

Mind Matters

Mit psychischer Gesundheit
gute Schule entwickeln



Leipzig, LPT19.11.2024

MINDMATTERS SPOT

Annekathrin Weber, SLfG



Sächsische
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung

LANDESAMT FÜR
SCHULE UND BILDUNG



Freistaat
SACHSEN



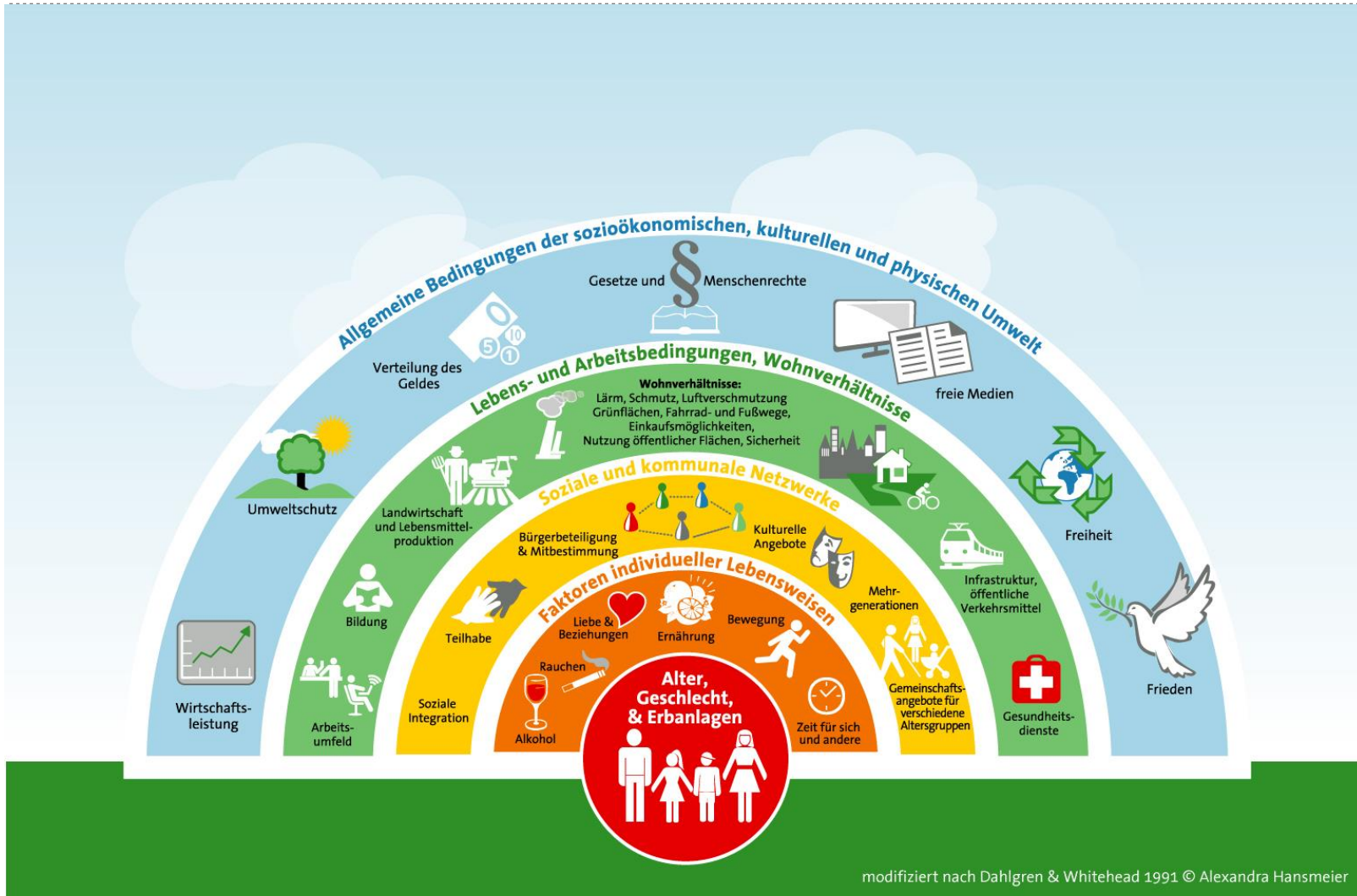
BARMER



Regenbogen-Modell



Sächsische
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung



modifiziert nach Dahlgren & Whitehead 1991 © Alexandra Hansmeier

„There is no health without mental health“ (WHO)

