

ZUSAMMENFASSUNG

Evaluation von roundabout - ein Tanzangebot für Mädchen und junge Frauen

Analyse der Wirksamkeit, Prozesse und Strukturen im Hinblick auf Gesundheitsförderung und Stärkung von Lebenskompetenzen

Mit Unterstützung von **Gesundheitsförderung Schweiz**



Bericht zuhanden von **Blaues Kreuz Prävention + Gesundheitsförderung**



Andrea Zumbrunn, Holger Schmid, Cornelia Roesch
Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Soziale Arbeit
Institut Soziale Arbeit und Gesundheit

Olten, 30. Juni 2012

Ausgangslage

roundabout ist ein nationales Streetdance-Netzwerk für junge Frauen zwischen 12 und 20 Jahren. Zurzeit bestehen in 11 Kantonen der Deutschschweiz rund 90 roundabout-Gruppen. Das Projekt wurde im Jahr 2000 vom Blauen Kreuz, Prävention + Gesundheitsförderung, initiiert. roundabout will junge Frauen in ihrer Einzigartigkeit unterstützen und sie dazu ermutigen, liebevoll mit sich selbst umzugehen. Junge Frauen bei roundabout sollen regelmässig und gerne körperlich aktiv sein, in eine Gruppe integriert sein, einen wertschätzenden zwischenmenschlichen Umgang untereinander pflegen und insgesamt ein gesundes Selbstbewusstsein entwickeln, das sie vor gesundheitsschädigendem Verhalten bewahrt.

Zielsetzung

Die Hochschule für Soziale Arbeit (FHNW) bekam den Auftrag, das Projekt im Vergleich zu anderen Gruppen-Freizeitaktivitäten von Mädchen und jungen Frauen auf seine Wirksamkeit hin zu evaluieren. Die Forschungsfragen betreffen erstens den Unterschied von roundabout zu anderen Gruppen-Freizeitaktivitäten hinsichtlich gesundheitsförderlicher Aspekte, zweitens die zusätzlichen Gesundheitseffekte, welche roundabout mit seinen spezifischen Strukturen und Prozessen erreicht, und drittens die Wirkungen auf die Gesundheit und das Gesundheitsverhalten der Teilnehmerinnen im Längsschnitt (nach sechs Monaten). Zudem führte das Blaue Kreuz eine Selbstevaluation durch, welche den Fokus auf die Umsetzung von roundabout legte, und Strukturen und Prozesse im Detail beleuchtete.

Datengrundlagen und Methodik

Um die Fragestellungen der Fremdevaluation zu prüfen, wurde ein Untersuchungsplan mit dem Vergleich von drei vorgegebenen Gruppen und zwei Messzeitpunkten gewählt. Bei den drei Gruppen handelte es sich um Teilnehmerinnen des Angebots roundabout, um Teilnehmerinnen konventioneller Tanzangebote und um Teilnehmerinnen unterschiedlicher Freizeitangebote wie Sportvereine oder Jugi. Im Zeitraum von Juni 2011 bis Januar 2012 wurden insgesamt 388 Mädchen und junge Frauen einmalig und 200 im Längsschnitt befragt. Die Teilnehmerinnen gehörten bei der Erstbefragung zu 71% roundabout, zu 9% konventionellen Tanzangeboten und zu 14% anderen Gruppen-Freizeitaktivitäten an. 6% waren in keiner Gruppen-Freizeitaktivität. Der Datenzugang erfolgte unterschiedlich und teilweise mehrgleisig. Während sich bei roundabout eine Vollerhebung durchführen liess, da alle Gruppen bekannt sind, wurde bei Tanzschulen und Schulen über das elektronische Telefonbuch (telsearch) für einige Deutschschweizer Kantone eine Auswahl getroffen. Die Ergebnisse sind damit nicht für die gesamte Deutschschweiz oder alle Gruppen-Freizeitaktivitäten repräsentativ. Die Mädchen und jungen Frauen wurden anschliessend über ihre Tanzleiterinnen oder Lehrpersonen zur Studienteilnahme angefragt. Die Befragung der Mädchen und jungen Frauen erfolgte online (EFS-Survey). Die statistische Analyse wurde mit SPSS V19 durchgeführt.

