

Benita Schulz

GUT DRAUF – Gesundheitsförderung im Jugendalter

Der gelingende Zugang zu Jugendlichen „in schwierigen sozialen Lebenslagen“

Wer wird wirklich erreicht und wer profitiert davon? Diese Fragen sollten sich alle stellen, die in der Gesundheitsförderung und gesundheitsbezogenen Prävention arbeiten – zumal wenn sie den Anspruch haben, das Wohlbefinden von Menschen „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ zu verbessern. Die zusätzliche Herausforderung: Maßnahmen und Angebote müssen so strukturiert sein, dass sie weder diskriminieren noch Etikettierungen zuschreiben. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung hat mit der Jugendaktion GUT DRAUF eine Maßnahme entwickelt, die nachweislich Jugendliche in schwierigen sozialen Lebenslagen erreicht ohne diese als „Problemgruppe“ zu stigmatisieren.

GUT DRAUF – Organisationsentwicklungskonzept

Die Jugendaktion GUT DRAUF bietet Einrichtungen der Jugendarbeit und Jugendbildung eine gesundheitsbezogene Organisationsentwicklung nach Maßgabe wissenschaftlich definierter Qualitätsstandards für die im Kindes- und Jugendalter relevanten außerfamiliären Sozialisationsfelder. Über das – auf 1-2 Jahre angelegte – Zertifizierungsverfahren mit Schulung, Beratung und Begleitung beeinflusst die BZgA die gesundheitsbezogenen Rahmenbedingungen für Kinder und Jugendliche in den Handlungsfelder Schule, Jugendarbeit, Sport, Jugendreisen und (Ausbildungs-)Berufe. Ausreichend Bewegungsräume und -angebote in Schulen, Kochkurse in Jugendzentren, Entspannungspausen für Auszubildende zählen zu den ca. 60 Standards, die jede Einrichtung erfüllen muss. Mittels Schulungen und Fachtage werden Fachkräfte in die Lage versetzt, gesundheitsbezogene Angebot für Kinder und Jugendliche so zu gestalten, dass sie auch bei ihnen ankommen.

Die Nachhaltigkeit und hohe Qualität der Maßnahmen gewährleistet die BZgA durch regelmäßige Nachzertifizierungen alle drei Jahre und eine umfassende und kontinuierliche Evaluation.

Herzstück der Jugendaktion sind acht Leitlinien, die sowohl strukturelle als auch inhaltliche Dimensionen umschreiben:

- Ganzheitliche Zielsetzung mit der Verknüpfung von gesunder Ernährung, ausreichender Bewegung, gelingender Stressregulation
- Zielgruppenorientierung und Aufgreifen aktueller Jugendkulturen
- Gesundheit in Szene setzen
- Partizipation & Teamorientierung
- Qualifiziertes Personal
- Vernetzung

- Nachhaltige Wirkung für den Alltag
- Qualitätssicherung & Evaluation

Die acht Leitlinien liegen den spezifischen Qualitätsstandards in allen Handlungsfeldern zugrunde und dienen gleichzeitig als Richtschnur für Schulungen, Beratungen, konzeptionelle Weiterentwicklungen und die Beurteilung von Kooperationsprojekten.

GUT DRAUF – Gesundheitsförderungskonzept

Die Jugendaktion GUT DRAUF ist getragen von einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheitsförderung im Sinne der WHO und zielt auf die Verbesserung des physischen, psychischen und sozialen Wohlbefindens von Kindern und Jugendlichen ab. Dabei nutzt GUT DRAUF die wissenschaftlich nachgewiesenen Wechselwirkungen zwischen Ernährung, Bewegung und Stress. Ungenügende Nährstoffversorgung, zu wenig Bewegung und hohe Stressanfälligkeit hängen häufig miteinander zusammen und tragen zu Unwohlsein und gesundheitlichen Beeinträchtigungen schon bei Kindern und Jugendlichen bei. GUT DRAUF nutzt die positiv wirkende Dynamik von gesunder und schmackhafter Ernährung in entspannter und geselliger Atmosphäre, regelmäßiger und mit Freude verbundener Bewegung im Alltag und gelingender Stressregulation, die an Stressauslösern ebenso ansetzt wie am persönlichen Stressempfinden.

