

Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe

Wie konkrete Projekte gestaltet werden können



Fonds Gesundes
Österreich



IMPRESSUM

Medieninhaber und für den Inhalt verantwortlich: Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH

Konzept: Dr. Rainer Christ, Mag. Rita Kichler, Dr. Hubert Löffler und Mag. Dietmar Schobel

Text und Redaktion: Mag. Dietmar Schobel

Redaktionelle Mitarbeit: Mag. Petra Winkler

Gestaltung: pacomedia.at, Wien

Fotos: Fotolia

Druck: Druckerei Odysseus, Himberg

Dezember 2017



Gesundheit Österreich
GmbH ● ● ●



Gedruckt nach der Richtlinie des Österreichischen Umweltzeichens
„Schadstoffarme Druckerzeugnisse“
Druckerei Odysseus, Himberg • UW-Nr. 830

INHALTSVERZEICHNIS

Vorworte	4
Einleitung	6
1. Die Kinder- und Jugendhilfe in Österreich	7
2. Grundlagen und Ziele der Gesundheitsförderung	9
3. Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe	11
4. Die vier Schwerpunktziele	13
5. Zwei Beispiele für erfolgreiche Projekte zur Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe	17
Ausblick: Unterstützung für Projekte in der Kinder und Jugendhilfe	20

VORWORTE

Gesundheitsförderung für jene mit dem höchsten Bedarf

Umfassende Gesundheitsförderung und Kinder- und Jugendhilfe haben viel gemeinsam. Denn die Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe sind überwiegend sozial und materiell benachteiligte Menschen, also etwa jene mit geringerer Bildung und weniger Einkommen. Und Maßnahmen zur Gesundheitsförderung sollen speziell auch diese Gruppe der Bevölkerung erreichen, da bei dieser ein besonders hoher Bedarf besteht. Denn sozial und materiell benachteiligte Menschen sind im Durchschnitt betrachtet häufiger krank und haben eine kürzere Lebenserwartung.

Es ist nicht immer einfach, das in die Praxis umzusetzen. Wie es gelingen kann, zeigen die vom Fonds Gesundes Österreich geförderten Projekte „trotz allem gesund“ und „trotz allem vernetzt“. Sie haben das Wissen und die bestehenden guten Kontakte der Mitarbeitenden der Kinder- und Jugendhilfe zu ihren Klientinnen und Klienten genutzt. So konnten die Bedürfnisse der Zielgruppe bestmöglich berücksichtigt und gezielte Maßnahmen zur Gesundheitsförderung geplant und durchgeführt werden.

Die Erkenntnisse aus den beiden Pilotprojekten sowie aus der Grundlagenarbeit, die im Anschluss daran erfolgt ist, sind in der vorliegenden Broschüre zusammengefasst. Diese soll Anregungen geben, wie dieses Know-how durch Transferprojekte und andere Maßnahmen auf möglichst viele Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe in Österreich übertragen werden kann.

Das Team des Fonds Gesundes Österreich

Die Kinder- und Jugendhilfe profitiert von Gesundheitsförderung

Kinder- und Jugendhilfe soll dazu beitragen, die Rechte der Kinder und Jugendlichen auf Förderung ihrer Entwicklung und Erziehung zu eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeiten zu unterstützen. Sie soll sie vor allen Formen der Gewalt schützen und die Erziehungskraft der Familien stärken. Die konkreten Leistungen und Beratungen werden von Dienststellen in den politischen Bezirken und Städten mit eigenem Statut erbracht, den so genannten „Jugendämtern“ sowie von zahlreichen Fachpersonen in anerkannten privaten Einrichtungen.

Eine möglichst gute Entwicklung der Kinder umfasst natürlich auch, dass diese gesund aufwachsen können. Maßnahmen und Projekte zur Gesundheitsförderung können deshalb ein wichtiger Beitrag sein, dass die Kinder- und Jugendhilfe ihre Ziele erreichen kann. Sowohl die Klientinnen und Klienten können davon profitieren als auch die Mitarbeitenden der Kinder- und Jugendhilfe. Für diese können sich daraus neue Zugänge und Entlastung bei ihrer täglichen Arbeit ergeben.

Dachverband Österreichischer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen

EINLEITUNG

Wer durch Geldsorgen, schwierige oder prekäre Arbeitsverhältnisse, Arbeitslosigkeit oder andere existentielle Probleme belastet ist, für den steht die Sorge um die eigene Gesundheit oft nicht an erster Stelle. Das trifft auch auf viele Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe zu. Andererseits bieten gerade die Strukturen der Kinder- und Jugendhilfe auch eine gute erste Basis dafür, dieses Thema trotzdem aufzugreifen. Die Fachpersonen der Kinder- und Jugendhilfe haben zu ihren Klientinnen und Klienten meist ein Vertrauensverhältnis. Von diesem ausgehend können die Unterstützungs- und Beratungsleistungen gezielt durch gesundheitsförderliche Maßnahmen und Projekte erweitert werden. Der Fonds Gesundes Österreich hat deshalb zwischen 2004 und 2013 zwei Pilotprojekte für Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe unterstützt. Sie heißen „trotz allem gesund“ und „trotz allem vernetzt“.

2014 wurden die dabei gewonnenen praktischen Erkenntnisse durch eine Arbeitsgruppe zu einem allgemeinen Konzept weiterentwickelt. Dieser gehörten Vertreter/innen des Dachverbandes der Österreichischen Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen (DÖJ) aus allen Bundesländern sowie des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) an. Der FGÖ ist die nationale Kompetenzstelle für Gesundheitsförderung. Im DÖJ ist ein Großteil der in Österreich aktiven privaten Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen organisiert. Über 150 Einrichtungen mit mehreren Tausend Mitarbeitenden gehören ihm als Mitglieder an.

