

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

GUT DRAUF – Gesundheitsförderung im Jugendalter Qualitätssicherung durch Zertifizierung und Evaluation

Reinhard Mann (BZgA), 18-01.2011 Weimar

BZgA

Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

Vortrag im Überblick

Stichworte zur jugendbezogener Gesundheitsförderung
mit GUT DRAUF

Qualitätssicherung bei GUT DRAUF - PHAC

Drei Qualitätsstränge

Verfahren zu
Schulung und
Zertifizierung

Organisations
-struktur

Evaluation

Zentrale Elemente im Überblick

- » ganzheitliche Zielsetzung der Gesundheitsförderung: Ernährung, Bewegung, Stressregulation
- » Zielgruppe: 12 – 18-jährige Jugendliche
- » **Multiplikatorenansatz: Einrichtungen, Mittlerkräfte**
- » Verhalten und Verhältnisse im Fokus
- » fünf Handlungsfelder: Schule, Sport, Jugendreise, Jugendeinrichtungen, Betriebe
- » sozialräumliche Vernetzung

GUT DRAUF - gerechte Gesundheitsförderung in Stichworten

- » über jugendliche Bedürfnisse Anreize zu gesundheitsbewusstem Verhalten bieten
- » aktuelle Jugendkulturen aufgreifen
- » Gesundheit in Szene setzen
- » Partizipation ermöglichen
- » Nachhaltigkeit gewährleisten
- » Spass haben

Wechselspiel: Ernährung, Bewegung, Stress

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

Ernährung

- regelt Leistungsbereitschaft
- liefert Nährstoffe für Alltag, Freizeit und Sport

Bewegung

- verbraucht Energie
- erhöht Grundumsatz
- beeinflusst Hunger-/Sättigungsmechanismus

Bewegung

- schafft Stressabfuhr
- reduziert Stressanfälligkeit
- erhöht Stresstoleranz

Stress

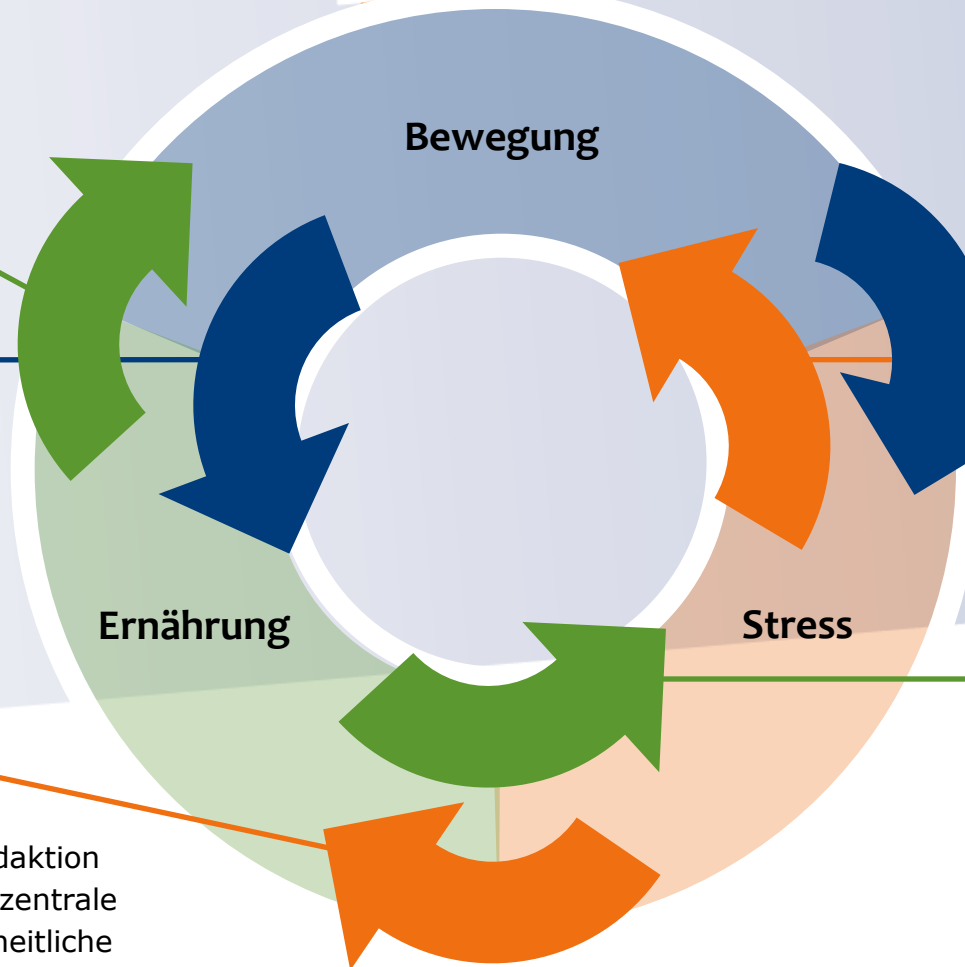
- erzeugt Leistungsdruck
- kann zu überaktivem oder passiven Lebensstil führen

