

GAAS – Projekt zur Förderung der Gesundheitskompetenzen von Jugendlichen, die sich nicht in Ausbildung, Arbeit oder Schulung befinden

- **durchführende Einrichtungen:** Fachhochschule St. Pölten – Department Gesundheit; Universität Wien – Department für Ernährungswissenschaften; Mobile Jugendarbeit Nordrand
- **Laufzeit der Maßnahme:** 1. September 2015 bis 28. Februar 2018
- **Schwerpunkte:** Gute Gesundheitsinformation (GGI), Gesundheitskompetenz in Organisationen und Settings (GKO)
- **Wirkungsbereich:** Niederösterreich

Beschreibung

In dem interdisziplinären Projekt soll die Gesundheitskompetenz (Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit) von 16- bis 24-jährigen Jugendlichen im NEET-Status in Wien und in St. Pölten gestärkt werden.

Ausgangslage

Laut Europäischer Kommission beschreibt der Indikator NEET (= not in employment, education or training) Jugendliche zwischen 15 und 24 Jahren, die nach dem Labour-Force-Konzept nicht beschäftigt sind und sich in den letzten vier Wochen in keiner Ausbildung oder Schulung befanden (eurofund, 2012). Obwohl der Indikator kontrovers diskutiert wird, ist er eine Ergänzung zum Indikator Jugendarbeitslosigkeit und weist auf soziale Ausgrenzung hin (Bacher, et al., 2014). In Österreich, wo dieser Indikator die Altersgruppe der 16- bis 24-Jährigen berücksichtigt, zählten 2006 bis 2011 im Durchschnitt 8,6 % (78.000) zu der Gruppe der NEET-Jugendlichen (Bacher, et al., 2014). Obwohl die Gruppe sehr heterogen ist, sind die physischen und psychischen Gesundheitsprobleme der Betroffenen vergleichbar. Zum Ernährungsverhalten dieser Bevölkerungsgruppe gibt es in Österreich keine und international nur limitiert Daten. Daten der HBSC-Studie zeigen, dass Jugendliche mit niedrigem sozioökonomischem Status ein nachteiligeres Ernährungsverhalten aufweisen, z.B. konsumieren sie seltenes Frühstück und Obst sowie häufiger gezuckerte Getränke als andere Jugendliche (Currie et al., 2012). Davison et al. (2015) zeigten, dass die Wahrnehmungen rund um gesunde Ernährung von NEET-Jugendlichen von folgenden Punkten beeinflusst werden:

- „Spirale“ aus nachteiligen sozialen und ökonomischen Lebensbedingungen, mangelnder sozialer Unterstützung und Substanzmissbrauch
- externe Faktoren: finanzielle Limitationen, vermeintlich kostengünstiges Fast Food, Überangebot an Fast Food und Convenience Food
- individuelle Faktoren: geringe Selbst-Effektivität, mangelnde Fähigkeit, Ernährungsentscheidungen treffen zu können, limitierte Kontrolle über Kauf und Verarbeitung von Lebensmitteln z.B. zu Hause, Sucht (Davison, et al., 2015).

Die Ergebnisse dieser qualitativen Studie (Davison, et al., 2015) lassen ein stark verbesserungswürdiges Ernährungsverhalten vermuten. Darüber sollte auch das Bewegungsverhalten von NEET-Jugendlichen optimiert werden. In einer schottischen Studie bewegten sich mehr als 70 % der Jugendlichen im NEET-

Status nicht ausreichend (Poobalan, et al., 2012). Demgegenüber finden in der Pubertät zahlreiche physische, psychische und soziale Veränderungen statt, welche die Gesundheit der Jugendlichen langfristig beeinflussen. Daher sollte dieser Altersgruppe besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden, sodass nachträgliche Verhaltensweisen wie z.B. hoher Fast-Food-Konsum sowie das frühe Auftreten chronischer Erkrankungen vermieden werden können (Alberga, et al., 2012).

Zielsetzung

Das übergeordnete Projektziel ist, die NEET-Jugendlichen in ihren Gesundheitskompetenzen zu stärken und ihre Umwelt, die beteiligten Organisationen der Jugendarbeit (spacelab – Produktionsschule Wien, Mobile Jugendarbeit Nordrand), gesundheitskompetenter zu gestalten. Die Projektinhalte basieren auf den Ergebnissen zweier Vernetzungsveranstaltungen mit Stakeholdern in Wien und St. Pölten. Dabei haben sich drei Schwerpunkte und vier Ziele ableiten lassen.

