

Executive Summary

Evaluation «MindMatters», 2022–2024

MindMatters – Schule durch psychische Gesundheit stärken

1 MindMatters

Das Programm [MindMatters](#) – *Schule durch psychische Gesundheit stärken* ist ein wissenschaftlich begleitetes und in der Praxis erprobtes Angebot zur Förderung der psychischen Gesundheit in allen Schulzyklen und Brückenangeboten. MindMatters basiert auf dem Konzept der gesundheitsfördernden Schule und dem Settingansatz.¹ Mit den im Unterricht einsetzbaren Modulen zur Unterrichts- und Schulentwicklung will das Programm die Schulen dabei unterstützen, das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von Schüler*innen und Schulmitgliedern (Schulleitungen, Lehrpersonen usw.) zu fördern. Darüber hinaus soll MindMatters dazu beitragen, die Schulqualität sowie die Lehr- und Lernergebnisse zu verbessern. Zu Beginn der Evaluation verfolgte MindMatters drei Hauptziele²: die Entwicklung einer wertschätzenden Schulkultur, die

Verbesserung der Arbeitsbedingungen durch die Arbeit an der Beziehungsqualität in den Klassen sowie die Verbesserung der Lernbedingungen und der Gesundheit von Schüler*innen.

Ursprünglich aus Australien stammend, wurde MindMatters von der Leuphana Universität und der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX für den deutschsprachigen Raum adaptiert und ist seit 2003 verfügbar.

Das vorliegende Executive Summary gibt einen kompakten Überblick zu gewonnenen Erkenntnissen und Folgerungen der externen Wirkungsevaluation von MindMatters in der Deutschschweiz, die von Gesundheitsförderung Schweiz in Auftrag gegeben wurde.

Das Wirkungsmodell in [Abbildung 1](#) bildet die Ablauflogik und die erwarteten Wirkungen von MindMatters ab und zeigt auf, welche Aspekte im Vordergrund der Evaluation standen.

¹ Bundesamt für Gesundheit (Hrsg.) (2022). *Früherkennung und Frühintervention. Harmonisierte Definition*. Schweizerische Eidgenossenschaft. «Der Settingansatz («Lebensweltansatz») ist eine Kernstrategie der Gesundheitsförderung, bei dem es im Wesentlichen darum geht, die Akteur*innen in den Settings dabei zu unterstützen, ihre eigene Lebenswelt gesundheitsförderlich zu gestalten».

² Im Laufe der Evaluation wurden die Kernbotschaften und Hauptziele von MindMatters überarbeitet. Die angepasste Version ist zu finden unter <https://www.radix.ch/de/gesunde-schulen/angebote/mindmatters/zugaenge>.





Hinweis: Grün markierte Felder verweisen auf positive Befunde aus der Evaluation, orange markierte Felder auf gemischte oder nicht breit abgestützte Resultate; die blau markierten Felder standen nicht im Fokus der Evaluation.

2 Ausgewählte Ergebnisse

Das Interesse und die Relevanz des Themas psychische Gesundheit ist bei allen an MindMatters Beteiligten gross, sowohl bei Schulmitgliedern als auch bei Schüler*innen. Trotz dieser positiven Einstellung gibt es Herausforderungen bei der Umsetzung des Programms. Lehrpersonen und MindMatters-Beauftragte sind zwar der Meinung, dass die Teilnahme an MindMatters wichtig und richtig ist, aber fehlende zeitliche Ressourcen, die zum Teil auf die hohe Arbeitsbelastung der Lehrpersonen zurückzuführen sind, stellen ein zentrales Hindernis dar. Die genaue Verbreitung von MindMatters ist schwer zu quantifizieren, aber Schätzungen deuten darauf hin, dass etwa jede dritte Lehrperson, die an einer «MindMatters-Schule» arbeitet, das Programm im Unterricht einsetzt und etwa die Hälfte der identifizierten Schüler*innen damit in Berührung kommt. Trotz der bestehenden Herausforderungen bei der Umsetzung und Verbreitung des Programms zeigt die Evaluation, dass das Wirkungspotenzial von MindMatters erkennbar ist. Positive Auswirkungen auf die Schulkultur, insbesondere auf die Arbeitsbedingungen der Lehrpersonen und die Beziehungsqualität zu den Schüler*innen, sind ersichtlich. Zudem gibt es Hinweise auf eine erfolgreiche Vermittlung von Inhalten und die Förderung von Wissen über psychische Gesundheit und sozial-emotionale Kompetenzen bei den Schüler*innen.

