

Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

Der Endbericht ist als kurzes zusammenfassendes Projektprodukt für den Transfer der Lernerfahrungen zu sehen. Er dient dem FGÖ einerseits zur abschließenden Bewertung des Projekts. Vor allem aber richtet sich der Bericht an Umsetzer/innen zukünftiger Projekte und dient dazu, Projekterfahrungen und bewährte Aktivitäten und Methoden weiter zu verbreiten. Da in Fehlern zumeist das höchste Lernpotenzial steckt, ist es wichtig auch Dinge zu beschreiben, die sich nicht bewährt haben und Änderungen zwischen ursprünglichen Plänen und der realen Umsetzung nachvollziehbar zu machen.

Der Endbericht ist – nach Freigabe durch Fördernehmer/in und FGÖ – zur Veröffentlichung bestimmt und kann über die Website des FGÖ von allen interessierten Personen abgerufen werden.

Projektnummer	3310
Projekttitle	Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-) Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas
Projektträger/in	Institut Suchtprävention – pro mente OÖ
Projektlaufzeit, Projekt-dauer in Monaten	01.01.2023 – 28.02.2025, 26 Monate
Schwerpunktzielgruppe/n	Sekundarstufe I, 8. Schulstufe, 13–14-jährige Schüler*innen. Lehrkräfte der Sekundarstufe I (bevorzugt mit Erfahrung im Bereich der Lebenskompetenzförderung)
Erreichte Zielgruppengröße	188 Schüler*innen (direkt erreicht) 320 Multiplikator*innen (kalkulatorisch 1:20, ein Multiplikator erreicht 20 Schüler*innen: siehe Kalkulation im Antrag) 52 Eltern
Zentrale Kooperationspartner/innen	Land OÖ, Bildungsdirektion OÖ, Pädagogische Hochschule OÖ und Expert*innen (Jugendpsychiatrie, Ernährungswissenschaftler, u.a.) zur Klärung inhaltlicher Themen und Fragen zur Implementierung
Autoren/Autorinnen	Dr. Rainer Schmidbauer; Mag. ^a Violetta Palka; Mag. Richard Paulik; Mag. Peter Eberle, MA; Mag. ^a Birgit Ziebermayer; Anna Fuchshuber, MA; Mag. ^a Anita Spiesmeyer
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	rainer.schmidbauer@praevention.at

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Weblink/Homepage	www.praevention.at
Datum	20.03.2025

1. Kurzzusammenfassung

Stellen Sie Ihr Projekt im Umfang von maximal 2.200 Zeichen (inkl. Leerzeichen), gegliedert in zwei Abschnitte, dar:

Projektbeschreibung (Projektbegründung, Zielsetzung, Setting/s und Zielgruppe/n, Geplante Aktivitäten und Methoden, Laufzeit, Zentrale Kooperationspartner/innen)

Nur die Hälfte aller Schüler*innen hat ein positives Körperselbstbild.[1] Für die Identitäts-Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sind die Themenbereiche rund um Schönheitsideale in den letzten Jahren bedeutsamer geworden. Das Projekt beabsichtige alltagstaugliche Methoden für den Einsatz mit Schüler*innen der Sekundarstufe 1 zu entwickeln und in einem ersten Schritt zu testen. Bereits mit Präventionsansätzen vertraute Pädagog*innen sollten in einer kooperativen Zusammenarbeit die entwickelten Materialien testen und Rückmeldungen für die Weiterentwicklung geben.

Laufzeit: 01.01.2023–28.02.2025

Kooperationspartner: Land OÖ, Bildungsdirektion OÖ, PHOÖ und Expert*innen (Jugendpsychiatrie, Ernährungswissenschaftler, u.a.)

Ergebnisse, Lernerfahrungen und Empfehlungen

Das Projekt kann als ein Pilotprojekt bezeichnet werden. Es konnten Schwächen auf der ursprünglichen Konzeptebene (z.B. Annahmen über die Erreichbarkeit von bereits suchtpräventiv ausgebildeten Lehrkräften) beschrieben werden.

Die im Projektverlauf durchgeführten Anpassungen erbrachten letztendlich gute Ergebnisse. So wurde ein Methodenset (z.B. Handbuch „Körperbild und soziale Medien“) entwickelt bzw. ergänzende Angebote (u.a. escape game) für Schüler*innen entworfen, in dessen Zentrum ein mehrstündiger Workshop steht. Weiters wurden ein Elternvortrag konzipiert, getestet und weiterentwickelt, sowie das Südtiroler Projekt „respect every-body“ in das Projekt aufgenommen.

Das Workshopdesign wurde in Zusammenarbeit mit engagierten Lehrkräften – an ausgewählten Schulstandorten – getestet, weiterentwickelt und verbessert. Weiters wurde ein Expert*innen-Board (nachhaltig) etabliert und das Expert*innen-Netzwerk konnte ausgeweitet werden.

Die Rückmeldungen zum Projekt zeigten eine hohe Alltagstauglichkeit für den Einsatz in der Sek.1. Die beteiligten Lehrkräfte bewerteten die eingesetzten Methoden und die partizipative Herangehensweise als sehr positiv. Auch die Rückmeldungen der Schüler*innen zu den eingesetzten Methoden waren sehr positiv.

Lehrkräfte stufen die sehr sensiblen Themenbereiche als relevant ein. Vielfach besteht jedoch eine hohe Unsicherheit über die richtige Vorgehensweise. Daraus leitet sich ein erhöhter Begleitungs- und Coachingbedarf für Lehrkräfte ab.

Quelle: [1] Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz,(Hrsg.), Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern, Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2018, S.6, S. 26

2. Projektkonzept

Beschreiben Sie

- welche Überlegungen zum Projekt geführt haben, welche Organisationen bzw. Partner/innen das Projekt entwickelt haben, ob und welche Anleihen Sie an allfälligen Vorbildprojekten oder Vorläuferprojekten genommen haben.

Das Institut Suchtprävention setzt seit über 25 Jahren erfolgreich evaluierte und qualitätsgesicherte Präventionsangebote zu einer breiten Themenpalette im Setting Schule in Oberösterreich um. In vielen der Maßnahmen bestehen inhaltliche Überschneidungen und Berührungspunkte zu den Projektthemen "Förderung eines positiven (Körper-)Selbstbildes" und "Reduktion des Gewichtsstigmas". Das Projekt knüpft an bestehendes Knowhow an und Synergien können optimal genutzt werden. Im Besonderen zeigt sich dies in folgenden Themenbereichen: Lebenskompetenzprogramme, Prävention von Essstörungen, Prävention von problematischem Medienkonsum.

Lebenskompetenzprogramme

Die Förderung von Lebenskompetenz kann als die zentrale Strategie und als zentrales Ziel der personenbezogenen schulischen Suchtprävention genannt werden. Das Erlernen von sozialen und persönlichen Fähigkeiten, wie der Umgang mit Gefühlen, die Entwicklung von produktiven Strategien zur Bewältigung von Anforderungen und Belastungen und der Aufbau eines stabilen, positiven Selbstwertgefühls, sind wichtige protektive Faktoren, die vor der Entwicklung suchtartiger Verhaltensweisen schützen und somit intensiver Förderung bedürfen.

Das Institut Suchtprävention setzt Lebenskompetenzprogramme in Oberösterreich in allen Schultypen (Volksschule, Sekundarstufe I und II) um und kann dementsprechend auf, ein hohes Maß an Fachkompetenz und Praxiserfahrung sowie, ein umfassendes Netzwerk von Multiplikator*innen zurückgreifen.

Bei der Auseinandersetzung mit den Projektthemen wird schnell sichtbar, dass die Vermittlung von Lebenskompetenzen hier ein wichtiger Baustein ist.

Die Stärkung von Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen, Konflikt- und Genussfähigkeit, kommunikativen Fähigkeiten sowie Selbstbehauptung und Standhaftigkeit sind zentrale Ziele von Lebenskompetenzprogrammen. Sowohl auf der Ebene der Unterrichtsgestaltung als auch auf der Beziehungs-ebene Lehrer*innen – Schüler*innen, wie im Lebensraum Schule insgesamt, gibt es viele Möglichkeiten, dabei unterstützend zu wirken. Es ist naheliegend, dass Multiplikator*innen, die sich bereits im Rahmen einer spezifischen Fortbildung intensiv mit diesen Themen auseinandergesetzt haben, besonders dazu befähigt sind, auch die Projektthemen mit Ihren Schüler*innen zu bearbeiten und daran mitzuwirken, das Klassen- und Schulklima förderlich zu gestalten. Aufbauend auf dem bestehenden Netzwerk von Multiplikator*innen (ca. 4000 Lehrkräfte der Primar- und Sekundarstufe in Oberösterreich, die bereits in Lebenskompetenzprogrammen geschult wurden) und Ansprechpartner*nen (mehr als 200 Koordinator*nen für schulische Suchtprävention in der Sekundarstufe 2 sollen nachhaltige Maßnahmen an Oberösterreichischen Schulen implementiert werden).

Prävention von Essstörungen

Das Thema Prävention von Essstörungen ist ein weiteres Schwerpunktthema, mit dem sich das Institut Suchtprävention seit vielen Jahren beschäftigt, speziell im Setting Schule aber auch in der außerschulischen Jugendarbeit. Zu diesem Thema wurde ein umfassendes Unterrichtsmanual für Lehrkräfte erstellt (x-act Essstörungen) und es finden regelmäßig Fortbildungsangebote für Lehrkräfte statt. In diesem Zusammenhang besteht auch eine gute Vernetzung und regelmäßiger Austausch, nicht nur mit Multiplika-

tor*innen und Entscheidungsträger*innen aus dem Setting Schule, sondern auch mit relevanten Anbietern und Einrichtungen zu diesem Themenfeld in Oberösterreich. Als zentrale Risikofaktoren für die Entwicklung einer Essstörung gelten eine hohe Körperunzufriedenheit und das Halten von Diäten. Kinder und Jugendliche während der Adoleszenz dabei zu unterstützen, Ihren Körper gut wahr- und anzunehmen und die Resistenz gegenüber dem Druck, dünn sein zu müssen, zu erhöhen sind zentrale Ziele präventiver Maßnahmen. Die geschlechtsspezifischen Unterschiede in Bezug auf die Bewältigung der Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz sowie den Herausforderungen und Risiken, die mit den körperlichen Veränderungen in dieser Lebensphase einhergehen, werden dabei besonders berücksichtigt. 2016 wurde das Thema Übergewicht in das Manual x-act Essstörungen aufgenommen, mit dem Ziel Multiplikator*innen für das Thema zu sensibilisieren und ihnen Wissen und Methoden zur Verfügung zu stellen, um Stigmatisierung und Ausgrenzung betroffener Schüler*innen entgegenzuwirken.

Prävention von problematischem Medienkonsum

Zu diesem Thema werden Fortbildungen für Pädagog*innen sowie Vorträge für Erziehende angeboten. Darüber hinaus stehen Informations- und Unterrichtsmaterialien zur Verfügung. Ziel ist es, die Faszination digitaler Anwendungen zu erklären, Ursachen für problematische Entwicklungen aufzuzeigen und Anregungen zu geben, wie Kinder und Jugendliche dabei unterstützt werden können, einen sicheren und unproblematischen Umgang mit diesen Medien zu entwickeln. Darüber hinaus werden Hinweise zum Umgang mit problematischen Aspekten wie beispielsweise Cybermobbing, Grooming, Sexting und Pornografie gegeben.

Soziale Netzwerke erfreuen sich bei Kindern und Jugendlichen großer Beliebtheit. Sie werden aktiv genutzt, um mit der Peer-Group in Kontakt zu sein, sich darzustellen und auszuprobieren. Die Bedürfnisse nach Bestätigung, Anerkennung und Zugehörigkeit sind zentrale Nutzungsmotive. Hier gibt es durchaus positive Aspekte, die die Identitätsentwicklung unterstützen können. Die ständige Konfrontation und der Vergleich mit vermeintlicher Perfektion, etwa durch bearbeitete Bilder von makellosen Körpern, können aber auch unrealistische Vorstellungen und die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper begünstigen. Die negativen Auswirkungen auf das Selbstbild Jugendlicher geraten immer stärker in den Fokus. Hier gilt es verstärkt, Strategien und Methoden zu entwickeln, wie kritische Auseinandersetzung und Reflexion angeregt werden kann, um Jugendliche dabei zu unterstützen, die vermittelten Normen und Geschlechterstereotypen zu hinterfragen.