Ernährung

- schlechte Nährstoffversorgung begünstigt Stressanfälligkeit, z.B. Diäten erzeugen physischen bzw. psychischen Stress

Stress

- reduziert Grundumsatz
- löst Frust-/ Stressessen aus



BZgA

Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

Ernährung



- » Ernährung nicht nur Nahrungsaufnahme
- » Soziale Aspekte des Essverhaltens berücksichtigen

Bewegung



- » nicht sport- und wettkampforientiert
- » Bestandteil Alltagsverhaltens
- » Anreize zu einer bewussten Körperwahrnehmung geben

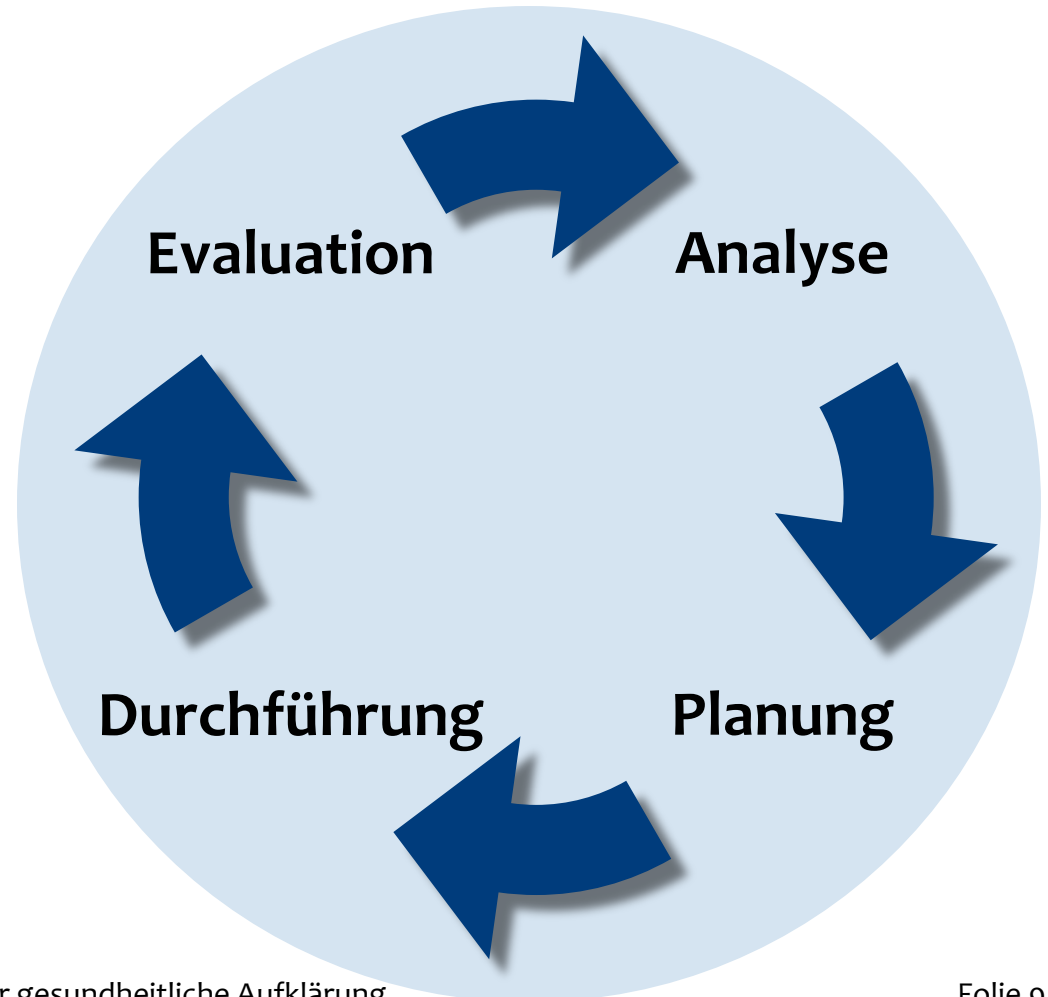
Gelingende Stressregulation



- » Anforderungen bewältigen zu können
- » Eigene Bedürfnisse erkennen, einordnen und damit umgehen
- » Sensibilität für physische und psychische Befindlichkeiten

GUT DRAUF - Qualitätsrahmen

- » Public Health Action Cycle (PHAC)
- » Qualitätssicherung setzt Qualität auf allen Ebenen voraus



Analyse/Bedarfserhebung

Gesundheitliche Bedarfe von Jugendlichen

- » Gesundheitsprobleme
- » Gesundheitsressourcen

Informationsquellen

- » Wissenschaftliche Expertisen: z.B. KiGGS-Studie, Gesundheitsberichterstattung
- » Praxiswissen: Erfahrungen und Beobachtungen der Fachkräfte vor Ort
- » subjektive Bedarfe: von den Jugendlichen benannt

interdisziplinärer Ansatz

- » Gesundheitswissenschaft
- » Ernährungswissenschaft
- » Sportwissenschaft
- » Psychologie
- » Pädagogik
- » Sozialwissenschaft/Soziologie
- » Theaterwissenschaft ...

Abgestuftes Qualitätskonzept

```
graph TD; A[Abgestuftes Qualitätskonzept] --> B[Drei Qualitätsstränge]; B --> C[Verfahren zu Schulung und Zertifizierung]; B --> D[Organisationsstruktur]; B --> E[Evaluation];
```

