

# Die Schule rsaw auf dem Weg zur MindMatters-Schule

MindMatters ist ein wissenschaftlich begleitetes und in der Praxis erprobtes Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit. Die regionale Schule äusseres Wasseramt rsaw ist dran, MindMatters im Schulalltag zu verankern.

## Der Weg zur MindMatters-Schule

Schulen werden im Prozess durch ausgebildete kantonale Projektleitende/Beratungspersonen der Suchthilfe Ost und der Perspektive Region Solothurn-Grenchen unterstützt. Die Schulleitung und ein internes Projektteam gehen gemeinsam auf den Weg. MindMatters soll nach der Projektdauer von rund 1,5 Jahren in Eigenverantwortung umgesetzt und im Schulalltag verankert werden.

Das interne Projektteam der Schule rsaw, bestehend aus acht Lehrpersonen (Zyklus I und II), der Schulsozialarbeiterin sowie der Schulleiterin Therese Scheidegger absolvierte am 26. Januar den ersten von zwei Schulungshalbtagen. Simone Rindlisbacher der Suchthilfe Ost führte durch den Nachmittag. Das Ziel: Sich mit den Übungen eines Unterrichtsmoduls von MindMatters vertraut zu machen sowie die weiteren Meilensteine zu definieren.

## Motiviertes Projektteam

Wo liegt die Motivation des Projektteams, am MindMatters-Programm teilzunehmen? Die einen haben ein persönliches Interesse, das Wohl der Kinder und des Teams zu stärken. Für die anderen handelt es sich um ein spannendes Thema, welches an der Basis ansetzt und die Kinder in ihren Selbstwirksamkeitskompetenzen unterstützt. Sie erhoffen sich neue Impulse. Die Schulleiterin ist motiviert, gemeinsam als Schule – mit den vier Schulstandorten – an den überfachlichen Kompetenzen zu arbeiten, eine gemeinsame Haltung zu entwickeln und an allen Standorten eine ähnliche Philosophie zu leben.

## Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühlen

Um einen Einblick in das Material zu bekommen und erste Erfahrungen damit zu sammeln, bereitet das Projektteam in Gruppen jeweils eine Übung zum Ich-Bewusstsein, zu Gefühlspantomime sowie zu Nähe und Distanz des Unterrichtsmoduls «Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühlen» vor. Anschliessend führt jede Gruppe die Übung im Plenum durch.

In der abschliessenden Reflexion bespricht das Projektteam die mögliche Einbettung in den Unterricht. Die Übungen lassen sich gut in den Lehrplan 21 einbauen, zum Beispiel im Fachbereich «Mensch, Natur, Gesellschaft», «Deutsch» oder «Bildnerisches Gestalten». Die Gruppe kann sich auch gut vorstellen, solche Übungen in den Klassenratslektionen, an Projektwochen, als Ritual oder für ein einzelnes Kind anzuwenden.

## In kleinen Schritten vorwärts

In den folgenden Wochen probieren die Lehrpersonen des Projektteams die Übungen mit ihren Schülerinnen und Schülern regelmässig aus. An einem weiteren Treffen werden die gemachten zyklusabhängigen Erfahrungen besprochen, die Best Practice ausgewählt und gemeinsam überlegt, wie das Kollegium schulhausübergreifend mit ins Boot geholt werden kann.

Wichtig beim weiteren Vorgehen ist, kleine Schritte zu machen.

## Wunsch der Schulleiterin

Therese Scheidegger wünscht sich vom MindMatters-Programm eine gemeinsame – aber nicht einengende – Vision für alle Schulstandorte. Das Thema soll eine partizipative Einbettung bekommen, Teil vom gemeinsamen Arbeiten und zu etwas «rsaw-Eigenem» werden.

Das Volksschulamt wird den Prozess der Schule rsaw weiterhin begleiten und erneut im Schulblatt darüber berichten.

| VOLKSSCHULAMT



Foto: VSA

Das Projektteam bespricht gemeinsam mit der Projektleitenden die weiteren Schritte.