

Fachwerkstatt im Rahmen des Projektes

## „Gesundes Aufwachsen stärken - Forschungsvorhaben zur allgemeinen Gesundheitsförderung in der Jugendarbeit“

Dokumentation



**Termin:** 12. Dezember 2019 / 09:30 – 15:30 Uhr

**Referent\*innen:** **Annekathrin Weber**, (SLfG e.V., *Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit*)  
**Marisa Böttcher** (SLfG e.V., *Fachkoordinatorin Fach- und Koordinierungsstelle Suchtprävention*)

**Ort:** Geschäftsstelle AWO Bautzen, Löbauer Str. 48, 02625 Bautzen

## Auftakt und Schlaglichter aus dem Forschungsprojekt

Das Format der projektbegleitenden Fachwerkstatt hat neben dem Auftrag des Wissenstransfers zu aktuellen Themen und dem Bereitstellen einer Plattform für Fach- und Erfahrungsaustausch auch den Anspruch, Theorie und Praxis zusammen zu bringen und gemeinsam mit den Träger vor Ort, die Kinder- und Jugendarbeit auf lokaler Ebene sichtbar zu machen. Eine Veranstaltung in diesem Sinne fand am 12. Dezember 2019 in der Geschäftsstelle der AWO Bautzen statt. Neben zwei fachlichen Inputs und einem kurzen Einblick in den aktuellen Stand des Forschungsvorhabens, erhielten die Teilnehmenden die Möglichkeit, im Rahmen eines Workshops ein Programm zur Gesundheitsförderung näher kennen zu lernen und per Entwicklerbad an der konzeptionellen Gestaltung des Praxiskoffers „Gesundes Gepäck“ teilzuhaben.

Nach der Begrüßung, dem Vorstellen der Tagesagenda und notwendigen organisatorischen Rahmungen, startete der inhaltliche Part mit einem aktuellen Bericht aus dem Projekt [„Gesundes Aufwachsen stärken – Forschungsvorhaben zur Gesundheitsförderung in der Jugendarbeit“](#). Neben dem skizzieren der zugrundeliegenden Ausgangslage und dem sich daraus entwickelnden Bildungsauftrag für die Kinder- und Jugendarbeit<sup>1</sup> standen vor allem erste Schlaglichter aus den Ergebnissen auf dem Programm. Eine Auswahl aus den zu diesem Zeitpunkt bereits sichtbaren Erkenntnissen bieten die folgenden Stichpunkte:



- Gesundheitsförderung muss bei den Fachkräften, der Organisation und den Adressat\*innen ansetzen (Stichwort: Selbstfürsorge für psychosoziale Fachkräfte und gesundheitsförderliche Organisationsentwicklung)
- trägerbezogenes Stimmungsbild zur gesundheitsförderlichen Ausrichtung: 25 % bescheinigen ihrem Träger eine eher unterdurchschnittliche gesundheitsförderliche Ausrichtung. Die Mehrheit (39%) der Befragten gibt an, dass die Ausrichtung zu Teilen gesundheitsförderlich ist, immerhin noch 37% sprechen darüber hinaus von einer gut bis sehr guten gesundheitsförderlichen Ausrichtung
- Präventionsgesetz von 2016 kaum bekannt: 51% haben davon noch nichts gehört und bei weitere 22% wirken sich die Neuregelungen wenig bis gar nicht auf die alltägliche Arbeit aus

<sup>1</sup> Die Entwicklung und Manifestierung von Kompetenzen zur Gesundheitsförderung und gesundheitsbezogener Prävention leiten sich auch ab aus dem Bildungsauftrag SGB VIII §11 Jugendarbeit, Abs. 3: „Zu den Schwerpunkten der Jugendarbeit gehören: 1. außerschulische Jugendbildung mit allgemeiner, politischer, sozialer, gesundheitlicher, kultureller, naturkundlicher und technischer Bildung“

- Implizite Angebote explizit machen: Implizit lassen sich in der Jugendarbeit viele Leistungsangebote und Konzepte zur Gesundheitsförderung identifizieren, allerdings werden diese oftmals nicht so genannt und als solche vertreten
- Erschließung neuer Fördermöglichkeiten und Kooperationsnetzwerke durch Zusammenarbeit mit z.B. öffentlichen Gesundheitsdiensten