Das Konzept stellt die Basis für eine systematische Kooperation von Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen mit der Gesundheitsförderung dar. Es enthält vier inhaltliche Schwerpunktziele und wird durch konkrete Hilfestellungen des DÖJ und des FGÖ ergänzt. In dieser Broschüre sind die wichtigsten Informationen zur Gesundheitsförderung in Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen zusammengefasst. Sie soll zu konkreten Projekten anregen und eine erste Unterstützung dafür sein. Von einer Zusammenarbeit der beiden Bereiche sind nicht zuletzt auch Synergie- Effekte zu erwarten. Sie können wechselseitig von ihren Ressourcen und dem Wissen ihrer Expert/innen profitieren. Vor allem können sich daraus aber auch Vorteile für die Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe ergeben.

Rainer Christ, Rita Kichler, Gesundheitsreferenten beim Fonds Gesundes Österreich
Hubert Löffler, Geschäftsführer des Dachverbandes Österreichischer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen



1. DIE KINDER- UND JUGENDHILFE IN ÖSTERREICH

Kinder und Jugendliche haben ein Recht darauf, in ihrer Entwicklung gefördert und zu einer eigenverantwortlichen Persönlichkeit erzogen zu werden. In erster Linie ist das Aufgabe der Eltern. Die Kinder- und Jugendhilfe soll sie dabei unterstützen.

Die Angebote der Kinder- und Jugendhilfe

- Die Kinder- und Jugendhilfe bietet präventive Maßnahmen an, damit Eltern möglichst gut auf die Bedürfnisse ihrer Kinder eingehen können. Das geschieht zum Beispiel durch Kurse und Workshops in Eltern-Kind-Zentren, durch Elternbildung oder in Elternberatungsstellen.
- Für Familien, in denen es nicht ausreichend gelingt, die Kinder und Jugendlichen zu versorgen, zu betreuen und zu erziehen gibt es weitere Angebote. Dazu zählen etwa Schulsozialarbeit, Familien- und Erziehungsberatung, Hilfen zur Erziehung

und Alltagsbewältigung sowie sozialpädagogische Familienbetreuung.

- Wenn das Kindeswohl gefährdet ist, speziell durch Misshandlung, Gewalt, Vernachlässigung oder sexuellen Missbrauch, sorgt die Kinder- und Jugendhilfe für einen verbindlichen Rahmen zum Schutz von Kindern und Jugendlichen. Das kann durch Unterstützung der Erziehung und Krisenbetreuung erfolgen. Falls notwendig, werden die Kinder und Jugendlichen dauerhaft in Pflegefamilien oder sozialpädagogischen Wohngruppen untergebracht. Letzteres wird als „Maßnahme der Vollen Erziehung“ bezeichnet.

Die Kinder- und Jugendhilfe vertritt zudem in rechtlichen Angelegenheiten rund um Ob- und Unterhalt die Interessen von Kindern und Jugendlichen.

Die Struktur der Kinder und Jugendhilfe

Die Kinder- und Jugendhilfe in Österreich ist föderal organisiert. Die Aufgaben und Rahmenbedingungen sind aktuell im Bundes-Kinder- und Jugendhilfegesetz aus dem Jahr 2013 formuliert. Von den Ländern werden sie in Ausführungsgesetzen präzisiert und diese sind auch für die Finanzierung zuständig. Auf Ebene der 79 politischen Bezirke und 15 Statutarstädte in Österreich sind die Jugendämter eingerichtet, als eine Art „Eingangstor“ zur Kinder- und Jugendhilfe. Sie sollen die regionalen Bedarfe erkennen und sowohl präventive als auch unterstützende Maßnahmen setzen. Sie nehmen Meldungen über Gefährdungen entgegen, um diesen entgegenzuwirken und entwickeln im Einzelfall zusammen mit den Betroffenen Hilfepläne. Die Jugendämter beauftragen in Österreich eine große Anzahl von meist privat geführten Einrichtungen, die Fachpersonal mit den notwendigen psychologischen, pädagogischen und sozialen Kenntnissen beschäftigen. Das Spektrum reicht von kleineren Beratungsstellen und sozialpädagogischen Wohngemeinschaften bis zu großen sozialen Dienstleistern, wie etwa Kinderdörfer, Volkshilfe, Diakonie, Caritas, Pro Juventute oder Institut für Sozialdienste. Zwischen dem Dachverband dieser privaten Einrichtungen und der Gesundheitsförderung wurde die hier dargestellte Kooperation vereinbart.