Steigende Nachfrage

Abseits unserer bestehenden Angebote zeigt sich vor allem im vergangenen Jahr ein deutlicher Anstieg von Anfragen bezüglich Workshops für Jugendliche bzw. Informationen für Multiplikator*innen zu den Themen Körperzufriedenheit (Bodyshaming), Umgang mit sozialen Medien und Entstigmatisierung von Übergewicht. Der offensichtlich große Informationsbedarf und die steigende Nachfrage zu diesen Themen geben Anlass, diese Themen fachlich und methodisch weiterzuentwickeln und in der Angebotspalette des Institut Suchtprävention aufzunehmen.

- **Probleme, auf die das Projekt abgezielt und an welchen Gesundheitsdeterminanten (Einflussfaktoren auf Gesundheit) das Projekt angesetzt hat.**

Ausgangslage:

Der aktuelle Bericht zum Gesundheitsverhalten von österreichischen Schüler*innen im Alter von 11 bis 17 Jahren zeigt: Nur die Hälfte aller Schüler*innen hat ein positives Körperselbstbild. 35% meinen, dass sie zu dick sind und 15% empfinden sich als zu dünn. Während gemäß BMI-Werten 71% Normalgewicht haben, meinen insgesamt nur etwa 50% der Schüler*innen, ungefähr das richtige Gewicht zu haben. Das

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Gefühl, zu dick zu sein, nimmt bei Mädchen bis Schulstufe 9 kontinuierlich zu, und erreicht Werte von über 40%.^[1]

Eine negative Körperwahrnehmung und Körperunzufriedenheit ist also auch bei Kindern und Jugendlichen festzustellen, die normalgewichtig sind und gute Körperproportionen haben. Gezügeltes Essen, Diät halten, Orientierung an einer Traumfigur und überkritische Körperwahrnehmung sind weit verbreitet.^[2]

In den letzten Jahren werden Schönheitsideale und Aussehen zunehmend auch mit dem männlichen Geschlecht in Verbindung gebracht. Immer mehr Jungen und männliche Jugendliche wünschen sich einen athletischen, muskulösen Körper. So zeigt zum Beispiel der „Massachusetts Youth Risk Behaviour Survey“, dass mehr als die Hälfte der männlichen Jugendlichen versucht, den Körper und das Aussehen zu verändern (mehr Muskelmasse, weniger Fettmasse).^[3]

Die Schule stellt für alle Kinder, aber insbesondere für übergewichtige und adipöse Kinder/Jugendliche eine Lebenswelt dar, die sehr prägend in Bezug auf das Körperbild sein kann. Benachteiligungen, Hänselieben und das herrschende Schönheitsideal bringen es mit sich, dass sich Jugendliche bereits im Bereich des Normalgewichts als zu dick erleben und Symptome vorklinischer Essstörungen entwickeln. Das heißt, sie sind stark um ihre vermeintlich zu dicke Figur besorgt und versuchen Diäten aller Art.^[4]

Tatsächlich übergewichtige Kinder sind häufig mit Vorurteilen und Diskriminierung konfrontiert. Dies trägt dazu bei, dass adipöse Kinder eine schlechtere Lebensqualität aufweisen, als an Krebs erkrankte.^[5] Entsprechend gefährdet sind gerade Jugendliche in den Jahren hoher emotionaler Labilität in ihrer Persönlichkeits- sowie ihrer sozialen und sexuellen Entwicklung.^[6] Im Schulsetting sollte Mobbing durch eine solide Aufklärung der Multidimensionalität der Krankheit Adipositas entgegengewirkt und besonders auf die Gefahr von Diäten hingewiesen werden.

Sich des Themas in der Schule und im Unterricht anzunehmen, ist besonders zielführend. Die Schule ist dafür geradezu prädestiniert, da die Gleichaltrigengruppe erwiesenermaßen einen sehr großen Einfluss auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen insgesamt, und auf ihre Einstellung zu ihrem Körper und auf ihr Essverhalten im Besonderen, hat.

Sie gibt Orientierung, gleichzeitig herrscht oft ein starker Konformitätsdruck, zum Teil mit massiven Ausgrenzungen derer, die nicht zur „in-Group“ gehören. Die Abhängigkeit von Peergroup und Medien-einflüssen nimmt in dieser Lebensphase stark zu. Die Gruppe der Gleichaltrigen hat einen erheblichen Einfluss auf die Einstellung von Kindern und Jugendlichen zu ihrem Körper und auf ihr Essverhalten. Forschungsbefunde zeigen^[7]:

- Der soziale Druck zum dünn sein erhöht die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, insbesondere dann, wenn gleichzeitig Defizite an sozialer Unterstützung bestehen.
- Wird vermutet, dass dünn sein für die Gruppe eine große Bedeutung hat, ist die Wahrscheinlichkeit für ungesundes Diäthalten erhöht.
- Durch soziale Nähe entsteht eine Tendenz zur sozialen Angleichung. Innerhalb von Cliques gibt es ähnliche Sorgen um den eigenen Körper.
- Wegen des Aussehens geärgert und drangsaliert zu werden, erhöht die Wahrscheinlichkeit für gestörtes Essverhalten und Störungen des Körperbildes.^[8]
- Abweichungen vom Einsetzen der körperlichen pubertären Veränderungen (Frühentwickler, Spätentwickler) können zu Verunsicherungen und zu gestörtem Essverhalten führen.

Für die erfolgreiche Umsetzung präventiver Maßnahmen liefert die Präventionsforschung folgende Anhaltspunkte:

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

- Der Fokus sollte auf Schutzfaktoren gelegt werden. Der Fokus auf Risikofaktoren kann unerwünschte Effekte, wie z.B. Probierverhalten (z.B. Diäten), haben. Ein zentrales Ziel präventiver Maßnahmen muss sein, die Resistenz gegenüber dem Druck, dünn sein zu müssen, zu erhöhen. Gewicht-Körper-Sorgen haben einen direkten Einfluss auf das ungesunde Gewichtskontrollverhalten.
- Interventionen sollten stets in Gruppen von Gleichaltrigen ansetzen. Neben den Massenmedien haben die Peers großen Einfluss. Die Gleichaltrigengruppe per se kann sowohl Risikofaktor (Mobbing, Hänseleien) als auch eine wichtige Ressource für die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben sein (Zugehörigkeit, Gemeinschaft, Akzeptanz).
- Präventive Maßnahmen sollten sensibel für geschlechtsspezifische Unterschiede sein. Es sollte berücksichtigt werden, dass Jungen und Mädchen in unterschiedlicher Weise betroffen sind, sich die Risikofaktoren teilweise unterscheiden.
- Problematische Einstellungen und Verhaltensweisen entwickeln sich bereits in der frühen Adoleszenz. Präventive Bemühungen müssen daher bereits in der Vorpubertät ansetzen, bevor die Internalisierung soziokultureller Werte beginnt und mögliche Körperbildprobleme entstehen.[9]
- Themen/Inhalte sollten regelmäßig behandelt und langfristig in den Unterricht integriert werden.

Quellen:

- [1] Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz, (Hrsg.), Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern, Ergebnisse des WHO-HBSC- Survey 2018, S.6, S. 26,
- [2] De Zwaan, M., Mühlhans, B. (2015). Atypische Essstörungen und Binge- Eating- Störung. In: Herpertz de Zwaan, M., Zipfel, S. S. 130, (Hrsg.) (2015) Handbuch Essstörungen und Adipositas. Berlin Heidelberg: Springer Verlag
- [3] Mangweth- Matzek, B. (2015). Essstörungen bei Männern. In: Herpertz, S., de Zwaan, M., Zipfel, S., S. 93, (Hrsg.) (2015) Handbuch Essstörungen und Adipositas. Berlin Heidelberg: Springer Verlag
- [4] Institut Suchtprävention pro mente OÖ (Hrsg.), 2016, X-Act Essstörungen. Materialien zur Prävention von Essstörungen in der Schule, S.31
- [5] Rudolph, A. (2014). Stigmatisierung und Selbststigmatisierung. Psychotherapeutische Behandlung von Patienten mit Adipositas. Psychotherapeut, 59(4), 306–309. & Warschburger, P. & Kröller, K. (2005). Adipositas im Kindes- und Jugendalter: Was sind Risikofaktoren für die Entstehung einer Binge Eating Disorder? Zeitschrift für Gesundheitspsychologie, 13(2), 69–78.
- [6] Puhl, R. M. & Latner, J. D. (2007). Stigma, Obesity, and the Health of the Nation's Children. Psychological Bulletin. American Psychological Association, Vol. 133, No. 4, 557–580
- [7] Reich, G. (2008). Ess- Störungen – Einflüsse der Peergroup in Klein, M. (Hrsg.) (2008). Kinder und Suchtgefahren. Risiken – Prävention -Hilfen. Stuttgart: Schattauer
- [8] Steiner et al. (2003). Risk and protective factors for juvenile eating disorders. Eur Adolesc Child Psychiatry; 12, Suppl 1: 38–46
- [9] Brunner, R., Resch, F. (2015). Diätverhalten und Körperbild im gesellschaftlichen Wandel in Herpertz, S., de Zwaan, M., Zipfel, S. (Hg.) (2015) Handbuch Essstörungen und Adipositas. Berlin Heidelberg: Springer Verlag

- **das/die Setting/s in dem das Projekt abgewickelt wurde und welche Ausgangslage dort gegeben war.**

Das Projekt findet im **Setting Schule** statt.

Kinder und Jugendliche verbringen einen großen Zeitraum ihres außerfamiliären Lebens in der Schule. Dabei ist die Schule nicht nur Lernort, sondern sie besitzt auch eine weitreichende Sozialisationsfunktion. Sie ist Ausgangspunkt für Kontakte und Aktivitäten und beeinflusst insgesamt die biografische Entwicklung der Heranwachsenden in erheblichem Maße. Schule, als Ort der Bildung und als fester sozialer Bezugspunkt für Kinder und Jugendliche, hat sowohl stützende als auch belastende Auswirkungen auf alle am Schulgeschehen Beteiligten. In der Schule werden viele der Faktoren, die in der Präventionsforschung als Schutzfaktoren gesehen werden, gefördert, und zwar u.a.: Zugang zu Information und Bildung, soziale Vernetzung, soziale Unterstützung, Entwicklung kognitiver, sozialer und emotionaler Fähigkeiten, selbstständige Urteilsbildung, befriedigende Entwicklungsperspektiven, etc.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Laut Ergebnissen der Schulforschung sind die wichtigsten Belastungsfaktoren in der Schule[1]: schulischer Leistungsdruck (der als Überforderung, Überlastung und Prüfungsangst erlebt wird), Schwierigkeiten in den Beziehungen zu Lehrer*innen und Mitschüler*innen, Diskrepanz zwischen den Leistungsanforderungen der Eltern und den tatsächlichen Leistungen.

Laut der WHO-Studie „Health behaviour in school-aged children“, die alle vier Jahre durchgeführt wird (Alter der Kinder und Jugendlichen: 11, 13, 15 und 17 Jahre), spielt die Schule für die Gesundheit und das Gesundheitsverhalten der Schüler*innen eine bedeutende Rolle: Schüler*innen, die eine gute Beziehung zu ihren Mitschüler*innen und Lehrer*innen haben, fühlen sich gesünder. Gleiches gilt auch in Bezug auf ihr Gesundheitsverhalten: diese Schüler*innen weisen ein verminderteres Risiko auf, aktiv an Bullying-Attacken beteiligt zu sein, zu rauchen oder sich zu betrinken. Auch die aktuellen HBSC-Daten aus 2018 [2] zeigen: Subjektive Gesundheit, Lebenszufriedenheit und gesundheitlichen Beschwerden der österreichischen Schüler*innen werden von schulischen Faktoren wie Schulzufriedenheit, Beziehungen zwischen den Schüler*innen, Schulbelastung und Schulleistung beeinflusst.

Präventionsmaßnahmen in der Schule folgen dem Setting- Ansatz und sind somit immer verhaltens- und verhältnisorientiert. Die Maßnahmen sollen auf unterschiedlichen Ebenen ansetzen, miteinander kombiniert und dauerhaft im schulischen Alltag verankert werden. Systemübergreifende Ansätze, wie die Einbindung von Eltern, Schulentwicklung, gemeindeorientierte Vernetzung, verbessern die Effekte.

Setting orientierte Maßnahmen gehen davon aus, dass die Förderung der individuellen Kompetenzen (Verhaltensprävention) wichtig ist, jedoch die Wirkung wesentlich verstärkt wird, wenn z.B. im Setting Schule auch das Klassen- und Schulklima gefördert wird, und/oder wenn Lehrkräfte im Alltag kompetenter (im Sinn von Prävention und Gesundheitsförderung) handeln. Settings gelten als viel wirkungsmächtiger als die individuellen Gesundheitsanstrengungen und Verhaltensweisen einzelner Personen. Nach dieser These ist das Lebensumfeld (Setting) der zentrale Ansatzpunkt, nicht zuletzt im Hinblick auf nachhaltige Wirkungen präventiver Maßnahmen.

