

Abschlussbericht externe Evaluation

„Bewegung im Blick“

Bewegung, Sport und Gesundheit für Mädchen und Burschen in der außerschulischen Jugendarbeit

Wien, August 2023

queraum. kultur- & sozialforschung
Obere Donaustraße 59/7a
1020 Wien
Tel.: +43 1 958 09 11
E-mail: office@queraum.org
www.queraum.org

Inhaltsverzeichnis

1. Ausgangslage und Zielsetzungen des Projektes	3
2. Kurzinformation zum Projektgeschehen	4
3. Maßnahmen der Evaluation	6
3.1 <i>Begleitung des Projektteams</i>	6
3.2 <i>Evaluation ausgewählter Maßnahmen</i>	7
3.3 <i>Reflexion der Evaluationsmaßnahmen</i>	9
4. Ergebnisse der Evaluation	10
4.1 <i>Feedback der Jugendlichen (Feedbackbogen und Gruppeninterview)</i>	10
4.2 <i>Teilnehmende Beobachtungen</i>	13
4.3 <i>Telefoninterviews mit Mitarbeiter*innen aus den Settings</i>	15
4.4 <i>Feedback der Teilnehmer*innen der Fortbildungen</i>	22
4.5 <i>Zentrale Lernerfahrungen des Projektteams</i>	24
5. Fazit: Einschätzungen zur Zielerreichung	27
Anhang	31
<i>Anhang 1: Zieletabelle</i>	31
<i>Anhang 2: Feedbackbogen für Jugendliche</i>	32
<i>Anhang 3: Leitfaden Gruppeninterview</i>	33
<i>Anhang 4: Leitfaden Telefoninterview</i>	34
<i>Anhang 5: Beobachtungsbogen</i>	35

1. Ausgangslage und Zielsetzungen des Projektes

Aktuelle (internationale) Studien zeigen, dass auch unter österreichischen Kindern und Jugendlichen chronische Erkrankungen und insbesondere Lebensstilerkrankungen, die im direkten Zusammenhang mit dem Ernährungs- und Bewegungsverhalten stehen, deutlich zunehmen. Das vom Institut für Frauen- und Männergesundheit (Standorte FEM Süd und MEN) konzipierte Projekt „Bewegung im Blick“ setzte sich daher zum Ziel, Mädchen und Burschen zu einem gesunden Lebensstil zu ermutigen. In geschlechtersensiblen und bevorzugt koedukativen Angeboten (Basis-Workshops, Sport-, bzw. Bewegungsangebote und inhaltlich-theoretische Workshops) lernten die Teilnehmer*innen neue Bewegungs- und Sportarten kennen und wurden für den Zusammenhang zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten (z.B.: Psyche, Soziales, Ernährung, Suchtprävention, Risikokompetenz, Empowerment, Selbstwirksamkeit) sensibilisiert.

Das Projekt wendete sich an Jugendliche mit und ohne Zuwanderungsgeschichte zwischen 12 und 18 Jahren im außerschulischen Freizeit- und Bildungsbereich. Außerdem wurden Mitarbeiter*innen in außerschulischen Jugend-, Bildungs-, Freizeit- und Sporteinrichtungen in themenspezifischen Fortbildungen angesprochen.

Konkret wurden folgende Zielsetzungen formuliert:

- Ermutigung und Motivation der am Projekt teilnehmenden Burschen und Mädchen zu einem gesunden Lebensstil (mehr Bewegung, gesunde Ernährung, psychosoziale Gesundheit)
- Kennenlernen und Ausprobieren von verschiedenen Bewegungs- und Sportarten der Jugendlichen im Zuge des Projekts
- Subjektiv wahrgenommene Steigerung des Bewegungsverhaltens der teilnehmenden Jugendlichen zwischen Projektbeginn und Projektende
- Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten (Psyche, Soziales, Ernährung, Empowerment, sozial-kulturelle Integration, Selbstwirksamkeit etc.)
- Vermittlung von Wissen und Handlungsmöglichkeiten zur nachhaltigen Umsetzung der Projektziele für Mitarbeiter*innen in der eigenen Einrichtung
- Planung und Sensibilisierung zu einer nachhaltigen Nutzung bestehender oder neu geschaffener Angebote im Bezirk bzw. Grätzel
- Sensibilisierung der Öffentlichkeit

Der vorliegende Abschlussbericht gibt einen Überblick über die Aktivitäten und Ergebnisse der externen Evaluation.

Aufgrund der Covid-19-Pandemie konnten die Projektaktivitäten und damit die Evaluation dieser nicht laut vorgesehene Zeitplan durchgeführt werden. Das Projekt „Bewegung im Blick“ startete im Jänner 2020 und sollte ursprünglich drei Jahre bis Dezember 2022 andauern. In Absprache mit den Fördergeber*innen (Wiener Gesundheitsförderung, FGÖ und Stadt Wien – Bildung und Jugend) wurde das Projekt – und somit auch die Evaluation – bis August 2023 verlängert.

2. Kurzinformation zum Projektgeschehen

Workshops und Bewegungsangebote

Das Projektteam von „Bewegung im Blick“ konnte wie geplant 24 Projekt-Settings (unterschiedliche Gruppen von Jugendlichen) in 20 Einrichtungen des außerschulischen Freizeit- und Bildungsbereiches (Jugendzentren, Parkbetreuungen, Bildungseinrichtungen) durchführen. In drei Einrichtungen fand das Projekt zwei oder dreimal statt – in allen anderen Einrichtungen jeweils einmal.

Die ursprünglich geplanten Kick-Offs in den Settings (Vereine und Trainer*innen stellten ihre Bewegungsangebote vor) wurden im Laufe des Projektes eingestellt – der organisatorische Aufwand wurde als zu hoch und der Nutzen dieser Vorstellungen als zu gering eingeschätzt: die Auswahl von Bewegungsangeboten wurde dadurch auf die am Kick-Off teilnehmenden Vereine und Trainer*innen begrenzt und die Anwesenden äußerten Frust, wenn sie von den Jugendlichen „nicht gewählt wurden“. Stattdessen wurden sogenannte Basis-Workshops in den Settings durchgeführt, bei welchen die Jugendlichen sich über ihre Wünsche zu Bewegungsangeboten austauschen konnten und ein erster Überblick zu dem organisatorischen Ablauf des Angebotes gegeben wurde. Bei diesen Basis-Workshops wurde sich schließlich auf eine oder mehrere – zumeist drei – Sport-, bzw. Bewegungsarten und inhaltliche Themen geeinigt, zu welchen in den darauffolgenden Wochen Angebote vom Projektteam organisiert wurden. Jedes Bewegungsangebot wurde ein bis vier Mal angeboten und von externen Trainer*innen mit Unterstützung vom Projektteam und den Jugendleiter*innen der Freizeit- und Bildungseinrichtungen durchgeführt. Die inhaltlichen Workshops (Gesprächsrunden zur Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten) wurden von Mitarbeiter*innen des Projektteams in den Einrichtungen durchgeführt.

Kennzahlen der Workshops und Bewegungsangebote:

- Insgesamt wurden 218 Aktivitäten (1 Kick-Off, 7 Videos, 84 inhaltliche Workshops und 127 Sport-, bzw. Bewegungsangebote) umgesetzt.
- Bei diesen Aktivitäten gab es insgesamt 2619 Teilnahmen.
- Mit 40 Trainer*innen (15 unterschiedlichen Vereinen) wurde zusammengearbeitet.
- 27 unterschiedliche Bewegungsarten (Skateboard, Basketball, Volleyball, Fußball, Radfahren, Tanzen, Eislaufen, Tischtennis, Jiu Jitsu, Yoga, Selbstverteidigung, Parcours, Klettern, Bouldern, Seilklettern, Boxen, therapeutisches Boxen und Klettern, Trampolin, Akrobatik, Billard, Volleyball, Bogenschießen, Kendama, Jonglieren, Bodydrum, Breakdance) wurden in 127 Sport- und Bewegungsangeboten realisiert.
- 84 Inhaltliche Workshops wurden zu den Themen: Bewegung und Ernährung, Körpernormen, Rollenbilder, Risikokompetenz, Suchprävention und Doping etc. durchgeführt.
- Teilnehmende Einrichtungen: Ju9teen, Juvivo.09, ProVita Bildungs GmbH Mädchen-gruppe, Pro Vita Bildungs GmbH Mädchen- und Burschengruppe, Interface Jugendcollege, Come2gether Erdberg, Jugendzentrum Stadlau, Jugendtreff MIHO, Interface Jugendcollege 2. Gruppe, Pro Vita bildung.bewegt Mädchen, Juvivo.03, WUK. Workspace, Familienzentrum friends, Parkbetreuung Margareten, Parkbetreuung Ottakring, Jugendtreff Penzing, Jugendtreff Arthaberbad, Jugendzentrum Rennbahnweg, Wiener

Familienbund – Gesund on Tour, Fux 4, VZA Aichholzgasse, Bassena Stuwerviertel, Juvivo 15, WUK Craft Lab.

Fortbildungsangebote im Zuge des „WIENXTRA-Bildungsprogramm“

Mitarbeiter*innen von außerschulischen Jugend-, Bildungs-, Freizeit- und Sporteinrichtungen in Wien wurden im Rahmen des Projektes themenspezifische Fortbildungen angeboten. Insgesamt wurden im Projekt 12 Fortbildungstermine geplant, wovon jedoch 2 wegen zu geringer Anmeldungen wieder abgesagt werden mussten. Zusammengenommen gab es 110 Anmeldungen und letztendlich 78 Teilnahmen bei den Fortbildungsangeboten.

Folgende Fortbildungen wurden angeboten:

- 05.04.22 „Haltungsfragen – Frauen und Mädchen im Sport“
- 12.05.22 „Wo hört Nahrungsergänzung auf und wo fängt Doping an?“
- 14.06.22 „Sie radeln wie ein Mann, Madame“
- 15.06.22 „Gewagte Männlichkeit – Burschenarbeit und Risikokompetenz“
- 11.10.22 „Gemeinsam gewinnen – soziale Inklusion durch Sport“
- 01.12.22 „Macht Missbrauch und sexualisierte Gewalt“
- 04.12.22 „Fearleaders Vienna – Cheer für Change“
- 17.01.23 „So ein Zirkus“
- 22.06.23 „Freerunning und Parcours“
- 29.06.23 „Bewegungsspiele und kooperative Spiele“
- 23.03.22 „Macht, Missbrauch und sexualisierte Gewalt im Kontext Sport“ (abgesagt)
- 18.05.22 „Frauen* in Bewegung“ (abgesagt)

3. Maßnahmen der Evaluation

Die konkreten Evaluationsmaßnahmen lassen sich den folgenden zwei zentralen Bereichen zuordnen:

- Begleitung des Projektteams
- Evaluation ausgewählter Maßnahmen

Im Folgenden werden die von der begleitenden Evaluation durchgeführten Projektschritte nach den beiden Bereichen dargestellt. Bei der Darstellung der Evaluationsmaßnahmen werden die Änderungen aufgrund der Covid-19-Pandemie erläutert. Am Ende des Kapitels werden die einzelnen Erhebungsinstrumente kritisch mit Blick auf die Praxistauglichkeit reflektiert.

3.1 Begleitung des Projektteams

Ziele- und Planungsworkshop

Im Zentrum der Maßnahmenevaluation und der Begleitforschung stand die Bewertung und Messung der Indikatoren zur Zielerreichung. Zu Beginn des Projektes wurde daher ein Ziele- und Planungsworkshop am 24. September 2020 umgesetzt, um gemeinsam mit den Projektverantwortlichen die Zielsetzungen sowie konkrete Maßnahmen des Projekts und Indikatoren zur Zielerreichung zu erarbeiten.

Die Ergebnisse der gemeinsamen Arbeit fasste das Evaluationsteam in einer Zieletabelle zusammen, die einen Überblick über die formulierten Projektziele, konkreten Maßnahmen und die definierten Indikatoren zur Messung der Zielerreichung bietet (siehe Anhang). Darüber hinaus enthält diese Tabelle die Methoden der Evaluation und der internen Dokumentation. Die Zieletabelle, welche als nützliche Ergänzung zur internen Dokumentation eingesetzt wird, ist ein hilfreiches Instrument für die Projektsteuerung, für ein laufendes Monitoring und zur Bewertung der Zielerreichung für die Anforderungen der Berichtslegung.

Außerdem wurde der Workshop genutzt, um die Erwartungen an die Evaluation abzuklären, die Rahmenbedingungen und Kommunikationsstrukturen der gemeinsamen Arbeit festzulegen, die Vorgehensweise der Evaluation zu konkretisieren und offene Fragen abzuklären.

Laufende Kommunikation

Das Projektteam stand im laufenden Austausch mit der Evaluation, um über die Projektaktivitäten und die Veränderungen aufgrund Covid-19 zu berichten. Dabei wurden mögliche Schritte zur Evaluation diskutiert, Evaluationsschritte gemeinsam geplant und die bisherigen Maßnahmen ergänzt, um eine Zielerreichung messbar zu machen.

Reflexionstreffen mit dem (erweiterten) Projektteam

In der Projektlaufzeit wurden insgesamt vier Reflexionstreffen mit dem (erweiterten) Projektteam durchgeführt. Ziel dieser Treffen war es, sich gegenseitig zum aktuellen Stand auszutauschen, die Zielerreichung (auf Basis der Zieletabelle) zu reflektieren, Lernerfahrungen zu sammeln und weitere Schritte im Projekt bzw. zur Sicherung der Nachhaltigkeit abzuleiten.