Fähigkeit, sich kompetent mit den gesellschaftlichen Anforderungen auseinandersetzen zu können und im Leben auch eigene Wünsche, Bedürfnisse und Hoffnungen konstruktiv zu verwirklichen.

Selbsterhaltung = produktive Anpassung

Selbstgestaltung = Selbstverwirklichung



Schulbarometer 2024:

Zukunftskompetenzen von Schüler:innen:
Zwei Drittel der Lehrkräfte sehen soziale
Kompetenzen und Selbstkompetenzen als
wichtigste Fähigkeiten

Über zwei Drittel der Lehrkräfte (68 %) sehen
soziale Kompetenzen und Selbstkompetenzen
als die aktuell wichtigsten Fähigkeiten an, die
sie ihren Schüler:innen vermitteln wollen, um
sie **bestmöglich auf die Zukunft vorzubereiten**.
Davon nennt knapp ein Drittel (31 %) explizit
die Fähigkeiten **Sozialkompetenz und Empathie**.
Weiterhin werden schulische Kompetenzen
und Wissen (47 %) sowie kognitive Fähigkeiten
(31 %) als wichtig erachtet. Die Vermittlung
von gesellschaftlichen Werten wie **Toleranz**,
Respekt und **Demokratiefähigkeit** sieht fast ein
weiteres Drittel (31 %) als zukunftsrelevant an.

Zukunftsforscher sagen:

„Das Kernthema der Schulabgänger:innen der 2030er-Jahre
ist Gestaltung. Gestaltung unter den Bedingungen laufender
Veränderung und Vieldeutigkeit. Die Mindestanforderung,
die der Schule aus einer Zukunftsperspektive aufzugeben ist,
lautet: **Lernen wir, Veränderung zu lieben.**“

Michael Carl, Zukunftsforscher und Gründer des carl institute for human future.,
bildung+ schule digital 1 | 2024

<https://www.bosch-stiftung.de/de/publikation/deutsches-schulbarometer-befragung-lehrkraefte-2024>

MindMatters – Eine Ressource für die gesundheitsförderliche Schul- und Unterrichtsentwicklung



Drei mögliche Wirkungsebenen von MindMatters



Sächsische
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung



- **Schülerinnen und Schüler**
(Unterrichtsentwicklung)
- **Pädagoginnen und Pädagogen**
(Personalentwicklung)
- **Schulentwicklung**

Schülerinnen und Schüler

Wissenschaft (u.a. Copsy- und JuCo-Studie, aktuelle Studie SMS) und Ethikrat (Ad-hoc-Empfehlung) beschreiben die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf Kinder und Jugendliche, zusätzliche Belastungen durch Klimakrise, Krieg. Erleben im Schulalltag von psychischen Auffälligkeiten und daraus folgendem Verhalten (wie Ängste, Rückzug, Depression, Suizidgedanken).

→ Umgang mit Belastungen, Stress und Krisen kann präventiv begegnet werden, Bewältigungsstrategien, Hilfesuchendes Verhalten und (Lebens-) Kompetenzen können erworben und trainiert werden, u.a. mit Hilfe von MindMatters UE und Übungen

Pädagoginnen und Pädagogen

Viele Studien zeigen, dass Lehrkräfte im Vergleich zu anderen Berufsgruppen häufiger von psychischen und psychosomatischen Erkrankungen betroffen sind, diese sind häufige Ursache von Frühpensionierungen; hohe emotionale Erschöpfung und Burnout beim Nachwuchs.