Quellen:

[1] vgl. Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur, Abteilung Schulpsychologie – Bildungsberatung (Hrsg.) (2012). Suchtprävention in der Schule. Informationsmaterialien für die Schulgemeinschaft erstellt vom Institut Suchtprävention, Linz. 4. Überarbeitete Auflage. Druck: Wilhelm Bzoch GmbH, S. 24

[2] Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz,(Hrsg.), Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern, Ergebnisse des WHO-HBSC- Survey 2018

- **die Zielgruppe/n des Projekts (allfällige Differenzierung in primäre und sekundäre Zielgruppen – Multiplikatoren/Multiplikator*innen etc.).**

Entsprechend dem Multiplikator*innen-Ansatz werden im Projekt Multiplikator*innen (Lehrkräfte an oberösterreichischen Schulen) als indirekte Zielgruppe definiert. Diese Multiplikator*innen sollen durch ihre Arbeit, oder ihre Kontakte, mit der direkten Zielgruppe der Schüler*innen präventiv wirken.

Das Institut Suchtprävention bietet seit vielen Jahren erfolgreich Fortbildungen für evaluierte und qualitätsgesicherte Lebenskompetenzprogramme für Pädagog*innen im Setting Schule an (seit 2005 Eigenständig werden/Zusammen wachsen in der Primarstufe – ca. 2700 Lehrkräfte, seit 2009 Plus in der Sekundarstufe 1 – ca. 1200 Lehrkräfte und seit 2020 Wetterfest in der Sekundarstufe 2 – 31 Lehrkräfte). Seit dem Jahr 2000 wurden darüber hinaus 225 KoordinatorInnen für Suchtprävention für die Sekundarstufe 2 an oberösterreichischen Schulen ausgebildet und laufend bei der Umsetzung suchtpräventiver Maßnahmen an Schulen unterstützt und begleitet. Demnach besteht ein breites Netzwerk von mehr als 4000 Multiplikator*innen, die in Bezug auf suchtpräventive Themen und die Förderung von Lebenskompetenzen geschult sind und bereits zahlreiche Maßnahmen an ihren Schulen umgesetzt haben.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Aufbauend auf diese Vorkenntnisse und Erfahrungen der Multiplikator*innen wurden im Rahmen des Projektes Angebote gesetzt, um diese für das Thema der Förderung eines positiven (Körper-) Selbstbildes und der Reduktion des Gewichtsstigmas zu sensibilisieren und bei der Implementierung themenspezifischer Maßnahmen zu unterstützen. Der bestehende Kontakt zu den Lehrkräften gewährleistete die Erreichbarkeit.

Begleitende Elternvorträge unterstützen die Schule dabei, Erziehende aktiv einzubeziehen. Auch hier kam den Multiplikator*innen eine wesentliche Rolle zu. Sie laden zu Klassenelternabenden ein und erhöhen somit die Erreichbarkeit der Eltern.

Die allgemeine Schulpflicht macht die Schule zum begehrten Feld für Akteure der Prävention und Gesundheitsförderung. Nirgendwo sonst können 100% der Kinder und Jugendlichen erreicht werden. Dies kann zu einer Überforderung des Schulsystems und der Lehrkräfte führen und somit verhindern, dass geplante Maßnahmen umgesetzt werden können. Durch die langjährige Zusammenarbeit mit Lehrkräften als Multiplikator*innen im Setting Schule genießt das Institut Suchtprävention hohes Vertrauen in Bezug auf die Qualität der Angebote und die begleitenden Unterstützungsleistungen bei der Umsetzung.

Zudem werden durch den Einsatz neuer digitaler Bildungsmittel und -formate hinsichtlich der Entflechtung von Ort und Zeit erweitert und ergänzt. Unter Berücksichtigung neuer didaktischer Herangehensweisen werden neue Konzepte und Prozesse zur Wissensgenerierung für die Zielgruppe entwickelt. Das gesamte Konzept zielt demnach auf eine Mischung aus analogen und digitalen Lernmethoden und Lehrmedien ab. Die entwickelten Aktivitäten und Methoden können somit jederzeit abgehalten und unkompliziert eingesetzt werden. Durch diese Vorgehensweise sollen die Multiplikator*innen entlastet und die Implementierung erleichtert werden.

Das Institut Suchtprävention pflegt seit vielen Jahren enge Kooperationen mit relevanten Systempartner*innen im Setting Schule. Um die strukturellen Rahmenbedingungen für eine Umsetzung zu begünstigen, werden Entscheidungsträger*innen aktiv angesprochen und einbezogen.

- **die Zielsetzungen des Projekts – angestrebte Veränderungen, Wirkungen, strukturelle Verankerung.**

Schulen in OÖ werden dabei unterstützt, den schulischen Alltag so zu gestalten, dass ein positives (Körper-)Selbstbild gefördert und zur Reduktion des Gewichtsstigmas beigetragen wird. Um das Thema im Alltag von Schulen nachhaltig zu implementieren, bedarf es einer systemischen Intervention. Schulen werden umfassend dabei unterstützt, bedürfnisorientierte Maßnahmen zu erarbeiten und umzusetzen. Folgende Ziele standen dabei im Mittelpunkt:

- Förderung eines positiven (Körper-)Selbstbildes (unter der Prämisse, dass dabei die Unterschiedlichkeit von Mädchen und Burschen besonders berücksichtigt wird)
- Aufklärung zum Thema Übergewicht und Diäten mit dem Ziel der Entstigmatisierung
- Prävention von sozialer Ausgrenzung und Förderung eines positiven Klassenklimas
- Vermeidung kränkender Situationen im Unterricht (z.B. im Turnunterricht)
- Kritische Auseinandersetzung im Unterricht mit der medialen Darstellung von Körperidealen sowie kolportierten Diät- und Bewegungsempfehlungen (z.B. durch InfluencerInnen)

Um dies zu erreichen, wurden folgenden Maßnahmen geplant, als konkrete Zielsetzung definiert und umgesetzt:

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

- Entwicklung und Erprobung eines Schulungsdesigns für die Fortbildung von Multiplikator*innen.
- Entwicklung und Erprobung von alters- und schulstufenspezifischen Unterrichtsmaterialien, die von den Lehrkräften unkompliziert im Unterricht umgesetzt werden können, wobei auf eine Mischung aus analogen und digitalen Lernmethoden und Lehrmedien abgezielt wurde und Genderaspekte berücksichtigt wurden.
- Entwicklung und Erprobung eines Vortragskonzept für Erziehende.
- Erstellung eines Konzepts zur nachhaltigen Implementierung, sowie zum oberösterreich- bzw. österreichweiten Roll-Outs des Angebotes.

Die Materialien und Konzepte wurden erstellt. Die Erfahrungen und Rückmeldungen der Multiplikator*innen wurden in einem partizipativen Prozess systematisch erhoben und bei der Fertigstellung berücksichtigt.

Es wurde ein längerfristig bestehendes Expert*innen-Board in Oberösterreich etabliert (exemplarisch):

Titel	Vorname	Zuname	Arbeitsfeld
Mag.	Katharina	Spitzbart	Abteilungsleitung Schulpyschologie & Schulärztlicher Dienst BD OÖ Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin
Akfm. Mag.	Bernhard	Diwald	Leitung Bereich Mobbing und Gewaltprävention der KIJA OÖ Psychotherapeut und Wirtschaftswissenschaftler
	Ines	Brunhuber	Pädagogin an der MS2 Marchtrenk (Fächer: Englisch, Deutsch, Kochen, Turnen)
Mag.	Christian	Putscher	Ernährungswissenschaftler, Personal Coach
Dr.	Dietmar	Bruckmayr	Handelswissenschaftler, Sänger, Performancekünstler, Boxtrainer, Boxverbandspräsident
	David	Hiegelsberger	Pädagoge – Sekundarstufe II, Franziskus Mittelschule Wels, CLV-Landes-Jugend-Leher*innen-Vertreter
FI Mag.	Friedrich	Scherrer	Fachinspektor für Bewegungserziehung und Sport Fachstab Pädagogischer Dienst Bildungsdirektion Oberösterreich

3. Projektdurchführung

Beschreiben Sie

- welche Aktivitäten und Methoden in welchem zeitlichen Ablauf umgesetzt wurden.
- die Projektgremien/-strukturen und die Rollenverteilung im Projekt.
- umgesetzte Vernetzungen und Kooperationen.
- allfällige Veränderungen/Anpassungen des Projektkonzeptes, der Projektstruktur und des Projektablaufes inkl. Begründung.

01.01.2023 – 31.12.2024

Im Jänner 2023 wurde das Projekt „Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-) Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas“ am Institut Suchtprävention hochgefahren. Das Projektteam wurde installiert, Rollen wurden verteilt, internes Projektmanagement wurde besprochen und festgelegt. Es wurde großflächig recherchiert, welche Projekte in diesem Kontext relevant sein könnten. Es wurde überlegt und recherchiert welche Expert*innen in OÖ ein Teil der Expert*innengruppe sein sollten.

Daraus ergaben sich folgende Anfragen: David Hiegelsberger (Pädagoge im Bereich der Sekundarstufe I, Personalvertretung), Ines Brunhuber (Pädagogin Sekundarstufe I, KV in der MS 2 Marchtrenk), Dr. Alexandra Rechthaler (Psychologin und Psychotherapeutin mit besonderem Schwerpunkt rund um Esstheematik), Mag. Christian Putscher (Ernährungswissenschaftler und Personal-Coach), Dr. Didi Bruckmayr (Dr. der Handelswissenschaften, Performance Künstler, Präsident des OÖ Boxverbands), Dr. Barbara Emhofer-Licka (ehemalige Schulärztin), Holger Schaller (Leiter der Startbox pro mente OÖ – niedrigschwelliges, besonderes Angebot für Jugendliche mit psychischen Problemen), Mag. Katharina Spitzbart (Leiterin der Schulpsychologie in der Bildungsdirektion OÖ), Bernhard Diwald (MA in der Gewalt- und Mobbing-Präventionsstelle der Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ), Dr. Doris Koubek (Jugendpsychiaterin).

Da sich schnell zeigte, dass ein Treffen aller angefragten Expert*innen den zeitlichen Rahmen sprengen würde, wurde überlegt die Expertisen in Einzelinterviews zu erfragen und die Ergebnisse in einem gemeinsamen Termin zusammenzuführen bzw. zu veröffentlichen. Alle genannten Personen (s.o.) haben einem Interview zugestimmt. Bei der Auswahl der Mitglieder*innen wurden einerseits Expert*innen und andererseits Stakeholder aus dem Setting Schule berücksichtigt. Anfang Februar wurde ein Fragenkatalog für die Expert*innen-Gespräche erstellt. Der Leitfaden beinhaltete 19 Interviewfragen: 12 Fragen zum Thema positives Körperselbstbild und Gewichtsstigma und 7 Vertiefungsfragen zum Thema Medien. Die 10 Expert*innen-Interviews wurden mittels Leitfadens durchgeführt, transkribiert, verdichtet und ausgewertet.

In einem gemeinsamen Treffen zwischen Dr. Schmidbauer, Mag. Eberle und Mag. Palka Ende März wurden die Ergebnisse der Interviews analysiert und überlegt was das Ziel des ersten Expert*innen-Treffens sein sollte bzw. wie die Ergebnisse kommuniziert werden sollten. Beim ersten Expert*innen-Gespräch waren folgende Aspekte besonders relevant: gemeinsame Auseinandersetzung mit den Ergebnissen aus der Expert*innen-Befragung, die Möglichkeit weitere relevante Themen einzubringen, Entwicklung eines gemeinsamen Bildes betreffend Projektziel und adäquater Schritte zur konkreten Umsetzung. Im Mai (und nicht laut Projektablaufplan ab Jänner 2023) wurde der Gesamtplan/die Ziele von „Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-) Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas“ der beratenden Arbeitsgruppe vorgestellt.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Der Ablauf wurde wie folgt festgelegt:

- Begrüßung
- Kurze Vorstellungsrunde
- Gesamtplan/Ziele vorstellen:
 - Spezielle Materialien in der Schule für geschulte Multiplikator*innen
 - Multiplikator*innen-Schulung (SCHILF)
 - Vortrag für Eltern
- Die Ideen für die Kick -Off Veranstaltung am 08.04.2024 ansprechen bzw. vorstellen (Vorträge: Dr. Pauli, Dr. Mayr-Götz, Mag. Putscher).
- Vorstellung der Ergebnisse bzw. Auswertung der Expert*innen-Interviews (Ziel ist es die Quintessenz pro gestellte Frage an die Expert*innen herauszuarbeiten)
- Ergänzungen der Expert*innen einholen (z.B. Umsetzungsideen)
- Ausblick (Kick - Off Veranstaltung, Erstellung von Materialien) und nächste Schritte

Was uns wichtig war bzw. wofür wir die Expert*innen u.a. angedacht haben: Begutachtung der Materialien, Unterstützung (Vortrag/Workshop) bei der Kick-Off-Veranstaltung, konkrete Mitarbeit bei der Entwicklung von Materialien bzw. bei der Entwicklung einer Multiplikator*innen-Schulung, Unterstützung bei der Entwicklung von Materialien für die Eltern.

