



A B S C H L U S S B E R I C H T

Projekttitlel

skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung
an der Berufsschule für Informationstechnik

Kurzbezeichnung

skillsUP – BSIT

Projektnummer

1824

Wien, 21. April 2011

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Förderzeitraum: **01. 11. 2009 – 31. 01. 2011**
Berichtszeitraum: **01. 11. 2009 – 31. 01. 2011**
Autoren des Berichts: **Mag. Johannes Datzberger, Robert Pisinger, MBA**

Externer Projektleiter: **Mag. Johannes Datzberger**
Externer Projektkoordinator: **Robert Pisinger, MBA**
Projekt-Homepage: **www.skillsup.at**

Projektträger: **gemeinnütziger Verein TEAM ACTIVITIES**
Adresse: **1140 Wien, Hadikgasse 268/14/6**
Telefon: **0664/4208762**
Fax: **01/786 67 39**
E-Mail: **robert.pisinger@teamactivities.at**
Homepage: **www.teamactivities.at**

Setting Schule: **Berufsschule für Informationstechnik**
Direktor: **Ing. Leopold Zeugswetter**
Adresse: **1060 Wien, Mollardgasse 97**
Telefon: **01/5 99 16 – 95 630**
Fax: **01/5 99 16 - 7256**
E-Mail: **office@bsit.at**
Homepage: **www.bsit.at**

Fördergeber: **Gesundheit Österreich GmbH**
Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich
Adresse: **1020 Wien, Aspernbrückengasse 2**

Inhalt

1. Kurzbeschreibung	4
2. Durchgeführte Aktivitäten, Projektmodule und Meetings	5
2.1 Projektaktivitäten	5
2.1.1 Kick-Off-Veranstaltung	5
2.1.2 skillsQL Erhebung der Bildungsinteressen	5
2.1.3 skillsUP Selbstbeurteilungsbogen für BerufsschülerInnen	6
2.1.4 Onlinestellung Projekthomepage	7
2.1.5 Ideenwettbewerb – „Ideen bewegen!“	8
2.1.6 Projektpräsentation im Rahmen der „BSIT-Lehrlingsgala“	9
2.1.7 Bildungsfachmesse „INTERPÄDAGOGICA 2010“	9
2.1.8 skillsUP-Abschlussevent an der BSIT	10
2.2 Projektmodule	13
2.2.1 skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen	13
2.2.2 Modul 1 – „skillsUP goes school“	15
2.2.3 Modul 2 & 3	20
2.2.4 Modul 2 – „social & team skills“	21
2.2.5 Modul 3 – „Baustein I“	26
2.2.6 Modul 3 – „Baustein II“	27
2.3 Meetings und Steuerungsgruppentreffen	29
3. Strukturelle, inhaltliche und zeitliche Abweichungen vom Projektplan	38
4. Zusammenfassung und Ausblick	40
5. Anlagenverzeichnis	44

1. Kurzbeschreibung

Bewusstseinsbildende Initiativen, die sich an einem dynamischen salutogenetischen Gesundheitsverständnis orientieren und gesundheitsförderliches Verhalten unter Einbeziehung aller Beteiligten als nachhaltige Ressource stärken, gelten als innovatives Entwicklungsfeld im Berufsschulwesen.

Das Projekt „skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule für Informationstechnik“ hatte die Sensibilisierung für gesundheitsförderliches Verhalten sowie die Bewusstseinsbildung und Kompetenzaktivierung im Umgang mit persönlichen Gesundheitsressourcen zum Ziel.

Um die Passung der maßgeschneiderten Projektmodule sicher zu stellen, erfolgte mit Projektstart im November 2009 eine umfassende Bedarfsklärung an der teilnehmenden Berufsschule. Der modulare Ablaufplan ermöglichte eine Abstimmung der Projektmodule und Aktivitäten auf die spezifischen Organisationsformen im Berufsschulwesen und berücksichtigte die Besonderheiten der dualen Lehrlingsausbildung.

Die „skillsUP“-Projektmodule zeichneten sich durch ihren hohen Aufforderungscharakter aus und ermöglichten den teilnehmenden BerufsschülerInnen das persönliche Gesundheitsverhalten zu reflektieren, die Wirkungszusammenhänge gesundheitsbezogener Lebensqualität wahrzunehmen, konstruktive Strategien im Umgang mit Stress- und Belastungssituationen zu erproben und sich in gruppenspezifischen Lern- und Handlungsfeldern aktiv einzubringen. Handlungs-, erfahrungs- und bewegungsorientierte Methoden wie Teamaufgaben, Kooperations- und Initiativübungen sowie Elemente aus dem Outdoor Training förderten die Eigenmotivation der teilnehmenden BerufsschülerInnen und aktivierten soziale Kompetenzen.

Mit „skillsQL“, einem maßgeschneiderten Workshop für MultiplikatorInnen, wurde den Lehrpersonen an der Berufsschule für Informationstechnik ein Qualifizierungs-Tool in den Bereichen Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung angeboten.

Zur Erhebung des Gesundheitszustands der BerufsschülerInnen an der Berufsschule für Informationstechnik sowie zur Standortbestimmung in den Bereichen „soziale Kompetenz“ und „Freizeit- & Bewegungsverhalten“ kam ein umfassender Selbstbeurteilungsbogen zum Einsatz. Auf Basis einer systematischen, wissenschaftlich begleiteten Auswertung planen die SchulvertreterInnen und ProjektpartnerInnen konkrete Umsetzungsstrategien im Sinne einer nachhaltigen Verhältnis- und Verhaltensänderung im Setting Berufsschule zu entwickeln.

Das praxisorientierte Projekt „skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule für Informationstechnik“ wurde aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich gefördert und im Zeitraum von 1. November 2009 bis 31. Jänner 2011 durchgeführt.

2. Durchgeführte Aktivitäten, Projektmodule und Meetings

Der Projektablauf gliederte sich in Module und Aktivitäten, die unter Einbeziehung der direkten Zielgruppen geplant und im Setting Berufsschule umgesetzt wurden. Charakteristisch für die Projektmodule waren ein höherer Personaleinsatz gegenüber den Aktivitäten sowie eine thematische Zusammenstellung der Projektthemen und Vermittlungsinhalte innerhalb der jeweiligen Module.

2.1 Projektaktivitäten

2.1.1 „Kick-Off-Veranstaltung“ – Projektpräsentation an der BSIT

10. 11. 2009

2.1.2 „skillsQL Erhebung der Bildungsinteressen“ der BerufsschullehrerInnen mittels Fragebogen

10. 11. 2009

Anlage 2

skillsQL Erhebung der Bildungsinteressen

Teilnehmende

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Dr. Ute Andorfer, Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Daniel Buchberger, BSI Friedrich Hainz, BerufsschullehrerInnen der BSIT

Die Kick-Off-Veranstaltung stand am Beginn der ersten Projektphase. Mit dieser Aktivität wurde dem Projektmarketing im Setting Berufsschule Rechnung getragen und die LehrerInnen zur Projektteilnahme motiviert. Darüber hinaus erfolgten die Abstimmung der operativen Projektumsetzung, sowie die Nominierung eines weiteren Steuerungsgruppenmitglieds als VertreterIn der LehrerInnen an der Berufsschule für Informationstechnik.

Als Plattform für die Projektpräsentation im Setting Berufsschule diente die LehrerInnenkonferenz am 9. November 2010, an der auch der zuständige Bezirksschulinspektor, Herr Friedrich Hainz teilnahm. Bei der „Kick-Off-Veranstaltung“ wurden Projektleiter und Projektkoordinator von Frau Mag. Dr. Ute Andorfer verstärkt.

Als Präsentationsmedium für die Vorstellung der Projektthemen und -schwerpunkte wurde eine PowerPoint-Präsentation erstellt. Alle Teilnehmenden erhielten eine Präsentationsmappe.

Im Anschluss an die Präsentation wurden Fragen zum Projektvorhaben beantwortet und der LehrerInnen-Fragebogen zur Erhebung der Bildungsinteressen übergeben. Die Schulleitung erklärte sich bereit, den „skillsQL“-Fragebogen an alle LehrerInnen zu verteilen und gesammelt an die Projektleitung zu übermitteln.

2.1.3 skillsUP Selbstbeurteilungsbogen für BerufsschülerInnen

1. Testzeitraum

ab 08. 02. 2010

2. Testzeitraum

ab 14. 06. 2010

Anlage 3

skillsUP Selbstbeurteilungsbogen für BerufsschülerInnen

Anlage 1

Evaluierungsbericht

Der skillsUP – Selbstbeurteilungsbogen zur gesundheitsbezogenen Lebensqualität, sowie zur sozialen Kompetenz und dem Freizeit- und Bewegungsverhaltens erfasste die zielgruppenspezifischen Gesundheitsdeterminanten unter Einbeziehung der Lehrberufswahl. Der vierseitige Selbstbeurteilungsbogen besteht aus standardisierten Messinstrumenten sowie selbstkonstruierten Fragen und wurde sowohl im ersten Testzeitraum (ab 08. 02. 2010) als auch im zweiten Testzeitraum (ab 14. 06. 2010) vorgegeben.

Eine detaillierte Beschreibung zu Methodik und Untersuchungsgegenstand des „skillsUP Selbstbeurteilungsbogens für BerufsschülerInnen“ findet sich im Evaluierungsbericht.

2.1.4 Onlinestellung Projekthomepage

10. 06. 2010

Als Informationsplattform gibt die Projekthomepage unter www.skillsup.at Auskunft zu den Projektmodulen und Aktivitäten und listet die Modultermine auf.

Ein Klick auf das jeweilige Logo der ProjektpartnerInnen und der FördergeberIn auf der Startseite www.skillsup.at verlinkt die BesucherInnen zur Homepage des Vereins TEAM ACTIVITIES bzw. zur Berufsschule für Informationstechnik sowie zur Homepage des Fonds Gesundes Österreich.

