

## Beispiel guter Praxis

# „XUND entscheiden“ – Workshop zur Förderung der Gesundheitskompetenz von Jugendlichen

## Kurzbeschreibung

Mit dem Workshop „XUND entscheiden“, der von der steirischen Jugendinfo LOGO im Rahmen des Projekts „XUND und DU“ seit 2019 umgesetzt wird, werden die notwendigen Fähigkeiten und Fertigkeiten von Jugendlichen gestärkt, auf Basis eines kompetenten Umgangs mit relevanten Informationen „gesunde“ Entscheidungen treffen zu können. Der rund zweistündige Workshop, der für Jugendliche ab 13 Jahren bzw. Schulklassen ab der 7. Schulstufe konzipiert ist, fördert somit die Gesundheitskompetenz junger Menschen.

Nach den Prinzipien der Lebensweltorientierung und Altersadäquatheit werden im Workshop die notwendigen Schritte auf dem Weg zu einer gesundheitskompetenten Entscheidung entlang unterschiedlicher Gesundheitsthemen junger Menschen (von bewusster Ernährung über sexuelle Gesundheit und Suchtprävention bis hin zu psychischer Gesundheit oder sozialer Gesundheit u. v. m.) interaktiv bearbeitet.

Der Workshop wird laufend an aktuelle Trends, Entwicklungen und Interessen junger Menschen angepasst – so wurden beispielsweise, während der COVID-19-Pandemie auf Basis des Workshops „XUND entscheiden“ einstündige Webinare speziell zum Umgang mit Falsch- und Fehlinformationen rund um COVID-19 sowie mit Fake News rund um Impfungen konzipiert und insgesamt über 150-mal durchgeführt.

## Welche Ziele sollen mit dieser Maßnahme erreicht werden?

- Förderung der notwendigen Fähigkeiten und Fertigkeiten rund um Informationsrecherche, den kritischen Umgang mit relevanten Informationen, die Verarbeitung von Informationen und das Treffen einer gesundheitskompetenten Entscheidung
- Kennenlernen evidenzbasierter Informationsquellen im Gesundheitsbereich
- Stärkung des Bewusstseins von Falsch- und Fehlinformationen im Gesundheitsbereich

## Warum bedarf es dieser Maßnahme?

Laut den Ergebnissen aus dem HLS-EU aus dem Jahr 2011 weist die österreichische Bevölkerung im Vergleich zu sieben anderen europäischen Ländern eine unterdurchschnittliche Gesundheitskompetenz auf. Innerhalb Österreichs weist die Steiermark dabei die niedrigste Gesundheitskompetenz aller Bundesländer auf: Beim Teilindex „Prävention“ liegt der Anteil der Steirer:innen, die über eine ausreichende oder exzellente Gesundheitskompetenz in diesem Bereich verfügen, bei 47,4 Prozent (Österreich: 55 %), beim Teilindex „Krankheitsbewältigung“ bei 43,9 Prozent (Österreich 54,9 %) und beim Teilindex „Gesundheitsförderung“ bei 33,3 Prozent (Österreich: 41,8 %). (Quelle: Fonds Gesundes Österreich).

Die Österreichische Gesundheitskompetenz-Erhebung 2020 bestätigt weitgehend die Ergebnisse der ersten Studie. Insgesamt kann im Vergleich zu den Ergebnissen aus dem Jahr 2012 eine leichte Steigerung der allgemeinen Gesundheitskompetenz vermutet werden, jedoch auf äußerst niedrigem Niveau.

Eine im Auftrag des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger durchgeführte Studie eruierte im Jahr 2012 die Gesundheitskompetenz von Jugendlichen in Österreich. Demnach weist knapp mehr als die Hälfte der österreichischen 15-Jährigen eine limitierte Gesundheitskompetenz auf (47 % eine problematische und 11 % eine unzureichende), während sechs Prozent über eine ausgezeichnete und 36 Prozent über eine ausreichende Gesundheitskompetenz verfügen. Diese Studie zeigte außerdem einmal mehr, dass sozioökonomische Determinanten (finanzieller Status, Bildungsstand der Eltern etc.) einen signifikanten Einfluss auf die Gesundheitskompetenz der Jugendlichen haben. Deutliche Unterschiede zeigten sich außerdem in regionaler Hinsicht: Jugendliche aus der Steiermark und aus Kärnten weisen deutlich häufiger eine limitierte Gesundheitskompetenz auf als Jugendliche aus Restösterreich. (Quelle: Österreichischer Kinder- und Jugendgesundheitsbericht 2015, S. 75f.)