Fazit 1: Die Expert*innen-Interviews haben sich als fachliche Grundlage als sehr wertvoll erwiesen und auch das erste Treffen hat gezeigt, wie sinnvoll ein Austausch über die jeweiligen individuellen Zugänge bzw. Perspektiven und Erfahrungen ist, da sich sowohl Synergien als auch mögliche noch zu bearbeitende Felder sehr deutlich gezeigt haben. Im Oktober 2023 (nicht wie im Projektablaufplan im Juli 2023 geplant) wurde die Kick-Off-Veranstaltung konzipiert (unter Einbeziehung der PHOÖ und der Bildungsdirektion OÖ). Auch die Hauptreferent*innen wurden fixiert: Dr.ⁱⁿ Dagmar Pauli (Chefärztin an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich–positives Körperbild fördern/Prävention/weniger Essstörungen), Dr.ⁱⁿ Maya Götz (Medienwissenschaftlerin, Medienpädagogin, München, Leiterin des internationalen Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsfernsehen IZI des Bayerischen Rundfunks), Mag. Christian Putscher (Ernährungswissenschaftler, Personal Trainer, Lifestyle Coach).

Die Kick-Off-Veranstaltung wurde durch inhaltliche Inputs durch Vortragende am Vormittag, und Vorstellung konkreter erarbeiteter Module zur Umsetzung an Schulen am Nachmittag, gegliedert. Im Oktober 2023 wurden auch eine Pressekonferenz mit LH-Stv. Mag. Christine Haberlander und weitere Schritte bezüglich Pressearbeit geplant. Im November 2023 (nicht wie im Projektablaufplan im September) wurden Details bezüglich teilweiser Übernahme der Südtiroler Präventionskampagne „respect every-body“ für den schulischen Kontext fixiert. Folgende Teile wurden adaptiert: 6 Plakate, Buttons in gelb und rot, Toolkit, Handout für Pädagog*innen. Ein Punkt, der im Jahr 2023 ausgesetzt wurde, waren die E-Learning Methoden. Stattdessen wurden Ideen betreffend Einsatz von Gamification-Elementen im Projekt entwickelt.

Kooperation mit der MS 2 Marchtrenk (KV Fr. Brunnhuber): Frau Brunnhuber stand uns schon im Frühjahr 2023 als Expert*in für ein Interview zur Verfügung. Ab Herbst 2023 erklärte sie sich bereit mit ihrer Klasse (8.Schulstufe) einige Workshops und Materialien auszuprobieren. Zudem stellte sie uns Ihre Expertise und Erfahrung auch in schriftlicher Form zur Verfügung (siehe Materialien Kick Off Veranstaltung/Inside-Bereich). U.a. ließ sie die Schüler*innen im Unterrichtsfach Technik und Design ein Video drehen, das zur Aufgabe hatte, ein gesundes Lebensmittel positiv in Szene zu setzen und zu vermarkten. Gerahmt wurde diese Aufgabe mit der Auseinandersetzung der Werbetricks der Lebensmittelindustrie.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Im Laufe der Zeit entstand ein grobes Workshop-Konzept (siehe Materialien Kick-Off-Veranstaltung aus dem „Inside Bereich“ auf der Instituts-Homepage www.praevention.at\inside – (auch im Anhang zu finden)), das sich aus unterschiedlichen Bausteinen zusammensetzt und je nach Möglichkeiten kombiniert werden kann und kombiniert werden soll. Einzelaktionen sind zwar möglich, sollten aber im Sinne einer Nachhaltigkeit eher vermieden werden, weshalb zu den Einzelaktionen in den jeweiligen Unterrichtsfächern (z.B. Barbie-Übung mit den Mädchen im Designunterricht) auch 2 Nachmittage im Dezember geplant wurden. Am 07.12.2023 und 14.07.2023 fanden an der MS 2 Marchtrenk jeweils mehrere kombinierte WS (Ernährung und Bewegung, im Anschluss wurde gemeinsam gegessen) statt. Die Klasse wurde in 2 Gruppen (in diesem Fall nach Geschlecht) geteilt. Jede Gruppe hatte die Möglichkeit zu Kochen bzw. zu Boxen. Im Anschluss wurden die zubereiteten Lebensmittel jeweils gemeinsam verspeist und die gemachten Erfahrungen nachbesprochen. In einer kurzen Abschlussrunde wurden die Schüler*innen befragt, wie ihnen das angebotene Programm gefallen hat. Die Zustimmung war durchwegs positiv. Sowohl was die gesunde Jause, als auch das Boxtraining betraf.

01.01.2024 – 28.02.2025

Von Jänner 2024 bis April 2024 wurde intensiv am Gelingen der Kick-Off-Veranstaltung (08.04.2024) für interessierte Lehrkräfte gearbeitet. Das gesamte Programm wurde erstellt. Die Referent*innen wurden eingeladen und gebrieft. Das Catering (laut Rezeptvorgaben von Ernährungswissenschaftler und Personal Coach Mag. Christian Putscher) wurde bestellt.

Da sich weniger Lehrkräfte als erwartet für die Veranstaltung anmeldeten, wurde die Einladung auf die Sek. II ausgeweitet. Insgesamt haben fast 200 Pädagog*innen die Tagung vom Institut Suchtprävention, pro mente OÖ in Kooperation mit der pädagogischen Hochschule besucht.

Eröffnet wurde die Kick-Off-Veranstaltung mit dem Onlinevortrag von Frau **Dr. in Dagmar Pauli** (Chefarztin an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich). Der Titel ihres Vortrages lautete: „*Körperkult, Schönheitsdruck und Schlankheitswahn in gendersensiblen Zeiten*“. Neben dem Thema Essstörungen ging sie auch auf die Thematik der Geschlechtsinkongruenz in Bezug auf den immer stärker werdenden Schlankheitsdruck an Schulen ein.

Im zweiten Vortrag mit dem Titel „*Es muss einfach alles perfekt sein*“ beschäftigte sich Frau **Dr. in Maya Götz** (Medienwissenschaftlerin, Medienpädagogin, München, Leiterin des internationalen Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsfernsehen IZI des Bayrischen Rundfunks) u.a. mit dem Thema Selbstdarstellung in sozialen Netzwerken und seinen Herausforderungen.

Im dritten und letzten Vortrag mit dem Titel „*Meinen Körper besser verstehen*“ erläuterte **Mag. Christian Putscher** (Ernährungswissenschaftler, Personal Trainer und Lifestyle Coach), wie man den eigenen Körper besser verstehen kann. Er verwies auch auf die Tatsache, dass es vor allem darauf ankomme, dass eine gute Ernährungsform in erster Linie vorgelebt werde und die beste Ernährungserziehung ohne Worte (Stichwort: Vorbild) auskomme.

Mag. a Birgit Ziebermayr (Institut Suchtprävention) wurde damit beauftragt den von ihr neu konzipierten Elternvortrag mit dem Titel „*Bildschön: Social Media jugendliche Körperideale*“ vorzustellen und erste Schulen zu akquirieren. Der erste Vortrag fand an der MS Marchtrenk am 15.05.2024 statt.

Als nächstes stand die Vorstellung des Projekts „*Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas*“ durch Frau **Mag. a Dr. in Ekim San** (Gesundheit Österreich GmbH, Fonds Gesundes Österreich) und Herrn **Dr. Rainer Schmidbauer** (Leitung Institut Suchtprävention, pro mente OÖ) am Programm.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Anschließend gaben **Ines Brunhuber, BSc, BEd** (Pädagogin an der Mittelschule Marchtrenk) und **Dr. Dietmar Bruckmayr** (Präsident des OÖ Boxverbandes), die eng mit Frau **Mag.ª Violetta Palka** (Institut Suchtprävention) zusammenarbeiten einen Einblick in die Workshop – Praxis. Vor allem Ines Brunhuber konnte auch aufgrund ihrer Rolle als Klassenvorständin einer 8.Schulstufe (MS Marchtrenk 2) und einer engen Zusammenarbeit mit einer Kollegin vieles im Unterricht einbauen bzw. ausprobieren. Bei der Pressekonferenz am 24.05.2024 mit LH-Stv.in Mag.a Christine Haberlander (Gesundheits-Landesrätin) und Dr. Rainer Schmidbauer (Leiter Institut Suchtprävention, pro mente OÖ) stellte sie ihre Erfahrungen aus der Praxis zur Verfügung. Auch für einen Radiobeitrag (Life Radio, am 24.05.2024, tägliche Reichweite von 22.700 Personen) leistete sie mit ihrer Klasse mit der Unterstützung von Mag.ª Violetta Palka einen wichtigen Beitrag (Instagram Beitrag MS Marchtenk 2/06.06.2024). Sowohl sie selbst als auch ihre Schüler*innen standen ebenso wie Mag.ª Violetta Palka während wechselnden Aufgabenstellungen zum Thema „positives Körperbild“ als Interviewpartner*innen zur Verfügung.

Mag. Roland Lehner (Institut Suchtprävention) stellte danach das Projekt „working sober – escape game“ vor. Im weiteren Projektverlauf entwickelte er, gemeinsam mit Mag.ª Violetta Palka, eine erste Version eines „escape games“ zum Thema „positives Körperbild“ mit dem Titel „*First Date*“.

Mag. Peter Eberle, MA (Institut Suchtprävention) stellte danach in seinem Vortrag mit dem Titel „*Soziale Netzwerke, Körperbild und Essstörungen*“ den Zusammenhang zwischen den sozialen Netzwerken und dem Körperbild her und verwies auf eine von ihm im Vorfeld konzipierte Übungssammlung/Handbuch mit Ideen für den Unterricht.

Im ersten Halbjahr 2024 ergab sich für Herrn Eberle die Möglichkeit seinen ebenfalls selbst konzipierten Vortrag an drei Terminen vorzutragen und interessierte Multiplikator*innen für das Thema zu sensibilisieren:

05.03.2024: Soziale Medien, Körperbild und Essstörungen

21.03.2024: Social Media Konsum und Risikofaktoren für die psychische Gesundheit

05.06.2024: Soziale Netzwerke, Körperbild und Essstörungen – Hintergründe und Prävention

Im Laufe des Jahres arbeitete er die Rückmeldungen – speziell die von Ines Brunhuber – in das Handbuch/Übungssammlung ein.

Im Anschluss wurde die in der Südtiroler Fachstelle „Forum Prävention“ entwickelte Kampagne mit dem Titel „*respect every-body*“ von den Fachstellenmitarbeiterinnen **Evi Ploner, BA** und **Melanie Kücking** vorgestellt bzw. dazu eingeladen, die bereits ausgeschriebenen Online-Schulungen (24.04.2024 und 14.05.2024) dazu zu besuchen. Die Kampagne „*respect every-body*“ möchte dem Phänomen Körperkommentare entgegenwirken und Menschen dazu sensibilisieren. Kommentare über das Aussehen bringen niemandem etwas, sind oberflächlich und können Nährboden für Essstörungen und Cyber-Mobbing sein. Aufgrund der hohen Zustimmung zu diesem Thema wurde im Herbst ein dritter Online- Schulungstermin (09.10.2024) angeboten.