Die Webseite „Tools“ bietet den BesucherInnen diverse Informationsblätter zu den Themenbereichen Ernährung und Bewegung als PDF-Dateien zum Download an:

- Lafevent & Ernährung
- Vollwertige Ernährung
- Tipps Lafevent
- Running Tipps & Tricks
- Wozu Laktatwerte?

Ansicht und Download unter: <http://www.skillsup.at/html/tools.htm>

Darüber hinaus wird auf der Projekt-Homepage das skillsUP-Kernteam vorgestellt und eine den BesucherInnen eine Fotoauswahl der durchgeführten Projektmodule präsentiert.

2.1.5 Ideenwettbewerb – „Ideen bewegen!“

10. 06. 2010 – 21. 06. 2010

Anlage 4

Plakat Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“

Im Zuge der laufenden Steuerungsgruppentreffen wurden ein geeigneter Ausschreibungszeitraum und der Titel „Ideen bewegen!“ für den Ideenwettbewerb gefunden. Die Informationen und Teilnahmebedingungen zum Ideenwettbewerb wurden den BerufsschülerInnen auf der Projekthomepage und in Form eines Plakats zugänglich gemacht. Das Plakat „Ideen bewegen!“ wurde in den Klassenräumen aufgehängt und die BerufsschullehrerInnen schulintern über den Ideenwettbewerb informiert.

Die teilnehmenden BerufsschülerInnen wählten einen Themenschwerpunkt im Bereich „Bewegung“ und entwickelten in Projektgruppen bzw. als Schulklasse Strategien und Konzepte für mehr Bewegung am Arbeits- und Ausbildungsplatz. Darüber hinaus erhielten EinzelanmelderInnen die Möglichkeit, Ideen für bewegungsorientierte Freizeitaktivitäten als Themenschwerpunkt auszuarbeiten.

In der Ausarbeitungsphase wurden die Ideen konkretisiert und Vorschläge für ihre Umsetzung gesammelt. Falls möglich sollten diese Vorschläge auch verwirklicht und als Projektaktivitäten in Form einer Präsentation dokumentiert werden. Die Präsentationsmedien konnten die BerufsschülerInnen selbst wählen. Die Präsentationen zu den Projektarbeiten wurden einer Jury, bestehend aus SchulvertreterInnen sowie dem Projektleiter und dem Projektkoordinator, zur Verfügung gestellt.

Bis Mitte Juni konnte auf Grund der Interessensmeldungen seitens der BerufsschülerInnen von mehr als fünf Einreichungen ausgegangen werden. Letztlich kamen im Ausschreibungszeitraum von 10. Mai 2010 bis 21. Juni 2010 drei Projekte zu Einreichung: „Bewegung in der Schule“ (Team- bzw. Klassenprojekt), „Bewegung am Arbeitsplatz“ (Team- bzw. Klassenprojekt), „Trendsport – Hockern“ (Einzelprojekt). Die Vorstellung und Prämierung der Einreichungen zum Ideenwettbewerb erfolgte im Rahmen der BSIT-Lehrlingsgala am 30. Juni 2010.



2.1.6. Projektpräsentation im Rahmen der „BSIT-Lehrlingsgala“

30. 06. 2010

Am 30. Juni 2010 fand zum vierten Mal die Lehrlingsgala der Berufsschule für Informationstechnik statt. Im Rahmen dieser Veranstaltung wurden die SchülerInnen der 4. Klassen von allen fünf Lehrberufen der BSIT verabschiedet. SchülerInnen mit besonderen schulischen Leistungen (ausschließlich "sehr gut" in der dritten und vierten Klasse) wurde vom Stadtschulrat für Wien ein Diplom überreicht.

Darüber hinaus bot die Lehrlingsgala den teilnehmenden BerufsschülerInnen am Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“ den passenden Rahmen für die Präsentation ihrer Projektarbeiten. Herr Robert Pisinger, MBA berichtete in seiner Funktion als Projektkoordinator über die bisherigen skillsUP-Projekterfahrungen. Anschließend erfolgte die Prämierung der vorgestellten drei Projekte zum Ideenwettbewerb.

2.1.7 Bildungsfachmesse „INTERPÄDAGOGICA 2010“

11. 11. 2010 | 12. 11. 2010 | 13. 11. 2010

Im Rahmen der „INTERPÄDAGOGICA 2010“ wurden die Projektidee und die bisherigen Projekterfahrungen dem Fachmessepublikum vorgestellt. Zu diesem Zweck wurde ein kleiner Messestand angemietet, an dem Projektinformationen und skillsUP-Flyer aufgaben. (siehe Anlage 6)



2.1.8 skillsUP-Abschlussevent an der BSIT

24. 11. 2010

Teilnehmende

153 BerufsschülerInnen

BerufsschullehrerInnen, Schulleitung, Ausbildungsverantwortliche, Lehrausbilder

Ausführende

Projektleiter, Projektkoordinator, PsychologIn, ErnährungsberaterIn,
GesundheitsberaterIn, TrainingsberaterIn

In Abstimmung mit der BSIT-Schulleitung wurde als „skillsUP“-Abschlussevent ein Gesundheits- und Kompetenzparcours geplant, der die wesentlichen Projektthemen und -inhalte in Form eines Stationenbetriebs für die SchülerInnen erlebbar machte. Die bereits durchgeführten Projektmodule wurden den Teilnehmenden in Form von Fotowänden in Erinnerung gerufen und dienten als Anknüpfungspunkte für den Austausch über die bisherigen Projekterfahrungen mit den anwesenden Ausbildungsverantwortlichen und Lehrausbildern.

Die interaktiven Angebote des Abschlussevents an der Berufsschule für Informationstechnik im Überblick:

Station I

„Balance Board“ und „Rola Bola“ – Koordination und Reaktion, Stärkung der Fuß- und Rumpfmuskulatur, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Steigerung der Bewegungsmotivation

Das Rola Bola besteht aus einem Brett und einem zylinderförmigen Rohr. Ziel ist es, auf dem Brett stehend die Balance auf dem Zylinder zu finden, ohne dass das Brett den Boden berührt. Balance Board und Rola Bola wurden mit Jonglage- und Ballwurfübungen kombiniert.



Station II

Ein **Informations- und Beratungsangebot zum Ernährungsverhalten von Jugendlichen**, die Auflage der FGÖ-Ernährungsbroschüre und ein natürlicher „Vitaminsnack“ brachten das Thema Ernährung zurück in die Schulklassen. Bereits im Modul I – „skillsUP goes school“ und Modul III – Baustein 2 wurden Themen und Inhalte im Bereich Ernährung spielerisch erarbeitet und die Interessen der BerufsschülerInnen gemeinsam diskutiert.



Station III

„Für die spielerische **Kooperationsaufgabe „Impuls“** saßen sich die BerufsschülerInnen in zwei Reihen gegenüber. Jedes Team hielt sich an den Händen und schloss die Augen. Die jeweils erste Person in der Reihe durfte sehen. In der Mitte zwischen den jeweils Letzten lag ein Softball. Nun entschied der Münzwurf „Zahl“ ob die Sehenden mittels Händedruck einen Impuls gaben, der blitzschnell durch die Reihe bis ans Ende weiter gegeben werden sollte.



Erreichte der Impuls den/die Teilnehmende am Ende der Reihe, versuchte diese/r so schnell wie möglich den Ball zu ergreifen. Wer den Ball erreichte wechselte an den Anfang der Reihe und alle anderen rückten eine Position auf. Wurde der Ball beim Münzwurf „Kopf“ genommen, wechselte das ganze Team wieder eine Position zurück. Da sich ein Händedruck nicht kontrollieren läßt, kam es darauf an, dass die Teams fair und ehrlich spielten. Konzentration und gegenseitiges Vertrauen führten schnell zum Erfolg und von der Spielfreude der BerufsschülerInnen ließen sich sogar die anwesenden Unternehmensvertreter und Lehrlingsausbilder anstecken.

Station IV

Die herausfordernde **Kooperationsaufgabe „Teamstab“** verdeutlichte, dass Gruppen, die ihre Ressourcen erkennen und auf einander Abstimmen in der Lage sind, eine neuartige Herausforderung gemeinsam zu meistern. Die Entwicklung einer gemeinsamen Strategie durch Planen, dem Ausprobieren und Bewerten der Vorschläge und Versuche gefolgt von einem Neuversuch führten zur gewünschten Lösung. Die Kooperationsaufgabe „Teamstab“ kam bereits im Rahmen der Outdoor-Module zum Einsatz und wird im Unterkapitel 2.2.4 Modul 2 – „social & team skills auf Seite 22 näher beschrieben.



Station V & VI

Um die Bewegungsmotivation der teilnehmenden BerufsschülerInnen anzuregen und den Teilnehmenden den **Zusammenhang von körperlicher Belastung und Kalorien-verbrauch** realitätsnah zu demonstrieren wurden zwei Stationen angeboten.

Ein Tennismatch auf der Spielkonsole und eine kurze Trainingseinheit auf dem Fahrradergometer ließen die Herzfrequenz steigen und brachten so manche/n TeilnehmerIn ins Schwitzen. Während der Belastung wurde der Kalorienverbrauch der Teilnehmenden gemessen und notiert. Die Jugendlichen waren nach erbrachter Leistung durchaus erstaunt über den als „gering“ bewerteten Energieverbrauch trotz der subjektiv „mittleren bis großen“ Anstrengung.