Ergebnisse

Unterschiede im Gesundheitsverhalten zwischen roundabout und anderen Gruppen-Freizeitangeboten

Im Vergleich zu konventionellen Tanzangeboten haben roundabout Befragte einen tieferen sozioökonomischen Status. Der Anteil Mädchen mit ausländischer Nationalität oder Mädchen mit Übergewicht - als "klassische" Zielgruppen der Gesundheitsförderung - ist bei roundabout nicht höher als in den anderen Untersuchungsgruppen. roundabout-Befragte und Teilnehmerinnen konventioneller Tanzangebote leben häufiger in der Stadt als die übrigen Studienteilnehmerinnen. Schliesslich sind roundabout-Teilnehmerinnen im Schnitt deutlich kürzer bei der Gruppenaktivität dabei als die übrigen Befragten. Ein Grund dafür ist sicherlich der Umstand, dass die meisten roundabout-Gruppen Mädchen erst ab 12 Jahren aufnehmen, während Vereinsmitgliedschaften wie z.B. in Turnvereinen mit jüngerem Alter möglich sind.

roundabout-Teilnehmerinnen haben ein positiveres Gesundheitsverhalten als gleichaltrige Schweizer Mädchen: Sie bewegen sich häufiger im Alltag, machen häufiger Sport und weisen, gemessen am Früchte- und Gemüsekonsum, eine gesündere - d.h. häufiger den Empfehlungen entsprechende - Ernährung auf. Sie rauchen seltener als der Schweizer Durchschnitt und konsumieren seltener Alkohol. Dieses positive Gesundheitsverhalten trifft nicht nur auf rounda-

bout- sondern ebenfalls auf Teilnehmerinnen von konventionellen Tanzangeboten und anderen Gruppenfreizeitaktivitäten zu. Die Sozialisation in einem Gruppen-Freizeitangebot scheint ganz allgemein das positive Gesundheitsverhalten bei Mädchen und jungen Frauen zu unterstützen und zu stärken.

Zusätzliche Gesundheitseffekte von roundabout

Das Angebot roundabout entspricht Mädchen, welche neben dem Tanzen stark den sozialen Austausch zu anderen Teilnehmerinnen suchen. roundabout-Teilnehmerinnen sehen das Angebot insgesamt stärker als Möglichkeit, um soziale Beziehungen zu leben und Freundinnen und Freunde zu treffen, als die übrigen Studienteilnehmerinnen, insbesondere als Teilnehmerinnen von konventionellen Tanzangeboten. Werte wie Solidarität und Wertschätzung in der Gruppe zu leben wird bedeutsamer eingeschätzt als von den übrigen Befragten. Neben dem häufigeren sozialen Austausch entsteht bei roundabout ein stärkeres Gruppengefühl als bei konventionellen Tanzangeboten. roundabout bietet seinen Teilnehmerinnen häufiger Ansprechpartnerinnen in der Gruppe und eine Vertrauensbeziehung zur Gruppenleiterin. Sich in der Gruppe wohlfühlen, wurde gleichermassen von allen Befragten als Verbleibgrund erwähnt. Mit dem institutionalisierten Zusammensein nach den Trainings und den sporadisch und zusätzlichen gemeinsamen Aktivitäten, kommt roundabout den sozialen Bedürfnissen der Mädchen nach und bietet ihnen gleichzeitig einen suchtmittelfreien Raum für den sozialen Austausch in der Freizeit. Hierbei unterscheidet sich roundabout strukturell deutlich von vielen konventionellen Tanzangeboten.

