



## Unterstützung mit dem Präventions-Programm MindMatters zur Stärkung der psychischen Gesundheit in Ihrer Schule

Sehr geehrte Schulleitungen, liebe Lehrerinnen und Lehrer an sächsischen Schulen,

Sie erleben im Schulalltag psychische Auffälligkeiten und daraus folgendes Verhalten (wie Ängste, Aggression, Rückzug, Depression, Suizidgedanken) bei Lernenden sowie eine eigene, starke psychische Beanspruchung.

Die Wissenschaft (u. a. Copsy-Studie und Studie des SMS) und der Ethikrat (Ad-hoc-Empfehlung) beschreiben die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf Kinder und Jugendliche. Zusätzliche Belastungen entstehen u. a. durch Klimakrise und Krieg.

Dem Umgang mit Belastungen, Stress und Krisen kann mit Bewältigungsstrategien und hilfesuchendem Verhalten präventiv begegnet werden. Zudem können (Lebens-)Kompetenzen erworben und trainiert werden. Hierbei unterstützen **MindMatters-Unterrichtseinheiten** und Übungen wirkungsvoll.

**MindMatters** ist ein bundesweites, wissenschaftlich begleitetes und in der Praxis erprobtes Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule und basiert auf dem Konzept der „Guten gesunden Schule“. Es hilft beim Aufbau und Erhalt einer unterstützenden und fürsorglichen Schulkultur. Es fördert die Verbundenheit und Zugehörigkeit zur Schule, Respekt und Akzeptanz, begreift Verschiedenheit als Bereicherung und bietet Lösungsansätze im Umgang mit Heterogenität und wirkt gewaltpräventiv. Dabei kann **MindMatters** auf drei Ebenen wirken: Schulentwicklung, Personalentwicklung und Unterrichtsentwicklung.

Das Programm besteht aus drei Schulentwicklungs- und sieben Unterrichtsheften.

Die **Schulentwicklungshefte** stellen die Basis von **MindMatters** dar und liefern zahlreiche Anregungen und Arbeitsmaterialien, mit denen Schulen ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag gesundheitsförderlich umsetzen und ausbauen können. Die **Unterrichtshefte** unterstützen bei der konkreten Umsetzung der Vorhaben im Unterricht. Durch die Stärkung der Widerstandsfähigkeit und die Vermittlung von Wissen und Kompetenzen im Zusammenhang mit Stresserleben, psychischen Störungen, Trauer, Verlust, Mobbing, Übergang in Ausbildung und Beruf oder anderen Anforderungen leistet das Programm einen Beitrag zur Kompetenzentwicklung und Verbesserung der psychischen Gesundheit aller Schulmitglieder.

Der Ansatz von **MindMatters** lässt sich in bestehende Aktivitäten, Strukturen und Konzepte der Schule gut einfügen und unterstützt eine gesundheitsförderliche Schulentwicklung sowie die Arbeit und den Aufbau multiprofessioneller Teams.

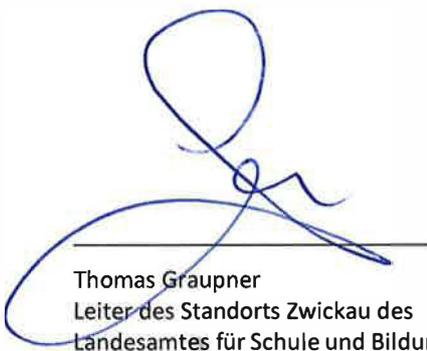
Die **MindMatters-Materialien** stehen **kostenfrei** zur Verfügung – über das MindMatters-Portal als Download oder in den Fortbildungen als Module zum Mitnehmen.

Wir empfehlen die Teilnahme an einer kostenfreien regionalen Fortbildung. Diese wird in Sachsen durch das Landesamt für Schule und Bildung (LaSuB), die BARMER Landesvertretung sowie durch die Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V. (SLfG) gemeinsam angeboten. Zudem besteht die Möglichkeit schulinterner Fortbildungen für das gesamte Kollegium.

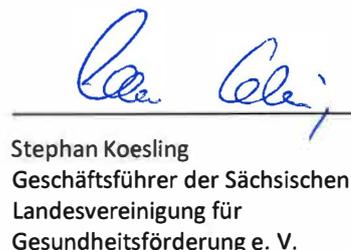
Dresden, den 08. Juni 2023



Monika Welfens  
Landesgeschäftsführerin  
BARMER Landesvertretung Sachsen



Thomas Graupner  
Leiter des Standorts Zwickau des  
Landesamtes für Schule und Bildung



Stephan Koesling  
Geschäftsführer der Sächsischen  
Landesvereinigung für  
Gesundheitsförderung e. V.

#### Koordination in Sachsen:

Sächsische Landesvereinigung für  
Gesundheitsförderung e. V.  
Könneritzstraße 5, 01067 Dresden  
Tel.: 0351 501936-00  
E-Mail: [post@slfg.de](mailto:post@slfg.de)  
[www.slfg.de](http://www.slfg.de)

#### Ansprechpartnerinnen:

Kerstin Schnepel und Annekathrin Weber

BARMER Landesvertretung Sachsen  
Wiener Platz 5a | 01069 Dresden  
Tel.: 0800 3330041522 32  
Fax: 0800 3330041522 09  
**Ansprechpartnerin:** Anett Wagner  
E-Mail: [anett.wagner@barmer.de](mailto:anett.wagner@barmer.de)

#### Termine aktueller Fortbildungen in Sachsen finden Sie unter:

[www.slfg.de/projekt/mindmatters-mit-psychischer-gesundheit-gute-schule-entwickeln/](http://www.slfg.de/projekt/mindmatters-mit-psychischer-gesundheit-gute-schule-entwickeln/)

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

sowie im **Fortbildungskatalog des Schulportals**

[www.schulportal.sachsen.de/fortbildungen/suche\\_kategorisierung.php](http://www.schulportal.sachsen.de/fortbildungen/suche_kategorisierung.php)

#### Bundesweite Programmträger:

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



**BARMER**

**BARMER**

LANDESAMT FÜR  
SCHULE UND BILDUNG |  Freistaat  
SACHSEN

 Sächsische  
Landesvereinigung für  
Gesundheitsförderung