2.2 Projektmodule

2.2.1 skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen

I. Termin: 16. 12. 2009

II. Termin: 10. 02. 2009

Teilnehmende gesamt

9 BerufsschullehrerInnen, Schulleitung

Ausführende

Mag. Dr. Ute Andorfer, Projektkoordinator

Anlage 5

Workshopunterlage für MultiplikatorInnen
„skillsQL Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung“

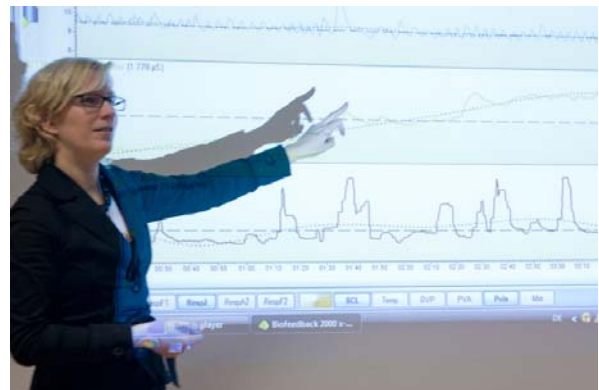
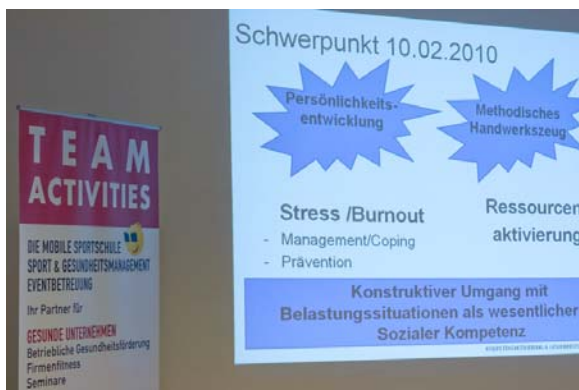
Die LehrerInnen sind wichtige UnterstützerInnen, FörderInnen und InnovatorInnen für die Themen und Ziele der Gesundheitsförderung. Auf Basis der Ergebnisse des skillsQL-Fragebogens zur Erhebung der Bildungsinteressen wurde ein maßgeschneiderter Qualifizierungsworkshop für BerufsschullehrerInnen konzipiert.



Methodisch wurde beim Workshop darauf Wert gelegt, daß die Teilnehmenden ihre Kompetenz im Umgang mit Stress- und Belastungssituationen handlungsorientiert erproben, sowie ihr Know-how in den Bereichen Gesundheitsförderung und Ressourcenaktivierung praxisnah erweitern konnten. Konkret kam zur Veranschaulichung des Themenbereichs „Sozialkompetenz“ die Übung „Brückenbau ohne Worte“ zum Einsatz.

Der „Umgang mit Belastungssituationen“ wurde exemplarisch durch die Abbildung stresstypischer und entspannungsbezogener Körperfunktionen mittels Bio-Feedback veranschaulicht.

Die skillsQL-Seminarthemen und -inhalte sind in oben angeführter Anlage zum Abschlussbericht dokumentiert. Als Vortragende für beide Seminartermine konnte Frau Mag. Dr. Ute Andorfer gewonnen werden.



In Absprache mit der Schuldirektion sollte für den Qualifizierungsworkshop ein passendes Lernumfeld außerhalb des Schulgebäudes gefunden werden. Bei der Auswahl des Veranstaltungsortes wurde einerseits darauf Wert gelegt, dass die technischen Voraussetzungen für Präsentationen vorhanden sind, andererseits sollte das Umfeld den Workshop-TeilnehmerInnen Möglichkeiten zur Entspannung bieten. Das Europahaus Wien, 1140 Wien, Linzerstraße 429 erfüllte diese Voraussetzungen neben guter Seminarausstattung insbesondere durch seine großzügige Parkanlage.



2.2.2 Modul 1 – „skillsUP goes school“

I. Termin

09. 03. 2010

II. Termin

11. 03. 2010

Teilnehmende

224 BerufsschülerInnen, 12 BerufsschullehrerInnen, Schulleitung

Ausführende

Projektleiter, Projektkoordinator, PsychologIn
ErnährungsberaterInnen, GesundheitsberaterInnen, TrainingsberaterInnen

Das erste Projektmodul fand am Schulstandort „Mollardgasse 87“ statt und wurde von den BerufsschülerInnen klassenweise besucht. In Halbtagesblöcken wurde das Schwerpunktthema der Gesundheitsförderung von einem multiprofessionellen Team, bestehend aus PsychologInnen, ErnährungsberaterInnen, GesundheitsberaterInnen und TrainingsberaterInnen in Form eines Stationen-Settings am teilnehmenden Berufsschulstandort vermittelt. Die Veranschaulichung von physiologischen sowie sport- und ernährungswissenschaftlichen Wirkungszusammenhängen erfolgt exemplarisch und in Interaktion mit den BerufsschülerInnen.

Ziel von Modul 1 war die Bewusstmachung und Veranschaulichung der Einflussfaktoren und Wirkungszusammenhänge im Bereich der gesundheitsbezogenen Lebensqualität. Durch den Interaktionscharakter des Stationen-Settings und die Durchführung am Schulstandort wurden direkte Impulse gesetzt und eine aktive Auseinander-setzung mit dem persönlichen Gesundheitsverhalten angeregt.

Im Projektmodul 1 wurden folgende interaktive Stationen für BerufsschülerInnen angeboten:

- „Ernährung“
- „Bewegung“
- „Bioimpetanz und Body-Mass-Index“
- „Suchtprävention/Alkohol“
- „Stressverhalten und Stressoren“

Station „Ernährung“

Im Dialog mit den BerufsschülerInnen wurden „Die 7 Stufen zur Gesundheit“ der österreichischen Ernährungspyramide sowie die wesentlichsten Wirkungszusammenhänge einer ausgewogenen Ernährung und dem subjektiven gesundheitlichen Wohlbefinden thematisiert. In einem Ernährungsquiz schätzten die Jugendlichen den Zuckergehalt bestimmter Lebensmittelprodukte. Die Schätzungen wurden in Form von Würfelzucker angehäuft, wobei sich die Lösung auf der Rückseite einer Spielkarte neben dem jeweiligen Lebensmittel befand.



Station „Bewegung“

Die BerufsschülerInnen wurden vorab informiert, dass sich der Kalorienverbrauch aus dem Kaloriengrundumsatz und dem Leistungsumsatz zusammensetzt. Die Abhängigkeit des Kalorien-Grundumsatzes zur Aufrechterhaltung der Lebensfunktionen und seine Abhängigkeit von Alter, Körpergröße, Gewicht und Geschlecht wurden besprochen.

Nun hatten die Teilnehmenden Gelegenheit Kalorien in Leistung umzusetzen. Zu diesem Zweck erhielten die Teilnehmenden eine auf ihre Daten und Werte eingestellte Pulsuhr, die den folgenden Kalorienverbrauch errechnete. Die Teilnehmenden wählten ein Sport- und Bewegungsspiel (Tennis, Boxen, etc) auf einer Spielkonsole und sollten vorab den zu erwartenden persönlichen Kalorienverbrauch schätzen. Die BerufsschülerInnen konnten so die durch unmittelbare Bewegung verbrannten Kalorien mit dem Energiegehalt bestimmter Lebensmittelprodukte vergleichen.

Anschließend wurde die Abhängigkeit des Leistungsumsatzes vom Grundumsatz, der Bewegungsart, der Bewegungsintensität und der Bewegungsdauer diskutiert. Nicht zuletzt hat die Trainingssequenz einen Austausch über das persönliche Freizeit- und Bewegungsverhalten bei den Teilnehmenden angeregt.



Station „Bioimpedanz und Body-Mass-Index“

Bei dieser Station erhielten die BerufsschülerInnen Information über die Körperzusammensetzung und welche Parameter Aussagen über den Körper-, Trainings- und Ernährungszustand geben können. Unter Anleitung hatten die BerufsschülerInnen die Möglichkeit, eine Bioimpedanz-Messung auszuprobieren. Im Anschluss wurden die wichtigsten Einflüsse auf die Faktoren Körperzellmasse und Muskelmasse besprochen.

Weiters konnten alle Interessierten ihren Body-Mass-Index (BMI) berechnen und mit entsprechenden Tabellen abgleichen. Es wurde diskutiert, dass der BMI lediglich als grober Richtwert gilt, da er in der Regel weder Statur und Geschlecht noch die individuelle Zusammensetzung der Körpermasse aus Fett- und Muskelgewebe eines Menschen berücksichtigt.

Station „Suchtprävention/Alkohol“

Mit Hilfe von sogenannten Rauschbrillen konnten die BerufsschülerInnen einen „Rauschzustand“ simulieren, der dem Zustand einer Beeinträchtigung durch Alkohol mit 0,8 bzw. 1,3 Promille entsprach und die Wirkung von Alkohol und/oder anderen Drogen bewusst und erfahrbar machte. Eingeschränkte Rundumsicht, Doppelsehen, Fehleinschätzung für Nähe und Distanz, Verwirrung und verzögerte Reaktionszeit wurden dadurch eindrucksvoll erlebbar. Die Teilnehmenden hatten Gelegenheit, verschiedene Aufgaben durchzuführen. Zuerst wurden die Übungen ohne Rauschbrille probiert. Im Anschluss absolvierten die BerufsschülerInnen dieselben Aufgaben mit Einschränkung durch die Rauschbrille. Die Teilnehmenden wurden darauf aufmerksam gemacht, dass die eingesetzten Rauschbrillen lediglich eine visuelle Beeinträchtigung darstellen und die Folgen tatsächlichen Alkohol- und/oder Drogenkonsums noch wesentlich schädigender für körperliche und geistige Funktionen sind.

