

Ein Präventionsangebot der

**BARMER**



### MindMatters-Programmträger

- **BARMER**  
Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin  
[www.barmer.de/g100181](http://www.barmer.de/g100181)  
[praevention@barmer.de](mailto:praevention@barmer.de)
- **Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand**  
Sachgebiet Allgemeinbildende Schulen der  
Deutschen gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV)  
Unfallkasse Nordrhein-Westfalen Zentrale  
Moskauer Straße 18  
40227 Düsseldorf  
[www.dguv.de/fb-bildungseinrichtungen/schulen](http://www.dguv.de/fb-bildungseinrichtungen/schulen)

### Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln: Machen Sie mit!

Wenn Sie sich für die Einführung von MindMatters in Ihrer Schule interessieren, besuchen Sie bitte die Website [www.mindmatters-schule.de](http://www.mindmatters-schule.de) oder wenden Sie sich an das MindMatters-Programmzentrum. Das MindMatters-Team berät Sie gerne!

### MindMatters- Nationales Programmzentrum

Leuphana Universität Lüneburg  
Zentrum für Angewandte Gesundheitswissenschaften  
Universitätsallee 1  
21335 Lüneburg

Prof. Dr. Peter Paulus  
Programmleitung

**MindMatters-Team**  
Telefon: 04131 677-7991  
E-Mail: [mindmatters@leuphana.de](mailto:mindmatters@leuphana.de)

### MindMatters-Programmservice

MindMatters Module zur Schulentwicklung und Unterrichtsgestaltung

- kostenfreie Unterrichts- und Schulentwicklungsmodulare für Schulen.
- kostenfreie 1- bis 2-tägige schulübergreifende Fortbildungen für Schulleitungen, Lehrkräfte sowie interne und externe Fachdienste.
- zusätzliche Materialien, Checklisten und Elternbriefe im Werkzeugkasten

