

Jugendsozialarbeit

→ aktuell

Nummer 233
Januar 2025

Sehr geehrte Leser*innen,

bei allen krisenhaften Situationen, die uns täglich durch die Medien ins Haus transportiert werden, scheint eine inzwischen überwunden zu sein: die Corona-Pandemie – zumindest in der öffentlichen Wahrnehmung. Die Folgen der Maßnahmen der Pandemie-Bekämpfung wirken jedoch bis heute – und sicher noch viele weitere Jahre.

Im Herbst vergangenen Jahres legte das Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung noch einmal dar: Während der Pandemie kam es zu einem deutlichen Anstieg von Angstsymptomen und Depressionen, vor allem im Alter von 11 bis 15 Jahren. Darüber hinaus gab es einen deutlichen Rückgang körperlicher Aktivitäten. Eine Normalisierung lasse sich allerdings bis heute nicht feststellen. Es sei von besonderer Bedeutung, die mentale Gesundheit und das Bewegungsverhalten junger Menschen wieder gezielt zu fördern, um langfristigen negativen Auswirkungen entgegenzuwirken.

Die Erfahrungen in den Einrichtungen der Jugendsozialarbeit können das nur bestätigen. Aber es sind nicht nur diese Auswirkungen, die uns Sorgen bereiten sollten: So wurde zum Beispiel auch die persönliche Erreichbarkeit von Ämtern und Behörden, die für die jungen Menschen in unseren Einrichtungen besonders wichtig ist, nach der Pandemie nur in Teilen wiederhergestellt.

Wenn im September neue Kommunalparlamente gewählt werden, wäre dies doch ein guter Zeitpunkt, kommunale Strukturen anzupassen. Was dabei beachtet werden sollte, zeigen die Autorinnen in diesem Beitrag auf.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.



Stefan Ewers
Geschäftsführer

Förderung von Ressourcen in Zeiten multipler Krisen – Erkenntnisse aus der co*gesund Studie zur Resilienz Jugendlicher in der Pandemie

*Anna Lena Rademaker, Karen Heid,
Maja Kuchler, Eike Quilling*

Gesund aufwachsen in der Krisengesellschaft

Aufwachsen heute bedeutet mit dem breiten Spektrum an Möglichkeiten bei gleichzeitig zunehmenden Ungleichverhältnissen in der Verteilung von Optionenräumen diese für sich auszugestalten, umgehen zu können. Gesund aufwachsen bedeutet aber immer auch die Bewältigung von Entwicklungsanforderungen vor dem Hintergrund gesellschaftlicher Umbrüche und Krisenkonstellationen der Zeit zu betrachten. Dabei bekommen immer mehr junge Menschen das Gefühl, den Anschluss zu verlieren, dem Zeit- und Innovationsdruck kognitiv oder emotional nicht gewachsen zu sein und die zunehmende Komplexität nicht mehr bewältigen zu können. Damit einhergehend steigen auch die sozial bedingten gesundheitlichen Folgen.

Resilienzfaktoren junger Menschen

Im Zuge der Corona-Pandemie hat sich der Anteil von Jugendlichen mit psychosozialen Belastungen deutlich erhöht. In einer zuvor nie dagewesenen Weise haben sich Alltag und Krise in der Lebenswelt junger Menschen vereint. Insbesondere vulnerable Gruppen junger Menschen sind daher auf eine gezielte Förderung von Ressourcen und Resilienz angewiesen, nicht nur um die akute Krise zu bewältigen, sondern auch um langfristigen psychosozialen Folgen begegnen zu können. Dabei ist klar, dass diese Förderung sich nicht nur auf die jungen Menschen bezieht. Die Förderung psychosozialer Gesundheit ist auf nachhaltige, krisenresiliente Strukturen in den kommu-

nalen Einrichtungslandschaften angewiesen.¹

Psychosoziale Ressourcen bildungsbenachteiligter junger Menschen in der Pandemie – Erkenntnisse der co*gesund Studie