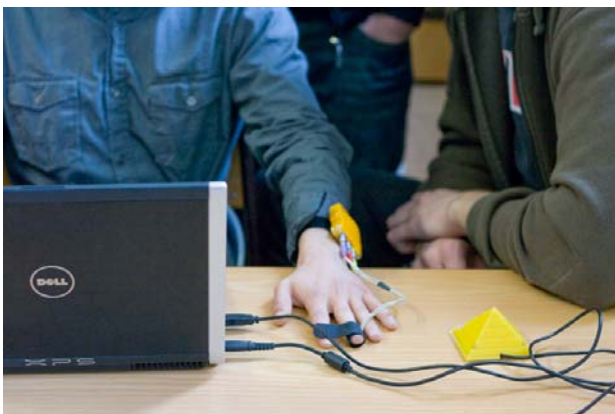
Zuerst versuchten sich die BerufsschülerInnen in koordinativen Übungen und probierten bspw. Bälle mit unterschiedlicher Größe zu fangen. Die Verzögerung von Reaktionszeit und eingeschränkter Feinmotorik veranschaulichte die Übung „Münzsuche“. Dabei wurde die Zeit gestoppt und die Teilnehmenden versuchten verschiedene Münzen vom Boden aufzuheben. Wurde die Übung im direkten Vergleich mit Rauschbrille absolviert, benötigten die Teilnehmenden in der Regel dreimal soviel Zeit um alle Münzen aufzuheben. Weiters wurde ein Scooter-Slalomkurs aufgebaut, der mit und ohne Rauschbrille möglichst zügig und dabei fehlerfrei absolviert werden sollte. Im Anschluss der Übungen fand eine Auswertung der unmittelbaren und bisherigen Erfahrungen innerhalb der Peergroup statt. Durch den Einsatz der Rauschbrillen machten die BerufsschülerInnen eine neue Erfahrung und waren bereit, über Themen wie Alkohol- und Drogenkonsum auf Partys und Festen zu diskutieren. Sie zeigten sich durchwegs überrascht, wie weitreichend Alkohol- und Drogenkonsum auf wichtige Körper- und Wahrnehmungsfunktionen wirkt.



Station „Stressverhalten und Stressoren“

Die Station „Stressverhalten und Stressoren“ thematisierte Stressreaktionsmuster und die Fähigkeiten zur Stressbewältigung. Die Veranschaulichung von psycho-physiologischen Wirkungszusammenhängen erfolgte exemplarisch durch eine Biofeedbackmessung. Während der/die jeweilige BerufsschülerInnen Videosequenzen sah, die eskalierende Konfliktsituationen im Schulunterricht zeigten, wurden mittels Biofeedback-Verfahren die Messparameter Brustatmung, Bauchatmung, Hautwiderstand und Herzfrequenz gemessen. Diese Visualisierung unbewusster Körperfunktionen verdeutlichte die eingeschränkte Wahrnehmungsfähigkeit von körperlichen Stressreaktionen. Die Erfahrung der eingeschränkten Wahrnehmung und Kontrolle wurde von den meisten Teilnehmenden als interessante und eindrucksvolle (Selbst-)Erfahrung beschrieben.

Anschließend wurde in der Kleingruppen diskutiert, welche günstigeren bzw. weniger günstigeren Stressreaktionsmuster bisher erlebt wurden und die Frage trat auf, ob es denn die individuellen Fähigkeiten zur Stressbewältigung „trainierbar“ wären. In diesem Zusammenhang wurde die progressive Muskelrelaxation (PMR) als Technik vorgestellt, bei der die Konzentration auf den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung und auf die Empfindungen, die mit diesen unterschiedlichen Zuständen einhergehen, gerichtet wird. Die Teilnehmenden befanden, dass es zwar schwierig aber durchaus hilfreich sein kann, der eigenen Körperwahrnehmung auf die Spur zu kommen und dadurch körperliche Unruhe und Aufregung zu reduzieren.



2.2.3 Modul 2 & 3

Blocktermine

14. 06. 2010 | 15. 06. 2020 | 16. 06. 2010

Teilnehmende

317 BerufsschülerInnen, 12 BerufsschullehrerInnen, 2 AusbilderInnen, Schulleitung

Ausführende

Projektleiter, Projektkoordinator, ProzessbegleiterIn, GesundheitsberaterIn
ErlebnispädagogInnen, Outdoor Guides, ErnährungsberaterIn

Um den handlungs- und erfahrungsorientierten Ansatz zur Vermittlung der Schwerpunkthemen „Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung“ optimal zu verwirklichen wurden die Module 2 und 3 im Outdoor-Setting durchgeführt.

In den Outdoor-Modulen des Projekts nahmen die BerufsschülerInnen an erlebnis- und bewegungsorientierten Aktivitäten teil, die im Besonderen der Aktivierung sozialer Kompetenzen und der Steigerung von Eigenmotivation und Bewegungsfreude dienten. Problemlösungsaufgaben mit hohem Aufforderungscharakter, der Kletterpark „Donauinsel“ und das skillsUP-Gesundheitszelt boten Gelegenheit, die Kooperationsfähigkeit und persönliche Risikobereitschaft sowie den Umgang mit Herausforderungen zu erproben und sich mit dem eigenen Ernährungsverhalten aktiv auseinander zu setzen.

Als Veranstaltungsort wurde eine öffentliche Wiesenfläche am Kaisermühlendamm, 1220 Wien, bei der Nurejew Promenade (zwischen Reichsbrücke und Kaisermühlendamm) gewählt. In unmittelbarer Umgebung befindet sich der Kletterpark „Donauinsel“.



2.2.4 Modul 2 – „social & team skills“

Die Aktivierung sozialer Kompetenzen stand im Mittelpunkt von Projektmodul 2. Das umfangreiche Angebot von Modul 2 umfasste Team- und Kooperationsaufgaben sowie Initiativ- und Vertrauensübungen.

Modul 2 bot den Teilnehmenden folgende Lern- und Erfahrungsfelder im Bereich der „social & team skills“:

- Problemlösungskompetenz
- Teamfähigkeit/Kooperationsfähigkeit
- Kommunikation und Kooperation
- gegenseitige Hilfeleistung
- Unterschiedlichkeiten erkennen und wertschätzen
- Talente und Ideen einbringen und nutzen
- Selbstwert/Selbstvertrauen
- Eigenverantwortung
- Motivation
- konstruktives Feedback geben und erhalten

Die Anleitung und Sicherung der angebotenen Kooperationsaufgaben und Initiativübungen wurde von ErlebnispädagogInnen und ProzessbegleiterInnen durchgeführt. Eine Reflexion des Problemlösungs- und Teamverhaltens erfolgte gemeinsam mit den teilnehmenden BerufsschülerInnen im Anschluss an die absolvierten Kooperationsaufgabe und Initiativübung. Je nach Station konnten acht bis sechzehn Teilnehmende betreut werden. Nach der Begrüßung und einem „Warm-up“-Spiel folgte die Erklärung der jeweiligen Aufgabenstellung. Es galt „Challenge by Choice“ und so nutzen die meisten Gruppen eine Planungs- und Besprechungsphase vor der Aufgabendurchführung. Im Anschluss wurden die Erfahrungen auf unterschiedlichen Ebenen gemeinsam mit der jeweiligen Gruppe unter Einsatz zielgruppenadäquater Tools reflektiert.

Im Folgenden werden die im Stationenbetrieb angebotenen Team- und Kooperationsaufgaben sowie Initiativ- und Vertrauensübungen beschrieben:

- Teamstab
- Spinnennetz
- Flußüberquerung
- Schwimmende Inseln
- Seilsalat
- Blindformen
- Transportring
- Das Blatt wenden
- Slackline-Parcours

Teamstab

In einer bewegungsorientierten „Warm-up“-Übung teilte sich die jeweilige Gruppe in zwei Hälften und bildete anschließend zwei Reihen, die sich in kurzem Abstand gegenüberstanden. Dann streckten die Teilnehmenden jeweils den Zeigefinger jeder Hand aus und versuchten mit diesen Fingern Kontakt zu einem Stab zu bekommen, der waagrecht in Brusthöhe zwischen den beiden Reihen gehalten wurde. Sobald der leichte Alustab von allen gehalten wurde, startet die eigentliche Aufgabe. Gemeinsam sollte der Stab zu Boden gelassen werden, wobei alle Finger zu jedem Zeitpunkt Kontakt zum Stab haben sollten. Als Variationen der Kooperationsaufgabe wurden Spezialaufträge (Durchführung mit Augenbinden, Durchführung ohne zu sprechen, Bergung eines Gegenstands mit Hilfe eines Hackens am Stab) mit der Gruppe vereinbart. Da sich die Lösung der Aufgabe als deutlich schwieriger herausstellte, als zunächst von den Teilnehmenden angenommen, waren sie bereits in der Planungsphase gefordert, ein konstruktives Kommunikations- und Kooperationsverhalten innerhalb der Gruppe zu finden. Die Reflexionsphase machte deutlich, dass unkoordinierte Einzelaktionen während der Durchführungsphase den Stab durchaus nach oben, nicht jedoch nach unten beförderten.

Spinnennetz

Der Klassiker unter den Kooperationsaufgaben erforderte bestimmte Vorübungen und gezielte Anweisungen für eine sichere Hebetechnik, da die Kooperationsaufgabe Spinnennetz für die BerufsschülerInnen neuartig und überwiegend unbekannt war. Zwischen zwei Bäumen wurde aus verschiedenen Seilen ein Netz geknüpft. Innerhalb des Netzes wurden so viele Öffnungen freigegeben wie sich Teilnehmende in der jeweiligen Gruppe befanden. Die Gruppe versammelte sich nun auf einer Seite des Netzes. Ihre Aufgabe war es, durch das Netz hindurch auf die andere Seite zu gelangen, wobei das Netz nicht berührt werden durfte. Bei Netzberührung konnte die Gruppe entscheiden ob von neuem begonnen wurde oder eine Person das Netz mit verbundenen Augen durchqueren sollte. Die Berücksichtigung individueller Bedürfnisse, Planungssicherheit, Konzentration auf ein gemeinsames Ziel und gegenseitiges Vertrauen waren die bestimmenden Themen in der Aufgabenumsetzung.



Flussüberquerung

Zwei Uferzonen wurden markiert und drei Getränkekisten in die Mitte des Flusses platziert. Die Getränkekisten dienten nun als Sandbänke, die gefahrlos betreten wurden konnten. Zur Flußüberquerung erhielten die Teilnehmenden vier Balken und durfte den Bereich zwischen den beiden Uferzonen – außer den drei Sandbänken – nicht berühren. Strategisches Vorgehen und Lösungskompetenz waren gefragt, da der dritte Balken weder von Kiste A noch von Kiste B aus die Kiste C erreichte, sondern mittig vom zweiten Balken aus auf Kiste C gelegt werden mußte. Im Fokus der Reflexionsphase stand die Frage mit welchen Ressourcen das Team die Hindernisse gemeinsam überwinden konnte.