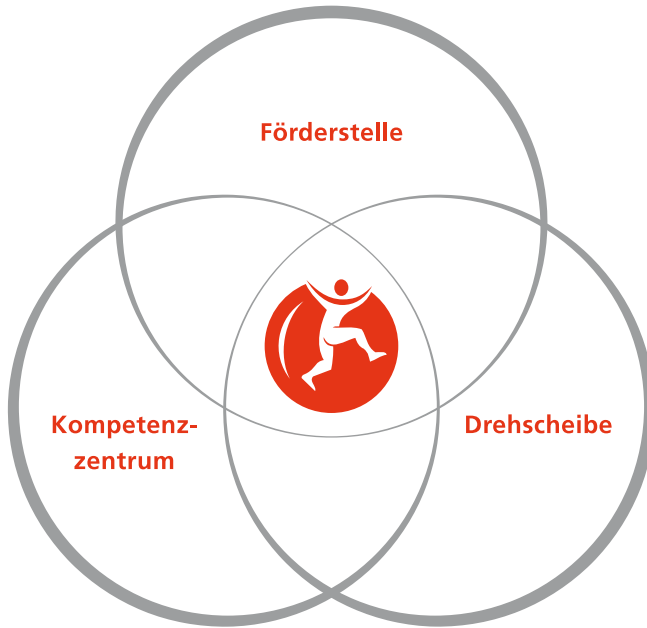
Die Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe

Die Kinder- und Jugendhilfe berät und betreut überwiegend Kinder und Familien, die arm oder armutsgefährdet sind, einen niedrigen Bildungsstatus aufweisen und sozial schlecht integriert sind. Sehr häufig handelt es sich dabei auch um Familien von Alleinerziehenden. Die sozialen und materiellen Probleme gehen häufig mit geringerer Lebenszufriedenheit, höheren Gesundheitsrisiken und chronischen Beschwerden und Erkrankungen einher. Das gilt sowohl in Bezug auf die Kinder und Jugend-

lichen als auch auf die Erwachsenen aus den betroffenen Familien. Über 13.000 Kinder und Jugendliche waren in Österreich im Jahr 2015 über die Kinder- und Jugendhilfe fremd untergebracht. Über 5.000 davon lebten bei Pflegeeltern und fast 8.000 weitere in Krisenzentren und Notschlafstellen, in Wohngemeinschaften und Kinderdörfern oder in Formen von Betreutem Wohnen. Über 36.000 weitere Kinder werden in ihren Familien in Form von Erziehungshilfen, wie beispielsweise ambulante Hilfen betreut. Rechnet man Geschwister und Erwachsene dazu, ergibt das jedenfalls über 100.000 Personen, die in Kontakt mit der Kinder- und Jugendhilfe stehen.

Formen der Kinder- und Jugendhilfe

Je nach Form der Kinder- und Jugendhilfe sind die Kontakte zu den Klientinnen und Klienten von unterschiedlicher Dauer und Intensität. Unter stationärer Kinder- und Jugendhilfe wird verstanden, dass Heranwachsende in Pflegefamilien, Wohngruppen oder öffentlichen Heimen untergebracht werden. Um mobile Kinder- und Jugendhilfe handelt es sich, wenn Fachpersonen in die Familien kommen, um diese bei der Erziehung oder im Alltag zu unterstützen, oder auch wenn Kinder und Jugendliche im schulischen Umfeld oder in ihren Freizeitwelten unterstützt werden. Ambulante Kinder- und Jugendhilfe wird von den Betroffenen häufig freiwillig und auf eigene Initiative hin in Anspruch genommen (als Sozialer Dienst), kann aber auch verbindlich sein, auf Basis einer Vereinbarung mit der KJH oder einer gerichtlichen Verfügung (Erziehungshilfe). Es gibt sie zum Beispiel durch Erziehungsberatungsstellen und Sozialraum-Projekte oder in Form von Schulsozialarbeit und präventiven Angeboten, wie speziell auch den „Frühen Hilfen“.



2. GRUNDLAGEN UND ZIELE DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Die Grundlagen der Gesundheitsförderung sind in der Ottawa Charta der Weltgesundheitsorganisation WHO aus dem Jahr 1986 beschrieben. Sie geht von einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit aus und hat das Ziel, für alle Menschen einen Zustand von körperlichem, geistig-seelischem und sozialem Wohlbefinden erreichbar zu machen. Das soll einerseits geschehen, indem Menschen zu einer gesunden Lebensführung motiviert und befähigt werden. Andererseits sollen vor allem die Lebensverhältnisse oder auch „Settings“ so verändert werden, dass es erleichtert wird, sich für ein gesundes Verhalten zu entscheiden.

Auf englisch wird das durch den Slogan „Make the healthy choice the easy choice“ beschrieben. Konkret kann das zum Beispiel heißen, dass in „gesunden Betrieben“ die Arbeitsprozesse und -verhältnisse insgesamt gesünder gestaltet werden sollen, oder dass in „gesunden Schulen“ die Rahmenbedingungen für das Lehren und Lernen insgesamt optimiert werden sollen. Ein Kernelement von Gesundheitsförderung ist auch, dass ein besserer sozialer Zusammenhalt gleichzeitig mehr Gesundheit für alle Menschen einer Gesellschaft bedeutet. Der Zusammenhang zwischen sozialen Fragen und dem Wohlbefinden ist auch durch zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt.

Wer gute Freunde hat, lebt länger

Wer einige gute Freunde hat, lebt länger. So lassen sich die Ergebnisse einer Überblicksarbeit zusammenfassen, für die 2010 nicht weniger als 148 einzelne Studien zum Zusammenhang von sozialen Kontakten und Lebenserwartung ausgewertet wurden. Eine Gruppe von Forscher/innen rund um Julianne Holt-Lunstadt von der Brigham Young University in den USA hat dabei herausgefunden, dass die Sterblichkeit von Menschen, die über viele und gute soziale Kontakte verfügen, um 50 Prozent geringer ist als jene von Menschen, auf die das nicht zutrifft. Ein kleines und schwach ausgeprägtes soziales Netz zu haben, wirkt sich hingegen ähnlich negativ aus, wie 15 Zigaretten pro Tag zu rauchen und ist sogar zweimal so schädlich wie Übergewicht.