→ Balancierung der psychischen Gesundheit im Alltag

Selbsterhaltung stärken: Kompetenzvermittlung / training / fortbildung:
Fachlich kompetentere Lehrkräfte machen besseren Unterricht, bessere Schule

Selbstgestaltung stärken: Kultur und Klima der wechselseitigen Wertschätzung und des Respektes

Achten persönliche Bedürfnisse und ermöglichen bedeutungsvolles Lehren und Lernen.

→ Perspektivisch in *allen* MindMatters-Modulen mitgedacht

Schulentwicklung



- MindMatters-Module können Schulentwicklungsprozesse unterstützen
- Chance, psychische Gesundheit einzubinden
- Bringt Teams in Austausch zum Thema Psychische Gesundheit (z.B. SCHILF)
- Ergänzende Informationen, Leitfäden, Handlungsempfehlungen für Prozess in der jeweiligen Schule



Ziele des Programms

- Verbesserung von Lehren und Lernen sowie Steigerung der Bildungsqualität
- Aufbau einer unterstützenden und fürsorglichen Schulkultur
- Förderung der Zugehörigkeit und Verbundenheit mit der Schule
- Mehr Respekt und Toleranz: „Verschiedenheit als Bereicherung“
- Förderung von psychischer Gesundheit und Wohlbefinden in der Schule
- Aufbau von Netzwerken und Partnerschaften in und außerhalb der Schule

MindMatters in der Schulpraxis

- lässt sich gut in bestehende Aktivitäten/Strukturen/Konzepte der Schule einfügen
- Viele Schulsozialarbeiter*innen nutzen die Module für Ihre Arbeit
- Einstellung und Haltung des Teams ist wichtig; gut, wenn es das ganze Team sich mit dem Thema auseinandersetzt
- O-Töne aus dem Fachforum: MindMatters