Insgesamt wurden vier Reflexionstreffen umgesetzt: Eines im Mai 2021, eines vor der Zwischenberichtslegung im Jänner 2022, ein weiteres im Jänner 2023. Im Juni 2023 fand ein längeres Treffen zur Abschlussreflexion statt.

Der Fokus der beiden ersten Reflexionstreffen lag auf der Besprechung der weiteren Projektschritte bezüglich der Änderungen aufgrund von Corona. Zudem wurden die bisherigen Lernerfahrungen gesammelt und die Zwischenergebnisse der Evaluation vorgestellt. Die letzten zwei Reflexionstreffen dienten hingegen verstärkt einer Reflexion über den Projektverlauf, Wirkzusammenhänge, Lernerfahrungen und der Organisation des Abschlusses des Projektes und der Evaluation.

3.2 Evaluation ausgewählter Maßnahmen

Aufgrund der Herausforderungen der Covid-19-Pandemie wurde in Absprache mit dem Projektteam entschieden, ein kurzes Gruppeninterview mit zwei Teilnehmerinnen eines Settings durchzuführen, um qualitatives und tiefergehendes Feedback seitens der Jugendlichen ergänzend aufnehmen zu können.

Zudem wurde beim 3. Reflexionstreffen zwischen dem Projektteam und der Evaluation vereinbart, anstatt 24 Telefoninterviews mit Mitarbeiter*innen der teilnehmenden Settings insgesamt 12 Interviews durchzuführen. Ebenso wurde die Anzahl der teilnehmenden Beobachtungen von 5 auf 3 reduziert. Für diese Reduktion der Evaluationsmodule gab es verschiedenste Gründe: Das Projektteam äußerte im Laufe des dritten Reflexionstreffens (ursprünglich das letzte Treffen) den Wunsch, die eingesparten Ressourcen der Evaluation für einen weiteren, größer angelegten Abschluss-Reflexionsworkshop zu verwenden. Zudem gestaltete sich die Suche nach Interviewpartner*innen auf Seiten des Projektteams schwieriger als angenommen. Auch wurden die geplanten teilnehmenden Beobachtungen bei einigen Settings teils kritisch gesehen, da mit der Anwesenheit einer weiteren erwachsenen, externen Person das Gleichgewicht der Workshops und Bewegungsangebote zwischen Teilnehmer*innen und Betreuer*innen/Begleiter*innen gestört würde. Zuletzt wurde vom Projekt- und Evaluationsteam gemeinsam eine inhaltliche Sättigung in den Ergebnissen der durchgeführten Interviews attestiert. Die letzten beiden Termine für das zwölfte Interview und die dritte Beobachtung konnten aufgrund von Problemen bei der Terminfindung nicht durchgeführt werden.

Niederschwellige Feedbackerhebung mit den Jugendlichen in den Workshops und Bewegungsangeboten

Die teilnehmenden Jugendlichen an den Workshops wurden zu ihrer Zufriedenheit mit dem Angebot sowie zu ihrer Einschätzung des Nutzens der Inhalte mittels niederschweligen Feedbackbögen befragt (siehe Feedbackbogen im Anhang). Der Feedbackbogen beinhaltete vier geschlossene sowie zwei offene Fragen. Die Jugendlichen hatten die Möglichkeit – nach den Maßnahmen – via Smartphone oder in Papierversion das Feedback abzugeben.

Die Befragung hatte zum Ziel, Aussagen darüber zu treffen, inwieweit (siehe Projektziele) ...

- ... die Mädchen und Burschen zu einem gesunden Lebensstil motiviert und ermutigt wurden sowie ...

- ... sich das Bewegungsverhalten der teilnehmenden Jugendlichen aus deren Sicht gesteigert hat.

Insgesamt wurden 330 Feedbackbögen von Jugendlichen ausgefüllt (110 in Papierversion und 220 online).

Ergänzend zum Anbot: Gruppeninterview Jugendliche

Aufgrund der Herausforderungen der Covid-19-Pandemie wurde in Absprache mit dem Projektteam entschieden, ein Gruppeninterview mit zwei Mädchen eines Settings, die sich freiwillig für ein Interview bereit erklärt haben, durchzuführen, um qualitatives und tiefergehendes Feedback seitens der Jugendlichen ergänzend aufnehmen zu können. Das Gespräch fand im Juni 2021 statt. Abgefragt wurden die Erwartungen an das Projekt, die Zufriedenheit, Verbesserungspotenziale und der Nutzen des Projekts aus Sicht der Jugendlichen (siehe Leitfaden im Anhang).

Telefonische Interviews mit den Mitarbeiter*innen in den teilnehmenden Settings

Um auch die Rückmeldungen der Jugendarbeiter*innen und Multiplikator*innen in den außerschulischen Jugend-, Bildungs-, Freizeit und Sporteinrichtungen (20 Einrichtungen) einholen zu können, wurden Mitarbeiter*innen aus 11 Einrichtungen telefonisch zur Zufriedenheit mit der Zusammenarbeit, deren Einbindung, Verbesserungsbedarfe sowie Einschätzung des nachhaltigen Nutzens für alle Zielgruppen befragt (siehe Leitfaden im Anhang). Durchschnittlich dauerte ein Interview zwischen 25 und 30 Minuten. Die Telefoninterviews wurden protokolliert und für den vorliegenden Bericht zusammengefasst

Teilnehmende Beobachtungen ausgewählter Workshops und Angebote

Zur Unterstützung des Projektteams bei der Reflexion und Weiterentwicklung der Workshop-Formate und Bewegungsangebote war das Evaluationsteam bei zwei ausgewählten Bewegungs- und Sportangeboten anwesend. Das Ziel der teilnehmenden Beobachtungen war es, auf Seiten der Evaluation einen subjektiven Eindruck vom Ablauf, der Organisation, der Zusammenarbeit zwischen Projektteam und außerschulischen Einrichtungen, der Motivation sowie des Verhaltens der teilnehmenden Jugendlichen zu erhalten und die Zielsetzungen des Projektes mit diesen Beobachtungen zu vergleichen (siehe Beobachtungsbogen im Anhang).

Am 5. Juli 2022 und am 6. Juli 2022 war ein Mitarbeiter des Evaluationsteams für je 2-2,5 Stunden bei Bewegungsangeboten (Skateboarding und Bogenschießen) vor Ort.

Feedbackbefragung der Multiplikator*innen zu den Fortbildungsangeboten im Zuge des „WienXtra-Bildungsprogramm“

Das Projektteam führte Fortbildungsangebote für Mitarbeiter*innen in außerschulischen Jugend-, Bildungs-, Freizeit- und Sporteinrichtungen aus. Um die Rückmeldung der Fortbildungsteilnehmer*innen einzuholen, wurden diese gebeten, direkt im Anschluss an die Fortbildungen schriftliche Feedbackbögen auszufüllen. Für die Feedbackbefragung wurde ein MEN/FEMsüd interner Fragebogen verwendet, welcher vom Evaluationsteam ausgewertet wurde. Die Schulungen starteten im April 2022 und endeten im Juni 2023.

3.3 Reflexion der Evaluationsmaßnahmen

Bei den Feedbackbögen zur Erhebung der Zufriedenheit, der Motivationen und des Bewegungsverhaltens von den teilnehmenden Jugendlichen wurden vom Projekt- und Evaluationsteam gemeinsam verschiedene Aspekte reflektiert: Die Sternen-Skala der Feedbackbögen führte bei den Jugendlichen teilweise zu Verwirrungen, sodass schwer eingeschätzt werden konnte, wie eine hohe oder eine niedrige Einschätzung eingetragen werden konnte (so könnten auch ein paar schlechte Bewertungen relativiert werden). Zudem wäre eine „Zurück zur vorherigen Frage“ Möglichkeit bei dem online Fragebogen sinnvoll gewesen. Generell hätte die Anzahl der ausgefüllten Feedbackbögen höher ausfallen können. Vom Projektteam wurde die Erfahrung geschildert, dass nach den Workshops und Bewegungsangeboten die teilnehmenden Jugendlichen häufig kein Interesse an einem Ausfüllen des Feedbackbogens hatten oder sie sehr schnell das Setting verlassen haben, sodass häufig keine Feedbackbögen ausgefüllt werden konnten. Es wurde die Erfahrung geteilt, sofern das Projektteam den Jugendlichen die Bedeutsamkeit des Feedbacks erklärte, die Bereitschaft zur Teilnahme erheblich höher war.

Die Methode der teilnehmenden Beobachtung wurde vom Projekt- und Evaluationsteam als durchwegs gewinnbringend und erkenntniserweiternd angesehen.

Auch der Feedbackbogen zur Erhebung der Zufriedenheit mit den Fortbildungsangeboten für Mitarbeiter*innen im außerschulischen Jugend-, Bildungs-, Freizeit- und Sportbereich wurde als sinnvoll betrachtet. Hierbei gab es jedoch die Komplikationen, dass einerseits einige Teilnehmer*innen sich nicht die Zeit nahmen, am Anschluss der Fortbildungen den Feedbackbogen auszufüllen und andererseits, dass bei zwei Fortbildungen die Leiter*innen im Anschluss vergaßen, die Feedbackbögen auszuteilen.

4. Ergebnisse der Evaluation

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Feedbackerhebung mit den Jugendlichen gemeinsam mit denen des Gruppeninterviews, der teilnehmenden Beobachtungen, der Telefoninterviews mit Mitarbeiter*innen und der Feedbackerhebung mit den Teilnehmer*innen der Fortbildungen dargelegt.

4.1 Feedback der Jugendlichen (Feedbackbogen und Gruppeninterview)

Insgesamt füllten 330 Jugendliche den Feedbackbogen bis zum Stichtag Ende Juli 2023 aus. Davon nutzten 220 Jugendliche die Online- und 110 die Papier-Version. Zudem liegen die Ergebnisse aus einem Gruppeninterview mit zwei Jugendlichen vor. Die Ergebnisse beider Erhebungsmethoden wurden inhaltlich miteinander verbunden.

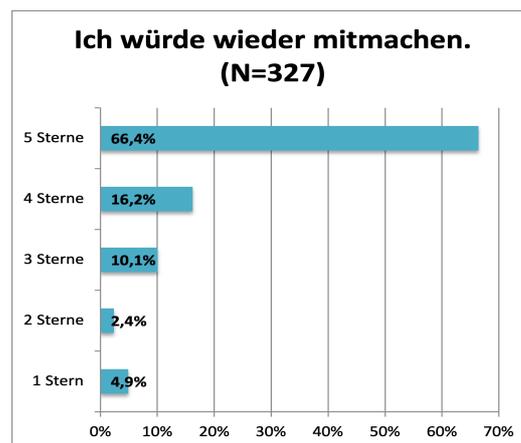
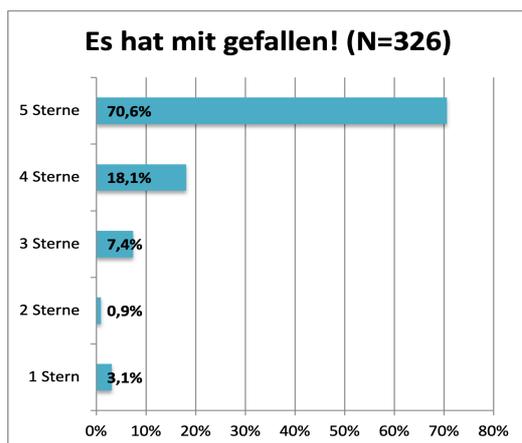
Zufriedenheit mit den Maßnahmen

Die befragten Jugendlichen (Feedbackbogen und Fokusgruppe) waren grundlegend sehr zufrieden mit dem Projekt.

Die Jugendlichen wurden bei dem Feedbackbogen gebeten, Sterne zu vergeben, wie gut die Aktivität(en) Ihnen gefallen haben. Dabei bedeutet ein Stern „nicht gut“ und fünf Sterne „sehr gut“. Der Mittelwert liegt hier bei 4,5 Sterne und zeigt, wie außerordentlich zufrieden die Jugendlichen waren. Nur dreizehn Jugendliche vergaben weniger als drei Sterne.

Gefragt danach, ob die Jugendlichen wieder an dem Projekt teilnehmen würden, zeigt sich ein großes Interesse für eine weitere Teilnahme. Die Aussage: „Ich würde wieder mitmachen“ wurde durchschnittlich mit 4,4 Sternen bewertet.

Die folgenden Diagramme geben einen Überblick zur Häufigkeit der Beantwortungen der jeweiligen Fragen in Prozent.