Drei Qualitätsstränge

Verfahren zu
Schulung und
Zertifizierung

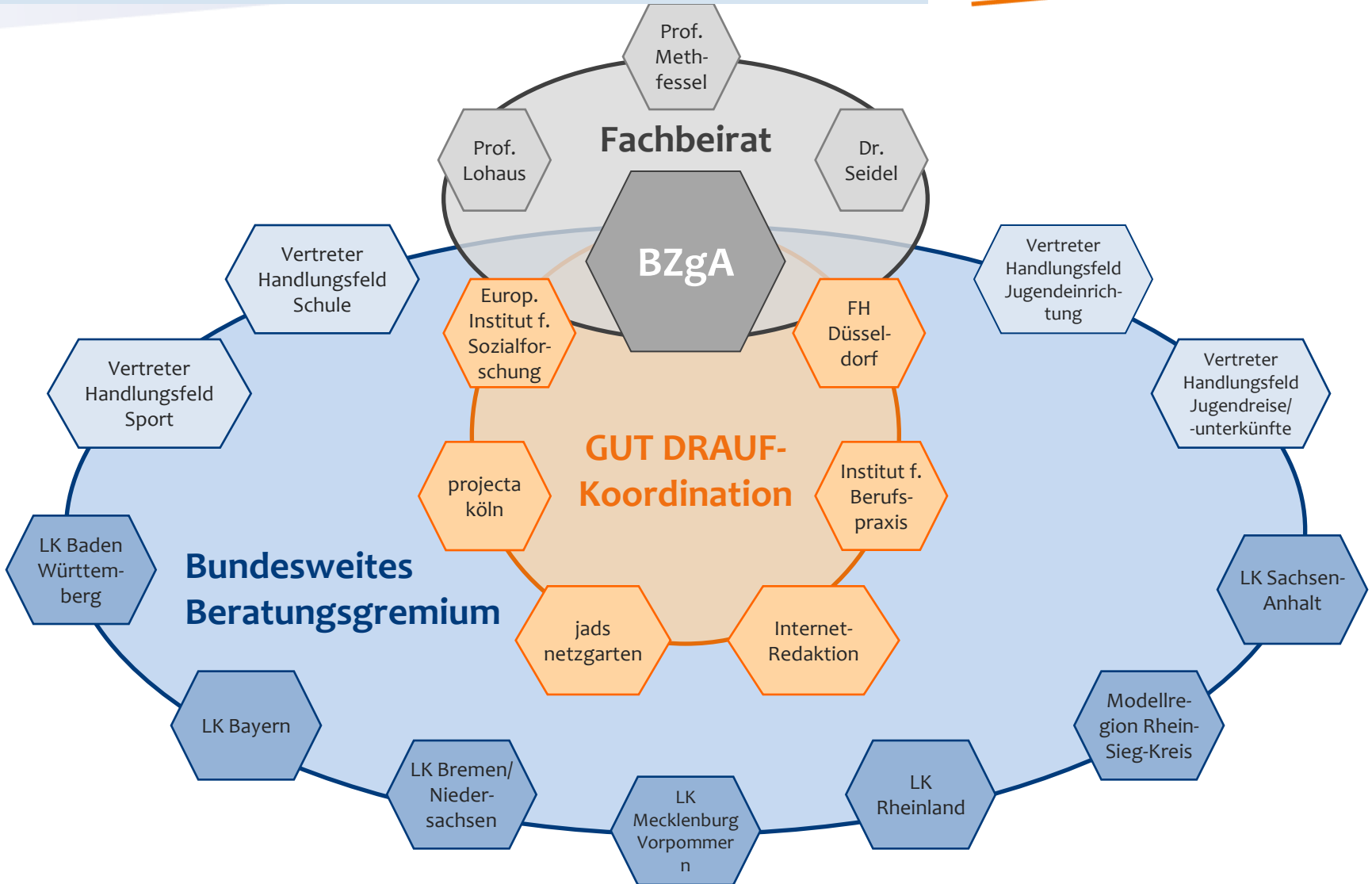
Organisations
-struktur

Evaluation

Abgestuftes Qualitätskonzept



Organisationsstruktur



Schulung und Zertifizierung



Evaluationskonzept

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!



Überprüfung der Qualitätsziele



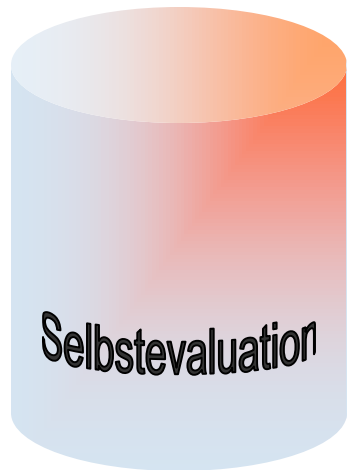
- ⇒ Fragebogen für alle Praxisumsetzungen
- ⇒ Fragebogen für alle zertifizierten Partner
- ⇒ Fragebogen für alle Schulungen, getrennt nach Teilnehmenden und Trainer/innen
- ⇒ Fragebogen für alle Aktionstage, größere Events (Jugendmesse etc.)
- ⇒ Evaluation besonderer Verfahrensweisen bspw. mystery check bei zertifizierten Jugendunterkünften

Überprüfung der Wirkungsziele (Verhalten~Verhältnis)



- ⇒ Schriftliche Befragung von Jugendlichen in Kooperation mit der PH Ludwigsburg
- ⇒ Schriftliche Befragung von Multiplikator/innen
- ⇒ Qualitative Befragungen von Jugendlichen, teilnehmende Beobachtungen
- ⇒ Qualitative Befragungen zur Strukturentwicklung

Überprüfung der eigenen Umsetzungspraxis



- ⇒ Checklisten
- ⇒ Befragungsraster
- ⇒ Handreichung zu Methoden der Selbstevaluation

Evaluationskonzept

GUT DRAUF
Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

» Selbstevaluation der PartnerInnen/Partner

FRAGEBOGEN

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

Hallo!