Alle Vorträge, Inputs und Materialien können im Inside Bereich von www.praevention.at mit den Zugangsdaten abgerufen werden (Die Videoaufzeichnungen und PPP sind von den Referent*innen nur für den Insidebereich freigegeben worden). Bei Interesse, bitte um Kontaktaufnahme bezüglich Zugangsdaten (info@praevention.at)

Die Kick-Off-Veranstaltung stieß auf ein **reges Medieninteresse**. Im Laufe der kommenden Woche kam es vermehrt zu Anfragen renommierter Medien bzw. zur Veröffentlichung von Artikeln in diversen Printmedien:

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

PK Miteinander Schule gestalten - 24.05.2024				
Datum	Medium	Beitrag	Link	Auflage / tägl. Reichweite
24.05.2024	ORF OÖ (TV)		Aufklärungsarbeit gegen Schönheitsstigma an Schulen	1200000
25.05.2024	OÖ Krone - print	Barbies mit „Normalfigur“		272000
25.05.2024	OÖN - print	Barbie bekommt Bauch und Po: Wie Schüler lernen, nicht zu diskriminieren		396000
24.05.2024	Life Radio	Miteinander Schule gestalten		227000
24.05.2024	schule.at		https://www.schule.at/bildungsnews/detail/miteinander-schule-gestalten	
24.05.2024	OÖN online		https://www.nachrichten.at/meine-welt/gesundheit/barbie-bekommt-bauch-und-po-wie-schueler-lernen-nicht-zu-diskriminieren;art114,3951498	80000
24.05.2024	krone.at		https://www.krone.at/3389541	128000
24.05.2024	volksblatt.at		https://volksblatt.at/politik/innenpolitik/unter-dem-gewichtsstigma-leiden-viele-elf-bis-siebzehnjährige-1053115/	
24.05.2024	tips.at		https://www.tips.at/nachrichten/ooe/wirtschaft-politik/647178-wie-das-koerper-selbstbild-an-oberoesterreichs-schulen-gestaerkt-werden-soll	37000
24.05.2024	Rundschau		https://www.meinbezirk.at/oberoesterreich/c-lokalies/neues-schulprojekt-soll-selbstbild-von-jugendlichen-staerken_a6709628	53300
07.06.2024	Ö3 (Radio)	Ö3 - Nachrichten 7.00 Uhr - Miteinander Schule gestalten		2400000
24.05.2024	Website LH-Stv. Haberlander		https://www.christine-haberlander.at/2024/05/24/start-der-pflegelehre-in-oberoesterreich-6/	
27.05.2024	praevention.at		https://www.praevention.at/news/news-detail/miteinander-schule-gestalten	
				4793300

Website Institut Suchtprävention – praevention.at

- Newsletter praevention.at: 2 Beiträge, Reichweite 4400 Personen
- Projektbeschreibung praevention.at: 1400 Klicks
- 3 Social Media Beiträge auf Facebook und Instagram: Beitragsreichweite 700
- 2800 Follower

Auch aufgrund der regen Berichterstattung ergaben sich folgende Aktivitäten:

Coaching und Unterstützung einer Lehrkraft bzw. ihrer Schüler*innen (12. Schulstufe/Ethikklassen) bei der Konzeption eines Workshops mit dem Schwerpunkt „Positives Körperbild“ für Schüler*innen der 6. Schulstufe (März bis Juni 2024) im Sinne einer Variante des Peers-Ansatzes (Schüler*innen für Schüler*innen). Herausfordernd war die vielen Ideen der Schüler*innen zu bündeln und ein gemeinsames Konzept zu erstellen, hinter dem auch die Lehrkraft stehen konnte. Dafür war auch ein Termin vor Ort mit der Lehrkraft, ihren Schüler*innen und **Mag. a Violetta Palka** in Steyr wichtig (11.05.2024). Die WS wurden schließlich am 22.05.2024 in den 6. Schulstufen umgesetzt.

Folgendes Feedback bekamen wir von der Lehrkraft bzw. ihren Schüler*innen: *Grundsätzlich hat es in der 6. Schulstufe gut gepasst, allerdings wurden die Klassen als sehr inhomogen erlebt. Manche haben zum Beispiel noch nicht so viel Erfahrungen mit sozialen Medien und Influencer*innen, andere schon sehr viel. Die Übung mit den Posen (siehe: So geht Medien – Selbstinszenierung auf Instagram) hat den reiferen Kindern nicht so viel Spaß gemacht, während sie für die anderen lustig war. Die Übung zu den*

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

*alltäglichen Leistungen des Körpers hat den Mädels gut gefallen, weil sie da kreativ sein konnten, die Burschen waren eher schnell fertig. Die Einstiegsübung mit den Marvel- und Disneyfiguren lief ganz gut, nur hat es etwas gedauert, bis alle in das Thema eingestiegen sind - viele Schüler*innen haben sich eher mit den einzelnen Geschichten beschäftigt und weniger mit dem Aussehen. Da mussten schon konkretere Fragen gestellt werden. Die Videos waren super und auch das Quiz. Es wurden dazwischen immer wieder Fragen gestellt und es kamen teilweise schon sehr reflektierte Antworten.*

Von Mai bis Februar 2025 konnten unterschiedliche Workshopformate in unterschiedlichen Altersgruppen (Schwerpunkt auf SEK I) ausprobiert werden.

Vor dem ersten, von Frau **Mag.^a Violetta Palka** in Kooperation mit der Lehrkraft (KV) durchgeführten, Workshop am 22.05.2024 an der TSMS Bad Leonfelden (3 UE), wurde der Lehrkraft angeboten, dass die Schülerinnen (nur Mädchen) einen Fragebogen ausfüllen, dessen Antworten als Basis für die Workshop-gestaltung herangezogen werden konnten. Den Schüler*innen wurden folgende Fragen gestellt:

- Beschreibe dich in einem Satz
- Das macht mir Sorgen ...
- Wenn ich wütend bin, ...
- Das macht mich glücklich:
- Das mag ich an der Schule:
- Am meisten stressst mich:
- Das letzte Mal habe ich in der Schule geweint, als ...
- Mein größter Wunsch ist, dass ...

Als Grundlage für die Übungen wurde u.a. folgendes Buch herangezogen: Liebe Deinen Körper – Die Anleitung zur Selbstliebe. Kindersachbuch: Selbstfürsorge lernen & das Selbstwertgefühl stärken. Ratgeber für Kinder ab 8 Jahren über Schönheitsideale & Diversität. Die Rückmeldung der Lehrkraft und auch der Schülerinnen war sehr positiv. Die Mischung aus Informationsvermittlung und Auseinandersetzung mit sich selbst glückte in dieser Klasse optimal, was zu einem großen Teil auf den intensiven und auf Vertrauen basierenden Austausch mit der Lehrkraft zurückzuführen ist.

Eine Anfrage für einen WS wunderschön@anysize der MS 15 in Linz ermöglichte am 14.06.2024 das erste Mal einen Workshop bei dem der WS wunderschön@anysize und der WS Light Contact Boxing parallel stattfinden konnten. Die Lehrkraft und **Mag.^a Violetta Palka** (Institut Suchtprävention) entschieden sich dafür 3 UE zu verwenden. Am 18.11. 2024 fand mit der gleichen Klasse ein WS Breaking (Breakdance, offiziell Breaking genannt, ist eine dynamische Tanzsportart, bei der Tänzer*innen gegeneinander antreten und spektakuläre Bewegungen wie Spins, Freezes und akrobatische Figuren zeigen) statt (2UE) bei dem die Schüler*innen nach Rückmeldung der Lehrkraft ebenso mit vollem Eifer dabei waren und es genossen.

Die Lehrkraft entschied sich, in Rücksprache mit ihrer Klasse am 11.12.2024 zusätzlich noch einen Impulsworkshop „respect every-body“ (3UE) durchzuführen. Dabei wurde u.a. über folgende Fragen nachgedacht: „Was sind Kommentare? Wie werden sie erlebt? Wie könnte eine kommentarfreie Zone aussehen? Einige Zeit danach bekam **Mag.^a Violetta Palka** von der Lehrkraft Fotos aus dem Klassenzimmer, auf dem die Plakate der Kampagne „respect every-body“ zu sehen waren.

Kurz nach dem Erscheinen eines Artikels in den OÖ Nachrichten über die Pressekonferenz zum Projekt, in dem auch die Barbie-Übung erläutert wurde, (Barbie-Übung: mit Hilfe von weiblichen Barbiepuppen, Gipsbinden, Mullbinden, Knetgummi und Plastilin verändern Schüler*innen die Barbiepuppen so, dass sie normale, menschliche Figuren erhalten) bekam **Mag.^a Violetta Palka** einen Anruf für einen Workshop wunderschön@anysize für 2 Klassen der 8. Schulstufe an der digiTnms Peilstein, mit der Bitte diesen in jeder der beiden Klasse umzusetzen. Dies stellte sich als tolle Möglichkeit heraus, die Barbie-Übung mit

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

dem WS Light Contact Boxing zu kombinieren und es wurden dafür folgende Termine vereinbart 08.1.2024 und 15.11.2024.

Da die Klassen jeweils 4 UE an diesen Tagen hatten, wurde vereinbart den WS über 4 UE zu gestalten, so dass sich die Schüler*innen an diesem Tag ganz dem Workshop widmen konnten. Dafür wurde gemeinsam mit der Lehrkraft folgendes WS – Design erarbeitet:

1. (30 Min) Vorstellung Institut Suchtprävention + Intro mit dem Film Roberto (11 Min):
<https://www.youtube.com/watch?v=mrl3N31mde8> + Murmelrunde (9 Min.); danach Teilung der Klasse in 2 Gruppen (hier: Mädchen/Buben)
2. (70 Min) Gruppe Mädchen startet mit der „Barbie-Übung“ / Gruppe Burschen startet mit „Light Contact Boxing“
3. (70 Min) Gruppe Mädchen geht „Light Contact Boxing“/ Gruppe Burschen beschäftigen sich mit dem Rollenbild/Mythen „Mann“ u.a. auch in Musikvideos
4. (30 Min) Obstjause + Unterstützungsangebote + Was tun, wenn es einer Freundin/einem Freund schlecht geht

Im Herbst 2024 wurde mit beiden Klassen ein Workshop wunderschön@anysize inkl. Light Contact Boxing durchgeführt. Beide Workshops haben den Schüler*innen viel Spaß gemacht. Da für ein intensives Light Contact Boxing fast zu wenig Zeit blieb (u.a. Aus-Anziehen) wurde pro Klasse ein weiterer Termin ermöglicht. Zudem sollte die Grundidee des WS Light Contact Boxing vertieft werden: Zentral ist die Auseinandersetzung ohne Aggression. Dies erfordert die Beherrschung der Schlagstärke und der Emotionen. Der*die Gegner*in wird mit dem Handschuh nur touchiert. Ein Niederschlag führt zur sofortigen Disqualifikation. Es basiert auf „boxe éducative“ (kurz bé), welches in Frankreich seit den 70er Jahren an Schulen/in Vereinen praktiziert wird.

Aufgrund einer herausfordernden Situation in einer Klasse wurde **Mag.^a Violetta Palka** für einen WS an der MS Wolfsegg angefragt. Nach längeren Überlegungen und einer Vorbefragung per Impulsfragebogen der Schüler*innen (Ergebnis: Es zeigte sich eine starke Mischung von mir geht es „sehr gut“ bis „nicht sehr gut“ bis mir geht es „wieder gut“ bzw. dass sich die meisten Schüler*innen hinsichtlich ihres Körpers zumindest „mittel gut“ fühlen, was in diesem Alter sehr dem unterschiedlichen körperlichen Entwicklungszuständen entspricht).

Daher entschieden sich die Lehrkraft und **Mag.^a Violetta Palka** für eine „Light Version“ des WS **wunderschön@anysize**. In dieser adaptieren Variante wurde der Fokus weniger auf „den Körper und das Wohlfühlen darin“ gelegt, sondern mehr der Aspekt „sich gut fühlen – in allen Lebenslagen“ in den Mittelpunkt gerückt. Ein erster Termin wurde für 21.11.2024 (2 UE) vereinbart. Die Schüler*innen waren mit vollem Eifer bei der Sache und in der Nachbesprechung wurde ein weiterer Termin am 12.12.2024 (2UE) vereinbart. Zusätzlich überlegten sich die Lehrkraft und **Mag.^a Violetta Palka** eine Hausübung als Vorbereitung für den Folgetermin:

Die ursprüngliche Fragestellung: „Was macht mich glücklich?“ wurde um die Frage „Was macht XY glücklich? erweitert:

- Aufgabestellung 1: Schüler*innen überlegen sich, was sie glücklich macht (2-3 Fotos)
- Aufgabenstellung 2: Schüler*innen fragen 2-3 Personen aus ihrem Umfeld (keine Schulkolleg*innen), was sie glücklich macht (je Person mind. 1 Sache = 2-3 Fotos)

Umsetzung beider Aufgabenstellungen mit Hilfe eines Fotos von z.B. einem Gegenstand, einem Symbol für das, was einen glücklich macht, etc.

Die Lehrkraft hat die Ergebnisse eingesammelt und gesichtet. Jeder Schüler bekam vor dem WS sein Kuvert retour und sollte es während des WS-Teil 2 unter ihren/seinen Sessel legen. Es wurde kurz dar-

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

über geredet wie es den Schüler*innen bei der Umsetzung der Hausübung ergangen ist. Eine detailliertere Reflexion war aufgrund der Zeit nicht geplant. Insgesamt wurden die WS sowohl von den Schüler*innen, als auch von der Lehrkraft, als sehr positiv erlebt.

