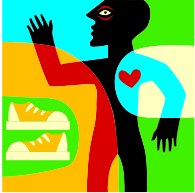


Das Projekt SPRINT – Gesundheitsförderung für sozial benachteiligte Jugendliche

Kurzreferat im Themenblock II: Modelle gemeindebezogener Gesundheitsförderung

Karin Hilgendorf, Uwe Wolf, Göttingen



SPRINT ist ein Gesundheitsförderungsprojekt der Jugend-

hilfe Göttingen e. V., einem anerkannten Träger der Jugendhilfe. Arbeitsschwerpunkt ist die Arbeit mit benachteiligten Kindern und Jugendlichen. Bei der Arbeit im offenen Jugendvollzug der JVA Rosdorf steht sozialpädagogische Unterstützung und Freizeiterziehung im Vordergrund.

Sozial benachteiligten Menschen ist der Zugang zum Thema „Gesundheit“ und zu Bildung weitgehend verwehrt. Menschen mit niedrigem sozialem Status weisen häufiger gesundheitliche Probleme auf. Durch Faktoren wie Fehlernährung, Bewegungsmangel, Risikoverhalten, schlechte Wohn- und Arbeitsbedingungen tragen sie insgesamt ein höheres Risiko zu erkranken oder früher zu sterben. Bei der Betrachtung dieser Zustände wird die Definition und Aufgabe von Gesundheitsförderung deutlich und lässt eine daraus zu entwickelnde Bedeutung und Methodik innerhalb eines gesundheitspädagogischen Arbeitsfeldes ableiten.

Die Auswirkungen ungleicher sozialer Bedingungen auf die Gesundheit sind bereits im Kindes- und Jugendalter erkennbar und belegen die Dringlichkeit von Vorsorge und Gesundheitsförderung. Vor allem alters- und alltagsbezogene Ansätze müssen vor diesem Hintergrund weiter entwickelt werden. Notwendig sind niedrigschwellige Angebote zu Gesundheitsthemen und

zur gesundheitlichen Aufklärung, die perspektivisch gleichberechtigte Gesundheitschancen schaffen bzw. unterstützen können.

Niedrigschwelligkeit bedeutet für uns, an den Gegebenheiten und Lebenswelten der Jugendlichen anzusetzen, um darüber Ressourcen zu erkennen und zu stärken.

Ressourcen stärken

Der salutogenetische Ansatz ist heute eine wichtige Grundlage für Maßnahmen und Konzepte zur Gesundheitsförderung.

Die salutogene Orientierung bildet die Leitidee unserer gesundheitsbezogenen Projektarbeit als eine ganzheitlich betrachtete Gesundheitsförderung. So auch die Auswahl der praktischen Inhalte und Themen, die Faktoren wie Biographie, Lebenswelt und vorhandene Ressourcen als Grundlagen für die pädagogische Arbeit in den Prozess einbeziehen. Die Maßnahme orientiert sich daher an den Ressourcen und Lebenswelten der teilnehmenden Jugendlichen. Partizipation und Verantwortungsübernahme für ein sinnhaftes und zielgerichtetes Handeln spielt dabei eine zentrale Rolle.

Ganzheitliche Gesundheitsförderung

Ganzheitlichkeit bezieht sich in der Pädagogik auf einen neurophysiologisch fundierten, integrativen Bestandteil handlungsorientierter Konzepte und betont neben den traditionell privilegierten kognitiv-intellektuellen Aspekten auch kör-

perliche sowie affektiv- emotionale Aspekte. Ganzheitliches Lernen ist ein Lernen mit allen Sinnen, mit Verstand, Gemüt und Körper.

In Anlehnung an die ganzheitlich ausgerichtete Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation (WHO), bei der körperliches, psychisches und soziales Wohlbefinden genauso erfasst werden wie Leistungsfähigkeit, selbstbestimmtes Handeln und Sinnfindung heißt es in dem allgemein formulierten Ziel zur Gesundheitsförderung:

„(...) Die Sensibilisierung für einen bewussten Umgang mit Gesundheit im Lebensalltag (Gesundheitshandeln) und eine Verbesserung der Lebensbedingungen.“

So werden auch in der gesundheitswissenschaftlichen Diskussion die Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens und Tuns sowie ein positives Selbstkonzept als die zwei wesentlichen Schutzfaktoren für die Erhaltung von Gesundheit herausgestellt. Entsprechend der oben genannten Aspekte erhält der ganzheitliche Ansatz bei SPRINT eine zentrale Bedeutung.