Gute Leistungen zu erbringen, ist für Teilnehmerinnen von konventionellen Tanzangeboten bzw. weiteren Freizeitaktivitäten signifikant wichtiger als für roundabout-Teilnehmerinnen. Dasselbe gilt für das Erlernen und die Vermittlung von Kompetenzen sowie die Bedeutung von Wettkämpfen und Auftritten, welche für roundabout-Teilnehmerinnen eine geringere Bedeutung haben - und dies, obwohl roundabout-Gruppen häufiger bei Wettkämpfen teilnehmen als andere Gruppen-Freizeitaktivitäten. roundabout spricht somit insbesondere Mädchen an, welchen der Leistungsgedanke beim Tanzen weniger wichtig erscheint, wodurch sie in einer konventionellen Tanzgruppe möglicherweise nicht mitmachen würden oder könnten. Für rund zwei Fünftel der befragten roundabout Mädchen ist das Leistungsniveau aber zu tief, sie thematisieren eine Weiterentwicklung der roundabout-Gruppe in Richtung mehr Disziplin und Professionalität - konkrete Vorschläge sind körperlich anstrengendere, häufigere oder diszipliniertere Trainings bzw. häufigere Wettkämpfe.

Gesundheitseffekte im Längsschnitt

Sechs Monate nach der Erstbefragung zeichnet sich insgesamt eine Stabilisierung des positiven Gesundheitsverhaltens bei roundabout-Teilnehmerinnen ab: Die sportliche Aktivität ist unverändert hoch, die körperliche Aktivität im Alltag hat abgenommen - dies ist aber zumindest teilweise auf den Umstand zurückzuführen, dass die Nachbefragung im Winter stattfand und Bewegungsmöglichkeiten im Winter geringer sind. Bei der Ernährung zeichnete sich ebenfalls eine unveränderte Situation ab. Der Anteil Raucherinnen bei roundabout-Teilnehmerinnen ist weiterhin gering. Einzig der Alkoholkonsum hat in den sechs Monaten zugenommen, bleibt aber weiterhin deutlich unter dem Niveau der Gesamtschweiz. Diese Ergebnisse gelten sowohl für roundabout Befragte wie auch für die übrigen Studienteilnehmerinnen.

Bei der gesundheitlichen Lebensqualität lässt sich bei Befragten von roundabout ebenfalls eine Stabilisierung erkennen, anders als bei den übrigen Studienteilnehmerinnen, deren gesundheitliche Lebensqualität über die Zeit abnahm. Für die Jugendphase ist bekannt, dass die gesundheitliche Lebensqualität im Verlauf der Pubertät abnimmt, insbesondere bei Mädchen. Eine Abnahme bildet somit die zu erwartende Tendenz ab, von welcher sich roundabout-Befragte positiv abheben. Zusammen mit den gleichbleibenden Werten beim Selbstwert und der Selbstwirksamkeitserwartung ergibt sich ein stabiles Gesamtbild der psychischen Befindlichkeit der roundabout-Befragten.

Diskussion der Ergebnisse und Schlussfolgerungen

roundabout steht für eine gute Kombination aus vertrauter Gemeinschaft und Geselligkeit mit Gleichaltrigen und einer trendy Sportart, welches den Bedürfnissen der Mädchen zu entsprechen scheint. Durch die explizit geforderte Kultur der Wertschätzung und Solidarität bei roundabout und die verbalen Ermutigungen der Teilnehmerinnen durch die Gruppenleiterinnen scheint das Potential für selbstwert- und selbstwirksamkeitsstärkende Erfahrungen und Erlebnisse bei roundabout hoch und strukturell institutionalisiert. Das Mädchen-spezifische Setting unterstützt dies zusätzlich. Da sowohl das positive Gesundheitsverhalten wie auch der Gesundheitszustand der Mädchen bei roundabout sehr stabil über die Zeit bleibt, ist zu vermuten, dass die Teilnahme bei roundabout die Mädchen in der herausfordernden Phase der Adoleszenz unterstützt, einen gesunden Lebensstil aufrecht zu erhalten und zu festigen. Dies stimmt in Bezug auf spätere Entwicklungen positiv, wenn man bedenkt, dass gesundheitsförderliche Verhaltensweisen von Jugendlichen tendenziell bis ins Erwachsenenalter beibehalten werden. Der isolierte Effekt von roundabout ist dabei schwierig zu ermitteln. Zudem wurden in der vorliegenden Studie die Mädchen und jungen Frauen nicht bei Eintritt in die roundabout-Gruppe befragt, d.h. es sind Effekte von roundabout auf den Selbstwert zu einem früheren Zeitpunkt zu vermuten.