Bei einem Elternvortrag „Bildschön: Social Media jugendliche Körperideale“ von **Mag.a Birgit Ziebemayr** wurde eine Lehrkraft der HBLA Elmberg darauf aufmerksam, dass es ein Workshop Angebot zum Thema Körperbild gibt und stellt eine WS – Anfrage für eine Klasse der 10. Schulstufe. Der Schwerpunkt wurde auf das An-Testen des neu konzipierten escape game „First Date“ Version 0 gelegt. Die ersten Spiele (Rätsel/Bildsuche/Song der Künstlerin Brosie) wurden angespielt bzw. getestet (Handy). Die Resonanz auf den WS war sowohl von der Lehrkraft, als auch von den mehrheitlich weiblichen Schüler*innen sehr positiv. Sie denken, dass der spielerische Zugang zum Thema Körperbild durchaus gut geeignet ist. Einige Spielen gehören aber vor allem noch grafisch „upgedatet“.

Eine Anfrage für einen WS wunderschön@anysize im BRG Steyr (11. Schulstufe), der am 13.02.2025 statt fand, ermöglichte es das WS – Konzept wunderschön@anysize inkl. Light Contact Boxing auszuprobiieren.

2. (30 Min) Vorstellung Institut Suchtprävention + Intro mit dem Film Roberto (11 Min):
<https://www.youtube.com/watch?v=mrl3N31mde8> + Murmelrunde (9 Min.); danach Teilung der Klasse in 2 Gruppen (hier: Mädchen/Buben)
5. (70 Min) Gruppe Mädchen startet mit der „Barbie-Übung“ / Gruppe Burschen startet mit „Light Contact Boxing“
6. (70 Min) Gruppe Mädchen geht „Light Contact Boxing“/ Gruppe Burschen beschäftigen sich mit dem Rollenbild/Mythen „Mann“ u.a. auch in Musikvideos
7. (30 Min) Obstjause + Unterstützungsangebote + Was tun, wenn es einer Freundin/einem Freund schlecht geht

Auch die Lehrkraft beteiligte sich an der Barbie-Übung und stattete – sehr zum Erstaunen der weiblichen Schüler*innen – ihre Barbie mit großzügigen Kurven und Dellen aus, während die Schüler*innen sich sehr bemühten die Haut ihrer Barbies „glatt zu streichen“ bzw. die Maße so wenig wie möglich zu verändern. Während der Einheit mit den Burschen, genauer bei der Auseinandersetzung mit dem aktuellen Schönheitsideal: „Wie schaut der ideale Mann aktuell aus?! Und beim Vorstellen des Ergebnisses der KI (www.canva.com) von **Mag.a Violetta Palka** fiel die Entscheidung die Gruppe ein „eigenes“ Bild generieren zu lassen. Folgende Attribute wurden von den Burschen genannt: *junger mann 23 Jahre athletisch groß weniger oberlippenbart braune wellige haare große hände bier offenes hemd cooles auto*. Vor allem bei „ein Mann muss große Hände haben“ folgte eine rege Diskussion. Das Bier wurde von der KI ignoriert.

Rückmeldung der Lehrkraft: *Vielen Dank für den großartigen Workshop heute Vormittag und die PowerPoint. Den Schülerinnen, Schülern und mir hat es (ebenfalls) viel Spaß gemacht. Eure (+Boxtrainer) professionelle Herangehensweise und zugleich unkomplizierte und humorvolle Art haben maßgeblich dazu beigetragen, davon bin ich überzeugt. Die Schüler*innen sind zwar viel zurückhaltender als die Schüler, aber alle waren sehr aufmerksam bei der Sache. Ich vermute, dass auch für alle neuen Denkanstöße dabei waren, für mich gilt das auf jeden Fall. Bin schon gespannt, ob bzw. was sich in nächster Zeit v. a. bei den Schülerinnen tut.*

Als Fazit aus allen Workshops lässt sich sagen, dass sich vor allem in Kombination mit dem WS Light Contact Boxing folgendes Basiskonzept herausentwickelt, hat:

1. (30 Min) Vorstellung Institut Suchtprävention + Intro mit dem Film Roberto (11 Min):
<https://www.youtube.com/watch?v=mrl3N31mde8> + Murmelrunde (9 Min) danach Teilung der Klasse in 2 Gruppen (z.B. Mädchen/Buben)
2. (70 Min) Gruppe Mädchen startet mit der Barbie-Übung / Gruppe Burschen startet mit „Light Contact Boxing“ (ideal im Turnsaal)

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

3. (70 Min) Gruppe Mädchen geht Boxen/Gruppe Burschen beschäftigt sich mit dem Rollenbild/Mythen „Mann“ u.a. auch in Musikvideos
4. (30 Min) Obstjause + Unterstützungsangebote + Was tun, wenn es einer Freundin/ einem Freund schlecht geht

Dennoch bleibt eine flexible Anpassung an die Wünsche der Lehrkraft, an die Gegebenheiten der Schule (Rahmenbedingungen) bzw. bleiben die Ergebnisse aus einer Vorerhebung (Impulsfragebögen) ein zentrales Instrument der Auftragsklärung bzw. des Auftragsangebots. Eine standardisierte Workshopbatterie ohne Adaptierungsmöglichkeiten wird nicht als erste Wahl angesehen.

Von Mai bis Dezember 2024 kam es im Rahmen der Entwicklung eines escape game zum „positiven Körperbild“ mit dem Titel „First Date“ (www.working-sober.at) zu einem regelmäßigen Austausch mit der österreichischen **Sängerin Brosie** (<https://www.brosiemusic.com/>). Sie stellte dem Institut Suchtprävention Ihren Song „Picture Perfect Standard“ (offizielles Schreiben liegt vor/ <https://www.youtube.com/watch?v=Pa4NIJV-w5s>) und ihre Sichtweise zu dem Thema „Positives Körperbild – Schlankheitsideal – Gesellschaftlicher Druck“ zur Verfügung. Auch eine Mitarbeiterin der Fachstelle in der Steiermark Vivid (**Marie-Christin Sebl-Litzlbauer, MA MA**) und eine Lehrkraft der MS Marchtrenk – **Ines Brunhuber** – haben mehrere Male an einem Austauschtreffen teilgenommen und ihr Feedback gegeben. **Mag. Roland Lehner** (Institut Suchtprävention) hat die Entwicklung von „First Date“ mit seiner langjährigen Erfahrung und mit seinem technischen Know-how unterstützt bzw. in dieser kurzen Zeit erst ermöglicht.

Bei der österreichweiten Ausrollung des Projekts über die Fachstellenleiter der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung wurden folgende Bausteine näher präsentiert:

- Kick-Off-Veranstaltung im April 2024 inkl. Zugangsdaten für den Inside Bereich auf www.praevention.at (für PowerPoint-Präsentationen, Vorträge, Handbuch/Übungssammlung, etc.)
- Südtiroler Kampagne zur kommentarfreien Zone “respect every – body”
- Escape Game „First Date“ Version 0
- WS wunderschön@anysize (Barbie-Übung vs. Was macht einen Mann zum Mann?!)
- WS Light Contact Boxing
- WS Breaking (<https://www.urbandanceclub.at/>)
- Elternvortrag „Bildschön – Social Media und jugendliche Körperideale“ für Eltern von Schüler*innen der Sekundarstufe 1.

Zudem wurde das FGÖ – Projekt „The Body Project Austria“ (2025–2026), bei dem das Institut Suchtprävention als Kooperationspartner aktiv beteiligt ist, kurz skizziert.

4. Evaluationskonzept

Wenn Sie eine Evaluation beauftragt/umgesetzt haben, beschreiben Sie kurz

- welche Evaluationsform (Selbstevaluation/externe Evaluation) gewählt wurde und warum.

Selbstevaluation: da die Evaluation vorrangig an formativen Evaluations-Aufgaben ausgerichtet ist, erscheint hier die Selbstevaluation als fachlich die beste Wahl. Da sich das Projekt im Pilotstatus befindet, ist die Evaluations-readiness für externe Evaluation nicht gegeben.

- das Evaluationskonzept (Fragestellungen, Methoden, Ablauf)

Evaluationsdesign, Methodik und Zielsetzungen: das gegenständliche Projektvorhaben kann auf einem ursprünglich von Springer und Uhl entwickelten Phasenmodell vorrangig der so genannten „Entwicklungsphase“ zugeordnet werden. Die zentralen Aufgaben in der Entwicklungsphase werden nach Springer/Uhl, 1998; bzw. Bühler/Thrul, 2012 wie folgt beschrieben:

- Bearbeitung des Konzepts und ersten Maßnahmenentwurfs, um eine endgültige Version zu erhalten
- Zugang zur Zielgruppe
- Mängel identifizieren, Maßnahme kontinuierlich verbessern
- Pilotstudie
- Machbarkeit, Wirksamkeit, unerwünschte Nebenwirkungen
- Explorativ, weniger systematisch
- Sollte ausreichend lange Phase sein
- Flexibel, schnell und kostengünstige Informationen für Verbesserung
- Erfolg ist Voraussetzung für das Eintreten in die Testungsphase

Für die konkrete Dokumentation und Evaluation des Projektes bedeutet dies eine zentrale Ausrichtung auf „formative“ Aspekte des Projekts. Formative Evaluierung steht hier für die Erfassung von Effekten während der Entwicklung des Evaluationsgegenstandes (z.B. von neuen Innovationsstrategien oder Programmen) mit dem Ziel, die Programme umzuformen und zu verbessern. Formative Evaluierungen setzen bereits bei der Programmentwicklung an. Es werden Schwachstellen gesucht und in einer Vorphase verschiedene Realisierungsmöglichkeiten getestet. Aufgrund der engen Verflechtenheit der Bereiche Dokumentation und Evaluation werden beide Aufgabenbereiche gemeinsam vorgestellt.

4.1. Evaluationszwecke

a) Wissensgenerierung/Erkenntnisgewinn

Zentral erschienen hier: Faktoren, die den Erfolg des Ansatzes maßgeblich beeinflussten, Erkenntnisse über Erfolgsfaktoren und Hürden im Projekt (Identifikation von fördernden und hemmenden Bedingungen), besseres Verstehen, wie die angebotenen Maßnahmen/Interventionen von den Multiplikator*innen und den Schüler*innen verstanden, gedeutet, akzeptiert und genutzt wurden.

b) Verbesserung und Weiterentwicklung des Projektkonzepts in der Praxis

Das Projekt befand sich in der „Entwicklungsphase“: zentral ist hier die Sammlung von Lernerfahrungen für die Weiterentwicklung und künftige Projekte.

4.2. „Selbstevaluation“ und „Interne Evaluation“

Für das Evaluationsvorhaben sind sowohl „Selbstevaluation“ als auch „Interne Evaluation“ durch die am Institut Suchtprävention angesiedelte Abteilung „Forschung und Evaluation“ zum Einsatz gekommen.

4.3. Bedingungen des Projekts

Hier wurde relevanten Bedingungen wie Kontext, Incomes, Inputs und Struktur (siehe Programmbaum) erfasst. Durchführung: Selbstevaluationsteam.

4.3.1. Kontextanalyse

In der Kontextanalyse sollen allgemein formuliert die Bedingungen erhoben werden, vor deren Hintergrund das Programm durchgeführt wird. Die Analyse des Projektkontextes, soll u.a. für die Auswertung hemmender und fördernder Bedingungen in Hinblick auf Akzeptanz und Wirkpotentialen herangezogen werden.

Hier wurde u.a. auf folgende Aspekte fokussiert:

- die Interessen und Prioritäten der Beteiligten
- die Ressourcen der Beteiligten
- die fachlichen Qualifikationen und das Interessensprofil der beteiligten Lehrkräfte

4.3.2 Identifikation fördernde und hemmende Bedingungen

Als weiteres Evaluationsziel wurde der Frage nach fördernden und hemmenden Bedingungen nachgegangen, u.a.:

- (Zeitliche) Ressourcen der beteiligten Lehrkräfte
- Identifikation mit den Projektzielen
- Einflüsse auf der Ebene der konkreten Schule
- Schulklima und Klassenklima
- Beziehungsqualität Lehrkräfte – Schüler*innen
- Vorerfahrungen mit gesundheitsfördernden und präventiven Projekten der beteiligten Akteur*innen
- Vorerfahrungen mit partizipativen Projekten
- Standort städtisch oder ländlich
- Schulgröße, Anzahl der Schüler*innen und Lehrkräfte
- Bedürfnisse, Werte, Einstellungen und Wissen der Projektteilnehmer*innen
- Schultyp
- Einflüsse durch jugendkulturelle Aspekte
- Einflüsse durch „Schönheitsindustrie“

4.4. Monitoring und Dokumentation der Output Leistungen

„Der Output bezeichnet sämtliche Leistungen wie Materialien, Waren, Aktivitäten, Publikationen und insbesondere Dienstleistungen, die durch den Programmprozess (eine Kampagne, ein Projekt etc.) direkt produziert werden, wie z.B. Broschüren, Profilings, Assessments, Qualifizierungskurse etc“. (Beywl et al. 2004, 30). Monitoring und Dokumentation der relevanten Output Leistungen erfolgte durch Projektleitung und Projektkoordinatorin – siehe u.a. auch Projekttagebuch.