Du hast gerade an einem GUT DRAUF-Angebot teilgenommen und dabei einiges erlebt. Uns interessiert nun, wie dieses Angebot bei Dir persönlich ankommt. Bitte beantworte deshalb die untenstehenden Fragen alleine. Deine Antworten werden wir selbstverständlich vertraulich auswerten. Herzlichen Dank für Deine Mitarbeit. Das GUT DRAUF-Team

- In welchem Jahr bist du geboren? Bitte ergänze: 19 ____
- Welches Geschlecht hast Du? Bitte mache ein Kreuz weiblich männlich
- Welche Schulform besuchst Du zurzeit? Bitte mache im entsprechenden Feld ein Kreuz
 Grundschule Hauptschule Gesamtschule Realschule
 Berufsschule Gymnasium sonstige und zwar: _____
- Welche Sprache wird in Deiner Familie im Alltag hauptsächlich gesprochen? Bitte mache im entsprechenden Feld ein Kreuz
 Deutsch Türkisch Italienisch Russisch
 Englisch Spanisch Arabisch Französisch
 andere _____
- Kannst Du GUT DRAUF bereits vor diesem Angebot?
 nein ja weiß nicht
- Mich interessiert das Thema ‚Gesundheit‘ schon länger.
 nein ja weiß nicht
- Meine eigene Gesundheit ist mir wichtig.
 nein ja weiß nicht
- Das Angebot war zu lang zu kurz genau richtig
- Das Angebot war interessant langweilig weiß nicht
- Das Angebot hat mir Spaß gemacht. Schreibe eine Zahl zwischen 0 bis 10 auf, wobei 0 = null Spaß und 10 = absoluter Spaß bedeuten. Meine Zahl ____
- Das Angebot entspricht meinen Interessen. Schreibe eine Zahl zwischen 0 bis 10 auf, wobei 0 = gar nicht und 10 = absolut bedeuten. Meine Zahl ____
- Das Angebot mit den Themen Bewegung, Ernährung, Entspannung hat mir insgesamt:
 gut gefallen nicht gefallen weiß nicht

BZgA Eine Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Evaluationskonzept



- ⇒ zeitnahe Berichte und Veröffentlichungen
- ⇒ Diskussionen in Spitzenrunde, Beratendem Gremium, Beirat, Fachgruppen, Netzwerken
- ⇒ Entscheidungsgrundlage für Projekt- und Prozessjustierungen

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

www.gutdrauf.net

BZgA

Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

BZgA

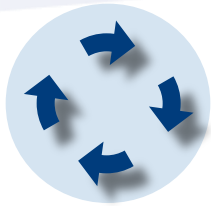
Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

BZgA

Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung



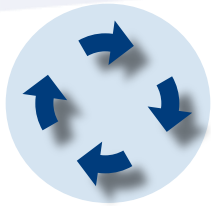
Planung - Ziele

„Ziel von GUT DRAUF ist es, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten wie auch die Stressbewältigung der Jugendlichen nachhaltig zu verbessern und damit einen entscheidenden Beitrag zur Gesundheitsförderung zu leisten“



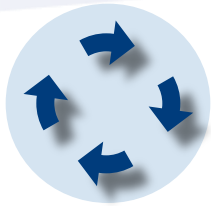
Verhaltensprävention

Verhältnisprävention



Planung - Ziele

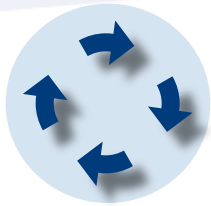
- » **Ziel Verhaltensprävention:**
 - » Mehr Jugendliche verhalten sich gesundheitsgerecht in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung
- » **Teilziele:**
 - » Wissen
 - » Einstellung/Motivation
 - » Verhalten ist verbessert