1. Schwerpunkt:

Nach umfassenden Analysen zum Gesundheitsverhalten und zahlreichen Gesprächen mit Jugendlichen, Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeitern und Stakeholdern startet die Intervention, in Form von Aktionstagen, im April 2016. So wird Gesundheitskompetenz, insbesondere Ernährungskompetenz, bei den Jugendlichen und Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeitern in praktischen Ansätzen gestärkt sowie bestehende Angebote und Strukturen aus Gesundheitskompetenz-Sicht optimiert. Jeder der fünf Standorte wird von Studierenden der Ernährungswissenschaft, der Diätologie und der Physiotherapie betreut. Durch diesen Peer-to-Peer-Ansatz kann noch besser auf Augenhöhe mit den Jugendlichen kommuniziert und nachhaltigere Ergebnisse erzielt werden.

1. Ziel:

Die teilnehmenden NEET-Jugendlichen sind nach der Intervention in ihren Gesundheitskompetenzen gestärkt, d.h. sie werden im Finden, Verstehen und Beurteilen von Gesundheitsinformationen geschult und können in ihrem Alltag selbstbestimmt gesundheitsbezogene Entscheidungen treffen. Indikator: 70 Jugendliche und 25 Betreuerinnen/Betreuer nehmen an der Intervention in Wien und in St. Pölten teil. Die Jugendlichen in den teilnehmenden Organisationen nehmen an mindestens drei der sechs Veranstaltungen teil. Es finden sechs Aktionen an jedem Standort innerhalb von sechs Monaten statt.

2. Schwerpunkt:

Im weiteren Verlauf des Projekts wird ein Produkt zur Ernährungskommunikation (z. B.: App, Kochbuch) partizipativ mit den Jugendlichen entwickelt. Das an die Intervention angelehnte Produkt soll auch nach Projektende verschiedensten Organisationen im Bereich der Jugendarbeit und Schulen zur Verfügung stehen, sodass Ernährungsinformationen leicht und unterhaltsam an österreichische Jugendliche weitergegeben werden können.

2. Ziel:

Informationen zu gesunder Ernährung sollen an Jugendliche vermittelt werden, sodass diese in der Lage sind, kompetent Entscheidungen bzgl. ihrer Ernährung treffen zu können. Nach Projektende steht ein jugendspezifisches Produkt zur Ernährungskommunikation zur Verfügung. Indikator: Mindestens 70 Jugendliche in Wien und in St. Pölten haben das Produkt im Laufe des Projektes erhalten.

3. Schwerpunkt:

2017 wird die Entwicklung eines ernährungsspezifischen Lehrgangs für Personen mit psychosozialer Grundausbildung initiiert. Der Lehrgang wird in Kooperation mit dem Department Soziales der FH St.

Pölsen entwickelt und an der FH St. Pölsen und der Universität Wien und in St. Pölsen verschränkt durchgeführt. Der berufsbegleitende Lehrgang bleibt nach Projektende bestehen.

3. Ziel:

Die teilnehmenden Betreuer:innen haben nach der Lehrgangsteilnahme eine größere Gesundheitskompetenz, insbesondere ein größeres Ernährungswissen, und können ihre Organisation gesundheitsförderlicher gestalten. Zudem wird ihre Vermittlungskompetenz in Hinblick auf Gesundheitskompetenz und auf die Kommunikation mit der spezifischen Zielgruppe der NEETs gestärkt. Indikator: Mindestens zehn Personen mit psychosozialer Grundausbildung nehmen am Lehrgang teil. Die Zunahme der Kompetenzen werden mit einem prä-post Vergleich (Fragebogen) erhoben.

Zielgruppen

- Zielgruppen im Setting Familie: Kinder und Jugendliche, Schülerinnen und Schüler
- Zielgruppen im Setting Gesundheits- und Sozialwesen/(öffentliche) Dienstleistungen: Berufsgruppen der psychosozialen Versorgung (Psychologinnen/Psychologen, Sozialarbeiter/innen etc.)
- Sonstiges: Jugendliche im außerschulischen Bereich

Methodik

In dem interdisziplinären Projekt soll die Gesundheitskompetenz (Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit) von 16- bis 24-jährigen Jugendlichen im NEET-Status in Wien und in St. Pölsen gestärkt werden. Dabei verfolgt das Projekt drei Ansätze:

- Intervention mit den Jugendlichen und deren Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter über einen Zeitraum von 6 Monaten an 5 Standorten (4 in Wien, 1 in St. Pölsen). Sie basiert auf umfassenden Analysen und Gesprächen mit der Zielgruppe (Interviews und Fokusgruppen mit Jugendlichen und Sozialarbeiterinnen/ Sozialarbeitern; Fragebogenerhebung und anthropometrische Messungen mit den Jugendlichen; umfassende Literaturrecherche; laufender Austausch zwischen den Projektpartner/innen und den externen Evaluatorinnen/ Evaluatoren). Thematisch werden die Schwerpunkte auf Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit liegen. Diese Intervention wird teilweise in existierenden Strukturen eingebettet und teilweise als ein neues/zusätzliches Angebot implementiert. Jeder Standort wird von je einer/m Studierenden der Ernährungswissenschaft, Diätologie und der Physiotherapie betreut. So wird Kontinuität und auf Grund des Alters der Studierenden ein Peer-to-Peer-Ansatz verankert. Begleitend zu dieser Intervention werden zielgruppengerechte Social Media zur Kommunikation und Motivation der Jugendlichen eingesetzt.
- Basierend auf dieser Intervention und den vorangegangenen Analysen wird gemeinsam mit den Jugendlichen ein Produkt zur Ernährungskommunikation entwickelt und produziert, z.B. Kalender, Kochbuch o.Ä. Dieses Produkt soll auch nach Projektende verschiedensten Organisationen (Jugendarbeit, Schulen) zur Verfügung stehen, sodass Ernährungsinformationen leicht und unterhaltsam an Jugendliche weitergegeben werden können.
- Das dritte Ergebnis dieses Projektes soll ein gesundheits- und ernährungsspezifischer Lehrgang (10 ECTS) für Personen mit psychosozialer Grundausbildung sein (Multiplikatoren-schulung). Dem Lehrgang ist eine Bedarfserhebung (Fragebogenerhebung mit Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeitern; Austausch zwischen den Projektpartner/innen und den externen Evaluatorinnen/Evaluatoren) vorgelagert. Er wird im Projekt in Kooperation mit der Sozialen Arbeit der FH St. Pölsen entwickelt, in Wien und in St. Pölsen verschränkt durchgeführt, evaluiert und weiterentwickelt. Die Teilnehmerinnen/Teilnehmer stammen bevorzugt aus den kooperierenden Einrichtungen.

Nach Projektende bleibt der Lehrgang weiter bestehen und stellt zudem eine Möglichkeit des Transfers in andere Settings dar.

Beitrag zum Wirkungsziel 2

Eine vulnerable Zielgruppe – die NEET-Jugendlichen – werden durch die Maßnahmen darin gestärkt, Gesundheitskompetenz (insbesondere im Bereich Ernährung) aufzubauen. Das bedeutet, dass sie nach der Intervention besser in der Lage sind, selbstbestimmt Entscheidungen in Bezug auf ihre Gesundheit treffen können. Dabei sind Empowerment und der Aufbau kritischer Gesundheitskompetenz wichtige Elemente.

Die beteiligten Jugendlichen werden von Beginn an zur partizipativen Mitarbeit in der Gestaltung der Intervention motiviert. Dieser partizipative Ansatz und die Mitwirkung der Jugendlichen in der ausführlichen IST-Analyse sowie bei der Produktentwicklung stärken die Jugendlichen vor allem in ihrer Selbstbestimmung, ihren Gesundheitskompetenzen und in ihrer Selbstkompetenz bezogen auf die eigene Gesundheit. Dies ist gerade bei einer Zielgruppe wie Jugendliche im NEET-Status von großer Bedeutung, da sie sich häufig z.B. als fremdbestimmt auf Grund zahlreicher Bewerbungsabsagen wahrnehmen.

Die Thematisierung gesundheitsspezifischer Bereiche erfolgt, während der 6-monatigen Intervention in regelmäßigen Abständen, wodurch eine langfristige positive Wirkung auf Empowerment, den Aufbau kritischer Gesundheitskompetenzen und Selbstkompetenz in Bezug auf die eigene Gesundheit gewährleistet wird.

Es wird angestrebt, dass das Projekt nach Projektende als Transferprojekt in weiteren Settings zu den genannten Effekten führt. Der entwickelte Lehrgang richtet sich an Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter und ihre Kompetenzen. Durch das erlernte Wissen, Herangehensweisen und Strategien rund um das Thema Gesundheit werden die Teilnehmenden sowohl in ihren eigenen Gesundheits- und Selbstkompetenzen als auch in denjenigen, die sie an die Jugendlichen weitergeben können, gestärkt.

Das Projekt wird vom Fonds Gesundes Österreich und dem Niederösterreichischen Gesundheits- und Sozialfonds – Initiative „Tut gut!“ gefördert.

Literatur

Alberga, A. et al. (2012): Overweight and obese teenagers: why is adolescence a critical period? *Pediatric Obesity*, 7 (4), 261-273.

Bacher, J. et al. (2014): Studie zur Unterstützung der arbeitsmarktpolitischen Zielgruppe "NEET". In: BMASK, Hrsg. Sozialpolitische Studienreihe. Band 17. Wien: Verlag des ÖGB.

Currie, C. et al. (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*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2012 (Health Policy for Children and Adolescents, No. 6).

Davison, J., Share, M., Hennessy, M. & Stewart Knox, B. (2015): Caught in a 'spiral'. Barriers to healthy eating and dietary health promotion needs from the perspective of unemployed young people and their service providers. *Appetite*, 85, 146-154.

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

Poobalan, A. S., Aucott, L. S., Clarke, A. & Smith, W. C. (2012): Physical activity attitudes, intentions and behaviour among 18-25 year olds: A mixed method study. *BMC Public Health*, 12 (1), 640.