4.5. Untersuchung der Akzeptanz der Projektteilnehmer*innen

In die Untersuchung der Akzeptanz des Projektes sollen in erster Linie die Projektteilnehmer*innen einbezogen werden. Als Projektteilnehmer*innen für den Umsetzungsteil wurden hier beteiligte Lehrer*innen und beteiligte Schüler*innen definiert. Aus Ressourcengründen wurde lt. Evaluationsplan vorrangig beteiligte Lehrer*innen einbezogen.

Zentrale Forschungsfragen waren hier u.a.:

- Sind die Projektteile im Schulalltag gut durchführbar?
- Welche Relevanz und Priorität wird den Projektthemen durch die Lehrkräfte zugeschrieben?
- Fühlen sich Lehrkräfte ausreichend fachlich und methodisch informiert und vorbereitet?
- Wie werden die Unterrichtsmaterialien bewertet?
- Zeigen die Schüler*innen Interesse?
- Einschätzung des Lernzuwachses für Lehrer*innen und Schüler*innen.
- Untersuchung, wieweit das Projekt Handlungsfolgen zeitigt (z.B. Schüler*innen reden über Inhalte mit Eltern, anderen Schüler*innen, Freund*innen etc.) über die Unterrichtseinheiten oder über das Projekt hinaus.
- Akzeptanz der einzelnen Projektpunkte für Lehrkräfte.

4.6. Untersuchung von Projektwirkungen

Die Untersuchung von Projektwirkungen in diesem Evaluationsvorhaben konnte in Hinblick auf den Entwicklungsstand des Projektes nur sehr eingeschränkt vorgenommen werden. Hinweise zur Projektwirkung wurden jedoch im Rahmen der Prozessorientierung bei den jeweiligen evaluativen Projektpunkten nach Möglichkeit ausgelotet.

4.7. Erhebungsinstrumente

4.7.1 Führung eines Projekttagebuches: Nach Altricher/Posch (1994) kann die Führung eines Projekttagebuchs als eines der wichtigsten Werkzeuge für Aktionsforschung und für Selbstevaluation verstanden werden. In dem Projekttagebuch werden alle relevant erscheinenden Daten (Wahrnehmungen von Bedingungen, Einflussfaktoren, Hinweise auf intendierte Wirkungen, Hinweise auf fördernde und hemmende Bedingungen, Hinweise auf nichtintendierte Wirkungen etc.) aber auch eigene Reflexionen und Überlegungen, sowie Gedächtnisprotokolle regelmäßig festgehalten und ausgewertet.

Projektleitung und Projektkoordinatorin führten ein Projekttagebuch und werteten dieses regelmäßig aus. In Selbstevaluationsworkshops mit dem internen Evaluationsteam erfolgte eine weitergehende Reflexion und Auswertung.

4.7.2 Erhebungsinstrumente zur Untersuchung von Akzeptanz und eingeschränkt von Projektwirkungen: Die Erhebung und Feststellung von Outcomes erfordert erheblichen Aufwand und ist mit einigen methodischen Problemen behaftet. „Outcome umfasst die Resultate der Interventionen/Aktivitäten eines Programms, wie veränderte Einstellungen/ verändertes Verhalten bei Zielgruppenmitgliedern oder Vorteile von Zielgruppen (z.B. erhöhtes Haushaltseinkommen). Von der Konzeptebelebens betrachtet, handelt es sich bei Outcomes um angestrebte Zustände, in denen sich Mitglieder der Zielgruppen des Programms nach Durchführung der Programmaktivitäten befinden sollen.“ (Beywl et al. 2004, 31)

Neben den oben dargestellten Dokumentationsaufgaben und Erhebungsinstrumenten wurden zur Untersuchung von Akzeptanz und Projektwirkungen folgende Instrumente eingesetzt:

- Dokumentation, Monitoring und Auswertung von 3 Pilotworkshops mit Schüler*innen durch Projektkoordination und internem Evaluator.
- Sammlung und Auswertung von weiteren relevanten Hinweisen zur Akzeptanz die im Prozessverlauf sichtbar wurden.
- Quantitative Online-Befragung von Teilnehmer*innen der Kick-Off-Veranstaltung
- Qualitative Interviews mit zwei am Projekt beteiligten Lehrkräften

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

- wie sich die Evaluation aus Projektsicht bewährt hat:
 - Waren Fragestellung, Methoden und Art der Durchführung angemessen und hilfreich für die Steuerung und Umsetzung des Projektes?

Die Fokussierung auf formative Evaluationsaufgaben hat die notwendigen erheblichen Konzeptanpassungen gut unterstützt.

- Konnte die Evaluation beim Projektumsetzungsprozess unterstützen (z.B. wesentliche Informationen für Änderungsbedarf liefern)?

Durch die im Rahmen der Selbstevaluation ständig integrierten Erfahrungen und Rückmeldungen wurden Änderungsbedarfe schnell erkannt.

- Konnte die Evaluation nützliche Befunde für die Zielerreichung und die Bewertung der Projektergebnisse liefern?

Zielerreichung konnte gut erfasst werden, die Aufgabe der Evaluation war ein förderlicher Rahmen für Bewertungsprozesse im Projektteam.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Bitte stellen Sie die Projektergebnisse sowie die Ergebnisse der Reflexion/Selbstevaluation und/oder externen Evaluation ZUSAMMENFASSEND dar.

Stellen Sie insbesondere dar

- welche Projektergebnisse vorliegen und welche Wirkungen mit dem Projekt erzielt werden konnten.
- welche Projektergebnisse als positiv und welche als negativ zu bewerten sind bzw. welche davon geplant und ungeplant waren.
 - Unerwünschte Effekte: alte Konflikte brechen durch das Projekt auf
- inwieweit bzw. mit welcher Strategie das Projekt zur Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit beigetragen hat und was sich in Hinblick darauf gut oder weniger gut bewährt hat.
- welche Aktivitäten und Methoden sich insgesamt gut oder weniger gut bewährt haben.
- inwieweit sich die Schwerpunktzielgruppen und Entscheidungsträger/innen im Projekt beteiligen konnten und welche Faktoren für die Beteiligungförderlich/hinderlich waren.
- ob bzw. inwieweit die Projektziele erreicht werden konnten.
- ob bzw. inwieweit die Zielgruppe(n) erreicht werden konnten.
- ob aus jetziger Sicht im Zuge des Projektes etablierte Strukturen, Prozesse und Aktivitäten sowie erzielte Wirkungen weiterbestehen werden.
- ob das Projekt auch an anderen Orten/in ähnlichen Settings umgesetzt werden kann (Transferierbarkeit) und wenn ja an welchen.
- welche Maßnahmen zur Sicherung der Nachhaltigkeit aus jetziger Sicht erfolgversprechend scheinen.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Zusammenfassende Projektergebnisse:

- Durchführung der Kick-Off-Veranstaltung am 08.April 2024 (200 TN)
- Inside-Bereich für interessierte Multiplikator*innen (der Kick-Off-Veranstaltung) auf www.praevention.at mit Vorträgen, Materialien, Übungssammlungen etc.
- Erstellung & Erprobung von Unterrichtsmaterialien & Erstellung PowerPoint wunderschön@any-size
 - Erstellung eines Impuls-Fragebogens für Schüler*innen als Vorbereitung auf den WS
 - Erstellung Bausteine „Projekttag“
 - Erstellung einer PPP mit dem Schwerpunkt Barbie-Übung/Was macht einen Mann zum Mann?!
 - Erstellung Unterrichtsideen WS Light Contact Boxen
 - Erstellung Rezeptideen WS Ernährung
 - Erstellung eines WS Designs wunderschön@anysize (4UE) inkl. WS Light Contact Boxen
 - Erstellung eines WS Designs wunderschön@anysize (3UE)
 - Erstellung Impuls-Workshop Version 1.0 „respect every-body“ (2UE) inkl. Lehrkraft
- Übungssammlung/ Handbuch „Körperbild und soziale Medien“ mit acht Projektvorschlägen zu diesem Themenbereich (Kurzbeschreibung Handbuch und Handbuch/Übungssammlung – siehe Anhang)
- 4 Elternvorträge „Bildschön: Social Media und jugendliche Körperideale“ (52 TN)
- 4 WS Light Contact Boxen (37 TN)
- 9 WS wunderschön@anysize (105 TN)
- 1 WS Breaking (25 TN)
- 1 WS respect every-body (21 TN)
- Erstellung 3 x Roll UP
- Online Expert*Innentreffen am 03.12.2024 (6 TN)
- Adaptierung & Erstellung Materialien für „respect every-body“ (6 Poster/gelbe und rote Buttons/1 Toolkit/1 Handout für Lehrkräfte)
- 3 Onlineschulungen respect every-body (30 TN)
- Erstellung escape-game Schwerpunkt „positives Körperbild“ 1.0 mit dem Titel „First Date“
- 18-seitiges Handbuch „Körperbild und soziale Medien“ mit acht Projektvorschlägen
- 3 Vorträge für Multiplikator*innen zum Thema „Körperbild und Soziale Medien“ (120 TN)
- Erstellung & Aussendung Evaluierungsfragebogen (Rücklauf 30)
- 2 durchgeführte, transkribierte und verdichtete Interviews für die qualitative Evaluation

Zusammenfassende Ergebnisse der Reflexion/Selbstevaluation

Die nachfolgende Zusammenfassung basiert im Wesentlichen auf folgenden Quellen:

- Erfahrungen und Interpretationen aus der Selbstevaluation
- Auswertung der qualitativen Interviews
- Auswertung der quantitativen Befragung von Teilnehmer*innen der Kick-Off-Veranstaltung

Das Projekt „Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-) Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas“ kann als ein Pilotprojekt in der Entwicklungsphase bezeichnet werden. Daraus ergibt sich die Aufgabe neben der Wissensgenerierung zu den Themenbereichen „positives (Körper-) Selbstbild und Reduktion des Gewichtsstigmas“, die Evaluation an formativen Aspekten, wie die Verbesserung und Weiterentwicklung des Projektkonzepts und der Praxis auszurichten: Für das gegenständliche Projekt können auf Basis der Selbstevaluation Schwächen auf der ursprünglichen Konzeptebene (z.B. Annahmen über die Erreichbarkeit von bereits suchtpräventiv ausgebildeten Lehrkräften) beschrieben werden.

Die im Projektverlauf durchgeführten Anpassungen und Veränderungen des Projektkonzeptes erbrachten letztlich zufriedenstellende bis gute Ergebnisse. So wurde ein Methodenset (z.B. Handbuch/Übungssammlung „Körperbild und soziale Medien“) entwickelt bzw. eine Palette von ergänzenden Angeboten (u.a. respect every-body, escape game „First Date“) für die Hauptzielgruppe Schüler*innen der Sekundarstufe 1 entworfen, in dessen Zentrum ein mehrstündiger Workshop steht.

Auf der Ebene der Zielgruppe der Eltern wurde ein Konzept betreffend Elternvorträge erstellt, pilotmäßig an vier Standorten erprobt und Verbesserungen eingearbeitet.

Das im Rahmen des Projektes entwickelte Workshopdesign wurde in Zusammenarbeit mit engagierten Lehrkräften – an ausgewählten Schulstandorten – getestet, weiterentwickelt und verbessert. Weiters wurde ein Expert*innen-Board nachhaltig etabliert und das Expert*innen-Netzwerk konnte ausgeweitet werden.

Die Rückmeldungen zum Projekt zeigten eine hohe Alltagstauglichkeit für den Einsatz in der Sek.1. Die beteiligten Lehrkräfte bewerteten die eingesetzten Methoden und die partizipative Herangehensweise als sehr positiv (siehe Auswertung qualitative Interviews (Anhang) und Auswertung quantitative Befragung von Teilnehmer*innen der Kick-Off–Veranstaltung (Anhang)). Insbesondere bezüglich der Verständlichkeit, Praxistauglichkeit und Altersadäquatheit war der Großteil der befragten Lehrkräfte mit den Materialien „sehr zufrieden“ und „zufrieden“. Auch die Rückmeldungen der Schüler*innen zu den eingesetzten Methoden waren sehr positiv.

