

Psychische Gesundheit – Zyklus I

| Unterrichtsmaterialien | |
|--|--|
| Lektionen – Mediothek Berner Gesundheit | <p>Lektionseinheiten zu den Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Depression/Suizidalität • Sucht • Digitale Medien • Gewalt/Mobbing • Sexualität • Lebenskompetenzen • Klassenklima <p>Zu den Lektionen</p> |
| Übungssammlung zur psychischen Gesundheit – fit-4-future | <p>Übungen zu den Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freundschaft • Zugehörigkeitsgefühl, Verhalten in Gruppen und Klassenklima • Gefühlswahrnehmung, Emotionsregulation, Empathie-Fähigkeit • Kommunikationsfähigkeit <p>Zur Übungssammlung</p> |
| Module – MindMatters | <p>Einzelne Module, um die sozial emotionalen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler, sowie die gesundheitsfördernde Schulkultur zu fördern und zu stärken.</p> <p>Zu den Übungen</p> |