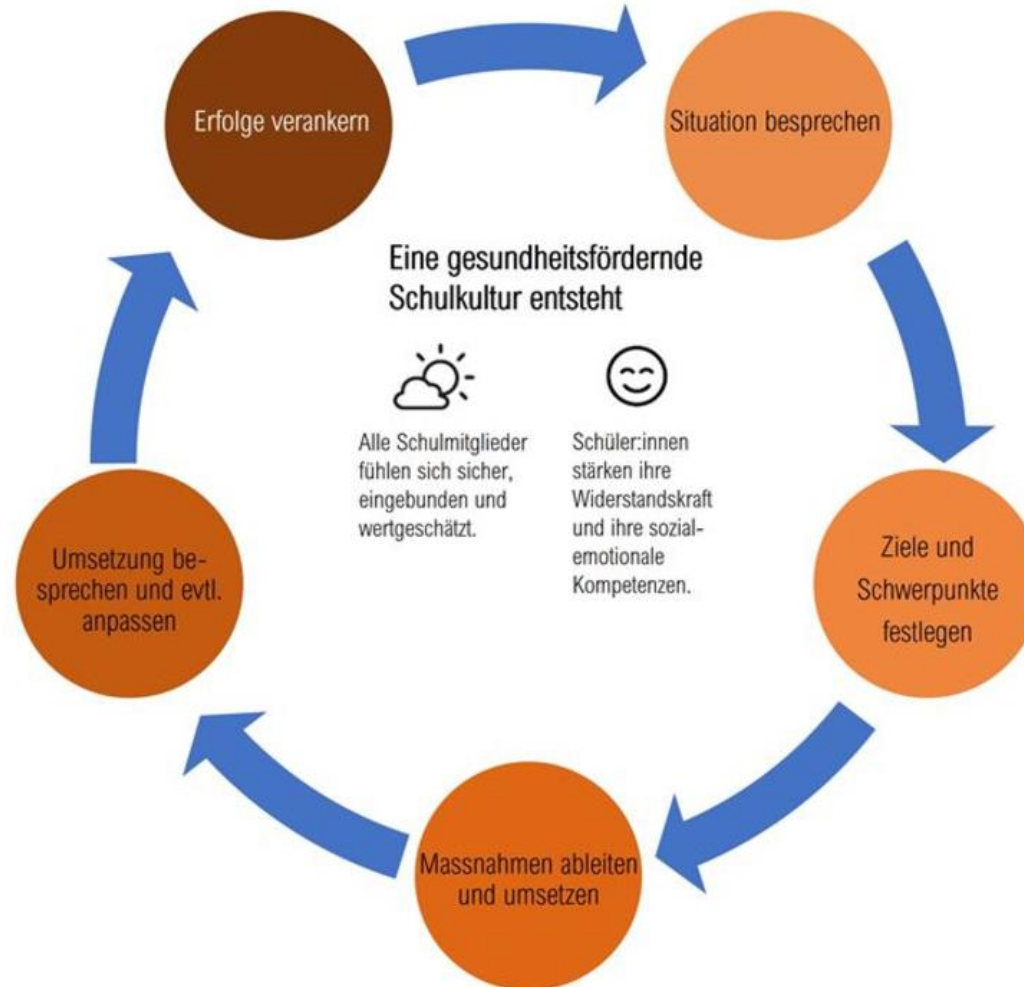
## Organisation

Verankerung von Präventionsmassnahmen im Schulalltag

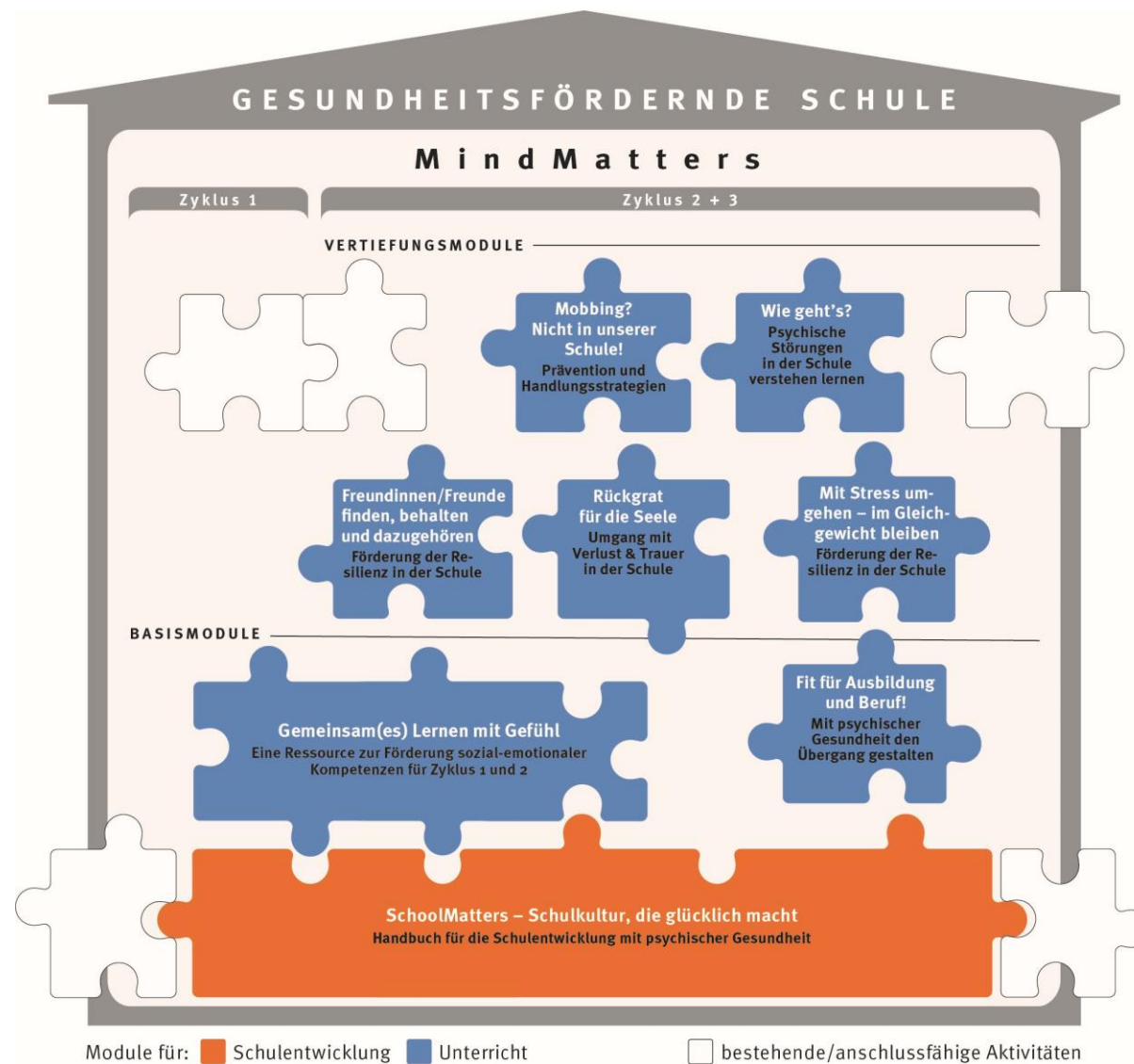
(idealerweise wird ein Präventionskonzept erarbeitet)