Ausgehend von diesen Wechselwirkungen baut GUT DRAUF mit Fachkräften, die Jugendliche in Schule, Jugendzentrum, Sportverein, Ausbildung oder auf Reisen betreuen und begleiten gesundheitsbezogene Lebenskompetenzen bei Mädchen und Jungen auf. Flankiert wird dieser Verhaltensansatz durch die nachhaltige Veränderung von Strukturen, die – so die Perspektive – den gesamten Sozialraum der Jugendlichen einbezieht. Neben der Organisationsentwicklung und Zertifizierung einzelner Einrichtungen ist GUT DRAUF daher auch auf die Beteiligung ganzer Kommunen ausgerichtet, in denen v.a. Schulen, Jugendeinrichtungen und Sportvereine gemeinsam mit den kommunalen Ebenen von Politik und Verwaltung vernetzt agieren. Zwei GUT DRAUF-Kommunen – die Stadt Bornheim und die Gemeinde Eitorf im Rhein-Sieg-Kreis nahe Köln – zeigen, was strukturierte Gesundheitsförderung mit Jugendlichen erreichen kann.

GUT DRAUF – moderner Methodenmix für die Zielgruppe

Gesundheit und Wohlbefinden ist für Kinder und Jugendliche ein hohes Gut und dennoch für die meisten Heranwachsenden eine Selbstverständlichkeit, um die sie sich (noch nicht) besonders bemühen müssen. Kampagnen zur Suchtprävention, Aidsaufklärung und Sexualaufklärung haben in den letzten Jahren die Sensibilität für Themen der Gesundheit auch bei Kindern und Jugendlichen erhöht, gleichzeitig zeigen sich deutlich schichtspezifische Unterschiede im Verhalten. Zudem konkurriert gesundheitsgerechtes Verhalten unter Umständen mit anderen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters, die mit Experimenten und Risiken einhergehen.

Jugendliche für gesundheitsförderliche Verhaltensweisen zu gewinnen, muss daher eine Vielzahl von altersbedingten Spezifika beachten und einen besonderen Methodenmix entfalten. GUT DRAUF hat sich schon vor 18 Jahren dieser Herausforderung gestellt und vier methodische Prinzipien in den Mittelpunkt gerückt:

- Kinder und Jugendliche erleben, erfahren und spüren bei GUT DRAUF, was ihnen gut tut und werden dadurch auch dafür sensibilisiert, was ihnen eher schadet
- Erlebensangebote für Kinder und Jugendliche werden in einer Weise inszeniert, dass Vorurteile und Hemmungen aufgebrochen und neue Erfahrungen ermöglicht werden.
- Dabei werden aktuelle Trends und Jugendkulturen aufgegriffen und so mit Angeboten verknüpft, dass sich Jugendliche angesprochen fühlen.
- Jugendliche werden altersgerecht an der Planung und Umsetzung von Maßnahmen und Angeboten beteiligt, um ein Maximum an Partizipation zu ermöglichen. Damit erhöht sich einerseits die Identifikation der Jugendlichen und Erfahrungen der Selbstwirksamkeit werden möglich.

GUT DRAUF – gelingender Zugang zu Jugendlichen „in schwierigen sozialen Lebenslagen“

Jugendliche „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ sind zu allererst ganz normale Jugendliche und wollen auch als solche wahrgenommen und angesprochen werden. Sie wollen weder das Etikett einer „defizitären Zielgruppe“ verpasst bekommen noch mit besonderen Maßnahmen „behandelt“ werden. Derartige Diskriminierungen zu vermeiden ist zentraler Bestandteil der Jugendaktion GUT DRAUF. Zielgruppen der Jugendaktion sind daher alle Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren sowie – im Arbeitsschwerpunkt Tutmirgut – alle Kinder im Grundschulalter und deren Eltern.