Der Fonds Gesundes Österreich

Aktivitäten zur Gesundheitsförderung werden auf Ebene der Gemeinden und Bundesländer von zahlreichen Akteurinnen und Akteuren geplant und umgesetzt. Auf Bundesebene ist der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) die nationale Kompetenzstelle. Er hat für seine Aufgaben ein jährliches Budget von 7,25 Millionen Euro aus öffentlichen Geldern zur Verfügung.

Diese Mittel werden einerseits für **Initiativen** in den Bereichen Information und Aufklärung, Veranstaltungen sowie Fort- und Weiterbildung verwendet, die vom FGÖ konzipiert und entweder selbst oder mit Partnerinnen und Partnern umgesetzt wer-

den. Die Hauptaufgabe des Fonds Gesundes Österreich ist jedoch die **Projektförderung**, und solche Projekte wurden und werden auch speziell im Bereich der Kinder- und Jugendhilfe umgesetzt (siehe auch „Zwei Beispiele für erfolgreiche Projekte“ auf den Seiten 17-19 näher).

Projektförderung durch den FGÖ

Vom FGÖ werden Projekte im Feld der Gesundheitsförderung und Primärprävention gefördert, denen ein umfassender Begriff von Gesundheit zugrunde liegt. Der Fonds Gesundes Österreich trägt in der Regel ein Drittel bis 50 Prozent der Projektkosten. Der Rest muss durch Eigenmittel oder weitere Finanziers gedeckt werden.

Nähere Informationen zur Projektförderung durch den FGÖ stehen in der „Förderrichtlinie“ und im „Leitfaden zur Projektförderung“ zur Verfügung. Beide Dokumente können unter

www.fgoe.org/projektfoerderung heruntergeladen werden. Wenn die grundsätzlichen Fragen geklärt sind, kann mit dem FGÖ-Projektguide ein Online-Instrument genutzt werden, das schrittweise dabei unterstützt, einen Projektantrag zu entwerfen. Die Internetadresse lautet: projektguide.fgoe.org.

Da die Beschäftigten in den Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe unter herausfordernden Bedingungen arbeiten, wurden für sie auch einige spezielle Angebote entwickelt, die sie dabei unterstützen sollen, gesundheitsfördernde Projekte zu entwickeln. Diese werden auf den Seiten 20/21 im Abschnitt „Ausblick“ näher beschrieben.



3. GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN DER KINDER- UND JUGENDHILFE

Gesundheitsförderung hat zum Ziel, dass möglichst viele Menschen ihre gesundheitlichen Potenziale bestmöglich nutzen können. Das gilt speziell für sozial und materiell benachteiligte Personen, da diese, wie auch einleitend erwähnt, im Durchschnitt betrachtet häufiger krank werden und eine kürzere Lebenserwartung haben. Praxiserfahrungen zeigen jedoch, dass sozial Benachteiligte durch gesundheitsförderliche Maßnahmen schwer zu erreichen sind und das gilt ganz besonders im Setting Familie. Der Zugang zu hoch belasteten Familien über die umfassenden Strukturen der Kinder- und Jugendhilfe ist für die Gesundheitsförderung deshalb umso wichtiger.

Der Transfer erfolgreicher Projekte

Der Fonds Gesundes Österreich ist zudem bestrebt, Projekte zu fördern, die in ihren Bereichen oder Einrichtungen neu und innovativ sind.

Einzelne Pilotprojekte, die sich besonders bewährt haben und sehr erfolgreich waren, wurden und werden dann dafür ausgewählt, als „Transferprojekte“ auf ähnliche Institutionen übertragen zu werden. Im Bereich der Kinder- und Jugendhilfe trifft das auf die beiden Projekte „trotz allem gesund“ und „trotz allem vernetzt“ aus Vorarlberg zu, die auf den Seiten 17-19 näher beschrieben werden.

Gesundheit in allen Politikfeldern

Die Kooperation von Kinder- und Jugendhilfe und Gesundheitsförderung ist nicht nur aufgrund von praktischen Erwägungen von großer Bedeutung. Gesundheitsförderung geht allgemein auch davon aus, dass unser Wohlbefinden nicht allein von der Qualität des Gesundheitssystems abhängig ist. Tatsächlich wird es nämlich in einem wesentlichen Ausmaß von allen gesellschaftlichen Bereichen beeinflusst oder „determiniert“. Verkehr und Infrastruktur sind ebenso für unsere Gesundheit relevant, wie etwa das Bildungssystem, der Arbeitsmarkt oder die Wirtschaft. Im Sinne des Konzeptes „Health in all Policies“ – auf deutsch „Gesundheit in allen Politikfeldern“ – ist deshalb eine ressortübergreifende Zusammenarbeit notwendig, um mehr Gesundheit für alle anzustreben. Das kann unter anderem durch die Kooperation von Gesundheitsförderung und Kinder- und Jugendhilfe verwirklicht werden.

Strukturen für optimale Kooperation

Erfahrungen aus der Praxis zeigen, dass sich Kooperationen zwischen Institutionen verbessern, wenn nicht nur im Einzelfall zusam-

mengearbeitet wird, sondern übergreifende Strukturen aufgebaut werden. Eine Arbeitsgruppe von Vertreter/innen des Dachverbands der österreichischen Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen (DÖJ) aus allen Bundesländern sowie des FGÖ hat deshalb 2014 ein Konzept entwickelt, das die Basis für eine systematische Zusammenarbeit der beiden Bereiche darstellt. Für dieses wurden vier inhaltliche Schwerpunktziele herausgearbeitet, die weiter unten näher beschrieben werden. Die vier Hauptkriterien dabei waren, dass es sich um Themen handelt, die

- große Bedeutung für die Kinder- und Jugendhilfe haben,
- hohe Synergie-Effekte erwarten lassen,
- die besten Möglichkeiten zur Teilnahme der Betroffenen bieten und
- die nachhaltig verankert werden können.