Unter dem Motto „Fit für die Zukunft“ ([hier gibt es weiteren Informationen und Anmeldung für den Fachtag](#)) werden aus diesen und weiteren Erkenntnissen Ableitungen aus der Gesundheitsforschung für die Jugendhilfe generiert und für den Praxistransfer fruchtbar gemacht. Das Ziel in der Folge ist es, bedarfsorientierte Unterstützungsmaßnahmen und passgenaue Fortbildungs- und Beratungsformate für die Fachpraxis anbieten zu können. Gestützt werden diese Angebote von geeigneten Materialien die zur Verfügung gestellt und verbreitet werden (u.a. hier: <https://www.agjf-sachsen.de/gesunde-praxis.html>). In diesem Zusammenhang wurde mit dem mehrtägigen Workshop „Bilder sprechen lassen – Gesundheitsförderung beteiligungsorientiert gestalten“ ([https://www.agjf-sachsen.de/Images\\_of\\_Health.html](https://www.agjf-sachsen.de/Images_of_Health.html)) bereits ein Angebot für Kinder und Jugendliche in Einrichtungen bzw. Projekten der offenen Jugendarbeit konzipiert.

## Inputreferat

Der inhaltliche Auftakt zur dritten Fachwerkstatt kam von einer Referentin der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung (SLfG e.V.) und trug den Titel „**Gesund aufwachsen für alle?!**“. Mit ihren Ausführungen zu Einflussfaktoren auf die Gesundheit und sozialer Ungleichheit, Studien und Zahlen zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (z.B. [KiGGS-Studie](#)) sowie Ansätze der Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit und psychischer Gesundheit (z.B. [MindMatters](#)) zeigte Annekathrin Weber wesentliche Eckpfeiler von Gesundheitsförderung und Prävention auf.

Mit ihrer Eingangsthese, dass trotz zunehmender Präsenz des Themas Gesundheit und Bildung in den Medien (vgl. u.a. „Hirschhausen macht Schule – Warum Bildung gesund macht“<sup>2</sup>), nach wie vor ein starker Fokus auf der medizinischen Perspektive liegt, plädierte Annekathrin Weber für einen Weg hin zum Setting Ansatz<sup>3</sup> der Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung.

„Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben, sowie dadurch, dass die Gesellschaft in der man lebt, Bedingungen herstellt, die all ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen.“ (WHO, Ottawa-Charta)

<sup>2</sup> abrufbar unter: <https://www.daserste.de/information/ratgeber-service/hirschhausens-check-up/videos/hirschhausen-macht-schule-warum-bildung-gesund-macht-video-102.html>

<sup>3</sup> Zum Setting Ansatz vgl. u.a.: <https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/qualitaetsentwicklung/03-setting-ansatz/>

Einen Schwerpunkt setzte die Referentin in ihren weiteren Ausführungen auf den Aspekt der psychischen Gesundheit, die in diesem Zusammenhang als eine Fähigkeit, sich kompetent mit den gesellschaftlichen Anforderungen auseinandersetzen zu können und im Leben auch eigene Wünsche, Bedürfnisse und Hoffnungen konstruktiv zu verwirklichen, definiert wurde. Das schließt neben der Selbsterhaltung (produktive Anpassung) und der Selbstgestaltung (Selbstverwirklichung) auch ein psychisches Wohlbefinden ein. Auch hier gilt die Annahme, dass Einflussfaktoren auf die Gesundheit vielfältig sind und dass neben den eigenen Lebensumständen auch die Bedingungen der Gesellschaft in der man lebt Berücksichtigung finden müssen. Die Ungleichverteilung von Armut, Bildung und Gesundheit ist hier in unmittelbarer Wechselwirkung zueinander zu verstehen.



Im Folgenden präsentierte die Referentin einige Studien, die die Eingangsthese glaubhaft stützten. Hiernach gilt weiterhin, dass beispielsweise die Kinderarmut in Sachsen regional sehr unterschiedlich verteilt ist und insbesondere in Städten<sup>4</sup> besonders hoch. Dazu kommt, dass die soziale Mobilität in Deutschland relativ niedrig ist und somit bestimmt die soziale Herkunft eines Kindes im hohen Maß dessen Bildungsniveau, beruflichen Erfolg, Einkommen und auch die Gesundheit. Anhand mehrerer Auszüge aus den Studien zu diesem Thema, rückte Annekathrin Weber im Anschluss daran die Folgen von Kinderarmut in den Fokus. Dabei spannte Sie den Bogen von der **materiellen Lage** – arme Kinder erleben Mangel und Verzicht – der **sozialen Lage** – arme Kinder wachsen sozial isoliert auf und erleben häufig multiple Belastungen (auch in der Familie – über die **kulturelle Lage** – arme Kinder sind später zu 48% überdurchschnittlich häufig Hauptschüler\*innen oder schließen die Schule ohne Abschluss ab – bis hin zur **gesundheitlichen Lage** – arme Kinder verfügen tendenziell über einen schlechteren Gesundheitszustand.