Schwimmende Inseln

Das Szenario der Aufgabe war ein Betriebsunfall bei dem ätzende Flüssigkeit ausströmt war. Die Gruppe erhielt die Aufgabe, mit vereinten Kräften zum Absperrventil in 15 Meter Entfernung zu gelangen, ohne dabei in Berührung mit dem Säuresee zu kommen. Dafür erhielten die Teilnehmenden streng limitierte säurebeständige Schwimmkörper. Da diese Schwimmkörper jedoch sehr flüchtig sind, mussten sie stets fest gehalten werden, da sie sonst davon trieben. Weiters mussten alle Teilnehmenden ständig Körperkontakt halten und bei Bodenberührung einen Neustart versuchen. Der effektive Umgang mit begrenzten Ressourcen förderte durch alle Gruppen den Austausch über konkrete Zielvorstellungen und individuelle Erwartungshaltungen.

Seilsalat

Die Gruppe erhielt ein langes Seil, an dem sich alle Teilnehmenden festhielten. Die Hände blieben während der ganzen Übung am Seil, dabei war es lediglich erlaubt, das Seil durch die hohle Hand gleiten zu lassen ohne es dabei los zu lassen. Nun versuchte die Gruppe einen zuvor vereinbarten Knoten in das Seil zu schlagen, wobei sich alle wie beschrieben am Seil festhielten. Da die BerufsschülerInnen während der Aufgabendurchführung Augenbinden tragen sollten, erhielten sie bereits in der Planungsphase den Auftrag, neben der Lösungsstrategie auch ein „Sicherheitskonzept“ zu präsentieren. Nach der Aufgabenlösung wurden im Besonderen das subjektive Sicherheitsempfinden während der Durchführungsphase reflektiert und vertrauensbildendes Verhalten innerhalb der Gruppe hervorgehoben.

Blindformen

Für die Kooperationsaufgabe „Blindformen“ erhielten die Teilnehmenden Augenbinden. Das Team hatte die Aufgabe ein in der Wiese abgelegtes Seil zu finden. Sobald das Seil gefunden wurde, begannen die Teilnehmenden es in eine zuvor vereinbarte geometrische Form zu bringen. Die Teilnehmenden entschieden selbst, wann die Aufgabe gelöst war und sie die Augenbinden abnahmen, um sich über das Ergebnis, den gewählten Lösungsweg und die gruppendynamischen Prozesse während der Durchführungsphase auszutauschen.

Transportring

Mittels einer vorbereiteten Apparatur aus einem Ring und daran geknüpften Schnüren wurden Bälle mit unterschiedlichem Gewicht über eine 15 Meter lange Strecke hinweg in ein Gefäß transportiert. Dabei durften die Schnüre nur am Ende und immer nur mit einer Hand auf Zug gehalten werden. Die Lösung der Kooperationsaufgabe „Transportring“ erforderte einen räumlichen Positionswechsel und so nutzten die Teilnehmenden die Reflexionsphase auch für die Beschreibung und Interpretation ihrer jeweiligen Rolle innerhalb des Klassenverbands.



„Das Blatt wenden“ und „Fingerzeig-Reflexion“

Die Teilnehmenden stellten sich auf einen ausgebreiteten Fallschirm. Das Team sollte nun den Fallschirm komplett wenden, ohne dass auch nur ein Gruppenmitglied die Wiese berühren durfte. Auch nach Durchführung der Kooperationsaufgabe „Das Blatt wenden“ folgte eine Reflexionsphase. Je nach Gruppe und Dynamik in der Durchführungsphase kamen auch nonverbale Reflexionsmethoden zum Einsatz. Mit der Methode „Fingerzeig“ konnten die BerufsschülerInnen frei von Konformitätsdruck innerhalb der Klassengemeinschaft antworten. Auf Fragen der Erlebnispädagogin wurde mit einem „Fingerzeig“ die persönliche Zustimmung signalisiert. Dabei wurden 100 Prozent Zustimmung auf der „Fingerskala“ mit fünf empor gestreckten Fingern angezeigt; kein gestreckter Finger signalisierte volle Ablehnung. Die gestellten Fragen bezogen sich bspw. auf die Zusammenarbeit innerhalb der Gruppe, die Einschätzung des persönlichen Beitrags zur Problemlösung oder die Offenheit im Umgang miteinander.

Slackline-Parcours

Beim Slacken balancierten die Teilnehmenden auf speziellen Gurtbändern, die zwischen jeweils zwei Bäumen gespannt wurden. Die Anforderungen des Slackens sind ein Zusammenspiel aus Balance und Koordination, wobei die Konzentrationsfähigkeit auf eine Dauer-Belastungsprobe gestellt wurde. Die Slackline verhält sich sehr dynamisch und verlangt ein ständiges aktives Ausgleichen ihrer Eigenbewegung. Eine Slackline dehnt sich unter Last und bewegt sich ständig unter dem/der Slacklinerin, dessen/deren Balancepunkt sehr tief liegt. Slacken eignet sich einerseits als gezieltes Zusatztraining für Sportarten die ein gutes Gleichgewichtsgefühl voraussetzen. Andererseits hat sich das Slacken zum Trendsport entwickelt, der sich im auch urbanen Raum bspw. in Parks durchführen lässt. Die gebräuchlichste Art des Slackens ist das Trick- oder Lowlining; hierbei wird versucht, auf einer relativ niederen, schwach gespannten Line (ungefähr Knie- bis Hüfthöhe über dem Boden) Tricks zu machen. Einige der beliebtesten Tricks sind unter anderem: Stehen, Gehen, rückwärts Gehen, Umdrehen, Hinsetzen, Hinlegen, „Surfen“ und Knien.



2.2.5 Modul 3 – „Baustein I“

Im Modul 3 | „Baustein I“ hatten die BerufsschülerInnen die Möglichkeit, das persönliche Risikoverhalten und den Umgang mit Herausforderungen zu erproben. Zu diesem Zweck kam der Donauinselkletterpark zum Einsatz. Geschulte Guides und ErlebnispädagogInnen erklärten die Sicherheitsvorschriften und begleiteten die BerufsschülerInnen bei der Absolvierung eines Einschulungsparcours. Danach hatten die BerufsschülerInnen die Möglichkeit, sich größtenteils selbstständig auf dem Parcours zu bewegen.

Die Absolvierung des Parcours erforderte sowohl koordinative Fähigkeiten (dynamische Gleichgewichtsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit) als auch ein bestimmtes Maß an Kraft- und Ausdauerleistungsfähigkeit. Im Vordergrund stand der konstruktive Umgang mit herausfordernden Situationen sowie die Förderung von Körperwahrnehmung und eines konstruktiven Sicherheits- und Risikobewusstseins. Darüber hinaus nutzten die Teilnehmenden das Setting „Kletterpark“ um Bedürfnisse, Erwartungen, Grenzen, Ängste und Ziele zu erkennen. Die BerufsschülerInnen waren am Kletterparkparcours gefordert, Einsatz und Durchhaltevermögen zu zeigen. Der Aufbau von Selbstvertrauen und Motivation waren weitere Entwicklungsfelder im Modul 3 – Baustein I“.



2.2.6 Modul 3 – „Baustein II“

Auf Grund des großen Interesses und der positiven Rückmeldungen zur Station „Ernährung“ im Modul 1 – „skillsUP goes school“ wurde der „Baustein II“ im 3. Projektmodul thematisch verändert und in Form des skillsUP-Gesundheitszeltes umgesetzt.

Die BerufsschülerInnen nahmen an einem Ernährungsquiz teil und tauschten sich über das Essverhalten in der Peergroup aus. Persönliche Vorlieben und Abneigungen wurden ebenso diskutiert, wie Essgewohnheiten und ihr Einfluss auf das persönliche Gesundheitsempfinden.

Ein Ernährungsberater bot gemeinsam mit einem Assistenten eine Blindverkostung diverser Obst- und Gemüsesorten für zwei Parallelgruppen an und sammelte die Geschmackseindrücke der Teilnehmenden. Die Erfahrungen der sinnlichen Wahrnehmung und die Faktoren einer ausgewogenen Ernährung wurden am Beispiel der österreichischen Ernährungspyramide vertieft und mit den Jugendlichen dialogisch erarbeitet.

Im Anschluss kam erneut der skillsUP Selbstbeurteilungsbogen für BerufsschülerInnen zum Einsatz. Die Befragungsergebnisse sowie nähere Informationen zur Zielkontrolle werden in der beiliegenden Evaluierung (Anlage 5) beschrieben.



2.3 Meetings und Steuerungsgruppentreffen

Strategiemeeting „Projektstart“

03. 11. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator

Konzeption und Erstellung des skillsQL-Fragebogens zur Erhebung der Bildungsinteressen von BerufsschullehrerInnen an der Berufsschule für Informationstechnik

Vorbereitungstreffen „Kick-Off-Veranstaltung“

09. 11. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Dr. Ute Andorfer

Erstellung von Präsentationsunterlagen – Vorstellung des Projektvorhabens, Impulsreferat zu Gesundheitsförderung und Kompetenzaktivierung

I. Steuerungsgruppentreffen

10. 11. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Dr. Ute Andorfer, Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Daniel Buchberger

Besprechung der nächsten Projektschritte; Terminvereinbarungen; Nominierung von Herrn Ing. Buchberger als Steuerungsgruppenmitglied.

Herr Ing. Daniel Buchberger ist als Berufsschullehrer an der Berufsschule für Informationstechnik tätig und agierte innerhalb der Steuerungsgruppe als Vertreter der BerufsschullehrerInnen. Im Zuge der operativen Projektdurchführung unterstützte Herr Ing. Buchberger die schulinterne Organisation in Projektbelangen. Im weiteren Verlauf übernahm Herr Ing. Buchberger eine Schnittstellenfunktion zwischen dem externen Projektleiter bzw. dem Projektkoordinator und den BerufsschullehrerInnen an der Berufsschule für Informationstechnik.