Im Projektverlauf wurde zudem sichtbar, dass Lehrkräfte die „sehr sensiblen“ Themenbereiche „positives (Körper-)Selbstbild und Gewichtsstigma“ als wichtig und relevant für ihre Schüler*innen einstufen. Vielfach besteht bei Lehrkräften jedoch eine hohe Unsicherheit über die „richtige“ Vorgehensweise (Methoden, Ziele etc.) und Ängste „hier etwas falsch zu machen“. Insgesamt verweisen die Erfahrungen auf, eine im Vergleich zu anderen Präventionsaufgaben und -themen aufgrund des „heiklen Themas“, einen erhöhten Begleitungs- und Coachingbedarf für Lehrkräfte durch Präventionsfachkräfte hin. Damit sind der Projektumsetzung im Schulalltag gewisse Grenzen gesetzt.

Hohe Unsicherheit vs. Modelllernen der Lehrkräfte: Im Sinn der Partizipation wurde in der Testphase die Vorgangsweise gewählt, dass die ausgearbeiteten Projektbausteine in einem gemeinsamen Prozess mit den Lehrer*innen ausgewählt und weiter an den Schulstandort angepasst wurden. Als besonders förderlich wurde in diesem Zusammenhang berichtet, dass die teilnehmenden Lehrer*innen durch die Durchführungen der Programmpunkte wie z.B. „Barbie–Übung“, die Beantwortung von Fragen, das Eingehen auf Themen der Schüler*innen etc. durch die Mitarbeiterin des Instituts Suchtprävention für die Lehrer*innen ein guter Rahmen für Modelllernen gegeben war, der Inspiration und Sicherheit im Umgang mit den heiklen Themenbereichen geboten hat.

Ressourcenproblem an den Schulen: Maßgeblich erscheinen Kontextfaktoren im Schulsystem, wie, dass die Pflichtaufgaben an den Schulen in den letzten Jahren angewachsen sind und damit der Handlungsspielraum für „extracurriculare Aktivitäten“ wie bei dem gegenständlichen Projekt, kleiner geworden sind.

Im Bezug auf den Aspekt der gesundheitlichen Chancengleichheit fokussierte sich die erste Umsetzungsphase auf folgende drei Mittelschulen: Mittelschule im ländlichen Kontext, Mittelschule in einer mittelgroßen Stadt, Mittelschule im städtischen Bereich in Linz.

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

Nachhaltigkeit: In der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung wurden allen Fachstellen-Leiter*innen die Materialien, mit der Option diese im jeweiligen Bundesland zu übernehmen, vorgestellt. Nach Beendigung des Projektes wurden die entstandenen Tools und Materialien in ein Folge-Pilotprojekt übernommen.

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

Beschreiben Sie kurz

- die wesentlichen förderlichen und hinderlichen Faktoren für die Erreichung der Projektziele.

Förderliche Faktoren:

- Multiplikator*innen (beteiligte Lehrer*innen am Schulstandort) benötigen:
 - Vorkenntnisse bei den behandelnden Themen und in Lebenskompetenzprogrammen
 - Motivation, z.B. Anreize: Gestaltungsmöglichkeiten das Projekt umzusetzen (externe Trainer*innen werden finanziert)
 - Identifikation mit dem Thema
 - Unterstützung durch Schulleitung und Lehrkörper
 - Möglichkeit der konkreten Umsetzung im Unterrichtsfach bzw. den Unterrichtsfächern (Lehrplan)
 - Einbindungsmöglichkeit in bestehenden Projekten am Schulstandort (z.B. Projekt Gesunde Schule)
- Enge Anbindung an die Praxis: schnelle und unkomplizierte Überprüfung in einer Pilotenschule
- Qualifizierte Präventionsfachkräfte: Coaching, die Schulen sollen bei diesem heiklen Thema nicht allein gelassen werden.
- Gute Vernetzung auf nationaler und regionaler Ebene
- Kontinuität bei den beteiligten Personen
- Nähe zur Zielgruppe
- Bestehendes Netzwerk mit Schulen und Lehrkräften (z.B. Suchtkoordinator*innen, ausgebildete PLUS-Lehrer*innen, etc.)
- Die Intervention muss möglichst kompatibel mit den realen Bedingungen des jeweiligen Settings sein (in diesem Fall insbesondere mit dem Setting Schule)
- Erfahrung mit der Zielgruppe
- Möglichkeiten der Gratifikation für teilnehmende Lehrer*innen
- Ausreichender Handlungsspielraum für teilnehmende Lehrer*innen zur Umsetzung (z.B. als Klassenvorstand, im Rahmen des Faches „Soziales Lernen“ oder ähnlichen Fächern)
- Unterstützung durch Schulleitung und Kollegium
- Partizipative Entwicklungsarbeit: wenn Lehrkräfte die Möglichkeit haben ihr Knowhow, und Erfahrungen am Schulstandort, für die Umsetzung einbringen zu können
- Hohe Transparenz und Einbindung der Schulleitung und weiteren Lehrkräften

Hinderliche Faktoren:

- Budgetsicherheit über längere Zeiträume nur bedingt gegeben.
- Wenn Projekte nicht rechtzeitig in die Jahresplanung der Schulen aufgenommen werden können (Projekte müssen Anfang des Schuljahres eingeplant werden).
- Die Aufgaben im Schulbereich sind in den letzten Jahren stetig angewachsen. Die Schulen sind mit einer Fülle an Aufgaben eingedeckt. Standardisierung, Sprachbarrieren, Verhaltensauffälligkeiten.
- Handlungsdruck aufgrund von bestehenden Problemen an den Schulen
- Fehlende Sensibilisierung seitens Schulleitung und Lehrkörper
- Fehlendes Verständnis für die Relevanz seitens Schulleitung und Lehrkörper
- Fehlende Feinfühligkeit
- Fehlende Sprachsensibilität
- Verunsicherung von Lehrkräften aufgrund des heiklen und sensiblen Themas
 - Zeitlicher Druck
 - Ressourcenknappheit (z.B. Verfügbarkeit von Räumlichkeiten – Turnhalle, Küche, ...)

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

- Abstimmungsbedarf mit anderen Personen im System

- **für andere möglicherweise hilfreiche zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen.**

Kontinuität und Nachhaltigkeit haben eine hohe Relevanz.

Möglichst hoher Einbezug der beteiligten Personen im Setting Schule – insbesondere Abstimmung bezüglich Umsetzbarkeit, Kommunikation (enge Feedbackschleifen).

Sensibilisierung und niederschwellige Angebote setzen: Für Lehrer*innen wurde ein Maßnahmenbündel zum Thema Körperbild mit erprobten Einheiten erstellt (verbunden mit digitalen Einheiten, Bewegung, etc.). Wenn das Thema an der Schule bzw. in der Klasse detaillierter ausgearbeitet werden soll, braucht es eine Unterstützungsleistung von außen (hier z.B. vom Institut Suchtprävention) für die Einbettung in den Schulalltag/die Schulkultur.

Lehrkräfte stufen die „sehr sensiblen“ Themenbereiche „positives (Körper-)Selbstbild und Gewichtsstigma“ als wichtig und relevant für ihre Schüler*innen ein. Vielfach besteht bei Lehrkräften jedoch eine hohe Unsicherheit über die „richtige“ Vorgehensweise (Methoden, Ziele etc.) und Ängste „hier etwas falsch zu machen“. Insgesamt verweisen die Erfahrungen auf eine im Vergleich zu anderen Präventionsaufgaben und -themen aufgrund des „heiklen Themas“ auf einen erhöhten Begleitungs- und Coachingbedarf für Lehrkräfte durch Präventionsfachkräfte hin. Damit sind der Projektumsetzung im Schulalltag gewisse Grenzen gesetzt.

Workshops sollen nicht punktuell, sondern kontinuierlich positioniert werden. Es braucht Überlegungen, wie Multiplikator*innen „ins Boot geholt werden können“, wie sie kompetenter werden.

Weiters wurde es deutlich, dass bei diesem Thema, Coaching und die Möglichkeit zum Modell-Lernen für Lehrkräfte braucht: Die Präventionsfachkraft steht der Lehrkraft als Role-Model zur Verfügung und leitet den Workshop an. Die Lehrkraft nimmt beim Workshop aktiv teil, profitiert durch den Einblick in die Durchführung und Eingehen auf Fragen.

Das Projekt soll prozesshaft gesehen werden. Hohes Augenmerk auf sorgfältige Auftragsklärung im Sinne eines inhaltlich, fachlich fundierten Coachings. Wenn Schulen in diesem Zusammenhang etwas umsetzen möchten, gibt es an Schulen oftmals Herausforderungen oder schon bestehende Probleme (z.B. Essstörungen in der Klasse, etc.) und daraus ergeben sich spezifische Anforderungen und das „Maßnahmenbündel“ muss flexibel an Gegebenheiten und Bedürfnisse vor Ort angepasst werden. Hier ist ein breit gefächertes „Maßnahmenbündel“ hilfreich (um auf Problemstellungen und Herausforderungen vor Ort gut agieren zu können).

- **was Sie wieder gleich oder auch anders machen würden, wenn Sie ein solches Projekt neu starten würden.**

Bei einem Neustart würde folgendes gleich gemacht werden:

- Erstellung eines Lagebildes (Theorie, wissenschaftliche Befunde und Expert*innen-Interviews), frühzeitiger Einbezug von Stakeholdern und Etablierung eines Expert*innen-Boards
- Grundsätzlicher Zugang: Überprüfung auf Alltagstauglichkeit und Zielgruppen-Akzeptanz
- Einbezug der betroffenen Zielgruppe der Lehrer*innen, Schüler*innen und Eltern bei der Erstellung der Materialien und der Angebote

Endbericht Projekt Nr. 3310

Miteinander Schule gestalten – für ein positives (Körper-)Selbstbild und zur Reduktion des Gewichtsstigmas

- Längerfristige Einbettung, Nutzung und Bündelung mit bestehenden Regelangeboten – über den Projektzeitraum hinaus
- Konkrete Positionierung und Umsetzung in der weiteren Instituts-Planung
- Blick auf neues, auch wenn das noch nicht im Soll-Plan vorhanden war. Stete Anpassung auf geänderte Bedingungen (Einbettung Projekt „respect every-body“, Gaming-Element: „First Date Game“).
- Nutzung von Synergien im Kontext der anderen Projekt-Umsetzer*innen im Rahmen des Förder-Calls und konkreten Zusammenarbeit (gemeinsame Umsetzung des Projektes „The Body Project“).

Bei einem Neustart würde folgendes anders gemacht werden:

- Im ersten Schritt: Konzentration auf eine kleinere Gruppe von Multiplikator*innen mit hohem Kommittent, in einem zweiten Schritt: umfassendere Einbindung von weiteren Multiplikator*innen.
 - Bei der Auswahl der Multiplikator*innen (Lehrkräfte): stärkere Konzentration auf bestehende, langfristige Kooperationen.
-

Anhang

Listen Sie Ihre veröffentlichtbaren Beilagen zum Bericht auf. Diese sind ebenso wie der Bericht selbst im Projektguide hochzuladen.

- Bausteine-Projekttag
- Übungen BSP
- Rezepte-Tag1
- Rezepte-Tag2
- Körperselbstbild und soziale Netzwerke – Projekte und Übungen
- Kurzpräsentation_Call
- Barbie-Übung_1
- Barbie-Übung_2
- Barbie-Übung_3
- Barbie-Übung_MS
- WS Barbie-Übung
- WS Light Contact-Boxing

Andere mögliche Beilagen zur Darstellung Ihres Projektes sind z.B.:

- *Projektablaufplan*
- *Projektrollenplan*
- *Evaluationsendbericht*
- *eingesetzte Erhebungs- und Befragungsinstrumente, Feedbackbögen und Interviewleitfäden*
- *Befragungsergebnisse*
- *erarbeitete Maßnahmenkataloge/-pläne*
- *Seminarpläne, Curricula*
- *Veranstaltungsprogramme und -dokumentationen, Tagungsbände*
- *Druckwerke wie Projektfolder, Einladungen, Plakate etc.*
- *Projektpräsentationen*
- *Projektprodukte wie Handbücher etc.*
- *Pressemeldungen*

Hinweis:

Neben dem Hochladen des Berichts ist dieser zusätzlich dem/der für das Projekt zuständigen Mitarbeiter/in des Fonds Gesundes Österreich in gedruckter Version (Papierform) zur Begutachtung und Prüfung zuzusenden.