Von Januar 2022 bis August 2023 wurde die Studie co*gesund als Kooperationsprojekt zwischen der Hochschule Bielefeld und Hochschule für Gesundheit in Bochum durchgeführt und durch das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW (MAGS NRW) gefördert. Betrachtet wurden die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die psychosoziale Gesundheit und Gesundheitsförderung bildungsbenachteiligter Jugendlicher, die im Übergang zwischen Schule und Ausbildung bzw. Beruf stehen. Ziel der Untersuchung war herauszufinden, wie sich die Pandemie auf die psychosoziale Gesundheit Jugendlicher in NRW auswirkt, welche Ressourcen ihnen in der Übergangsbewältigung zur Verfügung stehen und welche Maßnahmen in den Settings Schule und berufsvorbereitenden Maßnahmen sich förderlich oder hinderlich auf die psychosoziale Gesundheit der Jugendlichen auswirken. Aus den Erkenntnissen eines Literaturreviews², Interviews mit Fachkräften, Gruppendiskussionen mit Jugendlichen³ sowie abschließenden Workshops mit Fachkräften und Jugendlichen wurden konkrete Handlungsempfehlungen für die Gestaltung von Gesundheitsförderung entwickelt. Dabei wurden vier zentrale Handlungsfelder herausgearbeitet (vgl. Abb. 1), die sich auf die politischen und gesellschaftlichen Akteure (äußere Kreise = Makroebene) sowie auf Fachkräfte und Institutionen (innere Kreise = Mesoebene) beziehen.

(Krisen-)resiliente Strukturen kommunaler Netzwerke

Während der Corona-Pandemie wurden die Bedürfnisse und Bedarfe junger Menschen zu wenig berücksichtigt. Für das Wohlbefinden und gesunde Aufwachsen wesentliche Rahmenbedingungen, wie z. B. die soziale und strukturgebende Funktion von Schule oder die Relevanz von Ausgleich in der Freizeit und offenen Angeboten der Jugendarbeit, wurden durch die Infektionsschutzmaßnahmen massiv beeinträchtigt. Vorhandene Unterstützungsangebote konnten diesen Effekt nicht auffangen, da sie selbst in ihrer Arbeitsweise und den Kontaktmöglichkeiten stark eingeschränkt und bestehende Schnittstellenproblematiken im Gesundheits- und Sozialwesen verstärkt wurden. Folgendes Zitat verdeutlicht, wie Ju-

gendliche an bürokratischen Hürden scheitern, durch Versorgungslücken fallen oder keine auf ihre Situation passenden Angebote finden:

*„Ich hatte schon zwei Selbstmordversuche gehabt, einmal mit Alkohol, einmal einfach mir meine Ader aufzuschneiden. Bin jetzt aber auch auf den Weg wieder der Besserung. Weil, wie gesagt, seit sechs Monaten will jetzt auch in der Tagesklinik anfangen, sobald ich 18 bin, weil jetzt ist ja das Doofe, ich werde nächsten Monat 18, vorher kann ich nicht anfangen, weil ich genau dazwischen bin.“ (Jugendliche*r in einer Gruppendiskussion, Sept. 2022)*

Die Förderung psychosozialer Gesundheit beginnt mit der Überwindung von Sektorengrenzen und der Schaffung von Strukturen, die junge Menschen zwischen dem Sozial-, Bildungs- und Gesundheitswesen im Sinne eines Case Management Prozess begleiten. Dabei darf weder das Alter (Volljährigkeit) noch die Form der Beeinträchtigung Exklusionskriterium sein, die für die betreffende Person relevante Unterstützungsleistung zu erhalten.

Lebensweltorientierte Gesundheitsförderung

In der Pandemie zeigte sich der zentrale Einfluss der Lebenswelt Jugendlicher auf ihre physische, mentale und soziale Gesundheit besonders deutlich. Durch den engen Zusammenhang zwischen Bildungserfolg und sozialer sowie ökonomischer Teilhabechance sehen sich Jugendliche insbesondere in der Lebenswelt Schule einem besonders hohen Leistungsdruck ausgesetzt:

*„Und vielleicht auch das Verständnis zu haben, dass man Fehler machen darf. Dass man nicht mit 16 entscheiden muss, was man 50 Jahre danach arbeiten möchte. Sondern, dass Fehler gemacht werden dürfen.“ (Berufsberater*in in einem Workshop, Nov. 2022)*

Fehlt zusätzlich zu dem erlebten gesellschaftlichen Druck die Unterstützung aus dem sozialen Umfeld, kann dies zu einem unüberwindbaren Hindernis und einer direkten Gesundheitsgefährdung durch Leistungsdruck und Versagensängste werden.

Handlungsstrategien und Konzepte zur Förderung psychosozialer Ressourcen

Auf fachlicher und institutioneller Ebene sind drei zentrale Strategien der Gesundheitsförderung umzusetzen: „Partizipation“, „Settingansatz“ und „Empowerment“. Sie bauen aufeinander

der auf und verstärken sich gegenseitig.