Bemerkenswert ist dies vor dem Hintergrund, so die Referentin, da lt. der Shell Jugendstudie von 2019 (vgl. „Shell Jugendstudie 2019 – Eine Generation meldet sich zu Wort“<sup>5</sup>) Gesundheitsbewusstsein einen hohen Stellenwert bei Kinder und Jugendhilfen (ist vier von fünf Jugendlichen wichtig) hat. Hier einige weitere zentrale Ergebnisse aus der Studie:

<sup>4</sup> SGB-II-Quote Kinder unter 18 Jahre insgesamt 2015: Chemnitz 21,3%; Dresden 16,0%; Leipzig 25,1 % (Vgl. [Factsheet Kinderarmut in Sachsen, Bertelsmann Stiftung 2016](#))

<sup>5</sup> abrufbar unter: [https://www.shell.de/ueber-uns/shell-jugendstudie/jcr\\_content/par/toptasks.stream/1570708341213/4a002dff58a7a9540cb9e83ee0a37a0ed8a0fd55/shell-youth-study-summary-2019-de.pdf](https://www.shell.de/ueber-uns/shell-jugendstudie/jcr_content/par/toptasks.stream/1570708341213/4a002dff58a7a9540cb9e83ee0a37a0ed8a0fd55/shell-youth-study-summary-2019-de.pdf)



- Familie und Beziehungen blieben für die eigene Lebensführung die zentralen Orientierungspunkte; Familie als „sicherer Hafen“
- Umwelt-, Klima- und Gesundheitsbewusstsein sowie eine bewusste Lebensführung gehen Hand in Hand mit dem Wunsch, sich bei den eigenen Entscheidungen auch von seinen Gefühlen leiten zu lassen
- Respektieren von Vielfalt steht bei vier von fünf Jugendlichen an der Spitze der Werteskala
- Seit 2002 nimmt der Anteil Jugendlicher, die ein positives Verhältnis zu den Eltern haben, stetig zu
- Für 97 % aller 12-25 jährigen sind „gute Freunde, die einen anerkennen und akzeptieren“ wichtig
- Soziale Herkunft und Bildung korrelieren nach wie vor
- Großer Kontrast bei Jugendlichen bei der Zuversicht: Jugendliche, die bereits kritische Bildungsereignisse erlebt haben blicken zu 47%, die, die Unsicherheiten in der Qualifikationsphase erwarten zu 30% optimistisch in die Zukunft gegenüber 63 % die von solchen Schwierigkeiten/Brüchen nicht berichten

Auch wenn die große Mehrheit der Kinder und Jugendlichen in Deutschland gesund aufwächst, zeigen sich in den fünf wesentlichen Gesundheitsoutcomes (Allgemeiner Gesundheitsstatus, psychische Auffälligkeiten, körperliche Aktivität, Konsum zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke und Rauchen) deutliche Ungleichheiten zuungunsten von Heranwachsenden aus Familien mit niedrigem sozioökonomischen Status<sup>6</sup>. Weiter



angeführte Studien belegten zudem die multidimensionale Verflechtung von schlechter allgemeine Gesundheit und häufiger auftretenden psychischen Auffälligkeiten. Die Veränderung des Krankheitsspektrums bei Kinder und Jugendlichen zeigt dabei eine „neue Morbidität“, d.h. eine Verschiebung von akuten zu chronischen und von somatischen zu psychischen Erkrankungen<sup>7</sup>.

Abschließend stellte Annekathrin Weber das Programm „MindMatters – Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln“ (<https://www.mindmatters-schule.de/>) vor. Ausgehend von den Ansätzen einer positiven Psychologie und Jugendentwicklung, wurden aus dem Mind-Matters Modul „Fit für Ausbildung und Beruf!“ wesentliche Inhalte dargestellt. Darin heißt es u.a.: „Jeder

<sup>6</sup> Vgl. hierzu: [https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/JoHM/2019/JoHM\\_Inhalt\\_19\\_01.html](https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/JoHM/2019/JoHM_Inhalt_19_01.html)

<sup>7</sup> Vgl. hierzu: [KIGGS-Studie des Robert-Koch-Instituts](#) und Prof. Dr. Peter Paulus, Natalie Schwarz, Nationales Programmzentrum MindMatters, Zentrum für Angewandte Gesundheitswissenschaften Leuphana Universität Lüneburg