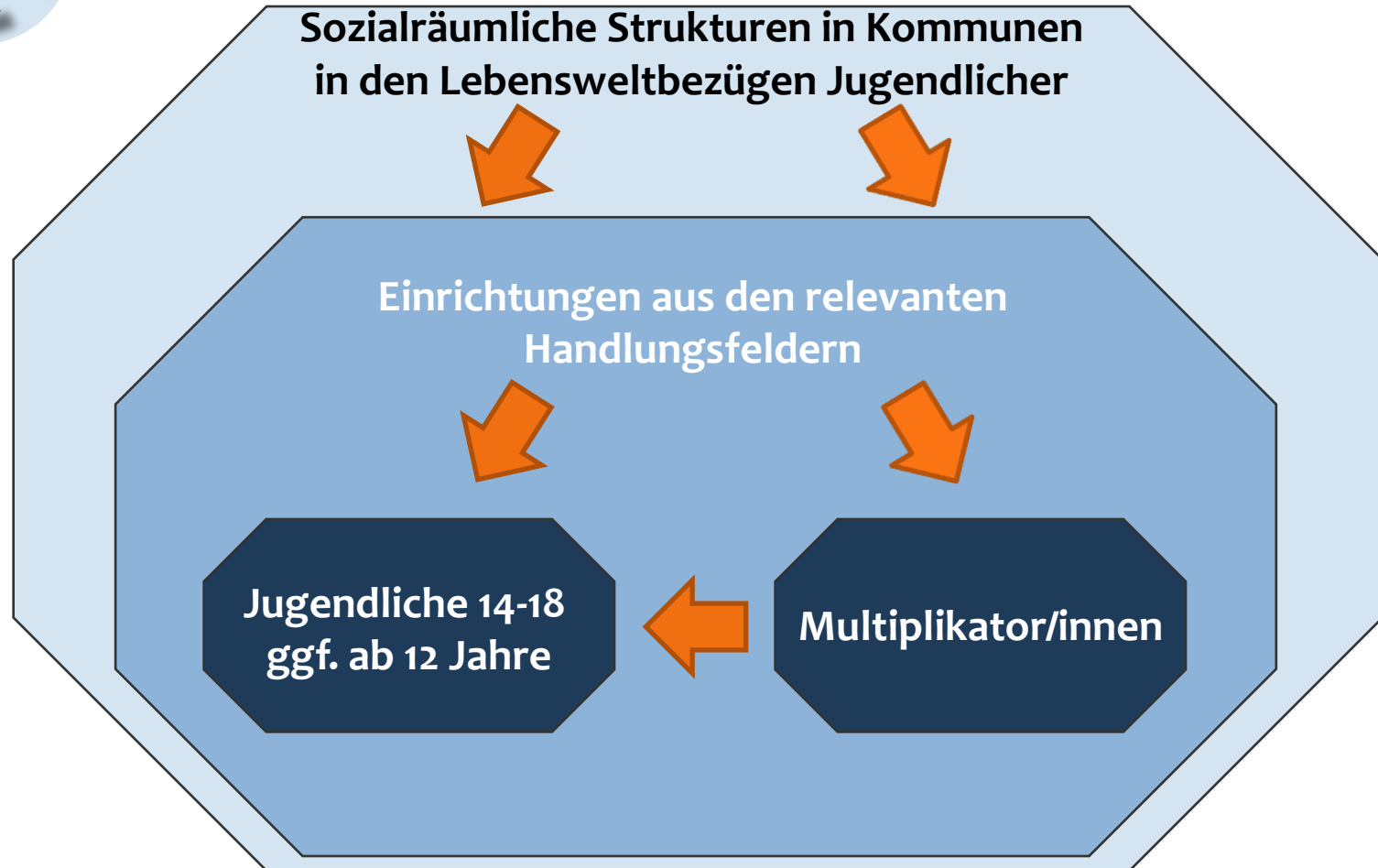
Planung - Ziele

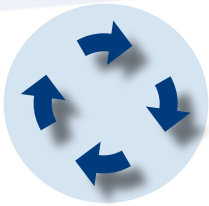
Ziele Verhältnisprävention:

- » Rahmenbedingungen für gesundheitsgerechtes Verhalten von Jugendlichen sind institutionell verbessert
 - » GUT DRAUF-Standards in Handlungsfeldern
 - » Multiplikatoren gewinnen/ausbilden
 - » Einrichtungen zertifizieren
- » Rahmenbedingungen für gesundheitsgerechtes Verhalten von Jugendlichen institutionsübergreifend kommunal verbessern
 - » Vernetzung (Capacity building) verschiedener Akteure/Einrichtungen in den Kommunen
 - » Intersektorale, interdisziplinäre Zusammenarbeit