# Schulbegleitung (Fach- und Prozessbegleitung)



# MindMatters-Puzzle (Unterrichtsmaterial)





# SchoolMatters ([www.mindmatters.ch/schoolmatters](http://www.mindmatters.ch/schoolmatters))

- Digitales Handbuch
- Schwerpunkt Schulkultur
- Schulleitungen, interessierte Lehrpersonen und Fachpersonen



Schulkultur, die glücklich macht

Handbuch für die Schulentwicklung mit psychischer Gesundheit.

10. August 2023 Diverse Autoren

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

[Download](#)



Einleitung



01 Psychische Gesundheit und Bildung



02 Die psychische Gesundheit der Schulleitenden und



03 Schül- und

# MindMatters-Schulcommunity

## Angebote

- Jährliche Netzwerktreffen vor Ort (regional, kantonal)
- Digitale Input- und Austauschtreffen
- Online-Serie „Schulkultur, die glücklich macht!“
- Werkzeugkasten
- [Adventskalender](#) mit praktischen Übungen für den Schulalltag

**Informationen und Anmeldung:** [www.mindmatters.ch/veranstaltungen](http://www.mindmatters.ch/veranstaltungen)



# Praxiseinblick Schule Ottikon-Kyburg

---

# Einführung MindMatters Primarschule

## Wichtig

- Verbindlich, jedoch ohne Stoff- und Zeitdruck
- Keine strikte Vorgabe der Unterrichtseinheiten
- Bewährtes weiterführen, Ergänzungen erlaubt
- Der Klasse und ihrer Situation angepasste Formate wählen

# Termine und Inhalte

- Start mit dem 1. Zyklus (Kiga, EK und 1.-2. Klasse) im August 2024 (Mitgefühl und Ich-Bewusstsein)
- 3. Klasse Start August 2025 (Beziehungskompetenz)
- 4.-6. Klassen beginnen im Sommer 2026 (Selbstkompetenz und Entscheidungskompetenz)
- Die Basis darf ab sofort geschaffen werden

# Materielle Grundlagen

- Basismodul (pro Klasse eine Printausgabe)
- Werkzeugkoffer online
- Jahrgangsspezifische Bücher
- Ergänzungsmaterial der AG MMatters (auf Esiwulke)

# Zeitbedarf, Planung im Schuljahr

- 30 – 45 min / Woche
- KiGa nach Ermessen, Primar ab Start Schuljahr
- Generelle Elterninformation später

## Unterstützung

Mitglieder der AG MindMatters:

RW / DP / MB / CT/ EF / BS / DS / JH / Schulleitung

# Austausch – Wie geht es uns?

- Wie kann der Stellenwert der psychischen Gesundheit von Lernenden gestärkt und nachhaltig im Schulalltag verankert werden?
  - Was sind Gelingensfaktoren für eine erfolgreiche Verankerung?
  - Welche Herausforderungen können dabei auftreten?
- 
- Wie schätzen Sie den aktuellen Stand Ihrer Schule in Bezug auf die Förderung der psychischen Gesundheit von Lernenden ein?
  - Welche Anknüpfungspunkte oder Ressourcen sehen Sie, um das Thema weiterzuentwickeln?
  - Was tun Sie für Ihre Selbstfürsorge?



# Kontakt



**Simone Walker**  
Programmleitung MindMatters  
RADIX Luzern  
[walker@radix.ch](mailto:walker@radix.ch)



**Stefan Fretz**  
Schulleiter  
Schule Ottikon-Kyburg / Schule Eselriet  
[stefan.fretz@schule-ilef.ch](mailto:stefan.fretz@schule-ilef.ch)