In dem Gruppeninterview wurde verdeutlicht, dass alle Themen und Informationen (thematische Workshops) sehr interessant gewesen seien und die Interviewten sich gut einbringen hätten können, trotz der Online-Varianten. „*Schon gleich direkt bei der Vorstellungsrunde war es super. Sie war ur lieb und ist ur freundlich übergekommen. Sie hat gefragt warum wir*

bestimmte Sportarten machen und ich habe erzählt, warum ich Boxen mache. Ich habe die Geschichte erzählt, warum ich mich selbst verteidigen können will und sie hat sich das angehört und danach hat sie sich bei mir bedankt, dass ich ihr das anvertraue.“

Gründe für die Teilnahme und Erwartungen

Die Jugendlichen des Gruppeninterviews wurden ergänzend gefragt, was ihre Beweggründe waren, an dem Projekt teilzunehmen. Beide machten im Gespräch deutlich, dass eine Teilnahme einerseits aus Interesse und andererseits zur Steigerung der eigenen Gesundheit erfolgte. *„Erstens, weil es sehr wichtig für das Leben ist, zweitens ist es interessant und drittens, dass man immer gesundheitlich fit bleibt.“* *„Es ist interessant und es hilft für das spätere Leben, zum Beispiel wie man sich gesund ernähren kann und wie man sich fit halten kann.“*

Vor der Teilnahme wurden nach Aussage der Jugendlichen ganz klar kommuniziert, was die Projektziele sind. *„Es war von Beginn an eigentlich alles ganz klar.“* *„Es war besser als erwartet.“*

Gelungenes in der Umsetzung

Ein Großteil der befragten Jugendlichen nutzte auch die Gelegenheit, in den offenen Fragen des Feedbackbogens darauf einzugehen, was aus ihrer Sicht besonders gelungen an den Aktivitäten war (N=227).

Sehr viele Jugendliche (N=53) gaben an, dass ihnen „alles“ besonders gut gefallen habe. Viele Jugendliche (N=23) machten ihre hohe Zufriedenheit mit den Trainer*innen deutlich: diese seien sehr nett und offen gewesen, waren motiviert, konnten Spaß vermitteln und hatten einen guten Umgang mit den Jugendlichen. Davon führten einige Jugendliche an, dass diese auch sehr gut zu verstehen waren, gut/deutlich erklärt hätten und viele Fragen gestellt werden konnten. Zudem zeigten/führten die Trainer*innen viel vor und es war möglich, Übungen mehrmals zu machen.

„Die Lehrerin war sehr nett und sie hat uns geduldig unterrichtet.“ *„Dass es nicht langweilig war und es war nicht zu schnell also man konnte mitkommen.“* *„Die Trainer waren super.“* *„Die Trainer waren nett und motiviert.“* *„Der Umgang von den Betreuern mit den Kindern.“* *„Es war alles gut erklärt.“* *„Es gefällt mir sehr gut. Die Psychologin war sehr nett und hat sehr gut erklärt.“* *„Hatten auf alle Fragen gute Antworten.“* *„Ich bin dankbar, dass der Trainer und die Trainerin Zeit für uns hatten.“* *„Das wir Fragen sehr viele Fragen stellen durften.“* *„Dass wir eine Übung ein paar Mal geübt haben.“*

Schließlich lobten die Jugendlichen auch direkt einige Aktivitäten und Themen, die in den Angeboten und Workshops behandelt/ausprobiert wurden (N=49). So wurden insbesondere das gemeinsame Reden und das Beantworten von Fragen von vielen genannt, aber auch Atemübungen, Hilfe bei und im Umgang mit Stress, das Ausprobieren neuer Sportarten mit Tipps und Tricks, das Thema Ernährung, Informationen über Bewegung sowie psychische Gesundheit. Einige Jugendliche gaben an, dass sie viel Neues gelernt haben, ohne genauer darauf einzugehen, was es war. Häufig wurden auch bestimmte Sportarten wie Klettern, Parcours, Trampolin springen, Fußball oder Basketball positiv betont.

Hervorgehoben wurde von einigen Jugendlichen (N=11) auch der Spaßfaktor und die gelungene, wertschätzende, achtsame Atmosphäre – sie fühlten sich wohl: so wurde es diesen Jugendlichen niemals langweilig und sie konnten den Aktivitäten gut folgen. Darüber hinaus

machten Teilnehmer*innen deutlich, dass sie die Zusammenarbeit, die Gemeinschaft und den Respekt untereinander bei den Aktivitäten sehr genossen haben.

„Dass genug Respekt zwischen Leute war.“ „Gute Atmosphäre.“ „Mir hat sehr gut gefallen, dass man nicht das Gefühl hatte, irgendwie kritisiert zu werden. Normalerweise fühle ich mich beim Thema „Gewicht“ nicht wohl, aber heute habe ich mich sehr wohl gefühlt. War super.“ „Frei reden, gut verstanden.“ „Die Info hat mir besonders gut gefallen und bei den Menschen habe ich mich so wohl gefühlt. Ich bin froh, dass sie wieder kommen werden. Es gibt viele interessante Sachen und Themen. Hat mich sehr gefreut. Ich freue mich auf das nächste Mal. Ich liebe es – Danke für heut.“

Verbesserungspotenziale

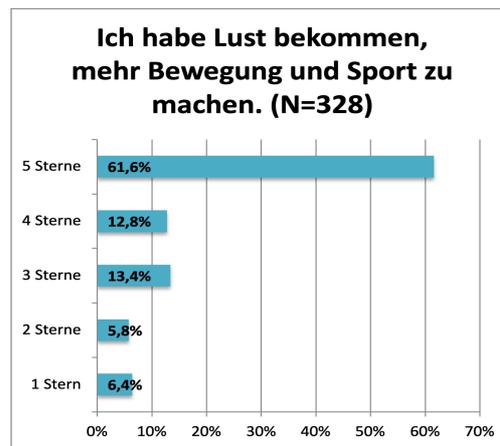
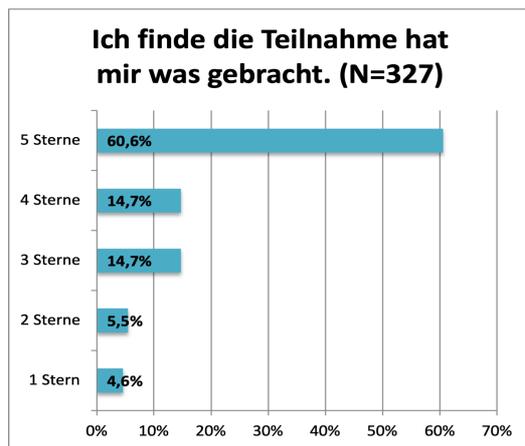
Hinsichtlich Verbesserungspotenziale machten einige wenige Jugendliche (N=55) Vorschläge für die weitere Projektumsetzung bzw. übten generell Kritik. Genannt wurden hierbei direkt Aktivitäten wie Basketball, mehr Bewegung, Radfahren, Klettern und Sport, oder auch das Thema Ernährung, ohne genauer anzuführen, was konkret verbessert werden könnte. Vermutlich handelt es sich hierbei um Nennungen von Aktivitäten, welche die Jugendlichen noch gerne unternehmen würden oder um Aktivitäten, die sie nicht so gut fanden. Zudem wünschte sich eine Person ein paar mehr Tricks, eine mehr Videos und Bilder bei inhaltlicher Vermittlung und eine weitere Person die Möglichkeit, die Sportart noch mehr auszuprobieren. Ein paar Personen machten Anmerkungen zu den Rahmenbedingungen: so hätten sie gerne früher begonnen bzw. mehr Zeit gehabt, oder mehr Trainer*innen aufgrund der Gruppengröße. Manche wünschten sich eine ruhigere Gruppe. Einzelne Personen hätten sich mehr Durchsetzungsvermögen oder Vertrauen von dem/der Trainer*in gewünscht: *„Sich etwas stärker durchsetzen, da es oft auch sehr laut war und keiner zugehört hat. Das Thema Drogen ist zum Beispiel nur aus Spaß gekommen.“ „Kürzere Erklärungen und mehr Vertrauen in die Selbständigkeit.“*

Alle weiteren Rückmeldungen (N=189) waren Antworten der Art: *„Weiß nicht“, „passt alles“, „nichts alles war gut“, „nein“, „ja“, „keine Ahnung“, „gibt keine Verbesserung“, „alles war gut“.*

Individueller Nutzen der Teilnahme

Im Zuge der Feedbackerhebung wurde mit zwei Fragen der individuelle Nutzen für die Jugendlichen abgefragt. Die Jugendlichen wurden gebeten, Sterne zu vergeben, wie viel die Teilnahme am Projekt ihnen gebracht habe (*„Ich finde die Teilnahme hat mir was gebracht“*). Wiederum bedeutet dabei ein Stern „nicht viel“ und fünf Sterne „sehr viel“. Die Antworten zeigen, dass die Jugendlichen für sich einen hohen Nutzen erkannten – der Mittelwert liegt bei 4,2 Sternen. 60,6% vergaben hierbei die gesamten fünf Sterne und nur 10,1% unter drei Sterne.

Zudem wurden die Jugendlichen gefragt, inwieweit die Aktivitäten auch anstoßen konnten, selbst mehr Bewegung und Sport zu machen. Im Durchschnitt vergaben die Jugendlichen gute 4,2 Sterne auf die Aussage *„Ich habe Lust bekommen, mehr Sport und Bewegung zu machen.“* Das Projekt hatte somit Erfolg, die Jugendlichen tatsächlich zu motivieren, Sport und Bewegung in ihren Alltag verstärkt zu integrieren.



Thematisiert wurde in den offenen Antworten von vereinzelt Jugendlichen auch Auswirkungen auf ihre psychische Gesundheit und den Selbstwert: ein*e Jugendliche erwähnte, für sich mitgenommen zu haben, dass man sich so akzeptieren soll, wie man ist. Positiv genannt wurde auch, dass es verschiedene Meinungen geben kann, man vieles lernen konnte und man auch frei reden bzw. „über untersagte Themen sprechen“ konnte.

Der Nutzen wird von den zwei Jugendlichen im Interview vor allem auch in der Wissenserweiterung zur gesunden Ernährung gesehen aber auch das Thema Akzeptanz sowie Selbstwert wurden lobend genannt. Diese sagten auch, dass sie ihr Wissen auch an Peers und Eltern weitergeben haben und es somit auch für diese nützlich sei.

4.2 Teilnehmende Beobachtungen

Bei beiden teilnehmenden Beobachtungen war ein Mitarbeiter des Evaluationsteams bei einem Bewegungs- bzw. Sportangebot (Bogenschießen und Skateboarding) anwesend. Bei den Angeboten waren jeweils ein Projektmitarbeiter von MEN und eine Projektmitarbeiterin von FEM Süd, zwei Trainer*innen für die Sportarten sowie 2-4 Jugendleiter*innen, bzw. Betreuer*innen von der Einrichtung vor Ort dabei.

Das Bewegungsangebot „Bogenschießen“ fand in einem offenen Jugendzentrum im 10. Bezirk statt, welches über einen größeren Außenbereich verfügt. Bei dem Angebot haben ungefähr 30 Jugendliche mitgemacht – 10 davon waren Mädchen. Anfänglich wurde das Angebot nur von Jungs angenommen, doch haben vor allem die Betreuer*innen und die Mitarbeiterin von FEM sich große Mühe gegeben, auch Mädchen zu motivieren und zu inkludieren – mit Erfolg. An diesem Beispiel war gut zu beobachten, wie wichtig ein geschlechterdiverses Team ist, welches die Jugendlichen vor Ort individuell und vertrauensvoll anspricht. Die Betreuer*innen von der Einrichtung hatten indes verschiedene wichtige Funktionen: Sie fungierten als Ansprechpartner*innen für die externen Trainer*innen und Begleiter*innen des Projektteams, sie motivierten Jugendliche zur Teilnahme, begleiteten eher schüchterne Teilnehmer*innen und organisierten den Ablauf. Letzteres war bei diesem Angebot besonders bedeutsam, da die Jugendlichen in verschiedene Gruppen aufgeteilt wurden, welche nacheinander eine Einweisung in das Bogenschießen erhielten. Nach einem ersten Durchlauf aller Gruppen, war die errichtete Bogenschießanlage offen für alle Teilnehmer*innen. Die Betreuer*innen und Beglei-

ter*innen des Projektteams hatten einen durchwegs wertschätzenden und achtsamen Umgang mit den Jugendlichen. Die Betreuungsarbeit während dem Bewegungsangebot erwies sich als durchwegs wertvoll. Die externen Trainer*innen waren am Anfang etwas eingeschüchtert von der Dynamik und dem Verhalten der teilnehmenden Jugendlichen. Es war augenscheinlich, dass sie zumeist Trainings mit Jugendlichen aus einem anderen sozio-kulturellen und sozio-ökonomischen Umfeld durchführten. Dennoch hatten sie einen professionellen, offenen und sympathischen Zugang zu den Jugendlichen und sind im Verlauf des Angebotes immer weiter „aufgetaut“. Das Bewegungsangebot an sich weckte bei den Jugendlichen großes Interesse und gab ihnen die Möglichkeit, ein gänzlich neues Bewegungsverhalten zu erproben – keiner der Jugendlichen hatte davor mit einem Bogen geschossen. Das Angebot hatte darüber hinaus eine hohe Reichweite, weil alle Jugendlichen vor Ort, die wollten, teilnehmen konnten. Weiters war eine Motivationssteigerung – im wettkampfsportlichen Sinne – bei den Teilnehmenden im Verlauf zu beobachten. Sie lernten etwas Neues kennen – bemühten sich – wurden besser – und erfuhren Erfolgserlebnisse. Durch die Trainer*innen wurden Kompetenzen des Bogenschießens gut vermittelt: Konzentration und Ruhe führen zu Erfolg. Dadurch konnte beobachtet werden, dass Durchhaltevermögen und innere Stärke bei den Teilnehmenden gefördert wurde. Beispielsweise traf ein Jugendlicher nicht besonders gut, er war gefrustet und hörte auf teilzunehmen. Eine betreuende Person motivierte ihn jedoch nochmal, unterstützte ihn bei der Ausführung, die Trainer*innen betonten die „Kraft der Ruhe“, worauf er gut traf. Alle im Umfeld jubelten gemeinsam mit dem Teilnehmenden. Es war klar ersichtlich, dass er nun zufrieden und stolz auf seine Leistung war. Dieses Beispiel beschreibt auch das Klima in der Gruppe: Viele motivierten sich untereinander, es kam teils eine Wettkampfstimmung auf. Relevant war zudem die Beobachtung, dass die Teilnahmemotivation der vor Ort präsenten Jugendlichen deutlich anstieg, nachdem „Schlüssel-Jugendliche“ (vermeintlich die Anführer*innen der Clique) an dem Angebot teilnahmen. Eine Nachhaltigkeit im Sinne einer individuellen Weiterführung der neu entdeckten Sportart wurde im Nachhinein mit den Projektmitarbeiter*innen reflektiert. Bogenschießen gilt als Vereinssport und ist recht hochschwellig im Beitritt. Hohe Mitgliedsbeiträge, hohe Materialkosten und eine „elitäre“ Dynamik in dem Sport bereiten hierbei die hohe Schwelle des Einstiegs. Dennoch wurden emotional wichtige und somit nachhaltige Erfahrungen von den teilnehmenden Jugendlichen gemacht. Gerade die Kombination aus Konzentration, Ruhe und Erfolg ist ein wichtiger Lernbereich – in allen möglichen Lebensbereichen. Der Zusammenhang zwischen Psyche und Körper konnte gut vermittelt werden. Darüber hinaus wurden positive Erfolgserlebnisse gefeiert – siehe angebrachtes Beispiel – welche einen nachhaltigen Charakter entfalten können.