Diese Erkenntnisse treffen gleichermassen auf andere Gruppen-Freizeitaktivitäten zu, zeigen doch alle Befragte unabhängig von ihrer Gruppenzugehörigkeit ein positives Gesundheitsverhalten und eine hohe gesundheitsbezogenen Lebensqualität und Selbstwirksamkeitserwartung. roundabout erzielt einen zusätzlichen Gesundheitsförderungseffekt damit, dass es bei der sozialen Gesundheit ansetzt, die spezifischen sozialen Bedürfnisse der Mädchen bedient und sie - relativ - unabhängig von ihren sportlichen und personalen Kompetenzen in ein Bewegungsangebot jenseits der traditionellen Vereinslandschaft integriert. Für die Schweiz weiss man denn auch, dass weniger als ein Drittel der 15-jährigen Jugendlichen gemäss ihren Angaben Mitglied in einem Verein, einer Organisation oder einem Club ist (organisierte Freizeitaktivität). Denkbar sind daher besondere Zielgruppen von roundabout wie Mädchen mit Wohnortwechsel und daher ohne lokale Verankerung, oder Kinder von Eltern ohne sportliche Vereinszugehörigkeit und damit mit fehlender "Vereinssozialisation". Der häufige Austausch mit Gleichaltrigen nach der Schule oder auch abends geht bei den roundabout Befragten nicht mit einem erhöhten Substanzkonsum einher, welches sich in anderen Studien bei Aktivitäten ausserhalb von organisierten Freizeitaktivitäten gezeigt hatte.

Weitere strukturelle Stärken von roundabout sind das Leben einer positiven Peer-Kultur zwischen Gruppenleitung und Teilnehmerinnen. Die Gruppenleiterinnen sind teilweise nur geringfügig älter als die Teilnehmerinnen und können so als unmittelbares Vorbild wirken. Die Nachteile dieses Ansatzes wie bspw. eine Überforderung der Leiterinnen zeigten sich nur ansatzweise. Diese Struktur unterscheidet roundabout stark von kommerziellen Tanzangeboten, während bei Vereinsfreizeitaktivitäten wie Pfadi oder auch im Fussballclub ähnliche Konstellationen denkbar sind. Mit der Möglichkeit, Nachwuchsleiterin zu werden, bietet roundabout auch für tänzerisch starke Mädchen eine Option, längerfristig bei roundabout dabei zu bleiben und weiterhin von roundabout zu profitieren. Auch kennzeichnet sich roundabout durch einen partizipativen Charakter, welcher sich bei Projekten der Gesundheitsförderung bewährt hat: Die Zielgruppen werden in das Projekt miteinbezogen, können es mitgestalten, es an ihren Bedürfnissen ausrichten und sich somit (teilweise) zu eigen machen.

Wegen seiner niederschweligen Strukturen wäre eine Weiterentwicklung von roundabout zu begrüssen, welche auf eine stärkere Einbindung von bildungsfernen oder ausländischen Mädchen setzt und damit das Potential für gesundheitsförderliche Effekte besser ausschöpft. So könnte erfasst werden, inwiefern roundabout bei Mädchen mit teilweise geringen gesundheitsbezogenen Ressourcen und Kompetenzen aufbauend wirken kann. Ebenfalls sehr zu begrüssen wären der flächendeckende Aufbau von roundabout kids, wodurch die Teilnehmerinnen länger in den roundabout-Strukturen verweilen könnten.