II. Steuerungsgruppentreffen

11. 12. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator, Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Daniel Buchberger

Präsentation und Abgleich des Workshopdesigns und der Inhalte betreffend „skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen“, Terminvereinbarungen – Aktivitäten und Module; Strategieentwicklung zur Einbindung der BerufsschullehrerInnen im Projektablauf; Diskussion – Anreize und Motivation zur Teilnahme; Klärung Besonderheiten und Organisationsformen im Berufsschulwesen

Planungstreffen „Projektmodule“

12. 11. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator

Konkretisierung der Vermittlungsinhalte im Projektmodul „skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen“; Auswahl von Veranstaltungsorten und Einholen von Angeboten, Vereinbarung von Besichtigungsterminen; Beauftragung einer Fotografin für Modul „skillsQL“

Planungstreffen „Aktivitäten“

13. 01. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Dr. Oliver Scheibenbogen

Entwicklung des „skillsUP Selbstbeurteilungsbogens für BerufsschülerInnen“, Diskussion – Interventionsmöglichkeiten zur Verhaltensänderung, Messbarkeit von Verhaltensänderungen bei BerufsschülerInnen

III. Steuerungsgruppentreffen

20. 01. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Dr. Ute Andorfer, Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Daniel Buchberger

Terminfindung – II. Termin „skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen“; Besprechung – strukturelle und formelle Änderungen gegenüber dem Projektantrag

Meeting „FGÖ“

01. 02. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Walter Hörth

Besprechung struktureller und formaler Änderungen im laufenden Projekt gegenüber Projektantrag – antragstellende Organisation und FördernehmerIn: gemeinn. Verein TEAM ACTIVITIES, externer Projektleiter: Mag. Johannes Datzberger, externer Projektkoordinator: Robert Pisinger, MBA

Planungstreffen „Module und Aktivitäten“

05. 02. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator

Erstellen von Anforderungs- und Qualifikationsprofilen für ProjektmitarbeiterInnen zur Durchführung der Projektmodule, Kontaktaufnahme und Terminvereinbarungen zu ProjektmitarbeiterInnen; Bestellung von Equipment für Modul 1; Fertigstellung Fragebögen – „Selbstbeurteilungsbogen BerufsschülerInnen“

Vorbereitungstreffen „Module“

08. 02. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Ernährungsberater

Abstimmung der Informations- und Beratungsangebote mit Ernährungsberater; Vorstellung von Vermittlungsthemen und Vorbereitung der Station „Ernährung“ im Rahmen des Projektmoduls 1 „skillsUP goes school“

Vorbereitungstreffen „Module“

03. 03. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, PsychologInnen, ErnährungsberaterInnen, GesundheitsberaterInnen, TrainingsberaterInnen

Feinplanung „Modul 1“ – Kontingente, Ablauf und Inhalte der einzelnen Stationen; Beauftragung einer Fotografin – Module 1-3; Bereitstellung der Materialien für Modul 1

IV. Steuerungsgruppentreffen

24. 03. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Daniel Buchberger

Reflexion bisheriger Projektverlauf; Rückmeldungen „Modul 1 – skillsUP goes school“; Abstimmung Termine nächste „Module & Aktivitäten“; Feedback BerufsschullehrerInnen; Durchführung von „Modul 2 & 3“ als schulbezogene Veranstaltung; Abstimmung und Kommunikation – Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“

Planungstreffen „Aktivität“

26. 03. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Webdesigner

Besprechung skillsUP-Homepage – Inhalt und Design; Beauftragung der Homepage-Erstellung; Beauftragung – Entwurf und Erstellung des skillsUP-Logo

Strategiemeeting „Evaluation“

30. 03. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Dr. Oliver Scheibenbogen, Mag. Dr. Ute Andorfer

Abstimmung Evaluierungsdesign, Untersuchungsgegenstand, Methodik, Tools zur Datenerfassung und Datenanalyse

Besichtigung „Veranstaltungsorte“

08. 04. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator

Besichtigung von Outdoor-Veranstaltungsorten; Besichtigung von Hochseilklettergärten im Großraum Wien; Einholen von Angeboten

Einschulung „Datenerfassung – Evaluation“

14. 04. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Dr. Oliver Scheibenbogen

SPSS-Anwenderschulung; Erstellung und Anpassung von Excel-Tabellen zur Erfassung der „skillsUP Selbstbeurteilungsbögen für BerufsschülerInnen“

Strategiemeeting „Vernetzung“

03. 05. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Vertriebsmitarbeiter – Verein TEAM ACTIVITIES

Recherche potenzieller VernetzungspartnerInnen; Diskussion – Vernetzungs- und Kooperationsmöglichkeiten im laufenden Projekt; Finanzierungsmöglichkeiten für Nachfolgeprojekte im Setting Berufsschule

Planungstreffen „Module“

19. 05. 2009

Projektleiter, Projektkoordinator, Ernährungsberater, Erlebnispädagoge

Abstimmung „Modul 2 & 3“ – Schwerpunktthemen und Vermittlungsinhalte, Klärung personeller Ressourcen, Erstellung von Materiallisten; Struktur und zeitlicher Ablauf „Modul 2 & 3“

Strategiemeeting „Evaluation“

26. 05. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Dr. Oliver Scheibenbogen

Abstimmung Testdauer „skillsUP Selbstbeurteilungsbogen für BerufsschülerInnen“, Übergabe und Abgleich der Datenbasis

Vorbereitungstreffen „Module“

31. 05. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, PsychologInnen, ErnährungsberaterInnen, GesundheitsberaterInnen, TrainingsberaterInnen, ErlebnispädagogInnen

Auswahl der MitarbeiterInnen für „Modul 2 & 3“; Information und Projektvorstellung für ProjektmitarbeiterInnen; Materialauswahl und Ankauf

V. Steuerungsgruppentreffen

01. 06. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Dr. Ute Andorfer
Ing. Oliver Schleicher (Direktorstellvertreter)

Reflexion des bisherigen Projektverlaufs; Abstimmung – Schwerpunktthemen und Ablauf „Module 2 & 3“; Möglichkeiten für Nachfolgeprojekte im Setting Berufsschule

Ausbildung TrainerInnen „Module 2 & 3“

09. 06. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, PsychologInnen, ErnährungsberaterInnen, GesundheitsberaterInnen, TrainingsberaterInnen, ErlebnispädagogInnen

Feinplanung „Modul 1“ – Kontingente, Ablauf und Inhalte der einzelnen Stationen; Beauftragung einer Fotografin – Module 1-3; Bereitstellung der Materialien – Modul 1

Vorbereitungstreffen „Module“

11. 06. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Assistent

Vorbereitung und Transport Material; Einsatzplanung für ProjektmitarbeiterInnen; Koordination der Klassenanmeldungen; Vorbereitung der „skillsUP Selbstbeurteilungsbögen für BerufsschülerInnen“

VI. Steuerungsgruppentreffen

24. 06. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Ing. Leopold Zeugswetter

Reflexion bisheriger Projektverlauf; Rückmeldungen Modul 2 & 3; Diskussion der Einreichungen Ideenwettbewerb; Abstimmung Lehrlingsgala – Präsentation der Einreichungen Ideenwettbewerb, skillsUP-Projektpräsentation durch Projektkoordinator; Abstimmung Berichtswesen; Ausblick auf folgende Projektaktivitäten; Diskussion – Bedarf Nachfolgeprojekt für BerufsschülerInnen; Finanzierungsmöglichkeiten von Nachfolgeprojekten; Planung von Vernetzungsaktivitäten; Möglichkeit der Kontaktaufnahme zu Lehrbetrieben und Ausbildungsbetrieben in Hinblick auf mögliche Projektpartnerschaften

Telefoninterview „MAGAZIN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND PRÄVENTION – gesundes Österreich“

05. 08. 2010

Telefoninterview mit Frau Mag. Hermine Mandl für den Artikel „An der Berufsschule und im Poly Gesundheitskompetenz erwerben“ erschienen im „MAGAZIN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND PRÄVENTION – gesundes Österreich“ – 12. Jahrgang, Nr. 3 | Oktober 2010

Strategiemeeting „Projektkommunikation“

16. 08. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Assistentin – Verein TEAM ACTIVITIES

Klärung projektinterner Kommunikationswege mit Berücksichtigung von Schulferienzeiten; Strategieentwicklung für eine Projektkommunikation nach „außen“ – Präsentations- und Informationsmöglichkeiten, Medien und Plattformen um Interessierte und potenzielle ProjektpartnerInnen zu erreichen

Meeting „FGÖ“

21. 09. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Ing. Petra Gajar, Mag. (FH) Barbara Glasner

Klärung projektrelevanter Fragen, Gespräch über bisherige skillsUP-Erfahrungen sowie über den Bedarf und die Möglichkeit für weitere Projekteinreichungen

Vorbereitungstreffen „INTERPÄDAGOGICA 2010“

09. 11. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Trainingsberater,
Assistentin – Verein TEAM ACTIVITIES

Zusammenstellung der Informationsmaterialien; Bereitstellung des Messeequipment;
Briefing für ProjektmitarbeiterInnen, Diskussion – Evaluierungsergebnisse

Planungstreffen „Aktivität“

10. 11. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Gesundheitsberater, Trainingsberater

Planung „Abschlussevent an der BSIT“ – Auswahl Methoden, Zusammenstellung des Stationenparcours, Briefing von ProjektmitarbeiterInnen, Ankauf von Equipment, Fotoauswahl und Beauftragung – Layout und Druck von skillsUP-Fotoplakaten

Vorbereitungstreffen „Aktivität“

16. 11. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Ernährungsberater

Abstimmung der Informations- und Beratungsangebote zum Abschlussevent an der Berufsschule für Informationstechnik, Briefing – Ablauf und Vermittlungsinhalte im Rahmen des Abschlussevents, Bereitstellung – Informationsmaterialien, skillsUP-Fotoplakate, Equipment für den Stationenparcours

VII. Steuerungsgruppentreffen

17. 11. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator, Ing. Leopold Zeugswetter

Besprechung der Laufzeitverlängerung; Vorstellung – Ablauf und Vermittlungsinhalte im Rahmen des Abschlussevents; Raumbegehung und Auswahl der Klassenräume; Klärung organisatorischer Belange betreffend den Abschlussevent

Vernetzungstreffen

24. 11. 2010

Projektleiter, Projektkoordinator,
Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Dietmar Lichtscheidl (Direktorstellvertreter),
Ausbildungsverantwortliche, Lehrausbilder

Das Vernetzungstreffen mit Ausbildungsverantwortlichen und Lehrausbilder fand unmittelbar vor dem skillsUP-Abschlussevent an der Berufsschule für Informationstechnik statt. Gemeinsam mit der Schulleitung berichteten Herr Mag. Datzberger und Herr Pisinger, MBA über bisherige Projekterfahrungen und gaben Einblick in die Projektstrategie und -zielsetzung. Seitens der Unternehmensvertreter wurden Beispiele zum Sozialkompetenztraining sowie zu Sport- und Bewegungsangeboten aus der betrieblichen Ausbildungspraxis vorgestellt. Die Wichtigkeit von Lern- und Handlungsfeldern für soziales Lernen und der Kompetenzerwerb in diesem Bereich wurden von allen Teilnehmenden als sehr bedeutend hervorgehoben.