Das Bewegungsangebot „Skateboarding“ fand in einem Gemeindepark im 5. Bezirk statt und wurde von der Parkbetreuung vor Ort organisiert und begleitet. Für das Angebot wurde ein eigener Bereich (Basketballfeld) abgetrennt. Es haben ungefähr 25 Kinder und Jugendliche mitgemacht – 8 davon waren Mädchen. Für alle Teilnehmenden wurden Skateboards und Schutzausrüstungen zur Verfügung gestellt – alle Kinder und Jugendlichen im Park, die mitmachen wollten, konnten mitmachen. Die Parkbetreuung hat vor dem Bewegungsangebot in dem Park Werbung für eben jenes gemacht und Informationen gestreut. Während dem Bewegungsangebot achteten sie darauf, dass die Trainer*innen ungestört mit den Kindern arbeiten konnten, fungierten als Ansprechpartner*innen für organisatorische Belange und nahmen sich zwischendrin immer wieder einzelnen Kindern an, motivierten, erklärten, trösteten und lobten. Bei diesen Aufgaben schlossen sich auch die Begleiter*innen vom Projektteam an. Die Be-

treuer*innen und Begleiter*innen des Projektteams hatten einen wertschätzenden und achtsamen Umgang mit den Jugendlichen. Die Betreuungsarbeit während dem Bewegungsangebot erwies sich als durchwegs wertvoll. Die Trainer*innen haben mit den Kindern authentisch, empathisch und achtsam gearbeitet – sie haben den Kindern viel zugetraut, teils mit der gesamten Gruppe gearbeitet, teils sich einzelnen Kindern angenommen und persönliche Hilfeleistung gegeben. Störende Kinder wurden von der Parkbetreuung oder den Begleiter*innen auf ihr Verhalten angesprochen und es wurde versucht ihnen zu erklären, warum ihr Verhalten nicht angebracht war. Dennoch war die Stimmung der Gruppe durchwegs gut. Es war ein Klima gegenseitiger Unterstützung zu beobachten: Lob und Bewunderung wurden auch unter den Teilnehmer*innen ausgesprochen, es wurden sich gegenseitig Tipps gegeben bzw. geholfen und kollektiver Jubel kam bei tollen Aktionen auf. Generell stand bei dem Angebot Bewegung klar im Fokus und Bewegungskompetenzen wurden gefördert. Die Kinder hatten großen Spaß an dem Sport und viele machten über die Zeit hinweg einige Fortschritte, was sie immer weiter motivierte. Weiters wurden auch das Zusammenwirken von Psyche und Körper thematisiert: So wurde ersichtlich, dass Mut und Durchhaltevermögen zu Fortschritten im Bewegungsverhalten führen. Erfahrungen des Lobes und die gegenseitige Unterstützung der teilnehmenden Kinder und Jugendlichen unterstützten sie dabei. Anfängliche Angst konnte so bei vielen Teilnehmer*innen überwunden werden. Viele Kinder wollten auch am Ende des Workshops nicht mehr aufhören und fragten, ob es bald weitere Skateboard-Workshops geben würde. Eine Nachhaltigkeit im Sinne einer individuellen Weiterführung der neu entdeckten Sportart ist beim Skateboarding wurde ebenfalls im Nachhinein mit dem Projektteam reflektiert: Die Anschaffungskosten und das erforderliche Knowhow bei der Durchführung sind recht hoch. Aber der Verein der externen Trainer*innen bietet sehr kostengünstig Kurse und Sportfreizeitlager an - sie haben bei den Kindern auch Werbung für ihre Skateboardinghalle gemacht, welche für Kinder explizit offen steht, und am Ende des Angebotes Sticker mit Namen und Website des Vereins verteilt.

4.3 Telefoninterviews mit Mitarbeiter*innen aus den Settings

Wie eingangs bereits erwähnt, wurden insgesamt 11 Interviews mit Mitarbeiter*innen verschiedener Einrichtungen, in welchen die Projektphasen bereits abgeschlossen oder kurz davor waren, durchgeführt:

	Datum	Organisation/Einrichtung
1	24.06.2021	Pro Vita
2	27.09.2021	Juvivo
3	05.10.2021	Jugendcollege Interface
4	18.10.2021	Ju9teen
5	20.10.2021	MiHo

6	13.07.2022	WUK work.space
7	25.01.2023	Familienzentrum friends
8	02.02.2023	Jugendzentrum Hofferplatz
9	09.02.2023	Jugendtreff Penzing
10	15.05.2023	Parkbetreuung Margareten
11	24.07.2023	Kinderfreunde Yppenplatz

Anhand der thematischen Blöcke des verwendeten Interviewleitfadens werden nun einzelne Feedback-Dimensionen zusammenfassend aufbereitet:

Zufriedenheit mit der Kooperation mit MEN/FEMsüd

Alle elf Interviewpartner*innen gaben ausnahmslos an, mit der Kooperation und der Zusammenarbeit mit MEN/FEMsüd sehr zufrieden zu sein. Betont wurden in diesem Kontext die Zuverlässigkeit der Projektmitarbeiter*innen, die **gute Struktur der Zusammenarbeit** (Vorbereitung, Ausführung, Nachbereitung), generell die sehr angenehmen Kommunikationsweisen und die Spontanität/Flexibilität des Projektteams. Letzteres war besonders wertvoll, da während der Kooperationen mit einigen Herausforderungen – hauptsächlich durch Corona und die damit einhergehenden Maßnahmen ausgelöst – gekämpft wurde. So wurde beispielsweise angeführt, dass das Projektteam spontan neue, körperferne Sportarten eingebracht hätte oder dass Workshops als online Format gedacht wurden – was sehr geschätzt wurde.

Organisation der Workshops

Auch hinsichtlich der Organisation der Workshops gab es von den Interviewpartner*innen nur lobende Worte für das Projektteam. Besonders wurde die **Zuverlässigkeit** (alles Versprochene wurde eingehalten), die **Unkompliziertheit** (guter Arbeits-Mix zwischen externer Organisation und einrichtungsinterner Absprache), der allgemein sinnvolle **Ablauf** der Module (interne Besprechung, Basis-Workshops, thematische Workshops und Bewegungsangebote) und auch hier die **Spontanität** (das Projektteam habe sich auf kurzfristige Änderungen gut einstellen können) gelobt. Außerdem habe man sich immer gut informiert gefühlt. Zu jedem Angebot gab es zwar eine vorherige Anmeldung, doch in der offenen Jugendarbeit gestaltete sich die Teilnahme der Jugendlichen auch eher spontan – wofür stets auch Raum gelassen worden sei.

Ein*e Interviewpartner*in führte aus, dass die Organisation von den Angeboten im Sommer, während der Ferien etwas komplizierter war – zu dieser Zeit sei der Kern der Jugendlichen zumeist nicht in Wien und viele Mitarbeiter*innen im Urlaub.

Abstimmungen, Besprechungen und Partizipation

Zehn von elf interviewten Mitarbeiter*innen der Jugend- und Bildungseinrichtungen waren bei allen, oder zumindest bei den meisten Workshops und Angeboten anwesend. Lediglich eine interviewte Leitung gab an, nur bei dem Basis-Workshop dabei gewesen zu sein.

Bei den Abstimmungen zwischen Einrichtungsmitarbeiter*innen und Projektmitarbeiter*innen wurde indes die **gute Zusammenarbeit** gelobt. Gerade die Abstimmungen und Absprachen zwischen den beiden Teams vor den Workshops/Angeboten (Was ist an Materialien da? Welche Zielgruppen sind anwesend? Auf was muss geachtet werden? Welche Vorgehensweise ist die beste? Gibt es bereits Bewegungs-Präferenzen? etc.) wurden sehr gelobt, da diese sehr zur Qualität der Workshops und Angebote beigetragen hätten.

Inhalte & Methoden

Der **Ablauf der Zusammenarbeit** und somit auch der Workshops/Angebote wurde stets ähnlich dargestellt: Besprechung, Basis-Workshop, Bewegungsangebote und thematische Workshops. Thematisch-inhaltlich und methodisch gab es natürlich Abweichungen, da sich stets individuell auf die gegebene jugendliche Zielgruppe und deren Interessen eingestellt wurde. So wurde beschrieben, dass in den Bewegungsangeboten zum Beispiel Skateboarding, Mädchenfußball, Selbstverteidigung, Yoga, Pilates, „sicheres“ Fahrradfahren, Klettern/Bouldern, Trampolin, Akrobatik, Billiard, Boxen, Parcours, Kendama, Tanz, Jiu Jitsu und Basketball durchgeführt wurden. Die theoretischen Workshops (welche teils geschlechterspezifisch umgesetzt wurden) beinhalteten Themen wie Ernährung und Kochen, Resilienz, Gleichstellung, Männer- und Frauenbilder und generell Körperbilder.

Ein*e Mitarbeiter*in gab an, dass bei einem Angebot (Basketball) der **Trainer** wirklich „fantastisch“ gewesen sei, was das Angebot an sich auch sehr gut gemacht habe. Jedoch war bei einem anderen Bewegungsworkshop (Jiu Jitsu) der Trainer sehr unerfahren mit der Zielgruppe gewesen und habe sich nicht unbedingt gut angestellt – damit sei auch das Angebot nicht gut gelaufen und angekommen. Alle weiteren Mitarbeiter*innen betonten, wie methodisch fundiert, sympathisch und flexibel die Trainer*innen mit den Teilnehmer*innen umgegangen sind. Hierbei wurde in dem Sinne die Bedeutung der Trainer*innen für die Qualität der Angebote betont.

Ein*e andere*r Mitarbeiter*in gab des Weiteren an, dass sich „Radfahren“ nicht so gut als Angebots-Format eignet, da weniger Interaktion möglich war und somit keine wirkliche „Workshop-Stimmung“ aufgekommen sei.

Drei interviewte Mitarbeiter*innen berichteten außerdem, dass ihre Module ein Mix von online Workshops und Workshops in Präsenz waren. Die **Online Workshops** seien zwar, nach Aussage der Interviewten, per se nicht optimal, aber man habe das Beste draus gemacht und sei auch damit zufrieden.

Ein*e Mitarbeiter*in betonte, dass **theoretische Inhalte der Workshops** für die Jugendlichen einen Schul-Charakter hätten und sie dementsprechend ein wenig unaufmerksam waren – bei der praktischen Umsetzung hingegen seien hingegen "aufgeblüht". Ein*e andere*r Mitarbeiter*in betonte jedoch die gute Ausführung und das Interesse an den inhaltlichen Workshops – trotz latentem Schul-Charakter. Die Professionalität und Empathie der Projektmitarbeiter*innen waren hierbei Erfolgsfaktoren.

Besonders gut gelungen

Einige Aspekte von den Workshops/Angeboten und der Kooperation mit dem Projektteam wurden von den Interviewpartner*innen besonders hervorgehoben. So wurden beispielsweise die gegebenen **Entscheidungsmöglichkeiten der Jugendlichen**, welche Sportarten sie interessieren und sie ausprobieren wollen, gelobt – einige Jugendliche hätten nach dem Projekt betont, wie toll sie es fanden, selber zu entscheiden, was angeboten wird.

Damit zusammenhängend wurde es als sehr gewinnbringend deklariert, dass die Workshop-**Leiter*innen (Projektteam)** von Anfang an bei dem Projektverlauf dabei waren. Gerade der Fakt, dass diese extern sind und somit professionell wirken, kommt bei den Jugendlichen gut an und es entsteht dadurch eine gewisse Ernsthaftigkeit bei der Teilnahme.