2.1 Wirkung auf Multiplikator*innen

Das Wirkungspotenzial von MindMatters auf die Multiplikator*innen, insbesondere Lehrpersonen, zeigt überwiegend positive Ergebnisse in den Bereichen Wissen, Einstellung, Verhalten und Verhältnis. Die Evaluation zeigt, dass Lehrpersonen das Programm gut kennen und die Materialien regelmässig als Anregung und gelegentlich als konkretes Lehrmittel, zur Förderung der überfachlichen und fachlichen Kompetenzen von Schüler*innen einsetzen (Abbildung 2).

Die positive Einstellung der Lehrpersonen zum Thema psychische Gesundheit fördert die aktive Integration von MindMatters in den Unterricht. Die intrinsische Motivation der Lehrpersonen spielt dabei eine entscheidende Rolle, unterstützt durch die Bereitschaft der Schulleitung und des MindMatters-Projektteams.

Im Verhalten der Multiplikator*innen zeigt sich, dass die Mehrheit der Lehrpersonen das Programm regelmässig in ihren Unterricht integriert und die Zusammenarbeit im MindMatters-Projektteam als positiv wahrgenommen wird. Allerdings zeigt die Evaluation auch, dass die Wirkungslogik in Bezug auf Verankerung und Ressourcen in einigen Schulen nicht eindeutig identifiziert werden konnte. Obwohl Schulen langfristige Integrationspläne für MindMatters entwickelt haben, werden Gefässe zur nachhaltigen Verankerung (z.B. Arbeitsgruppen) des Programms eher weniger genutzt.

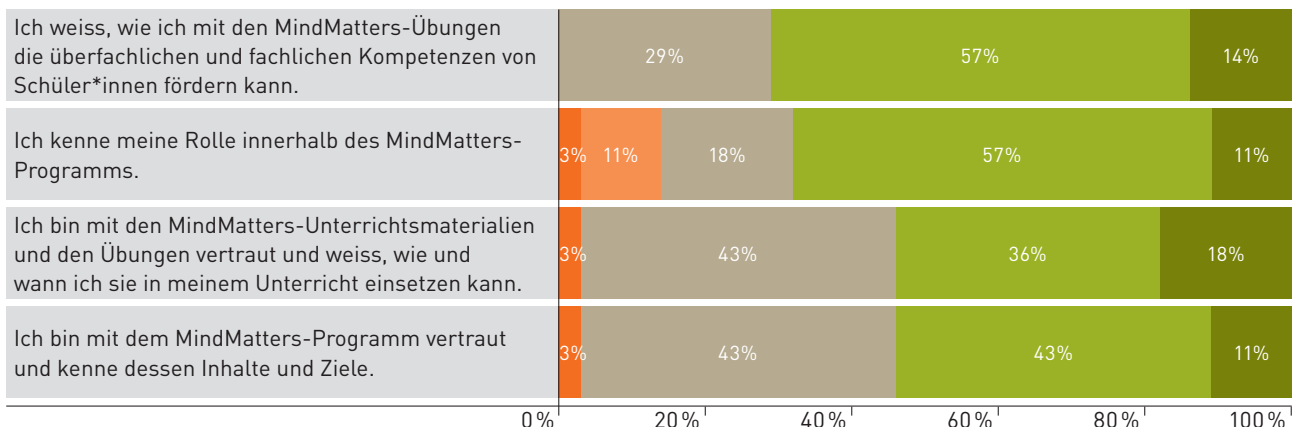
ABBILDUNG 2

Vertrautheit von Lehrpersonen mit MindMatters

Befragung: Lehrpersonen, 7.11–9.12.2022 (erste Befragung)

Frage: Wie vertraut sind Sie mit dem MindMatters-Programm?