Jugendliche hat im Prinzip das Potential, sich erfolgreich, gesund und positiv zu entwickeln, und dieses Potential gilt es zu entdecken und zu fördern.“ (vgl. MindMatters-Rahmenmodell). Im Zentrum des Programms steht die professionelle Unterstützung bei der Bewältigung der Entwicklungsaufgaben im Jugendalter<sup>8</sup>, der Erfüllung von psychischen und physischen Grundbedürfnissen<sup>9</sup> sowie der Entwicklung von Resilienz und Kohärenzgefühl<sup>10</sup>. Insbesondere das Kohärenzgefühl wird dabei als Quelle der (psychischen) Gesundheit verstanden und setzt sich aus folgenden drei Aspekten zusammen (aus: Mind-Matters Modul „Fit für Ausbildung und Beruf!“):

- **„Gefühl der Verstehbarkeit“ – „Ich blick’ durch.“:** Anforderungen aus der inneren und äußeren Erfahrungswelt im Verlauf des Lebens sind strukturiert, vorhersagbar und erklärbar.
- **„Gefühl der Machbarkeit“ – „Ich kann’s packen.“** Ressourcen stehen zur Verfügung, die nötig sind, um den Anforderungen gerecht zu werden.
- **„Gefühl der Sinnhaftigkeit“ – „Es lohnt sich.“** Die Anforderungen sind Herausforderungen, die Investitionen und Engagement verdienen.

Als besonders wichtig wurde hierbei auch das Handeln der professionellen Akteur\*innen in „Präventionsketten“ erachtet. Das aufeinander wirken der verschiedenen Lebenswelten (Eltern/Familie/Bezugspersonen, Freunde/Peers, Gemeinwesen/Kommune, außerschulische Lernorte/Fachdienste und Familie, Schule) in denen Kinder und Jugendliche agieren, müssen in den Unterstützungssystemen Berücksichtigung finden. D.h. eine Unterstützung muss gewährleisten, dass eine professionsübergreifende Zusammenarbeit der beteiligten Akteure gefördert wird, dass die Nutzung der Ressourcen unterschiedlicher Sektoren sichergestellt ist und dass das Gestalten von Übergängen als Chance für sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche verstanden und ermöglichen wird sowie bestehende Hürde abgebaut werden.

Ebenfalls anknüpfen an Aspekte der positiven Psychologie konnte der zweiter Impuls des Tages. Marissa Böttcher (SLfG e.V.) stellte darin das mobile Suchtpräventionsprojekt **„GLÜCK SUCHT DICH – Förderung von Risiko- und Lebenskompetenzen von Jugendlichen in Sachsen“** (<https://www.gluecksuchtdich.de/>) für das Setting Schule und außerschulische Jugendarbeit vor. Mit dem Ziel Risiko- und Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen in Sachsen zu fördern, bietet der Ausstellungsbus auf acht Stationen (teilweise mit zwei unterschiedlichen Niveaustufen) Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren die Möglichkeit, die eigenen Sichtweisen auf Glück, Identität, Konsumrisiken und Rauschmittel zu reflektieren. Ausgehend von den zwei Themensäulen Glück und Sucht, arbeiten die Schüler\*innen und Jugendlichen selbstständig (in Gruppen) an den Stationen. Zur Themensäule Glück, so Marissa Böttcher, gehören neben den bereits erwähnten

<sup>8</sup> Entwicklungsaufgaben im Jugendalter (nach Hurrelmann&Quenzel 2012, in Mind-Matters Modul „Fit für Ausbildung und Beruf!“, Seite 18ff): Akzeptanz körperlicher Veränderungen, Aufbau sozialer Beziehungen, Qualifizieren, Regenerieren, Partizipieren

<sup>9</sup> Psychische Grundbedürfnisse (nach Grawe, in Modul „Fit für Ausbildung und Beruf!“, Seite 27ff): Lustgewinn/Unlustvermeidung, Orientierung/Kontrolle, Selbstwerterhöhung/Selbstwertschutz, Bindung

<sup>10</sup> „Kohärenzgefühl als ein Gefühl, dass Lebensbedingungen aktiv gestaltbar sind, stellt ein Steuerungsprinzip dar, dass es Menschen ermöglicht, je nach Anforderung unterschiedliche Bewältigungsressourcen einzusetzen.“ ([https://www.slf.de/files/2018/12/ppt\\_Annekathrin-Weber\\_SLfG.pdf](https://www.slf.de/files/2018/12/ppt_Annekathrin-Weber_SLfG.pdf))

Bereichen Glück und positiven Psychologie auch noch Aspekte zur Förderung der Lebenskompetenz, Identitätsbildung, gelingende Beziehungen und wertschätzende Kommunikation. Die Themensäule Sucht beschäftigt sich dagegen mit Inhalten wie Substanzspezifische Suchtprävention, Stärkung von Nichtkonsumenten, Reflexion des Konsumverhaltens, Förderung der Risikokompetenz und der Sensibilisierung auf Gefährdungspotentiale. Die folgende Tabelle gibt einen Einblick in die Inhalte und Ziele der einzelnen Stationen:



Station	Inhalt	Ziel
<i>Let's Quiz</i>	Auseinandersetzung mit den Themen Medien und illegale Substanzen über Inhaltsbezogene Exponate	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Altersgerechte Wissensvermittlung über Wirkung &amp; Folgen des Konsums</li> <li>• Aufzeigen von (Selbs-) Hilfemöglichkeiten</li> <li>• Sensibilisierung für Schutzmechanismen</li> </ul>
<i>Blue Lounge</i>	Auswirkungen von Alkohol auf verschiedene Tätigkeiten und Wahrnehmungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nichtkonsumenten in ihrer Haltung bestärkt werden</li> <li>• Risiken übermäßigen Alkoholkonsum thematisieren und Reflexion des eigenen Alkoholkonsums anregen</li> </ul>
<i>Glückspost</i>	Brief an sich selbst schreiben	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstreflexion</li> <li>• Bewusstmachung individuell wichtiger Dinge</li> <li>• im Leben, Stabilisierung des Selbstwertgefühls</li> </ul>
<i>Kopfokino</i>	Filmausschnitte zum Thema Glück	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexion über das eigene Handeln</li> <li>• globale Auseinandersetzung zur Thematik</li> <li>• Interpretationsvermögen erweitern</li> </ul>
<i>Flow-Zone</i>	Off-Stimmen „leiten“ die Besucher*innen durch 2 Gedankenreisen und regen so zum Nachdenken, Fantasieren, Träumen und Austausch an.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auseinandersetzung mit Flow-Zustand</li> <li>• Entwicklung einer rückwärtsgewandten Zukunftsvision</li> <li>• Gelegenheit zur Selbstwahrnehmung</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wissen über sich selbst erhöhen</li> <li>• Selbstreflexion fördern</li> </ul>
<i>Glückswissen</i>	Inhaltliche Auseinandersetzung mit der wissenschaftlichen Seite des Glücks	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prinzipien der Selbstwirksamkeit zur Herausbildung der inneren Glücksfähigkeit erkennen</li> </ul>
<i>Durchblick</i>	Inhaltliche Auseinandersetzung mit den Folgen des Rauchens & Rauch-Stops	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stärkung der Nichtkonsumenten</li> <li>• Entscheidungshilfen für gesundheitsförderliches Verhalten</li> <li>• Informationen zu relevanten Aspekten des Tabakkonsums</li> </ul>
<i>Gedankenrausch</i>	In der Gruppe werden spezifische Fragen zum Thema Rausch diskutiert und beantwortet	<p>Auseinandersetzung mit dem Thema Rausch zu den Aspekten:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Relevanz fürs Leben</li> <li>2. Folgen/Risiken/Funktion</li> <li>3. Situationen</li> <li>4. Eigene Erfahrungen</li> </ol>

Im Anschluss an die inhaltliche Ausgestaltung erläuterte die Referentin die Aufbaustruktur des mobilen Suchtpräventionsprojektes. So stellt der Bus mit seiner mobilen und interaktiven Ausstellung nur eine der 3 Bausteine dar. Mit dem Angebot vertiefender themenspezifischer Inhouse-Workshops gibt es die Möglichkeit zur inhaltlichen Nachbereitung für Schüler- und Jugendgruppen, was von Begleitmaterial unterstützt wird. Überdies bezieht der regionale Ansatz, lokale Partner der Suchtprävention und Gesundheitsförderung mit ein. Hier gibt es beispielsweise eine geförderte Stelle und Schulungen für regionale Ansprechpartner.

Als Schlusspunkt stellte Marissa Böttcher Elemente der Nachhaltigkeit vor, welche zur Verstetigung und regionalen Verankerung des Projektes – über den Besuch des Ausstellungsbusses vor Ort hinaus – Wirkung entfalten sollen. Hierzu zählen neben Vor- und Nachbereitung der mobilen Ausstellung durch regionale Partner (z.B. Lehrer\*innen, Schulsozialarbeiter\*innen, Jugendarbeiter\*innen) auch Informationsveranstaltungen für Eltern und Multiplikatoren.



Die bereits erwähnte thematische Vertiefung über Angebote der Fach- und Koordinierungsstelle Suchtprävention Sachsen ([FuKSS](#)), und Methoden/päd. Arbeitsmaterialien wird von einer regionalen Unterstützungsstruktur und Hilfeangeboten wie Suchtberatung, Familie- / Erziehungsberatung und gesundheitsbezogenen Angeboten (Kunst, Kultur, Sport) begleitet.



