

Jugendliche geben GAAS – ein interdisziplinäres Miteinander

Jugendliche stärken ihre Gesundheitskompetenz unterstützt durch mobile Jugendarbeit Nordrand, Produktionsschule spacelab, Diätologie, Ernährungswissenschaft, Physiotherapie und soziale Arbeit (Universität Wien und FH St. Pölten). Der Name des Projekt leitet sich von dessen Schwerpunkten ab: zur Förderung der Gesundheitskompetenzen von Jugendlichen, die sich nicht in Ausbildung, Arbeit oder Schulung befinden.

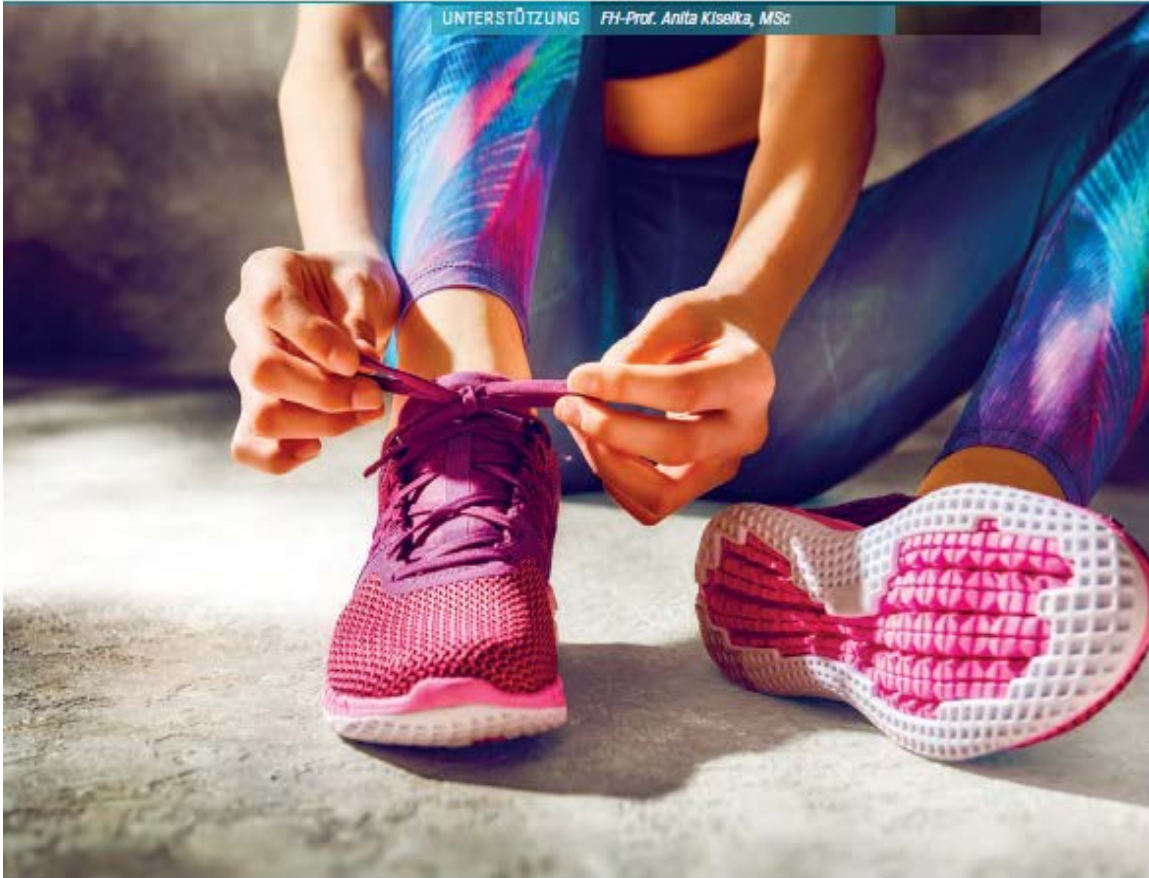
Um gesundheitlicher Chancenungleichheit entgegenzuwirken, konzentriert sich das Projekt GAAS auf Jugendliche im NEET-Status (not in education, employment or training). Laut Bacher et al. (2014) zählten in Österreich in den Jahren 2006 bis 2011 im Durchschnitt 8,6 Prozent, das sind 78.000 der 16- bis 24-Jährigen, zu dieser Gruppe. Eine IST-Analyse zu Beginn des Projekts erhob Daten zum Ernährungs- und Bewegungsverhalten und zu den Bedürfnissen der Zielgruppe. Die 53 teilnehmenden Jugendlichen erreichten, so das Ergebnis, die Empfehlungen zur gesundheitswirksamen Bewegung von mindestens sieben Stunden pro Woche nicht. Basierend darauf gestalteten Studierende der Physiotherapie, Diätologie und Ernährungswissenschaft über sechs Monate lang gesundheitsfördernde Interventionstage mit Jugendlichen in Wien und St. Pölten. Das Projekt wird durch den Fonds Gesundes Österreich, den niederösterreichischen Gesundheits- und Sozialfonds sowie die Initiative »Tut gut« gefördert.