...ist lehrplan-
kompatibel

...ist gut nutzbar
bei Kennenlern-
wochen

...regt zum
Austausch mit
Kolleg*innen an



Sächsische
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung



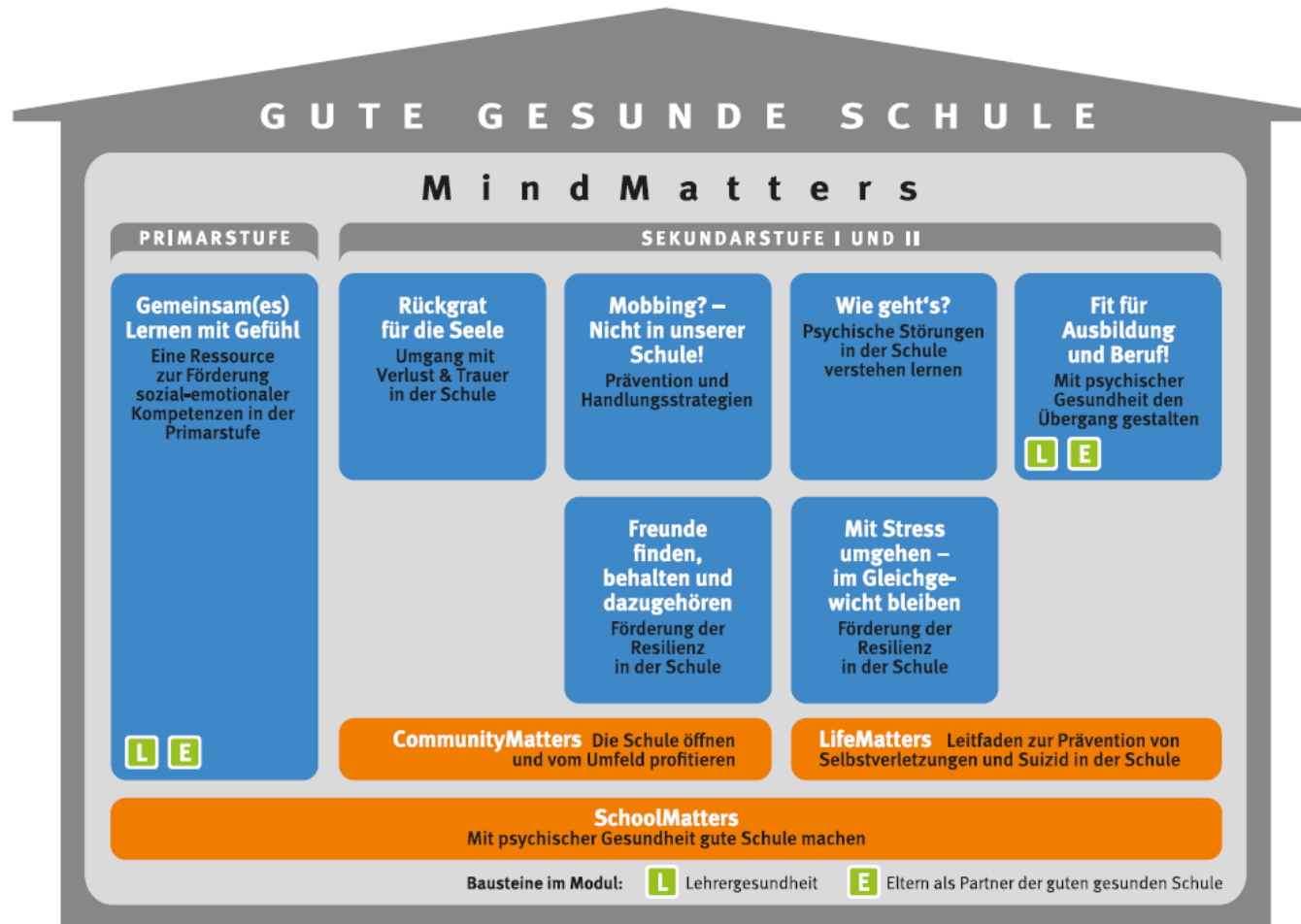
MindMatters Formate in Sachsen

- Eintägige, regionale Fortbildungen
- Schulinterne Fortbildungen
- Info – Veranstaltungen
- Fachforum



Rund 900 Lehrkräfte *aller* Schularten (davon zahlreiche Beratungslehrer/innen, Inklusionsassistent/innen, Praxisberater/innen und Schulleitungen) und **Schulsozialarbeiter/innen wurden direkt erreicht**

Die MindMatters-Bausteine auf einen Blick



■ Schulentwicklungsmodul
 ■ Unterrichtsmodul

Die Module auf einen Blick

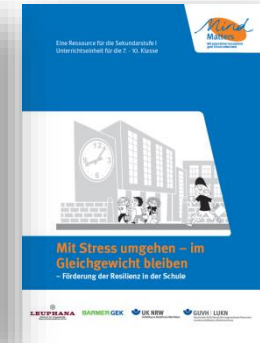
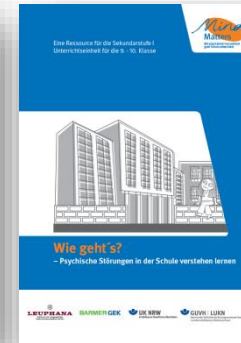
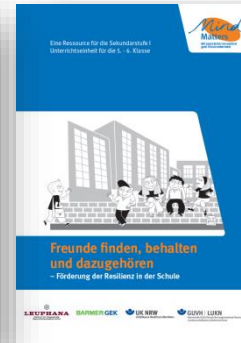
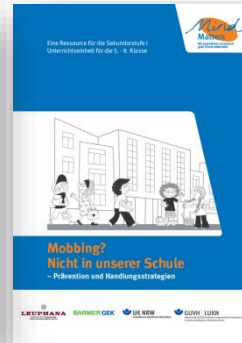
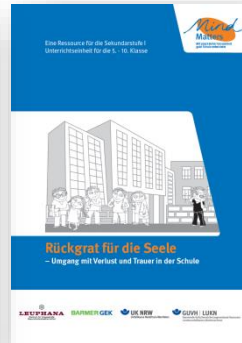