Methoden

Gemeinschaftserlebnisse, soziales Lernen und Freude an Bewegung sind die Komponenten der gesundheitsfördernden Arbeit im Projekt SPRINT. Sport, Fitness, Körperarbeit, erlebnispädagogische Einheiten und Konflikttraining sind als einzelne Elemente in die Maßnahme integriert.

Die inhaltliche Ausrichtung der Themenbereiche ist weniger auf bloße Wissensvermittlung ausgerichtet, sondern setzt an den Ressourcen der Teilnehmenden an. Damit lassen sich Erfahrungen, Bedürfnisse und Ideen des Einzelnen in den Vordergrund rücken.

Der Körper als Medium zwischen dem Individuum und der Umwelt (Kohärenz) spielt eine besondere Rolle, wenn es darum geht, Gesundheit und Wohlbefinden erfahrbar zu machen. Durch ausgewählte Bewegungsformen, gezielte

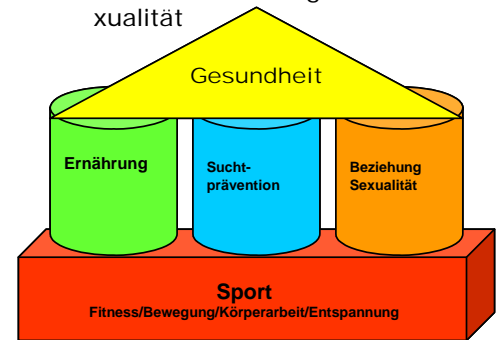
Körperarbeit und Selbst-Erfahrungsübungen werden Erfahrungsräume erschlossen. Neue (andere) Formen von Selbsterleben können Impulse geben und zur Reflexion anregen. Ziel ist es zudem, den Umgang der Jugendlichen untereinander zu verbessern (Sozialkompetenz).

SPRINT setzt auf die Stärkung der Eigenverantwortlichkeit als übergeordnetes Ziel.

Das konkrete Gruppenangebot gliedert sich in drei Themenschwerpunkte, wobei Sport und Bewegung als Basis und

unterstützendes Element dienen:

- Ernährung
- Suchtprävention
- Soziale Beziehungen/ Sexualität



Durchführung / Weitere Planung

Die Maßnahme ist auf acht Wochen mit wöchentlich jeweils 2 – 3 verbindlichen Gruppentreffen angelegt. Die Gruppengröße ist auf zehn Teilnehmer beschränkt. Der zeitliche Rahmen und die feste Gruppe sollen gegenseitiges Vertrauen stärken und eine gemeinsame, intensive Kommunikation, Diskussion und Reflexion der Teilnehmer ermöglichen.

Ziel ist es in der gemeinsamen Er- und Bearbeitung der Themen gesundheitsbewusstes Handeln zu entwickeln, zu erhalten und zu fördern.

SPRINT bietet:

- Gesundheitliche Aufklärung
- Gesunde Ernährung

- Suchtprävention
- Umgang mit sozialen Beziehungen / Sexualität
- Sport / Fitness
- Erlebnispädagogische Einheiten
- Körperarbeit und Entspannung (Qi Gong, Yoga, Phantasiereisen)
- Konflikttraining

Die Projektarbeit ist auf drei Jahre angelegt und wird durch Mittel der *Aktion Mensch* gefördert. Evaluiert und wissenschaftlich begleitet wird SPRINT durch die Abteilung für Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie der Georg-August-Universität Göttingen.

In der ersten Projektphase werden Informations- und Lernmodule gemeinsam mit und für die Jugendlichen entwickelt.

In der zweiten Phase werden die Module in Zusammenarbeit mit Schulen, der offenen Jugendarbeit und Bildungsträgern in Göttingen erprobt und gegebenenfalls modifiziert.

Die dritte Projektphase sieht die Implementierung des Gesamtkonzeptes zur Gesundheitsförderung in das Erziehungskonzept des Offenen Vollzugs, ausgewählter Schulen, Bildungsträgern und der offenen Jugendarbeit vor.

Projektmitarbeitende

Christian Hölscher (Projektleitung), Karin Hilgendorf (Sportpädagogin MA / Dipl. Sozialpädagogin), Uwe Wolf (Dipl. Sozialarbeiter/Sozialpädagoge)



Kontakt

Jugendhilfe Göttingen e.V.
Rosdorfer Weg 76
37081 Göttingen

sprint@jugendhilfe-goettingen.de

www.jugendhilfe-goettingen.de