Außerdem stellt die Projektkoordinierungsstelle ein umfangreiches Begleitmanual (Informationen und Handbuch auch für Multiplikatoren) sowie den Zugang zu einem theaterpädagogischen Zentrum zur Verfügung.

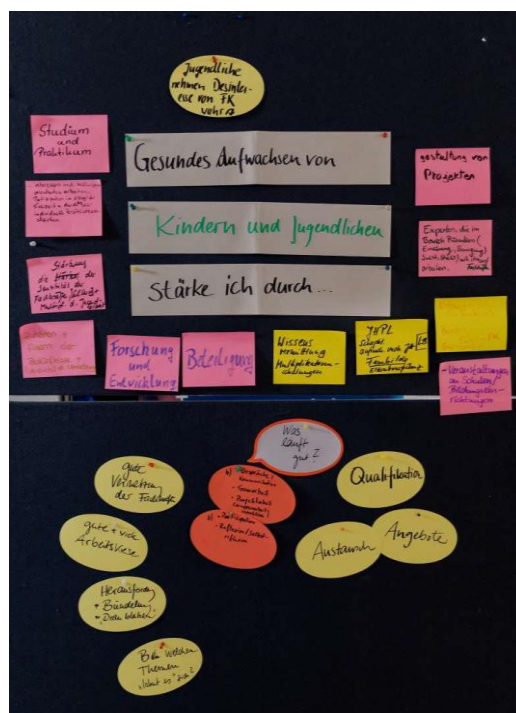
## Fachwerkstatt mit Workshop und Entwicklerbad

Der zweite Teil der Veranstaltung bot die Möglichkeit, dass die Teilnehmenden ihre Erfahrungen und Erwartungen einbringen und in Form eines Workshops vertiefende Impulse für ihre Fachpraxis aufnehmen konnten. Dazu wurden im Vorfeld Leitfragen<sup>11</sup> entwickelt, die im Laufe des Workshops zur Orientierung und Abfrage der Bedarfe und Bedürfnisse genutzt werden konnten.

### Workshop zum Programm „MindMatters“

Im ersten Teil des Nachmittages knüpfte Annekathrin Weber unmittelbar an die Ausführungen ihres Impulsvortrages an und bot einen vertiefenden Einblick in das praxiserprobte „[MindMatters](#)“ Programm zur Förderung von psychischer Gesundheit. Dazu wies die Referentin nochmals auf die wesentlichen Eckpunkte – Bewältigung der Entwicklungsaufgaben im Jugendalter, Erfüllung von psychischen und physischen Grundbedürfnissen sowie der Entwicklung von Resilienz und Kohärenzgefühl – hin (siehe Seite 5f. im vorliegenden Dokument). Im Anschluss daran erfolgte mit der Frage „Gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen stärke ich durch ...“ eine erste Abfrage an die Teilnehmenden. Hier einige Auszüge aus den Antworten:

- Ausbildung im Rahmen von Studium und Praktikum
- Gestalten von Projekten im Kontext von Gesundheit
- Partizipation/Beteiligung im Alltag/in der Freizeit durch individuelles stärken der Persönlichkeit
- Stärkung der Sensibilität der Fachkräfte, Eltern, Multiplikatoren
- Interessen- und bedürfnisorientiertes Arbeiten in der Umsetzung
- Forschung und Entwicklung
- Vermittlung von Expertise im Bereich Prävention (Ernährung, Bewegung, Sucht, Stress)
- Wissensvermittlung, z.B. durch Veranstaltungen an Schulen und außerschulischen Bildungseinrichtungen, Multiplikatorenschulungen
- Mitgestalten von Jugendhilfeplanung im Schwerpunkt aufsuchende mobile JA, Familienbildung und Elternkompetenz



<sup>11</sup> Die entsprechenden Leitfragen im Überblick: Was machen wir bereits? Welche Angebote? Welche Konzepte? / Mit wem wird bereits zusammengearbeitet? / Mit wem und weshalb sollte zusammengearbeitet werden? / Wo sollte Gesundheitsförderung ansetzen? / Welche Risiken gibt es? / Was wird gebraucht? / Was wünschen wir uns?

Im weiteren Verlauf bot die Referentin mit der Methode des „Diversity Walk“<sup>12</sup> die Möglichkeit, anhand einer Aufstellung mit verschiedenen Charakteren und gezielten Fragen den Einfluss von unterschiedlichen Lebensverhältnissen auf die persönliche Gesundheit erfahrbar zu machen. Diese Methode kommt insbesondere im Modul „CommunityMatters“ zum Tragen und zielt auf eine bewusste Auseinandersetzung mit Selbst- und Fremdwahrnehmung. In diesem Modul des Programms



„MindMatters“ geht es vor allem um eine Öffnung der Schule und das Einbeziehen des Umfelds sowie der vielfältigen Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen in der Auseinandersetzung mit psychischer Gesundheit.