Studien der Gesundheitsförderung haben gezeigt, dass auch von zielgruppenunspezifischen Maßnahmen diejenigen besonders profitieren, deren Gesundheit aufgrund ihrer sozialen Lage besonders bedroht ist bzw. deren gesundheitsbezogenen Lebenskompetenzen weniger ausgeprägt sind.

Die Jugendaktion GUT DRAUF verfügt darüber hinaus über fünf strukturelle Merkmale, welche die Chancen erhöhen, dass vor allem Jugendliche „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ Nutzen ziehen.

Die Handlungsfelder

Wo halten sich Jugendliche „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ in ihrem Alltag auf? Welche Fachkräfte haben Zugang zu ihnen und können Botschaften der Gesundheitsförderung erfolgreich transportieren? Aus diesen Überlegungen heraus haben sich drei zentrale Handlungsfelder der Jugendaktion GUT DRAUF entwickelt: Jugendarbeit, Schule – mit einem Schwerpunkt auf Haupt- und Gesamtschulen – und (Ausbildungs-)Betriebe. Selbst in den Handlungsfeldern Jugendreise und Sport, die nicht zu den klassischen außerfamiliären Sozialisationsinstanzen dieser

Jugendlichen gezählt werden können, erreicht GUT DRAUF durch die Auswahl der Partner häufig doch sozial benachteiligte Jugendliche.

Die Partnerauswahl

Welche Organisationen und Einrichtungen wenden sich mit guten und erfolgreichen Konzepten an Jugendliche „in schwierigen sozialen Lebenslagen“? Welche Impulse benötigen sie, um in ihrer Kernkompetenz erfolgreich Gesundheitsförderung umzusetzen? Aus diesen Fragestellungen ergibt sich die Identifizierung passender Partner und Träger für die Jugendaktion, wie z.B. den IB, die Caritas, die Diakonie, die Naturfreunde, die AWO etc. Sie sind sowohl in der Jugendarbeit über Kinder- und Jugendzentren vertreten als auch als Anbieter von Jugendreisen und Jugendunterkünften und verbinden dies mit dem sozialen Anspruch, Teilhabechancen zu erhöhen.

Der Sozialraum

In welchen Regionen und Stadtteilen leben „Jugendliche in schwierigen sozialen Lagen“? Wie bewegen sich diese Jugendlichen sozialräumlich und an welchen Orte halten sie sich vorzugsweise auf?

Diese Fragen führen uns zu Einrichtungen, die in bestimmten Regionen und Stadtteilen liegen, um diese für GUT DRAUF zu gewinnen. Ihre sozialräumliche Vernetzung – bis hin zur GUT DRAUF-Kommune – zu initiieren und zu fördern, um die Zusammenarbeit der Partner zu verstärken und Synergieeffekte zu erzielen ist ein Ziel der Jugendaktion GUT DRAUF.

Die Lebensverhältnisse

Wie schaffen wir Bedingungen im Alltag von Jugendlichen, die ihnen „gesundheitsgerechtes Verhalten“ einfacher machen als „Gesundheit gefährdendes“? Wie signalisieren wir diesen Jugendlichen, dass uns ihr Wohlbefinden wichtig ist?

GUT DRAUF nimmt diese Fragen ernst und verändert die Verhältnisse in Einrichtungen und im Sozialraum so, dass gesundheitsgerechtes Verhalten zur einfacheren und attraktiveren Alternative wird. Kinder und Jugendliche erhalten an diesen Orten schmackhaftes und gesundes Essen, sie finden Räume und Angebote für Bewegung und Entspannung vor und treffen auf Menschen, denen ihr Wohlbefinden wichtig ist.

Methoden-Mix

Welche Methoden ermöglichen Jugendlichen „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ Erlebens- und Lernprozesse?