Des Weiteren wurden teilweise die **externen Trainer*innen**, die Kostenübernahme und die tolle Teilnahmebereitschaft der Jugendlichen positiv gesehen. Die Spontanität und Flexibilität der Projektmitarbeiter*innen wurde zudem an dieser Stelle nochmals betont. Ein*e Interviewpartner*in lobte die Unterstützung der Projektmitarbeiter*innen, als es mit einem/einer Trainer*in ein kleine Auseinandersetzung gab. Darüber hinaus wurden die Leiter*innen und Trainer*innen der Workshops mehrfach sehr positiv erwähnt und ihnen ein großes Lob ausgesprochen – diese hätten einen sehr guten Zugang zu den Jugendlichen und gewinnbringende Kommunikationsweisen. Auch die Durchführung der inhaltlichen Workshops von den Projektmitarbeiter*innen wurde von einigen Interviewpartner*innen hoch gelobt.

Zudem wurde in einigen Interviews angeführt, dass die **Zusammensetzung der Betreuung** aus Jugendleiter*innen, Mitarbeiter*innen des Projektteams und den Trainer*innen sehr wertvoll war. Gerade die Jugendleiter*innen würden „ihre“ Jugendlichen kennen, könnten „Krawall-Kids im Zaum halten“ sowie Vertrauensbrücken zu den Trainer*innen herstellen. Die Projektmitarbeiter*innen seien zusätzlich sehr hilfreich, da sie – durch ihre gewisse Distanz zu den Jugendlichen und Blick von außen – diese nochmal auf eine andere Art und Weise ansprechen können.

Verbesserungsbedarf

Auf die Frage, welchen Verbesserungsbedarf bei dem Projekt die Einrichtungsmitarbeiter*innen sehen, wurde zumeist bekundet, dass alles wirklich sehr gut war und keine negativen Aspekte genannt werden könnten. Hier wurde gleichsam der Verbesserungswunsch formuliert, dass die Workshops doch bitte regelmäßiger stattfinden.

Drei Mitarbeiter*innen sprachen hingegen jeweils einen Aspekt an, der ihnen etwas negativ aufgefallen sei. So solle auf der einen Seite etwas mehr auf die **Auswahl der externen Trainer*innen** geachtet werden. Eine Jugendeinrichtung hatte hier mit einem Trainer eine negative Erfahrung gemacht (siehe Inhalte & Methoden). Auf der anderen Seite wurde der Vorschlag eingebracht, etwas **mehr Zeit für die Reflexion** nach den Bewegungsworkshops einzuplanen. Dabei sollte intensiver auf die Fragen: Wie war der Workshop für euch? Wie geht es jetzt weiter? eingegangen werden. Gerade die Klärung der Anschlusslogiken/Nachhaltigkeit sei an dieser Stelle wichtig, damit die Jugendlichen gut informiert sind. Zusätzlich wurde kritisiert, dass die **Bewegungsangebote** teilweise zu schnell hintereinander stattfanden. Es wurde vorgeschlagen, dass diese mit einer gewissen Pause zueinander organisiert werden, um intern die Angebote mit den Jugendlichen reflektieren zu können.

Zielgruppengerechtigkeit

Zur Einschätzung, inwieweit die Workshops/Angebote zielgruppengerecht aufbereitet und durchgeführt wurden, konnte besagter*e Mitarbeiter*in, die/der lediglich bei einem Basis-Workshop dabei war, keine Aussagen treffen. Doch auch hier berichtet die Person von sehr guten Rückmeldungen der Mitarbeiter*innen und Jugendlichen. Die anderen Interviewpartner*innen führten an, dass sie die Workshops als **sehr zielgruppengerecht** wahrgenommen haben und dementsprechend auch in diesem Aspekt sehr zufrieden sind. Zudem

wurde berichtet, die verwendete Sprache und das Tempo in den Workshops sei an die Jugendlichen angepasst worden – was als sehr wertschätzend angesehen wird. Hier stehen die externen Trainer*innen an zentraler Stelle. Nur vereinzelt wurde berichtet, dass manche Trainer*innen sich mit der Gruppe schwer getan hätten, was zu einer nicht optimalen zielgruppen-gerechten Aufbereitung der Workshops und Angebote geführt habe. Vor allem wenn eine Gruppe nicht altershomogen war, mussten sich die Trainer*innen auf verschiedene Fähigkeiten einstellen und auch unterschiedlich mit den Teilnehmer*innen kommunizieren – was eine Herausforderung darstelle.

Einschätzung der Zielerreichung

Ob die Workshops den Zielerreichungen (siehe Kapitel 1) zuträglich waren, wurde in den Interviews stets subjektiv beantwortet und nicht immer anhand der gesetzten Ziele des Projektes beantwortet. Nichtsdestoweniger sind wichtige Aspekte in den Interviews genannt worden.

Ein*e Mitarbeiter*in, welche lediglich bei dem Basis-Workshop anwesend war, führte aus, dass sie die Frage leider nicht beantworten kann, da ihr/ihm das diesbezügliche Wissen fehlt. Die Rückmeldungen von den Jugendlichen und Mitarbeiter*innen, so betonte sie/er, seien sehr positiv ausgefallen.

Es wurde in den Interviews immer wieder konstatiert, dass viel von dem **thematischen Input** (explizit genannt: das bio-psycho-soziale Modell und das Thema der Ernährung) bei den Jugendlichen nachhaltig angekommen sei und dass bis lange nach den Workshops darüber gesprochen wurde – was vor allem der tollen Durchführung geschuldet sei. Zwei Mitarbeiter*innen berichteten hingegen, dass die thematischen Workshop nicht viel gebracht hätten. Sie führten dazu an, dass diese recht „schulisch“ angemutet hätten und dass es immer schwierig sei, in außerschulischen Einrichtungen theoretischen Input zu vermitteln. In sportlicher Dimension sind für sie beide die erfolgreichen Bewegungsangebote jedoch Grund genug, die Ziele des Projektes erreicht zu wissen. Gleichsam wurde von einer interviewten Person die Schwierigkeit angesprochen, die Frage nach der Zielerreichung zu beantworten, da die Jugendlichen in der kooperierenden Bildungseinrichtung teilweise nur recht kurz verweilen und somit keine mittelfristigen Veränderungen beobachtet oder besprochen werden konnten. Ein*e andere*r Mitarbeiter*in führte unterdessen aus, dass sie/er ebenfalls die Frage nicht wirklich beantworten könne, da es schwer zu beurteilen sei, ob bei Online Workshops die Jugendlichen etwas „mitgenommen“ haben. Es fällt der Person aber auf, dass nach den Workshops im Jugendzentrum mehr über Bewegung und Ernährung gesprochen wurde. Außerdem hätten die Jugendlichen bereits mehrfach nachgefragt, wann die nächsten Workshops stattfinden würden – was als ein gutes Signal gedeutet wurde.

Es wurde zudem häufiger in den Interviews davon berichtet, dass die **Gruppendynamik** der Teilnehmer*innen durch die Angebote gestärkt worden sei. Außerdem würden die neuen sportlichen Erfahrungen auf die Jugendlichen inspirierend wirken, sodass ein **höheres Interesse an Sport** festzustellen sei. Wichtige Impulse für einen gesunden Lebensstil wurden mit wertvollen sozialen Erlebnissen gekoppelt, was – so einige Interviewpartner*innen – genau in die Richtung der Zielerreichung geht. Für eine*n Interviewpartner*in war hierbei ein ausschlaggebendes Element, dass nach den Angeboten intern eine gemeinsame Reflexion mit den teilnehmenden Jugendlichen durchgeführt wurde. Hierbei hätten aus Perspektive der Betreuenden die Kinder nochmal nachhaltig motiviert werden können. Insgesamt sei ein mehr an

Selbstbewusstsein und Motivation für Sport bei den Jugendlichen – seit den Bewegungsangeboten – zu beobachten.

Einige Interviewpartner*innen betonten die Bedeutsamkeit, dass die Angebote mehrmals stattfinden. So könnten die Lernerfahrungen und Begeisterung der Teilnehmenden vertieft werden. Für andere Interviewpartner*innen seien die Angebote lediglich Impulse zur Erreichung der Projektziele – es bedürfe einer gewissen Dauerhaftigkeit der Angebote, sodass die Jugendlichen über einen längeren Zeitraum sportlich begleitet werden.

Struktureller Anschluss und Nachhaltigkeit

In den Interviews wurde von individuellen und mannigfaltigen Wirkungen (siehe letztes Kapitel) und etablierten Anschlusslogiken, aber auch von gewissen Schwierigkeiten berichtet, welche eine nachhaltige Wirkung und einen strukturellen Anschluss der Workshops/Angebote erschweren würden.

In einer Einrichtung wurde das Projekt gleich zwei Mal durchgeführt, da es bei den Jugendlichen sehr gut angekommen sei und somit ein hohes Interesse an sportlichen Angeboten geweckt wurde – was laut den Befragten bereits als Teil-Zielerreichung interpretiert werden kann. Zudem sei nun generell mehr Sport im Angebot des Jugendzentrums vorzufinden, eine **nachhaltige Wirkung** sei damit gegeben. Viele Interviewpartner*innen berichteten darüber hinaus von Beobachtungen, dass die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen nach den Bewegungsangeboten häufiger nach sportlichen Aktivitäten fragten und auch selber an den erprobten Sportarten „dran blieben“.

Gleichzeit wurden auch **kritische Aspekte** im Hinblick auf einen **strukturellen Anschluss** angemerkt: Als Beispiele wurde in zwei Interviews die Sportarten Skateboarding und Bouldern für die geäußerten Perspektiven angeführt. Diese seien zwar bei den Jugendlichen wirklich sehr gut angekommen, allerdings hätten die Jugendlichen nach dem Workshop eigentlich gerne diesen Sport weiterführen wollen – was jedoch für viele nicht möglich sei, weil beispielsweise die Anschaffung eines Skateboards zu teuer sei und ihnen zudem das Knowhow fehle, welches für einen Kauf grundlegend ist oder allgemein die Eintrittspreise für eine Kletterhalle zu hoch seien. Diese Problematik, welche entsteht, wenn gewisse Sportarten vorgestellt und Angebote dazu durchgeführt werden, die aber per se sehr, beziehungsweise zu teuer in der Weiterführung sind, wurde von einzelnen Mitarbeiter*innen angesprochen. So wären manche Jugendliche recht ernüchtert gewesen, als festgestellt wurde, dass eine Weiterführung für sie finanziell nicht möglich ist. Gerade diese Ernüchterung wurde in den Interviews kritisch betrachtet: Durch die Angebote wurde Interesse geweckt, welches jedoch fast zwangsweise ins Leere laufen müsse. Zwei interviewte Personen führten daher an, dass solche Sportangebote erst gar nicht mit aufgenommen werden, oder aber dass Anschlussförderungen, beziehungsweise mehr Angebote zu dieser Sportart in Aussicht gestellt werden sollten. Wenn teilnehmende Kinder und Jugendliche wenig Chancen auf einen strukturellen Anschluss (bspw. Mitgliedschaft in einem Verein) haben, entsteht auch die Frage, ob das Bewegungsverhalten der Jugendlichen durch das Angebot nachhaltig gesteigert werden kann. Andere Sportarten wie Parcours, Basketball, Tischtennis seien im freien Raum möglich durchzuführen; zwar gäbe es hier auch Vereine, doch eine Mitgliedschaft sei nicht zwingend erforderlich, wenn man den Sport weiter für sich ausführen möchte.

Allerdings wurde in den Interviews auch immer wieder von **gelungenen strukturellen Anschlüssen** nach der Beendigung des Projektes berichtet. Beispielsweise wurde in einem Jugendzentrum „Fußball für Mädchen“ angeboten, woraufhin sich eine Gruppe von Mädchen eigens organisierte hätte und häufiger zum Fußballspielen verabredet habe. Von einem/einer andern Interviewpartner*in angeführt, dass bei ihnen Basketball durch das Angebot große Begeisterung hervorgerufen hat und die Trainer*innen dem Jugendzentrum nach dem Angebot auch Basketbälle geschenkt hätten. Dies ermöglichte eine strukturelle Anschlusslogik, sodass nun auch Jugendzentrum-intern weitere Basketball-Workshops angeboten werden. Ebenfalls konnte ein Jugendzentrum, nach großer Begeisterung bei einem Tanz-Angebot, einen regelmäßigen internen Tanz-Workshop etablieren. An beiden Anschlusslogiken kann aufgezeigt werden, dass in einzelnen Settings nachhaltig Interesse, Motivation und ein gesteigertes Bewegungsverhalten kreiert und strukturell in den Einrichtungen verankert wurde. Vereinzelt wurde auch von den Mitarbeiter*innen berichtet, dass Jugendliche nach den Bewegungsangeboten den Kontakt zu den externen Trainer*innen gesucht haben und prinzipiell Interesse an einer Weiterführung der Sportart hatten. Ob letztendlich die Jugendlichen beispielsweise Mitglied in einem Verein wurden, konnte nicht beantwortet werden.