● -- ● - ● = ● + ● ++



Im Bereich der Verhältnisse (Kultur) zeigt sich eine positive Tendenz an Schulen, die MindMatters implementieren. Die Schulmitglieder erleben positive Arbeitsbedingungen durch eine wertschätzende und respektvolle Zusammenarbeit, und Lehrpersonen berichten von einer guten Qualität der Beziehung zu ihren Schüler*innen.

2.2 Wirkung auf die Zielgruppe

MindMatters zeigt auch bei der Zielgruppe der Schüler*innen positive Wirkungen. Die Schüler*innen sind mit verschiedenen MindMatters-Inhalten sowie Aufgaben und Übungen vertraut. Zudem trägt die Vermittlung von themenspezifischem Wissen dazu bei, dass die Schüler*innen ein breites Spektrum an Wissen erwerben und Kompetenzen (weiter)entwickeln (Abbildung 3).

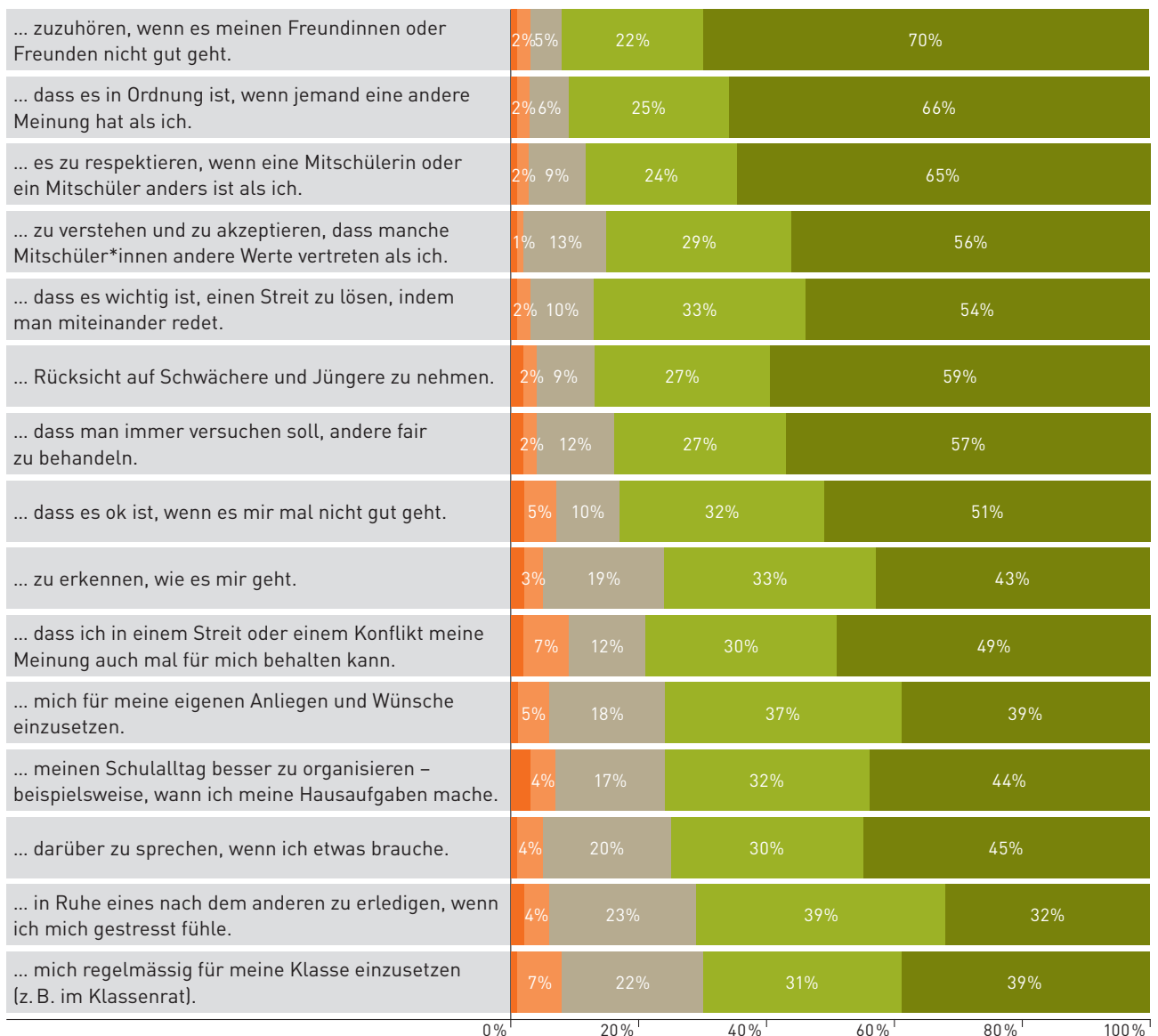
ABBILDUNG 3

Erworbenes Wissen der Schüler*innen

Befragung: Schüler*innen, 7.11–9.12.2022 (erste Befragung)

Frage: Ich habe gelernt...

● -- ● - ● = ● + ● ++



Die Einstellungen der Schüler*innen gegenüber Unterrichtsinhalten fallen ebenso positiv aus. Die Sensibilisierung für Themen wie Umgang mit Gefühlen, Stresserleben und psychische Belastungen scheint bei rund drei Viertel (73,2%) der befragten Schüler*innen zu gelingen.

Des Weiteren lassen sich auch im Bereich des Verhaltens erfreuliche Tendenzen erkennen, darunter ein wertschätzendes, tolerantes und respektvolles Verhalten gegenüber Lehrpersonen und Mitschüler*innen. Zudem geben Schüler*innen an, Strategien im Umgang mit psychischen Belastungen gelernt zu haben und diese teilweise in der Praxis umzusetzen. Die Lehrpersonen bestätigen die Anwendung des Gelernten im Schulalltag. Zudem werden positive Entwicklungen auch im Bereich der Kommunikationsfähigkeiten festgestellt.

Im Bereich der Schulkultur zeigen sich positive Lernbedingungen für die Schüler*innen. Sie fühlen sich sicher, wertgeschätzt und sind in die Schul- und Klassengemeinschaft eingebunden. Die Beziehungsqualität unter den Schüler*innen erfährt auch eine positive Entwicklung. Dennoch nimmt immer noch ein grosser Teil der Schüler*innen Mobbing an ihrer Schule wahr.