Ein weiterer wichtiger Impuls war die Tagung „Kinder- und Jugendhilfe trifft Gesundheitsförderung“ im Juni 2015 in Salzburg. Rund 80 Teilnehmerinnen und Teilnehmer beteiligten sich an den angeregten Diskussionen und hörten die Referate bei dieser Satellitenveranstaltung zur 17. Österreichischen Gesundheitsförderungskonferenz des FGÖ zum Thema: „Health in all Policies in der Gesundheitsförderung“.



4. DIE VIER SCHWERPUNKTZIELE

Die folgenden vier Schwerpunktziele für Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe wurden von Fachleuten aus beiden Bereichen gemeinsam erarbeitet:

Schwerpunktziel 1: Gegen Gesundheitsgefahren durch Gewalt vorbeugen

Mehrere aktuelle Studien zeigen, dass Gewalt in der Familie in Österreich nach wie vor stark ausgeübt – und ebenso stark tabuisiert wird. Erfahrungen mit Gewalt oder Ausübung von Gewalt durch Kinder und Jugendliche sind auch häufig der erste Auslöser dafür, dass die öffentliche Kinder- und Jugendhilfe tätig wird. Gewaltprävention hat deshalb in der Kinder- und Jugendhilfe besondere Bedeutung. Das gilt speziell für

bewusstseinsbildende Maßnahmen und Aktionen, die familiäre Gewalt thematisieren und das Selbstbewusstsein und die Wehrfähigkeit der Betroffenen stärken – das sind meist die Kinder und Frauen.

Wirksame Gewaltprävention ist zugleich in hohem Maße gesundheitsförderlich. Weitere Gewalterfahrungen sollen vermieden, Ängste, Stress und soziale Ausgrenzungen abgebaut werden. Neben den Klientinnen und Klienten können auch die Beschäftigten der Kinder- und Jugendhilfe davon profitieren, die ebenfalls immer wieder von den gesundheitlichen Folgen gewalttätigen Verhaltens betroffen sind. All das gilt sowohl für die stationären als auch für die mobilen und ambulanten Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe.

Anregungen für die Praxis: Es gibt eine Fülle von Ansätzen, wie gegen Gewalt vorgebeugt und dadurch gleichzeitig das Wohlbefinden erhöht werden kann. Das Spektrum reicht von Modellen für gesunde Gestaltung von Autorität und gewaltfreie Kommunikation über Projekte gegen Mobbing bis hin zu Anti-Aggressivitätstraining.

Schwerpunktziel 2: Die soziale Vernetzung und Integration fördern

Die soziale Integration der Klientinnen und Klienten zu verbessern, ist ein zentrales Ziel der Kinder- und Jugendhilfe. Zudem ist durch zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt, dass sich die sozialen Beziehungen auf unsere psychische und körperliche Gesundheit auswirken. Dabei ist nicht die Quantität der Kontakte entscheidend, sondern die Qualität. Auch ein Partner allein oder wenige enge Freunde können schon viel zu unserem Wohlbefinden beitragen.

Soziale Beziehungen sind auch die Voraussetzung für soziale Unterstützung, die uns in vielerlei Hinsicht entlasten und das Leben erleichtern kann. Gerade benachteiligte Menschen haben jedoch im Durchschnitt betrachtet meist nur ein relativ kleines soziales Netz, das zudem häufig weniger tragfähig ist. Das gilt für die Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe in besonderem Maße. Die Fachpersonen, die sie betreuen, sind manchmal ihre einzigen näheren Kontakte.

In der stationären Kinder- und Jugendhilfe gab es in den vergangenen Jahrzehnten zwar einen Strukturwandel von größeren Einrichtungen hin zu kleineren Gruppen und Wohngemeinschaften. In Institutionen auf-

zuwachsen, ist dennoch nach wie vor häufig damit verbunden, stigmatisiert und gesellschaftlich ausgegrenzt zu werden. Hier geht es nicht nur darum, die Kinder und Jugendlichen in die Nachbarschaft, soziale Gruppen und die Gemeinde besser zu integrieren und damit gleichzeitig ihre Gesundheit zu fördern. Es wäre auch wichtig, „Freunde“ in die Einrichtungen hinein zu bringen.

Auch die Klientinnen und Klienten der ambulanten und mobilen Jugendhilfe haben häufig kein nennenswertes soziales Netzwerk. Zudem benötigen die Fachpersonen, die sie betreuen, ein hohes Ausmaß an Vernetzung mit anderen Berufsgruppen, die für dieselbe Zielgruppe tätig sind.

Anregungen für die Praxis: Das Vorarlberger Pilotprojekt „trotz allem vernetzt“ zeigt, wie die sozialen Kontakte von Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe verbessert werden können und ebenso die Vernetzung auf professioneller Ebene. Das Projekt wird auf den Seiten 18-19 näher beschrieben.