Das Projekt „XUND und DU“ setzt unterschiedliche Maßnahmen im informellen und formalen Bildungsbereich und fördert so die Gesundheitskompetenz aller Jugendlichen. Im formalen

Bildungsbereich sorgen insbesondere die unterschiedlichen Workshopformate, wie beispielsweise der Workshop „XUND entscheiden“, dafür, dass die Förderung der Gesundheitskompetenz von einem Unterrichtsprinzip zu einem Unterrichtsinhalt wird. Weitere Maßnahmen, wie etwa Jugendgesundheitskonferenzen, ein Mikrofördercall für partizipativ erarbeitete Initiativen zur Förderung der Gesundheitskompetenz von Jugendlichen oder ein Onlinekurs für Pädagoginnen und Pädagogen runden das Gesamtprojekt ab.

## Wo und für wen kann diese Maßnahme eingesetzt werden?

- Zielgruppe: Jugendliche ab 13 Jahren
- Settings: Schulklassen ab der 7. Schulstufe, Ausbildungsstätten, Jugendeinrichtungen und andere Organisationen für Jugendliche ab 13 Jahre

### Faktenbox

- Zielgruppe: Schüler:innen der Sekundarstufe bzw. Jugendliche ab 13 Jahren
- Ort: steiermarkweit an Ihrer Schule bzw. Jugendeinrichtung
- Kosten: kostenfrei
- Gruppengröße: maximal 24 Teilnehmer:innen (bei größeren Gruppen besteht die Möglichkeit, zwei Workshops parallel durchzuführen)
- Dauer: zwei Schulstunden bzw. 100 Minuten
- Inhalt: Recherche von relevanten Gesundheitsinformationen, (kritischer) Umgang mit und Verarbeitung von Gesundheitsinformationen, Treffen von „gesunden“ Entscheidungen
- weitere Informationen: <https://xund.logo.at/xund-entscheiden>

## Welche Schritte sind für die Umsetzung erforderlich?

- 1) Workshopanfrage auf <https://xund.logo.at/doctalk> stellen
- 2) Termin vereinbaren



### Welche Unterstützungsmaterialien stehen zur Verfügung?

- Alle Workshopmaterialien, Arbeitsmittel usw. werden bereitgestellt.
- Bei Bedarf kann mobiles Internet bereitgestellt werden.

### Was sollte bei der Umsetzung berücksichtigt werden?

- begrenztes Workshop-Kontingent
- Smartphones der Jugendlichen werden als Unterrichtsmaterial eingesetzt.

### Erwartbare Wirkungen und Erfahrungswerte

Der Workshop wird laufend mittels eines schriftlichen Feedbackfragebogens unmittelbar nach der Workshopdurchführung evaluiert. Unter anderem zeigen die Ergebnisse aus dem Jahr 2022, dass der Workshop bei der primären Zielgruppe äußerst positiv angenommen wird:

- 98 Prozent der Befragten geben an, dass ihnen der Workshop insgesamt sehr gut oder gut gefallen hat.
- 95 Prozent der Jugendlichen stimmen der Aussage zu, dass der Workshop sehr abwechslungsreich ist.
- 87 Prozent der Befragten geben an, dass sie im Workshop neue Erfahrungen machen konnten.
- 70 Prozent der Jugendlichen wurden durch den Workshop dazu motiviert, sich weiterhin mit dem Thema zu beschäftigen.

Die Antworten aus den offenen Fragen bestätigen dieses positive Bild: „Ich fand es gut, dass es zu einem Workshop kam, da es gerade jetzt wichtig ist, richtige Infos zu bekommen. Danke!“, „Mir hat der Workshop sehr gut gefallen. Ich habe neue Informationen bekommen und bin auch auf neue Gedanken gekommen“, „Einfach so weitermachen. Der Workshop hat mir sehr gut gefallen“, „Der Workshop war cool und ich habe neue Erfahrungen gemacht“ oder „Ich bin froh, dass ihr heute da wart. Wir brauchen mehr von diesem Thema!“ sind nur einige wenige O-Töne aus den eingeholten Feedbacks.



### Empfohlene Kombination mit anderen Maßnahmen dieser Toolbox

- „Infos ohne Nebenwirkung“ – eine Checkliste für Laiinnen und Laien zur Beurteilung der Verlässlichkeit von Onlinegesundheitsinformationen



### Weiterführende Infos

- <https://xund.logo.at/doctalk>
- <https://www.logo.at>

### Kontakt:

- Johannes Heher, [johannes.heher@logo.at](mailto:johannes.heher@logo.at), LOGO jugendmanagement gmbh
- <https://www.logo.at>

**LOGO!**  
JUGENDMANAGEMENT