Die Unternehmensvertreter erhielten eine Projektpräsentation, die auch einen Überblick der Themenstellungen im Bereich der Gesundheitsförderung gibt. Weiters wurden die Vernetzungsmöglichkeiten und Anknüpfungspunkte für eine engere Kooperation im Rahmen eines möglichen Nachfolgeprojekts erörtert. Im Anschluss besuchten die Ausbildungsverantwortlichen und Lehrausbilder den skillsUP-Abschlussevent und konnten nicht nur Eindrücke in Bezug auf die eingesetzten Methoden und Vermittlungsinhalten sammeln, sondern die interaktiven Stationen gleich selbst ausprobieren.

Strategiemeeting „Soll-Ist-Vergleich“

15. 01. 2011

Projektleiter, Projektkoordinator, Assistentin – Verein TEAM ACTIVITIES

Reflexion der Projektumsetzung; Bereitstellung der kaufmännischen Unterlagen; „Soll-Ist-Vergleich“ – inhaltlich, zeitlich und kaufmännischformen um Interessierte und potenzielle ProjektpartnerInnen zu erreichen – Einschätzung und Abwägung von „Kosten und Nutzen“

VIII. Steuerungsgruppentreffen

19. 01. 2011

Projektleiter, Projektkoordinator, Mag. Dr. Ute Andorfer, Ing. Leopold Zeugswetter, Ing. Daniel Buchberger

Ergebnispräsentation und Interpretation zur Evaluierung durch Frau Mag. Dr. Andorfer; Diskussion der Trends und Ergebnisse, Austausch von Erfahrungen in Bezug auf Interventionsmöglichkeiten zur Steigerung des Gesundheitsbewusstseins auf Seiten der BerufsschülerInnen; und Perspektivenentwicklung bzgl. möglicher Qualifizierungsangebote für BerufsschullehrerInnen

IV. Steuerungsgruppentreffen

26. 01. 2011

Projektleiter, Projektkoordinator, Ing. Leopold Zeugswetter

Nachbesprechung – Abschlussevent und Vernetzungstreffen; Klärung offener Fragen betreffend das Berichtswesen; Sammeln von Verbesserungsvorschlägen; Perspektivenentwicklung für ein Nachfolgeprojekt, Diskussion über den Einfluss psychosozialer Gesundheitsfaktoren auf die Entwicklung von BerufsschülerInnen; Konkretisierung der Bedarfe für mögliche Themenstellungen und Projektziele

Projektreflexion für ProjektmitarbeiterInnen

28. 01. 2011

Projektleiter, Projektkoordinator, ProjektmitarbeiterInnen (Aktivitäten & Module)

Reflexion der Projekterfahrungen, Sammeln von Verbesserungsvorschlägen und Ideen, skillsUP-Come-Together zu Projektende, Erfahrungsaustausch

3. Strukturelle, inhaltliche und zeitliche Abweichungen vom Projektplan

Der Kick-Off zum geplanten Schwesterprojekt „skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule für Mechatronik“ sollte im Rahmen der LehrerInnen-Konferenz am 3. November 2010 an der Berufsschule für Mechatronik stattfinden. Aufgrund der kurzfristigen Absage einer Projektteilnahme seitens der Direktion der Berufsschule für Mechatronik am Schulstandort Mollardgasse fand keine Projektvorstellung des Schwesterprojekts „skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule für Mechatronik“ statt. In Folge der Absage kamen auch keine weiteren Vernetzungstreffen zwischen der Berufsschule für Informationstechnik und der Berufsschule für Mechatronik im Rahmen des Projekts „skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule für Informationstechnik“ zustande.

Mit der Pensionierung von Herrn SR Ing. Oskar Vysvader im November 2009 wurde sein Stellvertreter Herr Ing. Leopold Zeugswetter Direktor der Berufsschule für Informationstechnik und damit zum wichtigsten Vertreter der Berufsschule für Informationstechnik im Projekt. Herr Ing. Zeugswetter ist Mitglied der Projektsteuerungsgruppe.

Trotz der Bemühungen seitens der Projektleitung, eine VertreterIn des Schulpsychologischen Dienstes für die Projektsteuerungsgruppe zu gewinnen, konnte dieses Ziel nicht erreicht werden.

Anstelle von Herrn Dr. Gerhard Hafner wurde Frau Mag. Dr. Ute Andorfer als Mitglied für die Projektsteuerungsgruppe nominiert. Frau Mag. Dr. Andorfer ist als Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin tätig. Im Projekt „skillsUP – BSIT“ bringt sie ihre Kompetenzen in den Bereichen Stressmanagement, Burnout-Prävention und Veränderungsmanagement unter anderem als Fachtrainerin im „skillsQL Workshop für MultiplikatorInnen“ ein.

Im Rahmen der Gespräche mit der Schulleitung in der Projektvorbereitungsphase stellte sich heraus, dass die Berufsschule im laufenden FGÖ-Projekt nicht als Projektträgerin agieren konnte, da eine kaufmännische Geschäftsfähigkeit der Berufsschule nicht gegeben war. Die beschriebene Ausgangslage führte in Absprache mit Herrn Mag. Walter Hörth zu folgenden Änderungen im Projektantrag: Als Projektträger und Antragstellende Organisation wurde der gemeinnützige Verein TEAM ACTIVITIES anerkannt. Die Funktion des externen Projektleiters übernahm Herr Mag. Johannes Datzberger; Herr Robert Pisinger, MBA war im Projekt als externer Projektkoordinator tätig.

Geringfügige zeitliche Abweichungen gegenüber dem geplanten Projektablauf resultierten einerseits aus der oben beschriebenen Problemstellung (keine kaufmännische Geschäftsfähigkeit der Berufsschulen in Wien), andererseits erforderten die verschiedenen Organisationsformen im Berufsschulunterricht (z.B. Blockunterricht) eine Anpassung des zeitlichen Projektablaufs (Termine „Projektmodule und Aktivitäten). In der operativen Projektdurchführung kam es dadurch lediglich zu einem zeitlich verschobenen Start des Ausschreibungszeitraums für den Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“.

Darüber hinaus wurde im Schuljahr 2009/2010 eine schulinterne Neuorganisation vorbereitet. Die Expositur der Berufsschule für Informationstechnik in 1070 Wien, Apollogasse 1 wurde während der Projektlaufzeit neu organisiert und wird seitdem als eigenständige Berufsschule geführt. Dies führte schulintern zu einem hohen organisatorischen Aufwand und beeinflusste damit indirekt den zeitlichen Ablauf in der Anbahnung von Vernetzungen im Rahmen des Projekts skillsUP.

Die systematische Erfassung und die strukturierte Auswertung der Selbstbeurteilungsbögen für BerufsschülerInnen beanspruchten deutlich mehr Zeitressourcen als in der Projektplanung veranschlagt. Aufgrund dieser Tatsache wurde in Rücksprache mit Frau Ing. Petra Gajar eine Verlängerung der Projektlaufzeit bis zum 31. 01. 2011 vereinbart. Die Gesamtbudgetkosten blieben in ihrer Höhe von der Laufzeitverlängerung unberührt.

5. Zusammenfassung und Ausblick

Zeitliche Abweichungen in der Durchführung der skillsUP-Module und Aktivitäten laut Projektantrag gegenüber dem geplanten Projektablauf betrafen den Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“ sowie die Auswertung und Interpretation des Selbstbeurteilungsbogens für BerufsschülerInnen, was zu einer Verlängerung der Projektlaufzeit um zwei Kalendermonate nötig machte.

Herr Mag. Johannes Datzberger absolvierte im Projektzeitraum Weiterbildungen im Bereich Projektmanagement und nahm als skillsUP-Projektleiter an folgenden Veranstaltungen des FGÖ-Bildungsnetzwerks teil:

- "Strategische PR – Erfolgsfaktor in der Gesundheitsförderung" (10. - 11. 11. 2010)
- "Die Macht der Körpersprache - Nonverbale Kommunikation und Ihre Wirkung." (11. - 12. 01. 2011)

Im Rahmen der Steuerungsgruppentreffen wurde mit den VertreterInnen des Settings Berufsschule vorrangig die operative Projektdurchführung abgestimmt, der Projektverlauf reflektiert und der Bedarf für ein Nachfolgeprojekt erörtert.

Die thematische Schwerpunktsetzung und inhaltliche Abstimmung innerhalb der einzelnen Projektmodule und Aktivitäten erfolgte im Rahmen der geplanten Bedarfsklärung an der Berufsschule für Informationstechnik. Rückmeldungen, Ideen und Vorschläge wurden im Rahmen der Steuerungsgruppentreffen diskutiert und in der Ausgestaltung der Projektmodule und Aktivitäten laufend berücksichtigt.