Partizipationsmöglichkeiten stärken

Jugendliche fühlten sich (nicht nur) während der Pandemie unzureichend wahrgenommen und repräsentiert. In dem stark institutionalisierten Aufwachsen werden ihnen wenig Möglichkeiten eingeräumt, ihre Lebenswelten aktiv mitzugestalten. Gerade Jugendliche aus vulnerablen Gruppen erleben, dass Freiräume eher eingeschränkt als eröffnet und Aktivitäten eher fremd- als selbstbestimmt werden. Jugendliche sehen insbesondere im Schulsystem, das für sie vielfach nicht mit Erfolg oder positiven Erfahrungen verbunden ist, Änderungsbedarf:

*„Und ich glaube, was ich auf jeden Fall wichtig finde, ist die Sache mit dem Schulsystem. Dass sich am Schulsystem was ändert, ist ein Riesenbaustein, die Schule und Zukunft auch folgender Generationen der Kinder, Geschwister und dergleichen was verbessern würde. Damit sie nicht dieselben Probleme haben, wie wir jetzt.“ (Jugendliche*r in einem Workshop, Nov. 2022)*

Gehör finden, Mitgestalten und Mitbestimmen sind nicht nur vielfach geäußerte Wünsche, sondern auch wichtig für eine positive Entwicklung und Selbstbefähigung von Kindern und Jugendlichen.

Settings gesundheitsförderlich gestalten

Fachkräfte aus dem Setting Schule berichteten z. B. über fehlende Vernetzung und Expertise, insbesondere im Hinblick auf die psychische Gesundheit von Jugendlichen:

*„Aber ich bin kein Psychologe. Wir haben das [Traumabewältigung] natürlich in Gesprächen, wenn sie sich geöffnet haben, haben wir natürlich mit ihnen gesprochen, aber darin haben wir keine Expertise, also leider keine Expertise. Jetzt natürlich die empathische Expertise, aber nicht die psychologische Basis.“ (Schulsozialarbeiter*in in einem Interview, Juni 2022)*

Wo es an Kompetenz zur Adressierung von Gesundheitsförderung mangelt, bleiben Gesundheitsressourcen unerkannt. Die Zusammenarbeit zwischen Fachkräften innerhalb (z. B. Lehrkräfte und Schulsozialarbeitende) sowie außerhalb eines Settings stellt somit einen zentralen Erfolgsfaktor für gelingende Unterstützungsarbeit und Gesundheitsförderung in Lebenswelten dar. Dies gilt nicht nur für die Schule, sondern auch für andere formelle sowie informelle Settings in den Lebenswelten der jungen Menschen. Die Settings müssen

den Rahmen bieten, in dem sich Jugendliche sicher und gern aufhalten und wohlfühlen. Das bedeutet, es werden bspw. individuelle Rückzugsräume benötigt oder auch Möglichkeiten für den gemeinsamen Austausch mit der Peergroup. Die Jugendlichen benötigen Raum für Beziehungsaufbau mit Gleichaltrigen und zuverlässige erwachsene Ansprechpersonen, die sie mit ihren Sorgen adressieren können.

Empowerment durch Selbstwirksamkeit und Resilienz

Während der Pandemie wurde jungen Menschen die Möglichkeit genommen, in sozialen Situationen Erfahrungen zu sammeln. Die Pflege sozialer Beziehungen außerhalb der Familie und der Aufbau neuer Kontakte waren phasenweise nicht möglich oder wurden erheblich beeinträchtigt. Für die Berufsorientierung wichtige Erfahrungen z. B. aus Praktika fehlten und führen bis heute zu Unsicherheiten bei der Ausbildungs- und Berufswahl, zu Sorge um „Fehl-“entscheidungen und negativer Selbsteinschätzung:

*„Wenn ich Jugendliche gerade frage: [...] ‚Warum weiter zur Schule, warum gehst du nicht in den Beruf?‘, dann sagen die mir: ‚Ich kann das noch nicht.‘ ‚Ich traue mir das tatsächlich noch nicht zu.“ (Berufsberater*in im Interview, Juni 2022)*

Perspektiven der Jugendlichen

Die jungen Menschen treiben vielfältige Fragen und Interessen um, die sie in ihren Lebenswelten häufig nicht adressieren können. Zwei Zitate machen dies am Beispiel Schule deutlich:

*„Angepasster Unterricht. Nicht einfach nur Wissen, Schulwissen. Sondern wirklich lebensnotwendige hauswirtschaftliche Sachen. Wie macht man auch Steuern? Wie man sich eine Wohnung mietet, dergleichen. Rechnungen bezahlen.“ (Jugendliche*r in einem Workshop, Nov. 2022)*