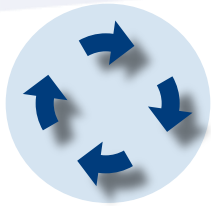
Planung – Wirkung im Sozialraum





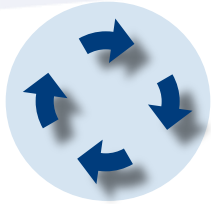
Planung – Wirkung im Sozialraum





Planung - Strategien

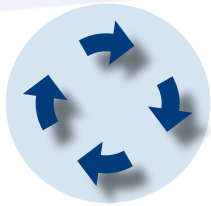
- » jugendgerechte Herangehensweisen, die angenommen werden
- » abgestuftes und differenziertes Qualitätskonzept
- » Zertifizierungsprozess als Qualitätsmanagement für Einrichtungen und Mittlerkräfte



Planung – Strategien

> jugendgerechte Herangehensweise

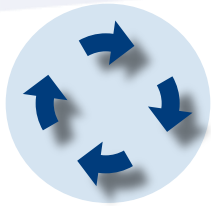
- » An jugendlichen Bedürfnissen nach Abenteuer, Risiko, körperlicher Selbst- und Grenzerfahrung ansetzen
- » „Gesundheit ins Szene setzen“ - Inszenierung als Methode
- » Aktuelle Jugendkulturen aufgreifen



Planung - Kooperation

... mit Partnern und Fachexperten

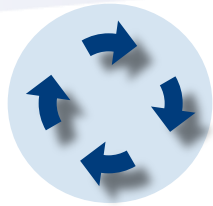
- » Fachbeirat
- » bundes- und landesweite Beratungsgremien
- » Fachberater
- » spezialisierte Auftragnehmer für bundesweite Steuerung



Planung - Partizipation

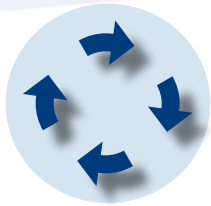
... der Zielgruppe

- » Beteiligung an Planung und Umsetzung in den Einrichtungen und Angebote umfassend und differenziert in Qualitätsstandards verankert



Durchführung

- » Zentrale Steuerung
- » Dezentrale Praxisumsetzung
- » Regionale Koordinationen für landesweite Umsetzung
- » Überregionale Kooperationspartner
- » Modellregion zur Erprobung von Strategien und Methode vor Implementierung in Gesamttaktion

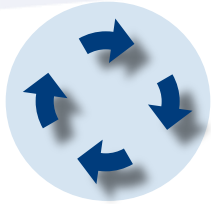


Evaluation

Begleitende Evaluation auf den Ebenen

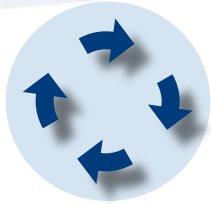
- » Struktur und Prozess:
 - » Schulungen
 - » Projektumsetzung
 - » Projektumsetzungsformate
- » Wirkung
 - » Befragung Partner und Multiplikatoren
 - » Befragung Jugendliche

Formative Funktion: Evaluation als Entscheidungsgrundlage für Projektsteuerung



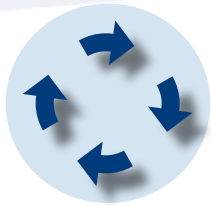
Evaluation – Struktur und Prozess Schulungen

- » Perspektiven:
 - » Teilnehmende
 - » Trainerinnen und Trainer
 - » Alle Handlungsfelder
- » 2009/2010
 - » 365 Teilnehmende
 - » 36 Trainerinnen/Trainer
- » Erkenntnisse:
 - » Hohe Erfahrungskompetenz der Trainerinnen/Trainer
 - » Heterogene Teilnehmerschaftszusammensetzung
 - » 84% Passgenauigkeit
 - » 96 % Wissenssicherheit
 - » 95 % Handlungssicherheit



Evaluation – Struktur und Prozess Schulungen

- » Perspektiven:
 - » Teilnehmende
 - » Trainerinnen und Trainer
 - » Alle Handlungsfelder
- » 2009/2010
 - » 365 Teilnehmende
 - » 36 Trainerinnen/Trainer
- » Erkenntnisse:
 - » Hohe Erfahrungskompetenz der Trainerinnen/Trainer
 - » Heterogene Teilnehmendenzusammensetzung
 - » 84% Passgenauigkeit
 - » 96 % Wissenssicherheit
 - » 95 % Handlungssicherheit