3 Fazit

Das Thema psychische Gesundheit und die Auseinandersetzung damit scheint bei allen an MindMatters beteiligten Akteur*innen auf ein grosses Interesse zu stossen und geniesst gemäss unseren Befragungen sowohl bei Schulmitgliedern als auch bei Schüler*innen einen hohen Stellenwert. Das Interesse am Thema und das Verständnis für dessen Relevanz führt letztlich auch dazu, dass die Mehrheit der befragten MindMatters-Beauftragten und Lehrpersonen der Meinung ist, dass es sinnvoll und wichtig ist, dass ihre Schule bei MindMatters teilnimmt. Darüber hinaus erachten es auch die Schüler*innen für wichtig, dass Übungen und Aufgaben zu MindMatters-relevanten Themen durchgeführt werden.

Das Interesse am Thema und die damit einhergehende Relevanz bilden die gemeinsame Basis und treibende Kraft für die Umsetzung von MindMatters in der Praxis. So zeigt sich auch, dass die verschiedenen Funktionen und Projektgruppen gut miteinander zusammenarbeiten und gewillt sind, MindMatters umzusetzen. Der grosse Knackpunkt sind

jedoch die zeitlichen Ressourcen der Lehrpersonen. Es zeigt sich, dass die Lehrpersonen im Allgemeinen zu wenig Zeit für die Vorbereitung und Durchführung haben, um MindMatters wie von ihnen gewünscht im Unterricht einsetzen zu können. Dieser Mangel an zeitlichen Ressourcen ist auf Seiten der Lehrpersonen primär mit einer konstant hohen Arbeitsbelastung, teilweise gar Überbelastung, zu begründen. Zum anderen nimmt aber auch das Arbeiten mit den zur Verfügung stehenden Arbeitsmaterialien Zeit in Anspruch, da die Materialien nicht selten für den jeweiligen Kontext und auf die Zielgruppe zugeschnitten, angepasst werden müssen. Entsprechend können die fehlenden oder unzureichenden zeitlichen Ressourcen von Lehrpersonen als Hindernis dafür betrachtet werden, dass MindMatters tatsächlich Einzug in den Unterricht findet und letztlich auch bei der Zielgruppe, das heisst bei den Schüler*innen, ankommt.