[www.mindmatters-schule.de](http://www.mindmatters-schule.de) ▶



### Basis-Information zum Programm



# MindMatters

Mit psychischer Gesundheit  
gute Schule entwickeln

**BARMER**

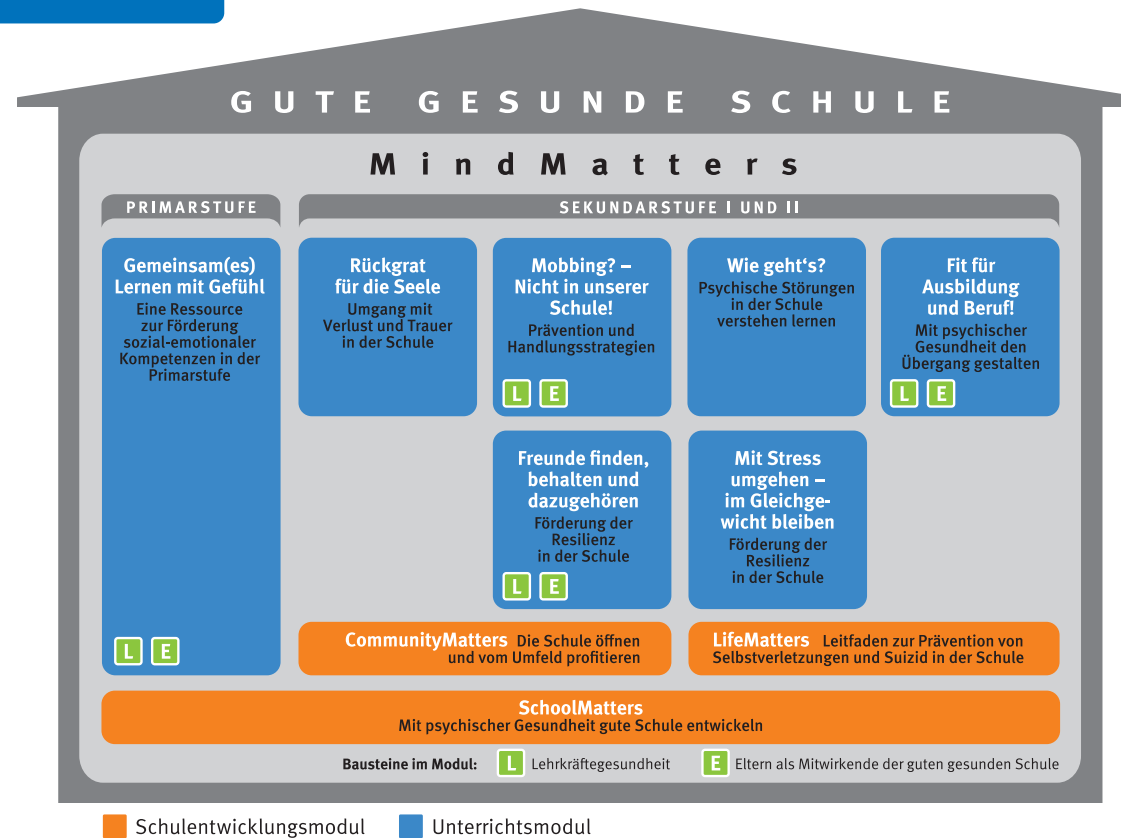


## MindMatters – was ist das?

MindMatters hilft Schulen dabei, durch die Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen, Schülern sowie Lehrkräften einen Beitrag zur Verbesserung der Schulqualität zu leisten. Das Programm basiert auf dem Konzept der guten gesunden Schule.

## Was erreichen Sie mit MindMatters?

- Entwicklung einer Schulkultur, mit der sich alle Schulmitglieder sicher, wertgeschätzt und eingebunden fühlen. So wird die Schule zunehmend zu einem Ort, an dem man gerne ist.
- Verbesserung der Arbeitsbedingungen und Gesundheit von Lehrkräften, z. B. durch die Arbeit an der Beziehungsqualität in 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.



## Was bietet Ihnen MindMatters?

- Schulentwicklungsmodule: Materialien für die Arbeit am Bildungs- und Erziehungsauftrag durch die Förderung der psychischen Gesundheit
- Unterrichtsmodule: Informationen für Lehrkräfte sowie praxiserprobte Unterrichtseinheiten zur Integration in den Schulalltag
- Die Module für die Sek I und II richten sich an die Jahrgänge 5-13. Einige Themen wie „Rückgrat für die Seele“ oder „Wie geht's?“ sind aber eher für ältere Schülerinnen und Schüler geeignet.
- Online-Werkzeugkästen: Arbeitsblätter, Checklisten und Ergänzungen zu den Unterrichtsthemen und zur Schulentwicklung
- Ressource für inklusive Konzepte: Unterrichtseinheiten, differenziert und abgestimmt auf die Lernvoraussetzungen der Schülerinnen und Schüler
- Bausteine zur Lehrgesundheit: Informationen, Hintergründe und Anregungen für eigenes Handeln und die Schulentwicklung
- Bausteine zur Elternzusammenarbeit: Informationen, Hintergründe, Checklisten und Elternbriefe
- Bedarfsgerechte Beratungs- und Fortbildungsangebote für Schulen zur sachgerechten Einführung in das Programm

## Warum MindMatters?

- ▶ Die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler, der Lehrkräfte und Schulleitungen ist eine zentrale Voraussetzung, damit erfolgreiches Schulmanagement, sowie qualitatives Lehren und Lernen möglich wird. Gute Schule braucht psychische Gesundheit.
- ▶ Psychische und psycho-soziale Probleme wie Verhaltensauffälligkeiten, emotionale Störungen oder Leistungs- und Teilleistungsstörungen verbunden mit häufigen Kopf-, Rücken- und Bauchschmerzen sowie Niedergeschlagenheit, Schlafstörungen, aber auch depressive Störungen bei Schülerinnen und Schülern stellen eine Herausforderung dar.
- ▶ Auch bei Lehrkräften bereiten Erschöpfungssyndrome und Depressionen in Folge alltäglicher beruflichen Stressbelastungen Sorge. Diese können zu Konzentrationsproblemen und Schwierigkeiten führen, Entscheidungen zu treffen, sich zu erinnern und klar zu denken.

- ▶ Nach vorliegenden Daten hat sich auch das Wohlbefinden der Schulleitungen in den letzten Jahren deutlich verringert. Schulleitungen leiden ähnlich wie die Lehrkräfte vielfach unter emotional-motivationalen Erschöpfungssyndromen.

MindMatters bietet die Chance für die Entwicklung zu einer guten gesunden Schule mit psychischer Gesundheit.

Quellen: [www.mindmatters-schule.de](http://www.mindmatters-schule.de)