Zielgruppengerecht, partizipativ und nachhaltig
Die Kommunikation mit den Jugendlichen erfolgte, auch dank praktischer Übungen, auf Augenhöhe. Da die IST-Analyse ein ungünstiges Trinkverhalten der Jugendlichen aufzeigte (z. B. hoher Energydrinkkonsum), entwickelten die Jugendlichen in diesem Projekt ein Getränk (Friz-tea) als Gesundheits-Kommunikationstool aus der eigenen Lebenswelt. Anhand von Infographics am Etikett gibt das Getränk Informationen zu gesundem Trinkverhalten an Jugendliche weiter. Zur Schulung von MultiplikatorInnen entwickelte sich aus dem Projekt außerdem ein ernährungsspezifischer Lehrgang. Das Projekt wurde mit dem Wiener Gesundheitspreis (1. Platz) ausgezeichnet.

Geschlechterspezifische Besonderheiten

Anita Kiselka betreute als Dozentin die Physiotherapie-Studierenden der FH St. Pölten bei ihrer Arbeit mit den Jugendlichen und vermittelt in einem neuen Lehrgang Bewegungsdidaktik. Sie berichtet über Erfahrungen aus dem Projekt und von den Erfahrungen der TrainerInnen aus der täglichen Jugendarbeit: Spielerische Übungen, gemeinsam Spaß haben und eine selbstbestimmte Auswahl der Inhalte innerhalb eines strukturierten Rahmens mit klaren Regeln sind für alle Jugendlichen wichtig und hilfreiche Motivation zu Bewegung und Konzentration. Allerdings haben Mädchen und Burschen unterschiedliche Bedürfnisse an Bewegungsangeboten: Die Erfahrungen zeigen, dass Mädchen an Sport und Bewegung gemächlich herangehen, mit Pausen für sozialen Austausch und Zeit für Gespräche. Sie zeigen aber Biss und Durchhaltevermögen, wenn sie einer für sie interessanten Herausforderung gegenüberstehen. Eine solche Herausforderung darf aus koordinativen Elementen bestehen (beim Jonglieren wird z. B. so lange geübt, bis die Aufgabe gelingt) und Ausdauer beanspruchen. Übungen für Körperwahrnehmung und -stabilität sowie Volleyball ziehen sie Gerätetraining oder Fußball vor. Während sozialer Kontakt im Vordergrund steht, motiviert körperlich stark anstrengende oder exponierende Bewegung sie wenig, da sie wenig Kraft- oder Bewegungsdrang spüren – ganz im Gegensatz zu Burschen.

»DIE ERFAHRUNGEN ZEIGEN,
DASS MÄDCHEN AN SPORT UND
BEWEGUNG GEMÜTLICH HERANGEHEN,
MIT PAUSEN FÜR SOZIALEN AUSTAUSCH
UND ZEIT FÜR GESPRÄCHE.«



LITERATUR

Bacher J et al. (2014). Studie zur Unterstützung der arbeitsmarktpolitischen Zielgruppe »NEET«. Sozialpolitische Studienreihe. Band 17. Wien: Verlag des ÖGB.

Currie C et al., eds. (2012). Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. WHO Health Policy for Children and Adolescents, No. 6.

Eurofound. (2012). NEETs - Young people not in employment, education or training. Characteristics, costs and policy responses in Europe. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

gaas.fhstp.ac.at
www.facebook.com/GAASProjekt
www.bojs.at/gesundheit
www.motorikpark-wien.at

Die Erfahrungen zeigen auch, dass Burschen schnell Ehrgeiz und Spaß bei Fußball, Skifahren, Klettern, Parcours, Krafttraining oder anderen Sportarten entwickeln, bei denen sie ihrem großen Bewegungsdrang gerecht werden und sich in einer Gruppe beweisen können. Eine solche bietet ihnen die Gelegenheit, gemeinsam Regeln zu definieren, in denen alle gleichberechtigt aktiv sein können. Bei Herausforderungen, die sie nicht sofort meistern, verlieren sie erfahrungsgemäß schneller das Interesse als Mädchen, hingegen kann sie eine körperlich fordernde Bewegungsform nicht abschrecken.

Daher ist bei Aktionen mit Sport- und Bewegung immer darauf zu achten, dass für beide Geschlechter Passendes angeboten wird. Die Produktionsschule Spacelab (www.spacelab.cc) bietet einen eigenen Standort nur für Girls, um auf ihre Bedürfnisse speziell eingehen zu können. ■



FH-Prof. Anita Kiselka, MSc
 angestellte und freiberufliche Physiotherapeutin, FH-Dozentin in den Studiengängen Physiotherapie und Digital Healthcare der FH St. Pölten, Funktionärin bei Physio Austria