„Inflation, Krieg. Das wird zum Beispiel hier im Unterricht komplett ausgeblendet. Als das gerade losging mit Ukraine und so weiter, da hatten wir noch Politik gehabt. Unser Lehrer, der hat strikt sein Scheiß-EU-Thema durchgezogen. Da hätte ich dem [Lehrer] am liebsten links, rechts eine geknallt.“

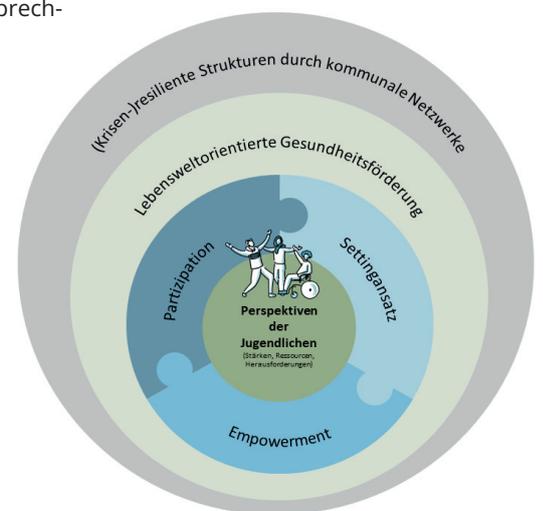


Abbildung 1. Handlungsfelder für Gesundheitsförderung junger Menschen im Übergang von der Schule in die Ausbildung und Beruf

Was soll der Scheiß? Wir haben so viele aktuelle politische Themen, worüber man reden kann - worüber man reden muss!" (Jugendliche*r in einer Gruppendiskussion, Sept. 2022)

Insgesamt zeigte sich in der Studie co*gesund, dass die Pandemie bereits existierende Strukturprobleme in der Versorgung (z. B. Zugang zu Ressourcen, Schwierigkeiten mit und innerhalb der Unterstützungssysteme) weiter verschärfte – mit negativen Auswirkungen auf die Gesundheit, das allgemeine Wohlbefinden und die Chancen benachteiligter Jugendlicher, sich gesund zu verwirklichen.

Aus den Erkenntnissen lassen sich folgende Handlungsempfehlungen ableiten:

- Kommunale Netzwerke müssen so geschaffen werden, dass sie auch in Krisenzeiten und unter Berücksichtigung aktueller gesellschaftlicher Herausforderungen zuverlässige und zugängliche Unterstützung, Beratung und Begleitung für junge Menschen gewährleisten.
- Gesundheitsförderung und Prävention müssen sektorenübergreifend als Querschnittsaufgabe geplant und umgesetzt werden und praktische Unterstützung in den Lebens- und Alltagswelten der jungen Menschen ansetzen (z. B. Schule, Ausbildung, Freizeit, Familie).
- Institutionelle Strukturen, Handlungskonzepte und Fachkräfte müssen in ihren jeweiligen Wirkungsstätten strukturelle Beteiligungsmöglichkeiten schaffen, um Partizipation systematisch zu ermöglichen. Hier sind nicht nur Schulen gefragt, sondern auch alle anderen Aktionsräume der Jugendlichen und die Akteure, die in ihnen tätig sind.
- Eine konsequente Gesundheitsförderung erfordert die strukturelle Einbindung und enge Vernetzung mit allen relevanten Stakeholdern auch über das eigene Setting hinaus.
- Jugendliche brauchen Gelegenheiten, ihre Stärken und Interessen in sozialen Kontexten zu erleben. Fachkräfte sind gefordert, dies durch eine konsequent ressourcenorientierte Haltung, die nicht auf Risikofaktoren, sondern auf die Stärkung und den Ausbau sozialer Ressourcen fokussiert, zu unterstützen. Diese Empfehlung steht in direktem Bezug zu (krisen-)resilienten kommunalen Netzwerken und lebensweltorientierter Gesundheitsförderung, da insbesondere auch Makrostrukturen wie Bildung und Mobilität als Ressourcen zu fördern sind.
- Jugendliche müssen insbesondere mit ihren Interessen und Stärken, aber auch Herausforderungen und Problemlagen im Zentrum professionellen und politischen Handelns stehen.