Die teilnehmenden BerufsschülerInnen setzten sich in herausfordernden, gruppendynamisch-orientierten Situationen mit ihren persönlichen Stärken und Schwächen auseinander, lernten das eigene Rollenverhalten in der Gruppe sowie Unterschiede in der Fremd- und Selbstwahrnehmung kennen. Die Jugendlichen nutzten die Impulse und Projektangebote, um das persönliche Gesundheitsverhalten zu reflektieren und entwickelten konkrete Ideen für mehr Bewegung am Arbeits- und Ausbildungsplatz. Weiters wurden die BerufsschülerInnen in der Wahrnehmung persönlicher Ressourcen im konstruktiven Umgang mit Risiko- und Belastungssituationen.

Der ausgeprägte Aufforderungscharakter und die hohe Selbsterfahrungskomponente der skillsUP-Projektmodule förderten unter anderem die Eigenmotivation, das Kooperationsvermögen und das „Wir-Gefühl“ unter den BerufsschülerInnen. Die Neugierde und Freude der BerufsschülerInnen ihre Kompetenzen in neuartigen Aufgabenstellungen zu erproben und die Erfahrungen unter Anleitung zu reflektieren, war für alle Beteiligten spürbar.

Die Gegenüberstellung der geplanten und tatsächlichen TeilnehmerInnenzahlen innerhalb der direkten Projektzielgruppen zeigt eine Abweichung in der Gesamtzahl der Projektteilnehmenden:

	Planungsgrund- lage laut Antrag	tatsächliche Teil- nehmerInnenzahl
Anzahl BerufsschülerInnen – Teilnahme an mind. einem Projektmodul	650 SchülerInnen	541 SchülerInnen
Modul 1	130 SchülerInnen	224 SchülerInnen
Modul 2 & 3	650 SchülerInnen	317 SchülerInnen
Anzahl BerufsschülerInnen – Teilnahme am skillsUP-Abschlussevent und am Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“	400 SchülerInnen	209 SchülerInnen
Anzahl BerufsschülerInnen Teilnahme am „skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen“	15 LehrerInnen	9 LehrerInnen
Anzahl erfasster „Selbstbeurteilungsbögen zur gesundheitsbezogenen Lebensqualität für BerufsschülerInnen“	–	919 Fragebögen - BerufsschülerInnen

Rückblickend sind die Abweichungen der geplanten TeilnehmerInnenzahlen von den tatsächlichen TeilnehmerInnenzahlen auf folgende Einflussfaktoren zurück zu führen:

- Projektmodule, die am Schulstandort durchgeführt wurden, begünstigten eine höhere TeilnehmerInnenzahl, da sie mit geringerem schulinternen Organisationsaufwand (An- und Abreise, Aufsichtspflicht bei schulbezogenen Veranstaltungen, etc) verbunden waren.
- Indoor-Veranstaltungen konnten wetterunabhängig durchgeführt werden. Es muss angenommen werden, dass ein Teil der BerufsschülerInnen mangels Regenbekleidung das Outdoor-Modul nicht besuchen konnte.
- Die Absage der Projektteilnahme seitens der Direktion der Berufsschule für Mechatronik am Schulstandort Mollardgasse führte zu einer deutlich geringeren TeilnehmerInnenzahl, da sowohl der Abschlussevent als auch der Ideenwettbewerb als schulübergreifende Projektaktivitäten geplant waren und in Folge ausschließlich an der Berufsschule für Informationstechnik durchgeführt werden konnten.

- Die Teilnahme am „skillsQL – Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen“ fand überwiegend außerhalb der Dienstzeit der BerufsschullehrerInnen statt. Es ist davon auszugehen, dass aus diesem Grund das Modul skillsQL von den LehrerInnen nicht im zu erwartenden Ausmaß in Anspruch genommen wurde.

Die bewusstseinsbildenden Initiativen im Projekt „skillsUP – BSIT“ verfolgten keinen abstrakten Vermittlungsansatz, sondern zielten darauf ab, die Teilnehmenden durch lernaktive Methoden in ihrem individuellen Kompetenzerwerb zu fördern. Die Teilnehmenden verweilten nur kurz in einer passiven, „konsumierenden“ Haltung, verließen schnell ihre jeweilige „Komfortzone“ und nahmen aktiv an den Projektmodulen und Aktivitäten teil.

Es ist davon auszugehen, dass die Orientierung von Projektzielen und -inhalten an den Lern- und Lebenswelten der Jugendlichen die aktive Teilnahme an den Projektangeboten maßgeblich gefördert hat. Rückblickend ist es gelungen, die BerufsschülerInnen bei ihren Bedürfnissen abzuholen und sie als ExpertInnen ihrer eigenen Lebenssituation zu gewinnen.

In der Ausgestaltung der Projektmodule und -aktivitäten konnten mit „skillsUP – BSIT“ vielfältige Gelegenheiten zum Erleben, Erfahren und Reflektieren der individuellen Kompetenzen geschaffen werden. Die Lebens- und Lernwelten der BerufsschülerInnen wurden im Projektverlauf auch von der Schulleitung, den BerufsschullehrerInnen, den Ausbildungsverantwortlichen und Lehrausbildern repräsentiert.

Tragfähige Projektpartnerschaften und die Positionierung von Projektvorhaben an der Schnittstelle von Berufsschule und Ausbildungsbetrieb begünstigen aus heutiger Sicht die Anschlussfähigkeit und Transfermöglichkeit bewusstseinsbildender Initiativen im Bereich der Gesundheitsförderung. Die durchwegs positive Resonanz der BerufsschullehrerInnen zum Qualifizierungsworkshop für MultiplikatorInnen und ihre Erfahrungen aus den Projektmodulen und Aktivitäten legen ein weiterführendes Engagement in diesem Bereich nahe.

Die positive Resonanz der Ausbildungsverantwortlichen beim skillsUP-Abschlussevent zeigte, dass die Informations- und Kommunikationsstrategien in Richtung Ausbildungsbetriebe in zukünftigen Projekten bereits zu Beginn beachtet und konsequent verfolgt werden sollten. Auch die Gespräche am Messestand im Rahmen der „INTERPÄDAGOGICA 2010“ lassen auf eine breite Akzeptanz bewusstseinsbildender Initiativen im Setting Berufsschule schließen. Nicht zuletzt wurde dem Pilotprojekt „skillsUP – BSIT“ seitens der Schulleitung ein hoher Stellenwert eingeräumt und die Bedeutung gesundheits-bezogener Lebensqualität bei SchülerInnen wie LehrerInnen hervorgehoben.

Für zukünftige Projektvorhaben lassen sich folgende Erkenntnisse aus den skillsUP-Projekterfahrungen ableiten:

- Es besteht schulübergreifend großes Interesse und Potenzial, die Lern- und Entwicklungsfelder „Gesundheitsbewusstsein mit psychosozialen Schwerpunkt“ und „Soziale Kompetenz“ in Form eines mehrjährigen Projektvorhabens im Setting Berufsschule zu verankern.
- Die Verbreiterung der Projektziele und -inhalte legt ein Projektdesign nahe, dass mindestens drei Berufsschulen innerhalb Wiens umfasst.
- Maßgeschneiderte Qualifizierungsangebote (z.B. Seminare für BerufsschullehrerInnen und LehrausbilderInnen im Bereich Gesundheitsförderung) erhöhen die Kompetenz von MultiplikatorInnen und begünstigen die Verhaltens- und Verhältnisänderung im Setting Berufsschule.
- Auf Basis der Bedarfserhebung auf Seiten der BerufsschülerInnen sollte dem starken Bedürfnis nach Stress- und Belastungsreduktion bei der Themenfindung von Qualifizierungsangeboten für MultiplikatorInnen Rechnung getragen werden.
- Follow-ups zu den Qualifizierungsangeboten für MultiplikatorInnen könnten die Identifikation mit den Projektzielen und -inhalten verstärken. Weiters sollten die MultiplikatorInnen Gelegenheit haben, die Anwendung von Lernerfahrungen in der Praxis zu reflektieren und sich mit BerufsschullehrerInnen anderer Schulstandorte und den LehrausbilderInnen darüber auszutauschen.
- Die Motivation zur aktiven Teilnahme der Teilnehmenden kann durch den gezielten Einsatz von Outdoor-Settings, die Vielfalt der Lernorte und eine Zusammenstellung von interaktiven Erlebnisstationen gesteigert werden.
- Im Sinne der Chancengleichheit sollten die Angebote von Nachfolgeprojekten für BerufsschülerInnen kostenfrei sein und damit gewährleisten, dass auch sozial schwache Gruppen an den Aktivitäten partizipieren.
- Zusammenfassend kann die Einschätzung getroffen werden, dass für ein nachhaltig wirksames Engagement im Bereich der Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung im Setting Berufsschule eine Projektdauer von drei Jahren anzusetzen ist. Dadurch könnten die BerufsschülerInnen über den Großteil ihrer Ausbildungsdauer begleitet und Signifikanzen im Bereich der Einstellungs- und Verhaltensänderung innerhalb der direkten Projektzielgruppen noch präziser evaluiert und dargestellt werden.
- Bewusstseinsbildende Initiativen im Setting Berufsschule gelten in Österreich bis heute als innovativ und zeichnen sich durch ihren Pilotcharakter aus. Vor diesem Hintergrund kann das praxisorientierte Projekt „skillsUP – Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule für Informationstechnik“ zu Recht als Wegbereiter für ein weiteres Engagement im Bereich der Gesundheitsförderung an den Berufsschulen bezeichnet werden.

6. Anlagenverzeichnis

Anlage 1: skillsUP Evaluierungsbericht

Anlage 2: skillsQL Erhebung Bildungsinteressen

Anlage 3: skillsUP Selbstbeurteilungsbogen für BerufsschülerInnen

Anlage 4: Plakat Ideenwettbewerb „Ideen bewegen!“

Anlage 5: Workshopunterlage für MultiplikatorInnen – skillsQL Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung

Anlage 6: skillsUP-Flyer