Wie gross die Reichweite und Nutzung von MindMatters ist bzw. wie viele Lehrpersonen tatsächlich aktiv mit MindMatters arbeiten und wie viele Schüler*innen tatsächlich damit in Berührung kommen, lässt sich aufgrund einer fehlenden Datengrundlage bzw. aufgrund von lediglich erfassten Maximalwerten nur sehr schwer beziffern. Unsere Erhebungen lassen aber eine Schätzung zu, die darauf hindeutet, dass etwa jede dritte Lehrperson MindMatters im Unterricht einsetzt und rund die Hälfte der ausgewiesenen Schüler*innen mit dem Programm in Kontakt kommen.

Die Umsetzung und aktive Nutzung von MindMatters sind entsprechend mit einem gewissen Mass an Herausforderung und Unsicherheit verbunden. Was jedoch anhand unserer Erhebungen gezeigt werden kann, ist die Tatsache, dass, wenn zeitliche Ressourcen für die Umsetzung von MindMatters eingesetzt werden, das Wirkungspotenzial deutlich erkennbar ist. So scheint sich MindMatters positiv auf die Schulkultur auszuwirken, insbesondere auf die Arbeitsbedingungen von Lehrpersonen und auf die Beziehungsqualität zwischen Lehrpersonen und Schüler*innen sowie auch unter den Schüler*innen selbst. Schliesslich gibt es auch Hinweise auf eine erfolgreiche Vermittlung/Sensibilisierung von MindMatters-Inhalten und schliesslich den Erwerb bzw. die Weiterentwicklung von themenspezifischem Wissen über psychische Gesundheit und sozial-emotionale Kompetenzen.

4 Empfehlungen

Insgesamt deuten die Ergebnisse dieser Evaluation darauf hin, dass MindMatters erfolgreich dazu beiträgt, das Bewusstsein für und das Wissen über MindMatters und seine Inhalte zur Stärkung der psychischen Gesundheit bei Schüler*innen zu schärfen, positive Einstellungen zu fördern und nachhaltige Veränderungen im Verhalten und den Verhältnissen der Schulmitglieder und der Schüler*innen anzustossen.

In gewissen Bereichen sind dennoch Optimierungen denkbar. Anregungen für die Optimierung und Weiterentwicklung von MindMatters umfassen (1) eine datenbasierte Projektsteuerung, (2) die Planung und die Bereitstellung von zeitlichen Ressourcen in den Schulen, (3) die Einführung eines Wissenstransfers zur Umsetzung von MindMatters in der Praxis und (4) den Aufbau eines MindMatters-Netzwerks.



Empfehlungen

1 Datenbasierte Projektsteuerung

Wie sich gezeigt hat, kann die MindMatters-Projektleitung derzeit fast keine Aussagen darüber treffen, wie Schulen MindMatters umsetzen, wie viele Lehrpersonen MindMatters in der Praxis einsetzen und wie viele Schüler*innen damit in Berührung kommen. Hierfür fehlen die notwendigen Datengrundlagen, da derzeit lediglich geschätzte Maximalwerte vorliegen. Wie es in der Praxis aussieht, bleibt weitgehend eine Blackbox, was die Projektsteuerung schwierig gestaltet. Entsprechend bietet es sich an, ein sanftes Monitoring zum Income und Output von MindMatters einzuführen.

2 Planung und Bereitstellung zeitlicher Ressourcen

Fehlende zeitliche Ressourcen – insbesondere seitens der Lehrpersonen – haben sich im Zuge dieser Evaluation als klarer Hemmfaktor für die Umsetzung von MindMatters herausgestellt. Um sicherzustellen, dass die Frage der MindMatters-bezogenen zeitlichen Ressourcen nicht zu einem Problem während der Implementierung wird, sollten diese Ressourcen vor der Implementierung transparent deklariert und in die Planung der Schulen einbezogen werden.