Autor*innenhinweis:

Karen Heid, M.A., Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der HS Bielefeld, Fachbereich Sozialwesen. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Aufwachsen und Jugend, Jugendgesundheit, Benachteiligung (insb. Klassismus), Multiple Krise und gesellschaftlicher Wandel.
Email: karen.heid@hsbi.de

Maja Kuchler, M.Sc., Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der HS Gesundheit Bochum, Department für Angewandte Gesundheitswissenschaften. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Kinder- und Jugendgesundheit, Partizipation in Gesundheitsförderung.
Email: Maja.Kuchler@hs-gesundheit.de

Anna Lena Rademaker, Prof.in Dr.in, Professorin für Soziale Arbeit im Gesundheitswesen an der HS Bielefeld, Fachbereich Sozialwesen. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: lebensweltbezogene Gesundheitsförderung insbes. in der Kinder- und Jugendhilfe, Soziale Arbeit im Gesundheitswesen, Klinische Sozialarbeit und Soziale Diagnostik.
Email: anna-lena.rademaker@hsbi.de

Eike Quilling, Prof.in. Dr.in., Professorin für Gesundheitspädagogik und -kommunikation und Vizepräsidentin für Forschung und Transfer an der HS Gesundheit Bochum, Department für Angewandte Gesundheitswissenschaften. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Kommunale Gesundheitsförderung und Prävention, Intersektorale Kooperation in der lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung und Prävention, Gesundheitsförderung im Kontext Sozialer Arbeit, Gesundheitsförderungskultur, Partizipationskultur im Setting. Email: Eike.Quilling@hs-gesundheit.de

Förderung psychosozialer Gesundheit junger Menschen in der Jugendsozialarbeit

Präventive Angebote der Gesundheitsförderung sollten allen Kindern und Jugendlichen verstärkt zugänglich gemacht werden. Dies kann nur gelingen, wenn Gesundheitsförderung nicht länger an „Projektitis“ krankt, sondern strukturell in Einrichtungskonzepten verankert und finanziell abgesichert wird. Partizipation, Ressourcenorientierung und Empowerment sind dabei wesentlich in den Blick zu nehmen. Gleichsam ist bekannt, dass an den Stellen, an denen es eine strukturelle Verortung gibt, Gesundheitsförderung als Bestandteil der professionellen Arbeit etabliert werden kann und Verhältnisse geschaffen werden, die Jugendlichen auch in Krisenzeiten ein nachhaltig gesundes Aufwachsen ermöglichen. Die Kinder- und Jugendhilfe leistet unverzichtbare Arbeit im Bereich der Gesundheitsförderung, reklamiert diesen Anspruch jedoch zu selten explizit.⁴ Das implizite gesundheitsförderliche Handeln, das den Prinzipien der Sozialen Arbeit innewohnt, stärker zu explizieren und die Bedeutung der Sozialen Arbeit für die Gesundheitsförderung zu betonen, ist unbedingt erforderlich, um als starke Partnerin auf Augenhöhe wahrgenommen zu werden.

Literatur:

¹ Rademaker, A. L., & Quilling, E. (2022). Projekte sind gut-Strategien sind besser!? Potenziale integrierter Strategien zur kommunalen Gesundheitsförderung. *Forum sozialarbeit + gesundheit*, 3, 6–11.

² Kuchler, M., Beckmann, S., Habig, C., Heid, K., Rademaker, A. L., & Quilling, E. (2022). Well-Being during the Pandemic: Insights from a Rapid Review on the Mental Health of Disadvantaged Youth and Young Adults. *Sustainability*, 14(19). <https://doi.org/10.3390/su141912730>

³ Heid, K., Kuchler, M., Beckmann, S., Habig, C., Rademaker, A. L., & Quilling, E. (2023). Psychosoziale Gesundheit benachteiligter Jugendlicher. *Lebensweltbezogene Gesundheitsförderung im Übergang von Schule in den Beruf in und nach der Corona-Krise. Zeitschrift für Klinische Sozialarbeit*, 14(19), 7–9. <https://doi.org/10.3390/su141912730>

⁴ Rademaker, A. L. (2022). Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe. *FORUM Jugendhilfe*, 2, 4–12.

IMPRESSUM

jugendsozialarbeit aktuell
c/o LAG KJS NRW
Kleine Spitzengasse 2 - 4
50676 Köln
E-MAIL: aktuell@jugendsozialarbeit.info
WEB: www.jugendsozialarbeit.info

jugendsozialarbeit aktuell (Print)
ISSN 1864-1911
jugendsozialarbeit aktuell (Internet)
ISSN 1864-192X

VERANTWORTLICH: Stefan Ewers
REDAKTION: Franziska Schulz
DRUCK/VERSAND: SDK Systemdruck Köln