Doch wurde auch von fast allen Interviewpartner*innen betont, dass die gemachten Erfahrungen in der Entdeckung von etwas Neuem die Teilnehmer*innen nachhaltig positiv prägen würden – auch ohne nach dem Angebot strukturell Anschluss bei der Sportart gefunden zu haben (z.B. Bogenschießen, Boxen oder Klettern). Es wurden viele Sportarten ausprobiert und somit neue Einblicke in eine Welt gegeben, zu welcher viele teilnehmende Jugendliche bislang keinen Zugang hatten – so die Interviewpartner*innen. **Positive soziale Erlebnisse**, die während der Bewegungsangebote gewonnen wurden, aber auch die Spürbarkeit beispielsweise des Zusammenhanges zwischen Konzentration, Ruhe, Geduld und Erfolg seien substantielle, nachhaltige Erfahrungen. Ein*e Interviewpartner*in berichtete beispielsweise vom Bewegungsangebot „therapeutisches“ Boxen“, welches für alle Teilnehmer*innen eine besondere Erfahrung gewesen sei. Gerade nach der Covid-19 Pandemie seien Sport und Gruppenerfahrungen wichtig für Kinder und Jugendliche. So seien über das Bewegungsangebot auch viele andere Themen bei den Jugendlichen „aufgegangen“, sie hätten sich geöffnet und viele Themen zu Gesundheit, aber auch Familie und Beziehung besprochen.

Empfehlungen für Sicherung der Nachhaltigkeit

Das letzte Kapitel aufgreifend und im Kontext einer Sicherung nachhaltiger Wirkungen, wurden von den interviewten Personen mehrere Aspekte empfohlen. Ein, wenn nicht der größte Empfehlungskomplex sieht mehr **finanzielle Ressourcen** vor, welche erstens externe (wieder über MEN/FEMsüd laufende) und interne weiterführende Workshops/Angebote ermöglichen würden, welche zweitens für die Anschaffung von relevantem Equipment erforderlich seien und welche drittens an die Jugendlichen in Form von „Sponsorships“ ausgehändigt werden könnten, damit diese bestimmte Sportarten ausführen könnten.

Auch wurde die Empfehlung, beziehungsweise die Bitte ausgesprochen, **regelmäßiger oder dauerhaft** solche Aktionen anzubieten. Die Einrichtungen hätten selber teilweise nicht genügend Ressourcen/Kapazitäten und sind, gerade in Hinblick auf Sport, auf solche externen Angebote angewiesen. Regelmäßige Bewegungsangebote würden zudem zu einem nachhaltigen Interesse und einer nachhaltigen Wirkung beitragen. Aber auch theoretische Inhalte, wie

zum Thema Ernährung, sollten noch häufiger, bzw. regelmäßiger angesprochen werden, um die Inhalte auch wirklich zu den Kindern und Jugendlichen transportieren zu können.

Zudem sei es sinnvoll, eine **gute Mischung** zwischen hochschwelligem, „exotischen“ und niederschwelligem, im Sozialraum einfach durchführbarem **Sportarten** anzubieten. Besondere Sportarten, wie Bogenschießen und Klettern, seien tolle und wichtige Erfahrungen für die teilnehmenden Jugendlichen. Sportarten wie Basketball, Tischtennis oder Parcours könnten niederschwelliger im Grätzel der Jugendlichen ausgeübt werden und hätten somit mehr Potential, eine nachhaltigere sportliche Betätigung anzuregen. Ein*e Interviewpartner*in führte darüber hinaus aus, dass die externen Trainer*innen im besten Fall aus Vereinen in der Nähe des Sozialraumes der Jugendlichen eingeladen werden. So bestünde eine höhere Wahrscheinlichkeit, dass die Jugendlichen nach den Bewegungsangeboten dort strukturellen Anschluss finden.

Ebenso wurde es als hilfreich angesehen, dass die Trainer*innen den Einrichtungen aber auch direkt den Kindern und Jugendlichen **Informationsmaterialien** zu dem Sport, zu dem Verein etc. überreichen würden. In manchen Fällen wurden die externen Trainer*innen von den Einrichtungen eigens nochmal eingeladen. Gleichzeitig wurde betont, dass es auch an den teilnehmenden Einrichtungen selber liegt, für Anschlussprojekte und Wiederholung aber auch für reflexive Nachbesprechungen der Bewegungsangebote zu sorgen – daher sei es auch so wichtig, dass die Jugendleiter*innen bei den Angeboten mit dabei sind. Hilfreich dafür wären zusätzlich – nach Aussage von drei Mitarbeiter*innen – von MEN/FEMsüd zur Verfügung gestellte Informationsunterlagen zu einfachen Bewegungsarten und -trainings, Fördermöglichkeiten, zu weiteren Angeboten, zu Anlaufstellen und Beratungen, außerdem Konzeptvorlagen für eigene Workshops.

„Ich bin ein großer Fan von dem Projekt, ich hoffe dass es weitergeht.“

*„Ich bin froh, dass es das überhaupt gibt für uns. Wir sind so in Routine und da kommt jemand von außen und bringt neue Energie. Johanna ist absolut super. Ich würde mir wünschen, dass es mehr davon gibt. Es ist in dieser freien Arbeit mit den Kindern schwierig, eine Erreichbarkeit und Verbindlichkeit herzustellen. Durch externe Angebote kommt ein wenig Struktur. Konzept, Rahmen und Durchführung war sehr angenehm – für die Mädels. Das war nichts aufgezwungenes – sehr natürlich, super, sehr frei und freiwillig. Eine Natürlichkeit im Betrieb. Es bringt den Kindern was, es kommt wirklich an. Es ist keine Klasse mit 20, aber es werden 4 oder 5 Kinder mit hoher Intensität erreicht. Schön, dass es auch mehrmals stattfindet und wir Betreuer*innen sollten das dann aufgreifen und nachbearbeiten.“*

4.4 Feedback der Teilnehmer*innen der Fortbildungen

Wie in Kapitel 2 beschrieben, wurden insgesamt 10 Fortbildungstermine im Zuge des „WienXtra-Bildungsprogramm“ realisiert. Nach den Workshops wurden die Teilnehmer*innen von der Kursleitung gebeten, einen kurzen Fragebogen über die Fortbildung auszufüllen. Bei zwei Terminen (Termin 3 „Sie radeln wie ein Mann, Madame“ und Termin 9 „Freerunning und Parcours“) wurden die Feedbackbögen von den Kursleitungen vergessen, weswegen es für diese Termine kein Feedback gibt.

Die Teilnehmer*innen durften die inhaltliche Gestaltung, die methodische Umsetzung, den Praxisbezug der Inhalte, die fachliche Kompetenz der vortragenden Person und die Räumlichkeiten mit Schulnoten von 1-5 bewerten. Folgende Ergebnisse liegen vor (bei der Feedbackbeteiligung ist die Ausfüllquote im Vergleich zur Teilnehmer*innenanzahl dargestellt):

	1.	2.	4.	5.	6.	7.	8.	10.	Gesamt
Feedback-Beteiligung	6/10	5/9	9/12	2/7	4/7	1/3	9/12	7/10	
Inhalt	1,0	1,6	1,3	1,0	1,0	1,0	1,4	2,3	1,3
Methoden	1,0	1,8	2,2	1,5	2,3	1,0	1,4	2,2	1,7
Praxisbezug	1,0	2,0	1,9	1,0	1,3	1,0	1,6	3,2	1,6
Fachliche Kompetenz	1,0	1,6	1,2	1,0	1,0	1,0	1,6	2,3	1,3
Seminar-räume	1,0	1,4	1,3	1,0	2,0	1,0	1,9	2,3	1,5

In dieser tabellarischen Zusammenfassung der Feedbackergebnisse kann herausgelesen werden, dass die Fortbildungen per se sehr gut angekommen sind. In jeder Bewertungskategorie liegt die durchschnittliche Note im Bereich zwischen 1 und einer sehr guten 2. Gleichzeitig muss auf die teils recht geringe Ausfüllquote der Feedbackbögen hingewiesen werden. Bei Fortbildung 5 und 7 haben nur ein oder zwei Personen Rückmeldung gegeben – dabei muss aber auch die geringe Teilnehmer*innenanzahl reflektiert werden.

Die 10. Fortbildung fällt indes durch die etwas schlechteren Bewertungen auf. Hierbei wurde in der offenen Fragekategorie ein ausbaufähiger Praxisbezug kritisiert, was jedoch teilweise darauf zurückzuführen ist, dass einige Teilnehmer*innen mit einer Zielgruppe arbeiten, die nicht direkt im Fokus der Fortbildung stand. Auch wurde sich mehr Abwechslung bei den Inhalten gewünscht.

In allen anderen Fortbildungen wurde hingegen die gute Verbindung zwischen Theorie und Praxis explizit und am häufigsten in der ersten offenen Frage („was hat mir gut gefallen“) gelobt. Die Kompetenz, Qualität und Sympathie der Vortragenden sowie die gute Aufbereitung und Methodik der Fortbildungen wurden ebenso häufig betont. Die Relevanz des Themas, die gute und offene Atmosphäre, der erlebte Spaß und die gegebenen Austauschmöglichkeiten waren sogleich positiv erwähnte Aspekte. Insgesamt gab es 27 offene und positive Rückmeldungen

Bei der zweiten offenen Frage „Diese Themen wären mir auch wichtig gewesen/ Das möchte ich noch sagen“ gab es sehr viel weniger Rückmeldungen (14). Hier wurde sich mehr methodische Abwechslung aber auch mehr Zeit für die wichtigen Themen gewünscht. Zugleich wurde eine Verpflegung in den Pausen vermisst und sich einen größeren Raum gewünscht. In einem Seminar wurden die Zeit und die Dauer der Fortbildung geändert, ohne den Teilnehmer*innen vorher Bescheid zu geben – ein Aspekt der an dieser Stelle bemängelt wurde. Drei Personen führten bei dieser Feedbackkategorie aus, dass alles ganz wunderbar gewesen sei.

4.5 Zentrale Lernerfahrungen des Projektteams

Im Zuge der Reflexionstreffen mit dem Projektteam wurden förderliche bzw. Energie-gebende und hinderliche bzw. Energie-ziehende Faktoren bei der Projektumsetzung und Lernerfahrungen gesammelt. Diese sind folgend aufbereitet:

Förderliche Faktoren

- **Teamatmosphäre:** Diese wurde vom gesamten Projektteam als sehr unterstützend und positiv erlebt – eine positive Energie war im Team spürbar. Erwähnt wurde auch die sehr diplomatische Haltung der Leitungen, die für alle Anliegen ein offenes Ohr hatten. *„In solchen Zeiten, wo alles so unsicher ist, hilft es sehr, wenn alle in der Gruppe sehr offen, kreativ und unterstützend sind. Das hat sehr geholfen, dass wir motiviert weiter machen.“* (Zitat während Corona) Zugleich wurde die wertschätzende und empathische Kommunikation sowie die Verlässlichkeit im Team vom gesamten Projektteam gelobt.
- **Sinnstiftende Arbeit:** Das Projekt und die Arbeit in diesem wurde vom Projektteam als sehr sinnstiftend angesehen, was viel Kraft für die Umsetzung brachte.
- **Spaß bei der Umsetzung und Begleitung von Angeboten/ Workshops sowie die gute Stimmung bei der Durchführung.**
- **Gutes Feedback von den teilnehmenden Jugendlichen und den kooperierenden Einrichtungen.**
- **Erfahrungsschatz im Team:** Das Projekt profitierte von den reichen Erfahrungen aus früheren Projekten und Kompetenzen der einzelnen Teammitglieder, sowohl inhaltlich als auch bei der methodischen Aufbereitung der Workshops. *„Auch wir junge Kollegen und Kolleginnen werden mit ins Boot geholt und uns immer auch Raum gegeben, sich mitzuteilen.“* Zudem konnte innerhalb des Projektteams auf ein großes Netzwerk in der Soziallandschaft Wien zurückgegriffen werden.
- **Flexibilität und Engagement:** Sowohl intern im Team als auch bei den Jugendlichen und Betreuer*innen/Jugendleiter*innen wurden diese Eigenschaften vom Projektteam geschätzt. *„Weil auch das Engagement der Betreuer*innen macht einen Unterschied, ob Jugendliche uns annehmen und wie sie mit uns interagieren.“*
- **Offenheit der Einrichtungen und Vereine:** Diese waren sehr offen für Kooperationen und haben gemeinsam mit dem Projektteam nach den besten Lösungen (aufgrund der Corona-Beschränkungen) gesucht.
- **Gute Kooperation mit Fördergeber*innen auf Steuerungsebene.**

- **Direkter Kontakt mit Jugendlichen:** Im Projekt war es für das Team förderlich, dass auch direkter Kontakt mit den Jugendlichen aufgebaut wurde und nicht alle Maßnahmen und Angebote nur online stattfanden oder lediglich „von außen“ organisiert wurden.
- **Role Models:** Teammitglieder konnten auch als selbst als Role Models für Jugendliche mit Migrationshintergrund fungieren. Dies wurde als große Ressource insbesondere den Vertrauensaufbau betreffend gesehen. *„Dass ich den Mädchen zeigen kann, ich bin auch Moslem, ich mache auch Sport, Bewegung und gehe raus und sie sich dann auch etwas anschauen können von mir. Und das ist eine Funktion von mir, die auch förderlich finde für die Jugendlichen.“*
- **Positive Signale für eine gewisse Weiterführung des Projektes:** Eine Verlängerung, bzw. Weiterführung des Projektes stand am Ende der Laufzeit im Raum. Das Projektteam würde sich sehr über eine Weiterführung freuen.
- **Beobachtete nachhaltige Wirkungen auf die Teilnehmenden:** Es war immer wieder schön und motivierend zu sehen, dass Jugendliche an einer vorgestellten Sportart dran bleiben – so das Projektteam.
- **Die Verleihung des Wiener Gesundheitspreises 2022.**

Hinderliche Faktoren

- **Corona:** Die Pandemie hatte die Projektumsetzung sehr erschwert und forderte viel Einarbeitung in neue Methoden und Techniken vom Projektteam. Es musste laufend nach Lösungen gesucht werden. Es war zudem schwierig, die Jugendlichen für die Online-Varianten der Workshops zu motivieren. Die Situation führte auch zu einer Müdigkeit im Team und auch bei den Kooperationspartner*innen, die im Herbst 2020 spürbar wurde, wenngleich mit großes Engagement nach guten Lösungen gesucht wurde. Herausfordernd war es für das Team auch, den Spagat zwischen den Fördervorgaben und den Möglichkeiten der Zielerreichung zur Zeit von Corona zu schaffen. Darüber hinaus gingen den Einrichtungen häufig auch die Jugendlichen „verloren“, wodurch die Erreichbarkeit noch herausfordernder war.
- **Online Workshops:** Für das Projektteam war die Umsetzung der Workshops sehr viel herausfordernder, wenn diese online stattfanden. So war es für die Workshop-Leitung nicht immer so gut spürbar und sichtbar, inwieweit die Jugendlichen tatsächlich partizipieren und teilnehmen. Es wurde den Jugendlichen frei gestellt, ob sie die Kamera an oder aus haben, wodurch aber manchmal nicht ersichtlich war, ob die Jugendlichen den Inhalten noch folgen (konnten). Auch wurde online nicht immer ganz klar, was sich die Jugendlichen wünschten. *„Es ist nicht die Kommunikation, die wir vor Ort machen können.“*
- **Organisatorischer Aufwand:** Die Organisation der Projektteilnahme, die Terminkoordination mit den kooperierenden Einrichtungen und den Trainer*innen wurde als teils recht mühselig vom Projektteam empfunden. Immer wieder musste „hinterher-telefoniert“ oder „nach-organisiert“ werden, was dem Projektteam viele Ressourcen und viel Energie gekostet hat.