Evaluation - Projektumsetzung

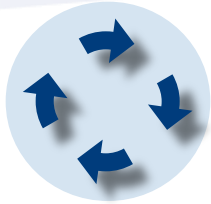
Differenzierung:

» Projektstatus

- » Zertifizierte Partnerinnen und Partner
- » Noch nicht zertifizierte Partnerinnen und Partner

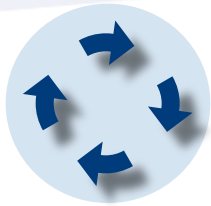
» Handlungsfelder

- » Erkenntnisse (2008/2009):
 - » Über 700.000 Jugendliche wurden in GUT DRAUF-Einrichtungen erreicht
 - » Über 95.000 Jugendliche durch Angebote gezielt erreicht
 - » die Hälfte der zertifizierten Partner aus Handlungsfeld Jugendarbeit



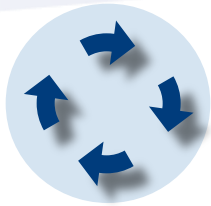
Evaluation - Projektumsetzungsformate

- » Spezielle Events
 - » Aktionstage
 - » Jugendmessen
 - » etc.
- » Befragung von Jugendlichen und Multiplikator/innen
- » Erkenntnisse (Aktionstag Köln 2008)
 - » TN überwiegend aus Haupt- und Gesamtschule
 - » TN überwiegend zwischen 14 und 16 Jahren
 - » Ca. 40% der TN mit Migrationshintergrund
 - » Ca. 55% der TN haben Neues in Bezug auf ihre Gesundheit gelernt



Evaluation – Wirkungsdimension Befragung Multiplikatoren

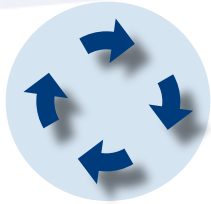
- » GUT DRAUF-Umsetzung trägt dazu bei,
 - » dass Jugendliche aktiv Entscheidung treffen können, um sich gesünder zu verhalten (74%)
 - » dass Jugendliche gesunde Essgewohnheiten in ihrem Alltag umsetzen (63%)
 - » dass Jugendliche regelmäßige Bewegungs- und Sportmöglichkeiten in ihrem Alltag umsetzen (62%)
 - » Dass Jugendliche gesunde Entspannungsmöglichkeiten in ihrem Alltag umsetzen (57%)



Evaluation – Formative Funktion

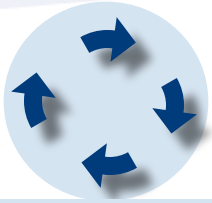
Entscheidungsgrundlage für Projektsteuerung

- » Empfehlungen:
 - » Einheitlicheres Lehrprogramm für GUT DRAUF-Schulungen
 - » GUT DRAUF-Schulungen nur in GUT DRAUF-Unterkünften
 - » Auswahl der Teilnehmenden an Schulungen vorab steuern
- » Umsetzung:
 - » Trainerpool, qualifiziert durch Prof. Michels, FH Düsseldorf
 - » GUT DRAUF-Schulungszentren identifiziert und vorrangig genutzt
 - » Prozessabläufe und deren Steuerung/Kontrolle optimiert



Planung – Leithypothese GUT DRAUF

- » Jugendliche im Alter 12 – 18 Jahre halten sich in verschiedenen, mehrheitlich außerfamiliären Sozialisationsrichtungen auf
- » Wenn die verschiedenen außerfamiliären Sozialisationsrichtungen in einem kommunalen Kontext, die zugleich den lebensweltlichen Bezügen eines Großteils der Jugendlichen entsprechen, ihre strukturellen Rahmenbedingungen sowie ihre inhaltlichen Angebote gesundheitsfördernd entwickeln, ändert sich das Verhalten der Jugendlichen hin zu einem gesundheitsgerechten Verhalten



Planung - zentrale Schritte (nach ZOPP)

Leithypothese



Ziele und Wirkungsmodell



Strategien



Kooperation mit Partnern und Experten



Partizipation mit der Zielgruppe