Sächsische
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung

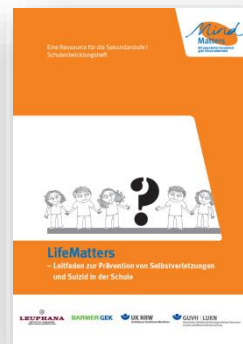
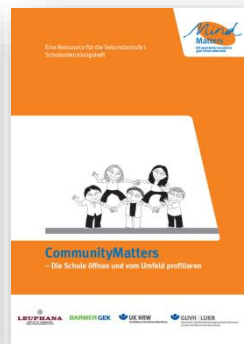


Primarstufe

Sekundarstufe



Schulentwicklungsmodule



Übergang Beruf



Mind Matters

Mit psychischer Gesundheit
gute Schule entwickeln



Modul

Mobbing? Nicht in unserer Schule – Prävention und Handlungsstrategien

Neue Inhalte

Alte Inhalte

- Definitionen, Erklärungsmodelle und Bewältigungsstrategien
- Kritische Betrachtung und Diskussion von Werten, Beobachtungen und Verhaltensmustern
- Gefahren für Mobbing für die Gesundheit junger Menschen erkennen
- Problemlösekompetenzen
- Förderung Interpretationsfähigkeiten und Reflektionsfähigkeiten
- Vielseitige didaktisch-methodische Auswahl an Übungen

Neue, aktualisierte Inhalte

- Mobbing und Belästigung im digitalen Raum (Cybermobbing und –grooming) und Cybersecurity
- Aktueller wissenschaftlicher Stand von Mobbing (Statistiken, Wirkungsmechanismen, Hilfen)
- Kompetenzorientierung (Sozial, Emotional-, Handlungs- und Personalkompetenzen)
- Konfliktlösungsmodelle
- Lehrkräftegesundheit und Elternkooperation
- Multiprofessionelle Zusammenarbeit an Schule und Hilfenetzwerk
- Differenzierung der Übungen
- Diversitätssensible Sprachumsetzung

Ziele des Unterrichtsmoduls

Ziele des Unterrichtsmoduls „Mobbing? Nicht in unserer Schule“

Aufklärung (Erkennen von Mobbing, Entwickeln einer Definition, Entstehung, Prävention, Gesundheitsrisiken)