- **Unzuverlässige Trainer*innen:** Hin und wieder wurden gemachte Absprachen mit den externen Trainer*innen von diesen nicht eingehalten, was viel flexible Organisation vom Projektteam erforderte.
- **Als Projektmitarbeiter*in in vielen verschiedenen Projekte zu arbeiten:** Neben dem Projekt „Bewegung im Blick“ haben die Projektmitarbeiter*innen einige andere Projekte zu bearbeiten. In schwierigen Phasen ist es durchaus herausfordernd, den Ansprüchen aller Genüge zu leisten – so das Team.

Lernerfahrung

- **„Auch mal vom Gas herunter zu gehen“ und „gelassen mit Herausforderungen umgehen.“** Die eigenen Ansprüche vom Projektteam waren teilweise sehr hoch, was auch individuell Druck aufgebaut hat. *„Kompetenz ist nicht, alles zu wissen und zu können, sondern die eigenen Grenzen auch kennen zu lernen.“*
- **Flexibilität und Kreativität** ist wichtig für eine erfolgreiche Projektumsetzung.
- **Die erarbeiteten Bewegungs-Videos:** Anleitungsvideos zu Bewegungsverhalten und sportlicher Aktivierung im Internet seien, so Mitarbeiter*innen aus kooperierenden Einrichtungen der außerschulischen Jugendarbeit, häufig gefüllt mit Geschlechter-Klischees – die Nachfrage auf Seiten der Einrichtungen und der Jugendlichen waren jedoch groß. Die daraufhin selber erstellten Bewegungs-Videos sind bei den Kooperationspartner*innen gut angekommen, wenngleich der Aufwand für das Projektteam höher war als antizipiert.
- **Voneinander Lernen im Team:** Auch durch vermehrte online Kommunikation in Corona-Zeiten konnten noch mehr interne Treffen des Projektteams stattfinden, wodurch auch mehr voneinander im Team gelernt werden konnte.
- **„Die Vielfalt und Neues kommt in den Blick“.** *„Auch wir mussten uns bewegen. Es ist viel Neues entstanden.“*
- **Für die Öffentlichkeitsarbeit (vor allem im Bereich Social Media) mehr Ressourcen einplanen.**
- **Wertvolle Erfahrungen mit teilnehmenden Jugendlichen** haben den Wert und die nachhaltigen Wirkungen des Projektes unterstrichen. Zu beobachten wie Kinder, Jugendliche aber auch Betreuer*innen ihre Ängste, Unsicherheiten und Beklemmungen überwinden und an Herausforderungen wachsen war für das Projektteam stets eine Bereicherung – *„Sport kann hier viel bewirken.“* Durch das Projekt wurden Barrieren zwischen Menschen unterschiedlicher sozio-kultureller Hintergründe überwunden – *„das ist meine wertvollste Erfahrung“.*
- **Die gemeinsame Betreuung bei Bewegungsangeboten** aus Personen des Projektteams, den Jugendleiter*innen vor Ort und den externen Trainer*innen hat sich als sehr wertvoll herausgestellt. Die Projektmitarbeiter*innen konnten eine Brücke zwischen den Trainer*innen und den Jugendleiter*innen für die teilnehmenden Jugendlichen errichten. Sensible Themen von Teilnehmenden konnten darüber hinaus vom Projektteam durch ihre gewisse Distanz zu jenen teilweise besser adressiert werden. Die Motivierung der Jugendlichen lag eher bei den Jugendleiter*innen.

- **Es ist wichtig, Bewegungsangebote mehrmals stattfinden zu lassen.** Es war für das Projektteam gut beobachtbar, dass bei einem zweiten und dritten Treffen die Teilnehmer*innen wertvolle Erfolgsschritte feierten und dadurch zusätzlich motiviert wurden.
- **Bewegungs- und Sportangebote brauchen eine Anschlussoption im Sozialraum der Durchführung.** Seien es öffentliche Sportplätze mit der Möglichkeit einer Ausübung oder nah verortete Vereine und Trainer*innen – je näher eine Anschlussmöglichkeit an dem Sozialraum der teilnehmenden Jugendlichen ist, desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass diese genutzt wird.
- **Eine gute Vorbereitung mit den externen Trainer*innen ist sehr wichtig.** Hin und wieder waren Trainer*innen im Umgang mit der Zielgruppe recht unerfahren. Trainer*innen aus dem Vereinswesen haben häufig einen anderen Zugang zu Sport als die offene Jugendarbeit – so das Projektteam. Eine gemeinsame Vor- aber auch Nachbereitung war demnach besonders bedeutsam.

5. Fazit: Einschätzungen zur Zielerreichung

Im Folgenden wird die Erreichung der einzelnen Projektziele auf Grundlage der Evaluationsergebnisse und der regelmäßig stattfindenden Reflexion mit dem Projektteam diskutiert. Das folgende Kapitel gibt einen prägnanten Überblick zu den zentralen Schlussfolgerungen.

Das Projekt verfolgte folgende Ziele (siehe Zieletabelle):

Auf Ebene der direkten Zielgruppe der Jugendlichen

- Ermutigung und Motivation der Jugendlichen zu einem gesunden Lebensstil
- Ausprobieren neuer Bewegungsarten der Jugendlichen
- Steigerung des Bewegungsverhalten der Jugendlichen
- Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten

Auf Ebene der indirekten Zielgruppe der Mitarbeiter*innen

- Planung und Sensibilisierung zu einer nachhaltigen Nutzung bestehender oder neu geschaffener Angebote im Bezirk
- Vermittlung von Wissen und Handlungsmöglichkeiten zur nachhaltigen Umsetzung der Projektziele in der eigenen Einrichtung

- Sensibilisierung der Öffentlichkeit

Insgesamt wurde auf Basis der Evaluationsergebnisse und im Zuge der Reflexion mit dem Projektteam deutlich, dass die gesetzten Ziele im Zuge des Projekts erreicht wurden.

Die **direkte Zielgruppe der Jugendlichen** konnte – trotz der Corona-Herausforderungen – sehr gut erreicht werden. Es wurden in 24 Settings Angebote und Workshops durchgeführt, mit insgesamt 2619 Teilnahmen. Die Teilnehmer*innen konnten partizipativ die verschiedenen Bewegungsarten mitbestimmen – insgesamt konnten 27 unterschiedliche Sportarten in 127 Bewegungsangeboten realisiert werden. *(Ziel: Ausprobieren neuer Bewegungsarten)*

Die teilnehmenden Jugendlichen erkannten einen Nutzen an den Workshops/Angeboten und äußerten sich in der Evaluationsumfrage sehr zufrieden. Sie gaben an, etwas an den Workshops mitgenommen zu haben. *(Ziel: Ermutigung und Motivation der Jugendlichen zu einem gesunden Lebensstil)* Ein Großteil der Jugendlichen gab zudem an, dass sie nun häufiger Bewegung machen bzw. mehr Freude daran haben, als noch zu Projektbeginn – siehe Feedbackbefragung der teilnehmenden Jugendlichen. *(Ziel: Steigerung des Bewegungsverhaltens der Jugendlichen)* Es wurde zudem in den Interviews häufiger davon berichtet, dass die Gruppendynamik der Teilnehmer*innen durch die Bewegungsangebote gestärkt worden sei. Außerdem würden die neuen sportlichen Erfahrungen auf die Jugendlichen inspirierend wirken, sodass ein höheres Interesse an Sport festzustellen sei. Wichtige Impulse für einen gesunden Lebensstil wurden mit tollen sozialen Erlebnisse gekoppelt, was – so einige Interviewpartner*innen – genau in die Richtung der Zielerreichung geht. Die Bedeutsamkeit, dass die Angebote mehrmals stattfinden, wurde darüber hinaus betont. So könnten Lernerfahrungen und Begeisterungen der Teilnehmenden vertieft werden. Für andere Interviewpartner*innen seien die Angebote Impulse zur Erreichung der Projektziele – es bedürfe einer gewissen Dauerhaftigkeit der Angebote, sodass die Jugendlichen über einen längeren Zeitraum sportlich begleitet werden.

In 84 Workshops wurden die Teilnehmer*innen für einen gesunden, ausgeglichenen Lebensstil sensibilisiert und dabei Themen beispielsweise wie Körpernormen und Rollenbilder, Bewegung und Ernährung transportiert. *(Ziel: Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten)* In den Interviews mit Mitarbeiter*innen wurde konstatiert, dass viel von dem thematischen Input bei den Jugendlichen nachhaltig angekommen ist und teilweise noch lange nach den Workshops über die Themen gesprochen wurde – auch wenn die thematischen Workshops einen „schulischen“ Charakter nie ganz bestreiten konnten. Doch wurde die Verbindung zwischen Gesundheitsaspekten und gesteigerten Bewegungsverhalten vom Projektteam auch während den Bewegungsworkshops immer wieder aufgegriffen – weniger in der Gesamtgruppe, als viel mehr in Einzelgesprächen zwischendurch. Zudem konnten durch die Workshops beispielsweise auch für muslimische Mädchen, so erzählte das Projektteam, das Wissen zu Bewegung und Sport gesteigert werden und sie gestärkt werden, Sportarten auszuprobieren, zu denen sie bisher kaum Zugang hatten, weil diese ein Tabu darstellten (bspw. Klettern, Radfahren und Schwimmen). Auch Mythen, wie „beim Sport könnte das Jungfernhäutchen reißen“, wurden besprochen. *„Es geht auch um Symbolik und Aufklärung. Das ist eine Nachhaltigkeit in einer nochmals ganz anderen Dimension“*, schildert das Projektteam.

Für das Projektteam geht es bei „Bewegung im Blick“ darüber hinaus darum, das Schnuppern in neue Sportarten und das Kennenlernen von gesundheitsrelevanten Themen zu ermöglichen. Es ginge darum, Perspektiven zu vermitteln, um soziale Momente, in denen man die eigenen Stärken herausfinden und neue Bewegungen und wichtige Themen kennenlernen kann. Es geht ihnen um positive, empowernde Erfahrungen für die Teilnehmenden – und dieses übergeordnete Ziel wird als durchwegs erreicht angesehen.

Auch die Ziele auf Ebene der **indirekten Zielgruppe der Mitarbeiter*innen** werden vom Projektteam als auch von der Evaluation als erreicht angesehen. Beispielsweise gab es durch die Corona-Situation einen intensivierten Austausch zwischen dem Projektteam und den Jugendeinrichtungen. Dieser intensive Kontakt war ebenso ein förderlicher Rahmen, wodurch viele neue Verbindungen – auch zwischen den Jugendeinrichtungen – entstanden sind. Vernetzungsgespräche mit Trainer*innen, Jugendleiter*innen, Leitungen von Einrichtungen und Entscheidungsträger*innen wurden im Laufe des Projektes intensiv geführt, wodurch weit mehr als die geplanten 50 Vernetzung-Gespräche vom Projektteam geführt wurden. *(Ziel: Planung und Sensibilisierung zu einer nachhaltigen Nutzung bestehender oder neu geschaffener Angebote im Bezirk)* Bei diesen Gesprächen ging es einerseits um die Organisation der Angebote und der Workshops, aber auch viel um einen Austausch zu Treffpunkten von Jugendlichen, Verknüpfungen zwischen Vereinen und Jugendlichen, bzw. Eltern und Jugendleiter*innen oder generell zu der Szenelandschaft der offenen Jugendarbeit und einem Gesundheitskontext.