Schwerpunktziel 3: Alltagskompetenz entwickeln und fördern

Unter Alltagskompetenz versteht man jene Fähigkeiten, die ein Erwachsener benötigt, um die täglichen Aufgaben innerhalb seiner Kultur selbständig und unabhängig zu erledigen. Das umfasst zum Beispiel einkaufen, kochen, einen Haushalt führen und für Hygiene sorgen zu können oder auch den Umgang mit Geld. Alltagskompetenz ist die Basis für ein familiäres Klima, das eine gute und gesunde Entwicklung der Kinder ermöglicht. Gleichzeitig haben die Klientinnen und Klienten der Kinder- und Jugendhilfe in überdurchschnittlich hohem Maß Defizite

in diesem Bereich. Projekte, die ihnen Alltagskompetenz vermitteln, bringen deshalb die Ziele der Gesundheitsförderung und der Kinder- und Jugendhilfe zur Deckung. Dabei gibt es wiederum zwei Zugänge:

- In der mobilen und ambulanten Kinder- und Jugendhilfe liegt der Schwerpunkt darauf, die Erziehungskompetenzen der Eltern zu fördern – und allenfalls die Kinder zu schützen. Es gibt keinen Auftrag, die Alltagskompetenz der Eltern zu bilden, und es ist deshalb auch keine Zeit für entsprechende Maßnahmen vorhanden – selbst wenn sie für die allgemeine und gesundheitliche Entwicklung der Kinder von großer Bedeutung wären. Daher sollen in der mobilen und ambulanten Kinder- und Jugendhilfe Maßnahmen für mehr Alltagskompetenz entwickelt und nach Möglichkeit mit Gesundheitsthemen wie Ernährung, Bewegung oder sozialer Vernetzung verbunden werden.

- In der stationären Kinder- und Jugendhilfe gehört es hingegen zu den Kernaufgaben, den Kindern und Jugendlichen Alltagskompetenz zu vermitteln. Das ändert sich abrupt, wenn diese ihr 18. Lebensjahr vollenden und die Einrichtung verlassen. Manche kehren wieder in die „schwierigen“ Herkunftsfamilien zurück, wo ihre Fähigkeiten den Alltag zu bewältigen zumindest nicht gefördert werden. Die meisten sind jedoch ganz auf sich allein gestellt, während andere Jugendliche ihre Familie im Durchschnitt erst mit 24 Jahren verlassen. Deshalb sind auch Projekte für „Care Leaver“, also die Zielgruppe der ehemals stationär betreuten 18- bis 25-Jährigen, aus Sicht von Kinder- und

Jugendhilfeeinrichtungen ein Schwerpunktthema für Gesundheitsförderung. Diese Einrichtungen können auf dem langjährigen Kontakt der Fachpersonen zu den jungen Erwachsenen aufbauen. Sie sollen diese dabei unterstützen, den Übergang in ein selbständiges Leben besser zu meistern und selbstbestimmt auf ihre Gesundheit zu achten.

Anregungen für die Praxis: Das Vorarlberger Pilotprojekt „trotz allem gesund“ hat gezeigt, wie Gesundheitsthemen in der mobilen Kinder- und Jugendhilfe strukturiert vermittelt werden können. Seit April 2016 läuft auch das Projekt „Welcome to Life“ des Dachverbands Österreichischer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen, bei dem die Alltagskompetenz der „Care Leaver“ aus 18 Einrichtungen in Vorarlberg, Tirol, Kärnten und Wien gefördert werden soll. Diese sollen gezielt auf den Übergang ins Erwachsenenleben vorbereitet werden. Wesentliche Elemente sind Gruppen-Treffen mit Betreuerinnen und Workshops, bei denen Themen wie Finanzen, Lebensführung oder Wohnungssuche besprochen werden. Infos: www.doej.at

Schwerpunktziel 4: Selbstwirksamkeit und eine aktive Lebensgestaltung entwickeln und fördern

Die „Selbstwirksamkeitserwartung“ oder auch „Selbstwirksamkeit“ ist das Ausmaß, indem man aufgrund eigener Erfahrungen davon überzeugt ist, gewünschte Handlungen erfolgreich ausführen zu können. Ein Mensch, der glaubt, auch in schwierigen Situationen selbst etwas bewirken zu können, hat demnach eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung. Den von der Kinder- und Jugendhilfe betreuten Personen fehlen oft entspre-

chende positive Erfahrungen. Sie mussten viele Entbehrungen erleiden, erleben sich als vom Schicksal benachteiligt und haben oft eine vergleichsweise niedrige Selbstwirksamkeitserwartung.

Das kann speziell auch für das Verständnis von Gesundheit von großer Bedeutung sein. Viele betrachten diese ausschließlich als vererbt und unveränderlich und sehen keinen oder nur einen eingeschränkten Zusammenhang zu ihrem Verhalten in Bereichen wie Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist in diesem Kontext, dass die digitalen Medien im Alltag vieler Menschen wachsende Bedeutung haben und vielfach auch im Übermaß genutzt werden. Wenn zu viel Zeit in virtuellen Welten verbracht wird, kann das dazu führen, dass Kinder und Jugendliche

zunehmend weniger sinnstiftende Erfahrungen von Selbstwirksamkeit und realer Verantwortung machen.

Anregungen für die Praxis: Gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen sollen Projekte entwickelt werden, die es ermöglichen, Selbstwirksamkeit zu erfahren. Das ist zum Beispiel durch Maßnahmen aus der Erlebnis-, Theater-, Abenteuer- und Spielpädagogik und ähnlichen Bereichen möglich. Diese Projekte sollen das Selbstwertgefühl stärken und die Selbstwirksamkeitserwartung erhöhen sowie die „Gesundheitskompetenz“ verbessern. Das ist die Fähigkeit, Gesundheitsinformationen zu sammeln, zu verstehen, zu bewerten sowie im Alltag selbst bestimmt so anzuwenden, wie es für die eigene Gesundheit am besten ist.