Nach der Reflexion des „Diversity Walk“ im Plenum folgte eine Kleingruppenarbeit, die auf Grundlage von drei Fragen Bedarfe und Bedürfnisse der Fachkräfte abholen und gleichermaßen zum Fach- und Erfahrungsaustausch anregen sollte. Ins Gespräch kommen sollten die Teilnehmenden zu den Fragen: a) Welche Unterstützung können wir Jugendlichen anbieten? b) Was läuft bereits gut? und c) Was brauchen wir, um das gesunde Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen zu fördern? Die Ergebnisse galt es festzuhalten und im Anschluss im Plenum zu präsentieren. Auch hier gibt es wieder einige Auszüge aus den Antworten:

Zu a) Was können wir bieten?

Zu a) Was können wir bieten?

- Unterstützung beim Bündeln von Herausforderungen und beim „Dran bleiben“
- Bei welchen Themen „lohnt es“ sich – Wegweiser und Begleiter
- (Frei-) Räume schaffen/zur Verfügung stellen
- Sichtbarkeit von Unterstützungsangeboten gewährleisten
- Offenheit und Freiwilligkeit bei Jugendlichen sowie Pädagogen (Beteiligung an Angeboten)

<sup>12</sup> Kurzbeschreibung der Methode: Gruppenaktion - Alle Teilnehmer\*innen ziehen eine „Charakterkarte“. Die Teilnehmer\*innen stellen sich in der Mitte des Raums in einer Reihe nebeneinander auf versuchen sich vorzustellen, sie wären die Person, deren Charakter sie gerade gezogen haben. Nun werden Fragen vorgelesen, die die Teilnehmer\*innen einem Schritt nach vorn (ja), zurück (nein) oder durch stehen bleiben (bin nicht sicher) „beantworten“ (aus: "CommunityMatters – Die Schule öffnen und vom Umfeld profitieren“).

Zu b) Was läuft gut?

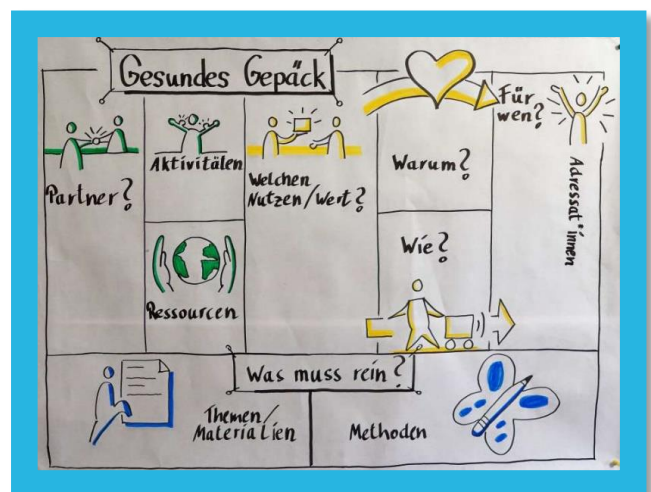
- Gute Vernetzung der Fachkräfte z.B. über vielfältige Arbeitskreise
- Kommunikation und Gespräche bei Team- und Projektarbeit
- Formate der Reflexion / Selbstreflexion
- Möglichkeiten zur Qualifikation und zum Austausch
- Präventionsgesetz als rechtlicher Orientierungsrahmen

Zu c) Was brauchen wir?

- Flexibilität und Vielfältigkeit von Angeboten (z.B. Altersbegrenzung weiter fassen)
- Kooperationen/Vernetzung mit Fachkräften anderer Professionen (z.B. Ärzte, Psychologen, Therapeuten)
- Ausreichend finanzielle Mittel (z.B. über Zugänge zu Vereinen, Aktivitäten)
- Gesunde, belastbare und kompetente Fachkräfte
- Langfristige und konstante Ansprechpartner\*innen / Netzwerke -> Besserer Betreuungsschlüssel (auch in Behörden und Verwaltung)
- Umdenken hinsichtlich einer gesundheitsförderlichen Ausrichtung in Politik und Wirtschaft
- Vielseitige Erfahrungsräume für Beteiligung und Selbstwirksamkeit -> Perspektive der Jugendlichen wahrnehmen
- Mehr Lebenspraktische „Unterricht“ in Schule zu Gesundheit/Lebenskompetenz (z.B. Hygiene, Kochen, Steuer) -> braucht Menschen die mir was zeigen
- Mobilität - Kurze Wege im Ländlichen Raum