Sie profitieren besonders von der Methode der Inszenierung bei GUT DRAUF, die mentale Hürden überwinden hilft und vom Prinzip der Erlebnisorientierung, das Lernprozesse unabhängig vom Bildungsstand ermöglicht. GUT DRAUF integriert in Angeboten die für sie relevanten Jugendkulturen und –Szenen und nimmt damit ihre Interessen ernst. Partizipation bei der Planung und Umsetzung bietet die Voraussetzung, um Selbstwirksamkeit zu erfahren.

GUT DRAUF – Ein Blick auf die Evaluationsergebnisse

Gut gewollt ist noch lange nicht gut gemacht! Wie sieht die Erfolgsbilanz der Jugendaktion bezüglich der Erreichbarkeit von Jugendlichen „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ in Realität aus. Die Jugendaktion GUT DRAUF erreichte im Geschäftsjahr 2009/10 (1.4.2009 – 31.3.2010) über die seinerzeit 220 zertifizierten Partner etwa 1.000.000 Jugendliche. *„In der Nennung der besuchten Schulformen der Teilnehmenden zeigt sich ... die Hauptschule deutlich an der Spitze, gefolgt von Realschule und Gesamtschule“*, so der Evaluationsbericht vom 31.10.2010 (Bestmann, 2010) . *„Differenziert nach den Handlungsfeldern zeigt sich. Dass die Jugendunterkünfte bis auf Berufsschulen eher ausgeglichen aus den verschiedenen Schultypen besucht werden. ... Die Jugendzentren hingegen werden am stärksten von Hauptschülern genutzt. Der Sportbereich wiederum wird deutlich von Gymnasiast/innen genutzt ohne einen Anteil an Hauptschüler/innen auszuweisen.“* Werden die Fachkräfte in den Einrichtungen nach weiteren Angaben befragt, zeigt sich ein Schwerpunkt im Bereich der sozialen Beeinträchtigungen, gefolgt von materiellen und kulturellen Beeinträchtigungen.

Gleichzeitig äußern sich 87 Prozent der Befragten positiv dazu, dass ihre GUT DRAUF-Umsetzung dazu beiträgt, dass Jugendliche aktiv Entscheidungen treffen können, um sich gesünder zu verhalten. Bezogen auf konkret verändertes Verhalten der Jugendlichen in den drei zentralen inhaltlichen Bereichen der Jugendaktion scheint mit 78 Prozent im Bereich der Bewegung der stärkste Einfluss zu liegen, der geringste, mit dennoch fast 67 Prozent zustimmender Tendenz der Befragten, liegt im Bereich der Entspannungsmöglichkeiten.

Zurückkehrend zur Ausgangsfrage – Wer wird wirklich erreicht und wer profitiert davon? – sprechen sowohl der inhaltliche und methodische Ansatz der Jugendaktion GUT DRAUF dafür, von einer hohen Erreichbarkeit Jugendlicher „in schwierigen sozialen Lebenslagen“ auszugehen. Die Evaluationsergebnisse bestätigen diese Annahme und machen deutlich, dass die Jugendlichen auch in zentralen Bereichen der Gesundheitsförderung von diesem Ansatz profitieren.

Benita Schulz

projecta köln, Gesamtkoordination der Jugendaktion GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Kontakt:

Venloer Str. 241-245
50823 Köln
Tel: 0221 8008326
gutdrauf@projecta-koeln.de
www.gutdrauf.net
www.projecta-koeln.de

Literatur/Quellen:

- Bestmann (2010): „Gut Drauf hat viel bewegt in unserer Einrichtung“. Evaluation der Projektpraxis im Rahmen der Jugendaktion GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung im Zeitraum von April 2009 bis März 2010. Zusammenfassender Bericht.
- BZgA (Hrsg. 2011): Gesundheitsförderung KONKRET Bd. 15. GUT DRAUF – Zwischen Wissenschaft und Praxis. Eine bundesweite Jugendaktion der BZgA zur nachhaltigen Gesundheitsförderung, Köln.