Etwas unter der Zielsetzung von 100 erreichten Mitarbeiter*innen des außerschulischen Freizeit- und Bildungsbereiches durch angebotene Fortbildungen lag die tatsächliche Teilnehmer*innenanzahl mit 78 – wobei sich ursprünglich 110 Personen angemeldet hatten. *(Ziel: Vermittlung von Wissen und Handlungsmöglichkeiten zur nachhaltigen Umsetzung der Projektziele in der eigenen Einrichtung)* Die Evaluationsergebnisse zeigen überdies, dass die Teilnehmer*innen eine hohe Zufriedenheit mit der inhaltlichen Gestaltung, der methodischen Umsetzung und dem Praxisbezug der Inhalte ausdrückten. Das Projektteam betonte zudem, dass nicht nur über die Fortbildungen Mitarbeiter*innen erreicht wurden. So wurden sich auch in den Angebots- und Workshopskontexten viel zum Thema Handlungsmöglichkeiten und nachhaltige Umsetzung der Projektziele ausgetauscht.

Hinsichtlich der **Sensibilisierung der Öffentlichkeit** spielten verschiedene Projektbereiche eine wichtige Rolle.

Einerseits konnten die in der Corona-Zeit erstellten Videos unter anderem einen Beitrag zur Zielerreichung leisten. Sie haben eine gewisse Reichweite entfaltet und konnten das Projekt breit darstellen. Andererseits wurde bei einigen Projektaktivitäten deutlich, dass diese in familiäre Verhältnisse einwirken, so reflektiert das Projektteam. Es gab laut dem Projektteam Erfahrungsberichte, dass vermitteltes Wissen von den Teilnehmer*innen auch in ihren Familien geteilt worden ist.

Geschildert wurde darüber hinaus beispielhaft die Erfahrung eines Skateboard-Workshops in einem Jugendzentrum: Während eines Bewegungsangebotes war ein Sankt Martins Umzug vor Ort. Es kamen viele Familien mit ihren Kindern vorbei und beobachteten das Treiben am Platz des Jugendzentrums. Mutige Kinder der Familien (die nicht im Jugendzentrum waren) haben daraufhin gefragt, ob sie nicht auch mitmachen könnten. Diese wurden eingeladen, sogleich beim Workshop teilzunehmen und der Trainer verteilte Visitenkarten und lud diese zum nächsten Workshop ein. Einige der Jugendlichen kamen zum nächsten Termin wieder. Durch die offene Gestaltung der Workshops und gute Sichtbarkeit des Projekts, konnten somit noch mehr Jugendliche und Familien erreicht werden.

Eine aktualisierte Online Darstellung von „Bewegung im Blick“ ist im Projektgeschehen „eher untergegangen“, so reflektierte das Projektteam. Die Bewerbung des Projektes geschah viel

Face-to-Face, zum Beispiel bei Angeboten in öffentlichen Parks oder über Infostände bei verschiedenen Stadtfesten. Letztendlich wird vom Projektteam eingesehen, dass Öffentlichkeitsarbeit nicht gleichzusetzen ist mit der Bewerbung des Projektes für Jugendliche. Es hätte – aus Sicht des Projektteams – bei dem Projekt auch mehr darum gehen sollen, in der breiten (politischen) Gesellschaft sichtbarer zu werden – wofür die Projektressourcen jedoch nicht ausgereicht hätten.

Aus Perspektive des Evaluationsteams war das Projekt „Bewegung im Blick“ – im Sinne der formulierten Ziele – sehr erfolgreich. Die Erfüllung der latenten, übergeordneten Zielsetzung des Projektteams, wertvolle soziale Momente für Jugendliche zu gestalten, sie zu motivieren, Neues auszuprobieren und den Zusammenhang zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten zu vermitteln, soll an dieser Stelle unterstrichen werden.

Anhang

Anhang 1: Zieletabelle



Bewegung im Blick

Zielsetzungen	Maßnahmen	Indikatoren	Methoden der Evaluation
Direkte Zielgruppe: Burschen und Mädchen (12-18 Jahre) als Besucher*innen des außerschulischen Freizeit- und Bildungsbereichs unter besonderer Berücksichtigung sozio-ökonomisch benachteiligter Jugendlicher			
Ermutigung und Motivation der am Projekt teilnehmenden Burschen und Mädchen zu einem gesunden Lebensstil (mehr Bewegung, gesunde Ernährung, psychosoziale Gesundheit)	Durchführung von Kick-Off Veranstaltungen in den Settings mit anschließender Aktivitätsphase durch Workshops	24 Settings wurden erreicht und mind. 960 Jugendliche wurden zu einer aktiven Teilnahme aktiviert. Die Jugendlichen erkennen einen Nutzen an den Workshops, äußern sich zufrieden und geben an, sich etwas aus den Workshops mitgenommen zu haben.	Teilnehmende Beobachtungen mit Blitzinterviews Feedback-Befragung aller teilnehmenden Jugendlichen Telefoninterviews Mitarbeiter*innen Dokumentation Projektteam
Kennenlernen und Ausprobieren von verschiedenen Bewegungsarten der Jugendlichen im Zuge des Projekts	Durchführung von Kick-Off Veranstaltungen in den Settings und anschließende Aktivitätsphasen durch Ausprobieren von Sport-Angebote	In 24 Settings werden 1-3 Sportarten gemeinsam mit den Jugendlichen ausgewählt und in der Aktivitätsphase umgesetzt.	Dokumentation Projektteam
Subjektiv wahrgenommene Steigerung des Bewegungsverhaltens der teilnehmenden Jugendlichen zwischen Projektbeginn und Projektende	Aktivitätsphasen in den Workshops	24 Settings wurden erreicht und mind. 960 Jugendliche wurden zu einer aktiven Teilnahme aktiviert. Ein Großteil der Jugendlichen gibt an, dass sie nun häufiger Bewegung machen bzw. mehr Freude daran haben als noch zu Projektbeginn	Feedback-Befragung aller teilnehmenden Jugendlichen Telefoninterviews Mitarbeiter*innen

Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten (Psyche, Soziales, Ernährung, Empowerment, soz.-kulturelle Integration, Selbstwirksamkeit etc.)	Aktivitätsphasen in den Workshops durch Basis-Workshops, Geschlechtersensible Workshops und Sport-Angebote	In 24 Settings wurde an insgesamt mind. 960 Jugendliche im Zuge der Workshops der Zusammenhang zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten vermittelt.	Teilnehmende Beobachtungen mit Blitzinterviews Feedback-Befragung aller teilnehmenden Jugendlichen Dokumentation Projektteam
Indirekte Zielgruppe: Mitarbeiter*innen der außerschulischen Freizeit- und Bildungsbereiche sowie Entscheidungsträger*innen			
Vermittlung von Wissen und Handlungsmöglichkeiten zur nachhaltigen Umsetzung der Projektziele in der eigenen Einrichtung	Fortbildungen für Mitarbeiter*innen der offenen Jugendarbeit	100 Mitarbeiter*innen des außerschulischen Freizeit- und Bildungsbereichs wurden durch Fortbildungen erreicht und konnten ihr Wissen und ihren Handlungsspielraum erweitern.	Feedbackbögen im Anschluss an die Fortbildung Telefoninterviews mit Mitarbeiter*innen
Planung und Sensibilisierung zu einer nachhaltige Nutzung bestehender oder neu geschaffener Angebote im Bezirk bzw. Grätzl	Vernetzungsgespräche bzw. Gespräche mit Entscheidungsträger*innen	50 Gespräche (persönlich/telefonisch) wurden durchgeführt und dokumentiert.	Dokumentation Projektteam
Indirekte Zielgruppen			
Sensibilisierung der Öffentlichkeit	Website www.dubistwertvoll.at	Die Website wird auf aktuellem Stand gehalten und informiert laufend über das Projekt.	Dokumentation Projektteam

Anhang 2: Feedbackbogen für Jugendliche

QR-Code zur Umfrage Bewegung im Blick





Feedback Bewegung im Blick

Wie sehr stimmst du den folgenden Sätzen zu?
Je mehr Sterne du anklickst, umso mehr stimmst du zu.
Fünf Sterne bedeuten du stimmst sehr zu.
Ein Stern heißt du stimmst nur wenig zu.

1. Es hat mir gut gefallen!

★ ★ ★ ★ ★

2. Ich finde die Teilnahme hat mir was gebracht.

★ ★ ★ ★ ★

3. Ich habe Lust bekommen, mehr Bewegung und Sport zu machen.

★ ★ ★ ★ ★

4. Ich würde wieder mitmachen.

★ ★ ★ ★ ★

5. Das hat mir besonders gut gefallen:

6. Das hätte man noch besser machen können:

Anhang 3: Leitfaden Gruppeninterview

Bewegung im Blick

Fokusgruppe Jugendliche

Ort: Zoom, 07.06.2021

1. Wie kam es dazu, dass ihr bei dem Projekt mitmacht?
2. Welche Erwartungen hattet ihr zu Beginn? Haben sich die Erwartungen erfüllt?
3. Was ist bisher im Projekt passiert? Was habt ihr gemeinsam gemacht?
4. Wie zufrieden seid ihr mit dem Projekt?
5. Was hat euch besonders gut gefallen?
6. Was könnte besser gemacht werden?
7. Was ist euch besonders in Erinnerung geblieben?
8. Worin seht ihr den Nutzen des Projekts für euch persönlich?
9. Was hat sich eventuell in eurem Leben geändert, seit ihr bei dem Projekt dabei seid?
10. Was nehmt ihr euch mit aus dem Projekt, auch wenn es vorbei ist?

Anhang 4: Leitfaden Telefoninterview

Interviewpartner/in und Setting:

Datum:

Dauer:

Zusammenarbeit und Kommunikation MEN/FEMsüd

1. Wie zufrieden sind Sie mit der Kooperation mit MEN/FEMsüd?
2. Wie verlief die Organisation der Workshops?
3. Inwieweit waren Sie bei den Workshops selbst eingebunden? Gab es im Vorfeld Besprechungen/Abstimmungen? Wenn ja, wie genau hat diese Abstimmung stattgefunden?
4. Wie gestaltete sich der Workshops? (Inhalte/Methoden)
5. Was ist Ihrer Meinung nach besonders gut gelungen und worin sehen Sie Verbesserungsbedarf der Umsetzung?

Einschätzung des Nutzens für die teilnehmenden Burschen & Mädchen

Das Projektteam will neben einer

- Ermutigung und Motivation der am Projekt teilnehmenden Burschen und Mädchen zu einem gesunden Lebensstil (mehr Bewegung, gesunde Ernährung, psychosoziale Gesundheit),
 - das Bewegungsverhaltens der teilnehmenden Jugendlichen zwischen Projektbeginn und Projektende steigern und
 - den Zusammenhang zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten (Psyche, Soziales, Ernährung, Empowerment, soz.-kulturelle Integration, Selbstwirksamkeit etc.) vermitteln.
6. Wie schätzen Sie die Zielerreichung ein? Worin sehen Sie den Nutzen der Teilnahme für die Jugendlichen?
 7. Wurden die Themen zielgruppengerecht bearbeitet? Welche Methoden und Themen haben sich als besonders förderlich erwiesen und welche eventuell eher weniger?

Relevanz und Nachhaltigkeit

8. Wie ging es in ihrer Jugendeinrichtung nach dem Projekt weiter? Was wurde aufgegriffen?
9. Welche Art der Nachbereitung für die Workshops würden Sie sich noch wünschen/empfinden Sie als zielführend?
10. Welche Schritte sollte das Projektteam noch in der Projektlaufzeit tätigen, um die Nachhaltigkeit des Projekts zu sichern? Was könnten Sie selbst zur Sicherung der Nachhaltigkeit beitragen?

Anhang 5: Beobachtungsbogen

Bewegung im Blick

Evaluation (queraum. kultur- und sozialforschung)

Beobachtungsprotokoll:
Teilnehmende Beobachtung



Eckdaten	
Datum/Uhrzeit	
Dauer	
Anzahl der Teilnehmer*innen	
Art des Workshops <input type="checkbox"/> Basisworkshop <input type="checkbox"/> Inhaltlicher Workshop <input type="checkbox"/> Bewegungsworkshop	
Zusammensetzung Betreuer*innen/Begleiter*innen (FEM & MEN)/ Trainer*innen	
Zusammensetzung der Teilnehmer*innen (Alter, Herkunft, Sprache etc.)	
Beschreibung des Umfelds (Ort/Aktivität)	
Funktion der Betreuenden von den Zentren/ Einrichtungen/Parkbetreuung	

Methodische und inhaltliche Beobachtung	
Ablauf: Themen und Inhalt	
Didaktische/Lern- Methoden Rollen und Zugänge	
Reaktionen der Trainer, der Teilnehmer*innen ggf. der Leitung bei allfälligen Meinungsverschiedenheiten (Bei Bewegungsworkshops)	

Einschätzungen und Interpretation	
Passung Methoden und Themen (Bei Themen- oder inhaltlichen Workshops)	
Potential zur Motivations-Anregung der Teilnehmenden Mehr Bewegung, Gesunde Ernährung, psychosoziale Gesundheit	
Kompetenzförderndes Potential der Methoden/ der sportlichen Anleitung/ des Bewegungsangebotes an sich (Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und weiteren Gesundheitsaspekten)	

Klima in der Gruppe	
Zufriedenheit der Teilnehmer*innen	
Verhalten & Reaktionen der Teilnehmer*innen	
Nachhaltigkeit (Dauerhafte Anregung der Jugendlichen)	
Reflexion der eigenen Rolle	