5. ZWEI ERFOLGREICHE PROJEKTE

Zwei vom Fonds Gesundes Österreich geförderte Pilotprojekte in Vorarlberg zeigen vor, wie Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe in die Praxis umgesetzt werden kann.

Das Projekt „trotz allem gesund“

Die Klientinnen und Klienten der mobilen und ambulanten Kinder- und Jugendhilfe haben meist ganz andere Sorgen, als sich um ihr Wohlbefinden zu kümmern. Die dringlichsten Probleme entstehen häufig durch

Geldmangel: die Heizkosten können nicht mehr bezahlt werden, der Strom wurde abgedreht oder die Delogierung droht. Trotzdem oder gerade deswegen haben die Bereiche Familienarbeit und Schuldenberatung des Institutes für Sozialdienste (ifs) Vorarlberg und das Vorarlberger Kinderdorf fünf Jahre lang ein Projekt zur Gesundheitsförderung speziell für diese Zielgruppe umgesetzt. Es heißt „trotz allem gesund“, wurde zu zwei Dritteln vom Fonds Gesundes Österreich finanziert und 2009 abgeschlossen.

Die Initiative setzte bei den Kernthemen der genannten sozialen Einrichtungen an – also zum Beispiel bei Fragen der Erziehung oder des Abbaus von Schulden oder bei Hilfestellungen für Familien. Bei den entsprechenden Beratungen bekamen die Klientinnen und Klienten zusätzlich Information und Unterstützung in Gesundheitsfragen angeboten. So konnten rund 1.000 sozial Benachteiligte erreicht werden. Rund die Hälfte nahm im Rahmen des Projektes eine Vorsorgeuntersuchung in Anspruch. Außerdem wurden Gesprächsrunden zum Thema Gesundheit abgehalten, gemeinsam gesunde Lebensmittel eingekauft und Wochenendaufenthalte auf Berghütten veranstaltet. Vor allem gab es aber zahlreiche Einzelberatungen zu Themen wie der besseren Bewältigung von Stress oder einer gesunden und ausgewogenen Ernährung. Nach Abschluss der Initiative gaben wesentlich weniger Personen als zuvor an, bei ihren täglichen Aufgaben gesundheitlich eingeschränkt zu sein oder an depressiven Verstimmungen zu leiden.

Das Projekt „trotz allem vernetzt“

Anfang 2011 wurde das Folgeprojekt „trotz allem vernetzt“ gestartet und im Juni 2013 abgeschlossen. Das Projekt ging davon aus, dass arbeitsgefährdete Menschen nicht nur eine schlechtere Gesundheit haben, sondern sehr häufig auch sozial isoliert sind. Sie haben viel weniger Kontakte mit anderen Familien, Freundinnen und Freunden als der Durchschnitt der Bevölkerung. Das sollte durch das Vorhaben zur Gesundheitsförderung auf mehreren Ebenen durch sechs Module verändert werden:

→ Im Modul **kinder.netz** wurden zwanzig sechs- bis 14-jährige Kinder aus schlecht integrierten Familien in einer Tagesbe-

treuungseinrichtung in Feldkirch untergebracht, die zur Hälfte auch von anderen Kindern aus dieser Stadt besucht wird.

→ Im Modul **jugend.netz** wurden Teenagern aus der Zielgruppe die Angebote des bestehenden Jugendhauses „Villa K“ der Stadt Bludenz näher gebracht. Etliche von ihnen nutzen seither diese Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung.

→ Das Modul **familien.netz** war besonders erfolgreich. In Kooperation mit der Stelle für Elternberatung „conexia“ und kommunalen Einrichtungen zur Kinderbetreuung wurden wöchentliche Familien-Nachmittage veranstaltet. An diesen nahmen sowohl Familien mit Problemen und Armutserfahrung und solche ohne besondere Problemlagen teil. Die Nachmittage wurden von den Projektmitarbeiter/innen in Absprache mit den Teilnehmer/innen gestaltet. Einerseits gab es kurze inhaltliche Inputs und Gespräche zu Themen wie Ernährung, Kochen, Haushalt und Erziehung. Andererseits wurde gemeinsam gespielt, gekocht und zu Abend gegessen. Für einen Teil der Zeit wurde Kinderbetreuung angeboten, damit die Eltern sich ungestört austauschen konnten.

→ Im Modul **gemeinde.netz** halfen Mitarbeiter/innen verschiedener Gemeinden benachteiligten Familien, das Vereinsleben ihres Wohnortes kennen zu lernen und dazu beizutragen. Kontakte zu Organisationen wie dem Roten Kreuz, der Freiwilligen Feuerwehr oder den Pfadfindern wurden hergestellt. Außerdem wurden kulturelle und gesellschaftliche Initiativen vorgestellt, wie im Speziellen etwa Ferienprogramme für Kinder.