Verbesserung des Klassen- und Schulklimas

Förderung von Hilfe suchendem Verhalten

Selbstwirksamkeit und Handlungssicherheit stärken

Partnerschaften/ Kooperation/ Partizipation

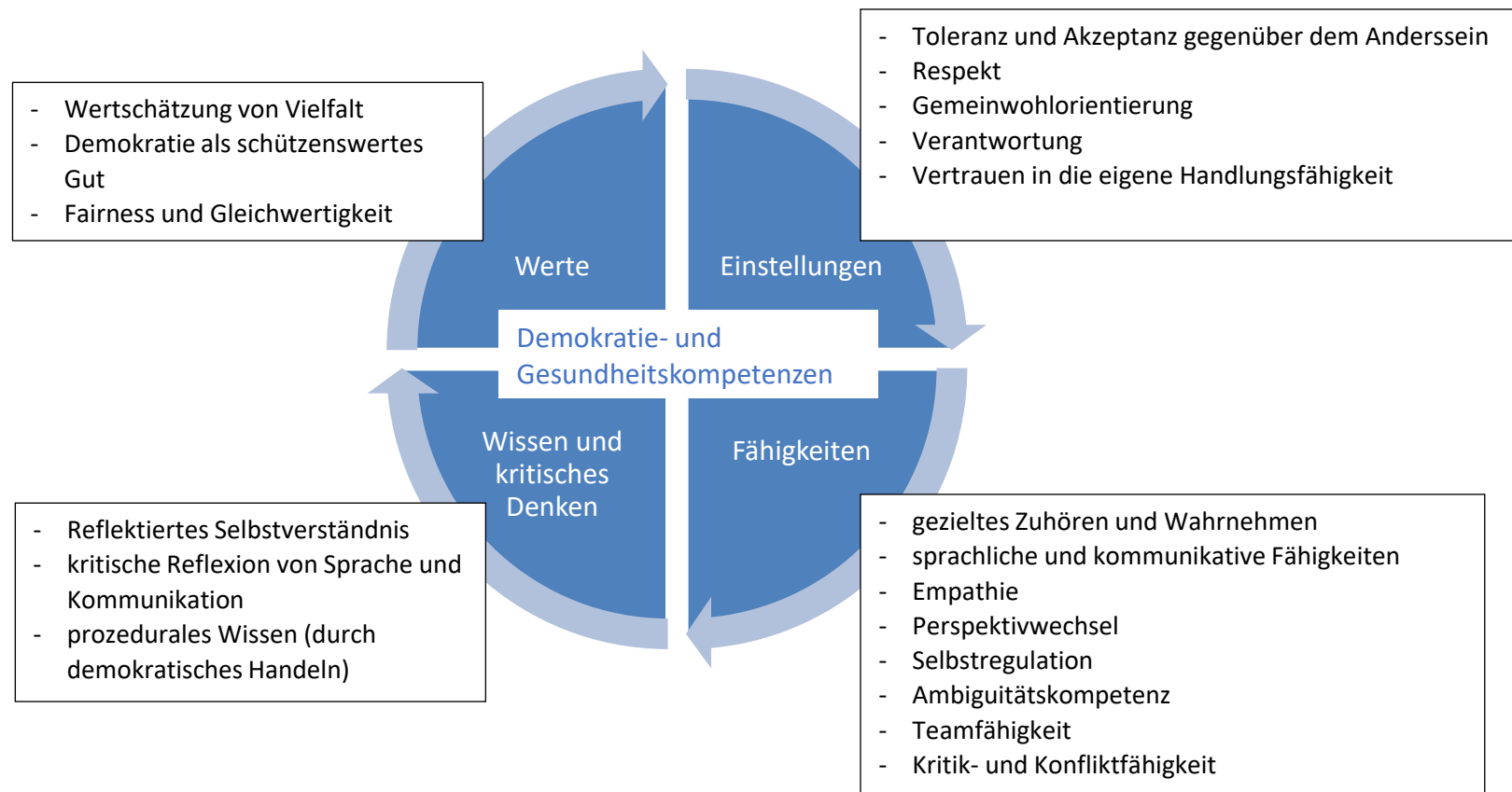
2025 erscheint ein neues MindMatters Modul :

*„Vielfalt gestalten - mit Demokratiekompetenzen zur guten
gesunden Schule“*

*u.a. Stärkung der Ambiguitätskompetenz: ist die Fähigkeit,
Vieldeutigkeit, Heterogenität und Unsicherheit zu erkennen, zu
verstehen und produktiv gestaltend damit umgehen sowie in
unterschiedlichen Rollen agieren zu können.*

Neues MM Modul

- Vielfalt gemeinsam gestalten – mit Demokratiekompetenzen zur guten gesunden Schule



Angelehnt an: Impulspapier „Demokratiebildung als gesellschaftlich relevante Aufgabe der Fachdidaktiken“

MindMatters → Home



MindMatters

Ein Programm für Schule und Unterricht

Psychische Gesundheit, Wohlbefinden, Respekt und Toleranz an der Schule fördern und damit die Lern- und Schulkultur gestalten - das sind die Ziele von MindMatters.



Ansprechpartner und Termine

Koordination in Sachsen:

Programmträger:



Könneritzstraße 5, 01067 Dresden

www.slfg.de | E-Mail: post@slfg.de

Tel.: 0351 501936-00

Rückfragen: K. Schnepel und A. Weber

BARMER

Landesvertretung Sachsen

Wiener Platz 5a | 01069 Dresden

Tel.: 0800 3330041522 32

Fax: 0800 3330041522 09

Rückfragen: A. Wagner

E-Mail: anett.wagner@barmer.de

Nächste Fortbildungstermine ab
Mitte 2025

in Bischofswerda 18.09.,
Dresden und Leipzig und ...
sind in Planung

Schulinterne Fortbildungen auf Anfrage

Imagefilm

<https://www.youtube.com/watch?v=oo6uo8xMsTs>



Sächsische
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Annekathrin Weber

annekathrin.weber@slfg.de