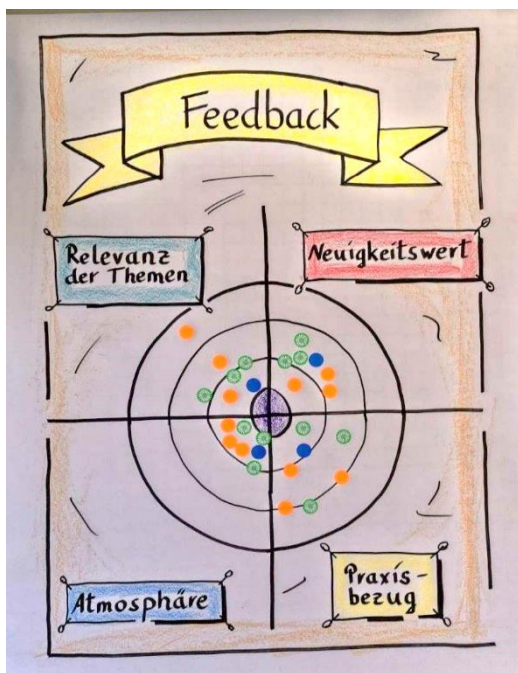
### Entwicklerbad „Gesundes Gepäck“

Anschließend stand mit dem Entwicklerbad zum Praxiskoffer „Gesundes Gepäck“ der letzte inhaltliche Punkt des Tages auf der Agenda. Die Teilnehmenden konnten hier mit Hilfe einer adaptierten und entsprechend auf die Bedürfnisse im Handlungsfeld der offenen Kinder- und Jugendarbeit zugeschnittenen Methode aus der Startup-Szene ([Business-Model-Canvas](#)), ihre fachliche Perspektive in die Entwicklung des Praxiskoffers einbringen. Der Koffer soll dabei Materialien, Methoden und Hintergrundinformationen zum Thema Gesundheitsförderung und gesundheitsbezogene Primärprävention in der Jugendarbeit bereitstellen und zur Stärkung der Gesundheitskompetenz von Jugendlichen beitragen. Diese Möglichkeit wurde rege genutzt und es konnten einige wichtige Erkenntnisse für den weiteren Entwicklungsprozess gewonnen werden.



## Abschluss

Die Ergebnisse der Fachwerkstatt in Bautzen und insbesondere die des interaktiven Teils aus Workshop und Entwicklerbad zeigten einmal mehr, den Stellenwert und die Wichtigkeit von Veranstaltungen zum Thema Gesundheitsförderung mit Blick auf das Handlungsfeld der Kinder- und Jugendarbeit. Gerade vor dem Hintergrund, dass viele Bezüge zu anderen Lebenswelten bestehen und das Unterstützungsangebote ganz im Sinne von Präventionsketten zusammen gedacht werden können und müssen. Nach wie vor herausfordernd gestaltete sich dagegen die Akquise von Teilnehmenden. Auch wenn die Vorgabe, Fachkräfte aus unterschiedlichen Handlungsfeldern (z.B. Schulsozialarbeit, Präventionsprojekte Kinder- und Jugendhilfe, präventiven Kinderschutz, SB Jugendhilfeplanung/ Prävention, Migration und Integration, stationäre Jugendhilfe, Verwaltung) zusammen zu bringen, einmal mehr erfolgreich gestaltet werden konnte. Da viele der Anwesenden



bereits einen praxisrelevanten Bezug zur Gesundheitsförderung vorzuweisen hatten, liegt die Vermutung nahe, dass vor allem thematisch unbedarftere Fachkräfte schwer zu akquirieren sind. Hier gilt es auch mit Blick auf künftige Angebote entsprechend nachzusteuern (z.B. mit andern Formaten, inhaltlichen Anreizen und Ansprachen). Dennoch spiegelte sich die Stellung von allgemeiner Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe auch bzw. insbesondere in der Jugendarbeit im Rahmen der Veranstaltung wider. Hier gilt es weiterhin implizite Angebote explizit zu machen und die vielfältigen Leistungsangebote und Konzepte zur Gesundheitsförderung zu identifizieren und einer breiten Fachöffentlichkeit zugänglich zu machen. Wichtig scheint überdies eine starke Kooperation und Vernetzung mit Professionen aus dem Gesundheitssektor. Neben dem

fachlichen Austausch und der Vermittlung von Expertise erschließen sich dadurch ggf. auch neue und fruchtbare Möglichkeiten zur Förderung und Finanzierung von z.B. Fachstellen, Mitarbeiter\*innen und Projekten.