

Holger Kalippke

GUT DRAUF — Projektdarstellung



Bewegen, entspannen, essen - aber wie!

Eine Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

„GUT DRAUF Bewegen, entspannen, essen – aber wie!“ ist ein Programm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Jugendlichen werden zu einem gesundheitsbewussten und selbstbestimmten Verhalten angeregt. Oberstes Ziel des Programms GUT DRAUF ist der Erwerb eines gesundheitsgerechten Lebensstils in den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung bei 14- 18jährigen Jugendlichen. Insbesondere sollen Jugendliche aus beeinträchtigten Lebenslagen (materiell, sozial, kulturell oder gesundheitlich) angesprochen werden. Die körperliche und geistige Gesundheit der Jugendlichen soll verbessert, sowie die Folgekosten für das Gesundheitssystem nachhaltig reduziert werden.

Die Grundlage des Programms bildet ein integriertes Präventionskonzept, d.h. eine multi-thematische sowie multidimensionale Arbeitsweise wird verfolgt. Nicht nur die Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung werden miteinander verbunden sondern auch die Ansprache der Jugendlichen wird auf unterschiedlichster Weise umgesetzt.

GUT DRAUF setzt besonders auf Spaß, Freude, Gemeinschaft und Ausprobieren. Die Aktion orientiert sich an den Lebenswelten der Jugendlichen, um eine nachhaltige Integration der Angebote in den Alltag der Jugendlichen zu erreichen. GUT DRAUF orientiert sich daran, dass das Gesundheitsverhalten maßgeblich im Kinder- und Jugendalter determiniert wird und im Erwachsenenalter stabil bleibt. (Siehe entsprechendes Informationsmaterial der BZgA u. a. Goldapp, C./Mann, R.: Zur Datenlage von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen. Prävention 01, 12-17, 2004).

Entsprechend der Definition des Gesundheitsbegriffs durch die Weltgesundheitsorganisation WHO soll eine Annäherung an einen Zustand des umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht lediglich das Freisein von Krankheit und Schwäche unterstützt werden.

Handlungsfelder für die inhaltliche Umsetzung dieses bundesweiten Programms sind die zentralen Sozialisationsfelder der Heranwachsenden

Schule und berufliche Ausbildung,

- Freizeit,
- Jugendarbeit,
- Sport und
- Ferienreisen.

GUT DRAUF richtet sich vorrangig an Multiplikator/innen in den oben benannten Handlungsfeldern. Ziel ist es, die entsprechenden Akteure in ihrer Arbeit zu befähigen, GUT DRAUF Angebote umsetzen zu können.

Wie wird GUT DRAUF umgesetzt?

Handlungsfelder für die inhaltliche Umsetzung von GUT DRAUF sind die zentralen Orte, in denen sich Jugendliche sozialisieren. Schule und Beruf, Freizeit, Jugendarbeit, Sport und Jugendreisen. GUT DRAUF richtet sich an Multiplikatoren in den genannten Sozialisationsfeldern. Die in diesen Feldern tätigen Akteure werden durch Schulungen befähigt, GUT DRAUF Angebote entsprechend umzusetzen. Die Schulungen werden von qualifizierten und zertifizierten GUT DRAUF Trainern durchgeführt.

Qualitätssicherung und -entwicklung sind maßgebliche Bestandteile des Programms und finden sich daher in den leitenden Kriterien von GUT DRAUF wieder. In diesem Zusammenhang stellt die Evaluation einen ganz entscheidenden Baustein dar.

Evaluation

Das Evaluationsdesign für das Programm GUT DRAUF fußt auf drei zentralen Säulen:

- der Struktur- und Prozessevaluation
- der Wirkungsevaluation oder auch Ergebnisevaluation genannt und
- der Selbstevaluation

Die Evaluation für die Zielgruppe erfolgt durch jeweils spezifizierte Befragungsinstrumente. Eine Dokumentation nach vorgegebenen Regeln ergänzt die Bemühungen im Bereich der Evaluation.

Zur internen Qualitätssicherung und -entwicklung wird ein methodengeleitetes Selbstevaluationsverfahren herangezogen, welches die Verbesserung der systematischen Selbstreflexion und die daraus abzuleitende Weiterentwicklung des fachlichen Handelns von haupt- und ehrenamtlich Tätigen im Fokus hat. Für alle Handlungsfelder sind entsprechend der jeweiligen Qualitätsstandards Selbstevaluationsansätze festgelegt.

Darüber hinaus werden seit 2005 Erhebungsinstrumente entwickelt, die eine Einschätzung bezüglich einer Wirkung der jeweiligen Umsetzungsform von GUT DRAUF zulassen. Die Jugendaktion hat maßgeblich zum Ziel, dass Jugendliche ein gesundheitsförderndes Verhalten in ihren Alltag integrieren. Zentrale Dimensionen, an denen die Wirkung evaluiert wird sind daher das Wissen über Gesundheitsförderung, die Einstellung bzw. Bewertung zu diesem Wissen, die personalen Fertigkeiten bzw. methodischen Kompetenzen sowie strukturelle Veränderungen im (Arbeits-)Alltag. Die Umsetzung der GUT DRAUF- Evaluation erfolgt durch ein Team aus Hochschule und Praxisforschung.

GUT DRAUF Steuerstruktur

Im angefügten Schaubild wird die bundesweite vernetzte Struktur von GUT DRAUF dargestellt. Durch die Stärkung von regionalen Netzwerken werden über Multiplikatoren Jugendliche nachhaltiger erreicht.