- Im Modul **inter.netz** sollte das Internet für soziale Vernetzung der Teilnehmer/innen genutzt und ihr Umgang damit reflektiert und verbessert werden. Treffen und Workshops für größere Gruppen haben sich dabei nicht bewährt, sondern eher der Zugang über Kleingruppen und Einzelgespräche.
- Im Modul **netz.pass** erhielten die Teilnehmer/innen auf ein entsprechendes Ansuchen hin von einem Projektsponsor kleinere Geldbeträge (durchschnittlich unter € 200,-) für Aktivitäten, die ihre soziale Vernetzung verbessern. Die

Zuwendungen wurden zum Beispiel für Vereinsbeiträge verwendet und für Kurse, die soziale Kontakte ermöglichen, oder auch für den Ankauf eines gebrauchten Fahrrades, z. B. um damit besser Freund/innen besuchen zu können.

Insgesamt haben am Projekt „trotz allem vernetzt“ über 540 Personen direkt teilgenommen, die von der Kinder- und Jugendhilfe betreut werden. Durch die angebotenen Module oder individuelle Hilfestellungen konnten für sie neue Kontakte hergestellt und in vielen Fällen nachhaltig aufrecht erhalten werden.



AUSBLICK

Die vorliegende Broschüre gibt einen Einblick in zentrale Aufgaben und Ziele der Kinder- und Jugendhilfe in Österreich sowie in die Grundlagen der Gesundheitsförderung. Da Gesundheitsförderung von einem ganzheitlichen Begriff von Gesundheit als umfassendem körperlichem, seelischem und sozialem Wohlbefinden ausgeht, ist die Arbeit der Kinder- und Jugendhilfe als solche bereits als gesundheitsförderlich zu betrachten. Wie dieser Aspekt in der Praxis durch entsprechende Projekte ins Zentrum gerückt und vertieft werden kann, wurde auf den vorhergehenden Seiten beschrieben. Ebenso wurde erläutert, in welcher Form der Fonds Gesundes Österreich Projekte fördert, und was von Seiten der Antragsteller/innen dabei zu beachten ist.

Aus Sicht der Gesundheitsförderung sind Projekte im Bereich der Kinder- und Jugendhilfe ein Arbeitsschwerpunkt von besonderer Bedeutung, da sie speziell auch dazu beitragen können, sozial und materiell benachteiligten Menschen mehr Gesundheit zu ermöglichen. Umgekehrt ist auch davon auszugehen, dass die Ziele der Kinder- und Jugendhilfe, wie speziell die höhere soziale Integration ihrer Klientinnen und Klienten, dank gesundheitsförderlicher Maßnahmen besser erreicht werden können. In diesem Sinne soll diese Broschüre Know-how für Ihren Arbeitsbereich vermitteln oder Sie sogar zu konkreten Projekten anregen.



Spezielle Unterstützung für Projekte in der Kinder- und Jugendhilfe

Die Beschäftigten in den Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen arbeiten unter herausfordernden Bedingungen. Deshalb wurden einige spezielle Angebote entwickelt, die sie dabei unterstützen, gesundheitsfördernde Projekte zu entwickeln:

- Einrichtungen, die ein Projekt zur Gesundheitsförderung beim Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) einreichen wollen, erhalten eine individuelle Einstiegsberatung durch den Dachverband Österreichischer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen (DÖJ).
- Der FGÖ bietet Weiterbildungsseminare für Mitarbeiter/innen der Kinder- und Ju-

gendhilfe an, die den Einstieg in die Projektarbeit erleichtern sollen.

- Der DÖJ macht auf seiner Website www.doej.at im Bereich „Aktuelles“ unter „Kooperationen“ auf Gesundheitsförderung und laufende Förderprojekte von Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen aufmerksam.
- Auf der genannten Website steht auch ein Fact Sheet zum Thema Gesundheitsförderung und Kinder- und Jugendhilfe zur Verfügung, das die Kooperation der beiden Bereiche beschreibt.
- Der DÖJ thematisiert Gesundheitsförderung bei diversen Treffen und Ausendenungen.

Kontaktinformationen

Für Rückfragen zum Thema Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe sowie zu konkreten Projektideen stehen beim DÖJ und beim FGÖ die beiden folgenden Ansprechpartner zur Verfügung:

Dachverband Österreichischer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen (DÖJ)

Dr. Hubert Löffler
mobil: 0664/358 61 35
loeffler.hubert@outlook.com

Fonds Gesundes Österreich (FGÖ)

Mag.^a Rita Kichler
Tel. 01/895 04 00-713
rita.kichler@goeg.at

Werden die Flügel reichen, um in eine gesunde Zukunft zu fliegen?



Fonds Gesundes
Österreich

Dreizehn junge Menschen kommen in diesem Buch zu Wort:

Sie erzählen vom Warum und Woher, von Sorgen, Hoffnung, Träumen. Alle der hier Befragten wuchsen einen Teil ihres Lebens in Kinder- und Jugendheimen auf, die sie mit der Volljährigkeit verlassen mussten. Volljährigkeit aber heißt nicht unbedingt, erwachsen zu sein. Während andere junge Erwachsene weiterhin Unterstützung durch ihre Familie finden, gibt es für diese Jugendlichen kein Zurück mehr. Weder in die ursprüngliche Familie noch in die Jugendhilfe.

Diese Jugendlichen haben nicht die gleichen Chancen wie andere. Gesundheitsförderung richtet sich ganz besonders an Menschen, die weniger Chancen für ein gutes Leben haben. Die dreizehn Gespräche zeigen die schicksalhaften Einflüsse auf, welche die Gesundheitschancen eklatant verändern.



Dieses Buch erhalten Sie gratis beim Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, Email: fgoe@goeg.at, Tel.: 01/895 04 00, Fax: 01/895 04 00-720 oder als Download auf www.fgoe.org/presse-publikationen/downloads/bucher