3 Einführung eines Wissenstransfers zur Umsetzung von MindMatters in der Praxis

Wie sich gezeigt hat, nutzen Lehrpersonen die MindMatters-Materialien primär als Anregung, um das Thema psychische Gesundheit in den Unterricht einfließen zu lassen. Weiter gibt es auch Lehrpersonen, die die Materialien auf ihre Umgebung und ihre Zielgruppe zuschneiden und entsprechend anpassen. Das bedeutet, dass bei zahlreichen Lehrpersonen ein Know-how vorhanden ist, wie MindMatters in der Praxis umgesetzt werden kann. Dieses Wissen sollte zwingend genutzt werden. Das heisst, es soll ein System eingeführt werden, das einen kontinuierlichen Transfer von Praxisbeispielen und Good Practices zwischen den an der Umsetzung von MindMatters beteiligten Akteur*innen ermöglicht.

4 Aufbau eines MindMatters-Netzwerks

Nebst einem fehlenden Wissenstransfer wurde im Rahmen des Fokusgruppengesprächs auch darauf hingewiesen, dass der Erfahrungsaustausch zur Umsetzung und nachhaltigen Verankerung von MindMatters in der Regel zu kurz kommt. Zudem findet ein solcher Austausch vorwiegend im Kleinen, das heisst innerhalb der Schule im Austausch mit weiteren Schulmitgliedern oder dann im Austausch mit dem/der die Schule begleitenden externen Projektleiter*in statt. Ein solcher Erfahrungsaustausch sollte aber auch schulübergreifend stattfinden. Zur Förderung eines Erfahrungsaustauschs unter den in MindMatters involvierten Personen soll ein Netzwerk aufgebaut werden, das sich mindestens einmal pro Jahr im Rahmen eines MindMatters-Forums trifft.

5 Evaluationsdesign

Die Evaluation von MindMatters basierte auf einem vielfältigen Methodenmix aus qualitativen und quantitativen Ansätzen. Die verwendete Datengrundlage konnte aus den folgenden Erhebungen gewonnen werden:

- Dokumentenanalyse von relevanten Textquellen, darunter Fallstudien, Schulmaterialien und Evaluationsberichte
- Persönliches Interview vom 28. April 2022 mit Simone Walker, der Programmleiterin von MindMatters Deutschschweiz, zur Vertiefung und Verifizierung der Dokumentenanalyse
- Online-Befragung von Projektleitenden/Berater*innen zu zwei Befragungszeitpunkten (14. Juni – 14. August 2022 und 10. Mai – 16. Juni 2023)
- Online-Befragung von MindMatters-Beauftragten zu zwei Befragungszeitpunkten (14. Juni – 14. August 2022 und 10. Mai – 16. Juni 2023)
- Online-Befragung von Lehrpersonen zu zwei Befragungszeitpunkten (7. November – 9. Dezember 2022 und 10. Mai – 16. Juni 2023)
- Schriftliche Befragung von Schüler*innen zu zwei Befragungszeitpunkten (7. November – 9. Dezember 2022 und 10. Mai – 16. Juni 2023)
- Fokusgruppengespräch am 8. November 2023 mit 11 Schlüsselakteur*innen zur Reflexion der Ergebnisse und Identifizierung von Optimierungsmöglichkeiten für MindMatters

Impressum

Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

Dr. Sonja Kerr Stoffel, Projektleiterin Wirkungsmanagement

Autor*innen

- Dr. Ran Grünenfelder, Grünenfelder Zumbach GmbH – Sozialforschung und Beratung
- Aurora Palanza, Grünenfelder Zumbach GmbH – Sozialforschung und Beratung
- David Zumbach, Grünenfelder Zumbach GmbH – Sozialforschung und Beratung

Evaluationsbericht

Grünenfelder, R., Palanza, A. & Zumbach, D. (2024). *Evaluation MindMatters* (im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz). Grünenfelder Zumbach GmbH – Sozialforschung und Beratung.

Erhältlich auf Anfrage.

Begleitgruppe der Evaluation

- Cornelia Conrad, RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung
- Anja Nowacki, Gesundheitsförderung Schweiz
- Simone Walker, RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung

Fotonachweis Titelbild

© David Riedener

Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz
Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen

© Gesundheitsförderung Schweiz, Juli 2024