Praxis der Jungenarbeit 6

„Wir Indianer kennen keinen Schmerz!“
Gesundheitsförderung in der Jungenarbeit verankern

DAS PARITÄTISCHE JUGENDWERK

LANDSCHAFTS VERBAND RHEINLAND LVR
Qualität für Menschen

lag jungenarbeit
Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in Nordrhein-Westfalen e.V.

Impressum

Herausgeber:
Landschaftsverband Rheinland/Dez. 4 „Schulen, Jugend“
PARITÄTISCHES Jugendwerk NRW
Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NW e. V.

Redaktion: Alexander Mavroudis
Gestaltung: Alexander Schaefer, Köln
Fotos: hps (Titel, S. 12, 26, 48, 76, 116), Stefan Melulis, Oberhausen (S. 38, 43), Markus Kringe, Köln (S. 51), Karl-Heinz Klücken, Wülfrath (S. 95), Karsten Husinger, Siegburg (S. 102)

Druck: Druckerei des Landschaftsverbandes Rheinland
Auflage: 500

Gefördert mit Mitteln aus dem Kinder- und Jugendförderplan NRW.

Köln, August 2006

Bezugsanschrift: Landschaftsverband Rheinland,
Dez. 4 „Schulen, Jugend“, Frau Breyer, 50663 Köln,
Telefax 0221/809-6252; E-Mail: hendrika.breyer@lvr.de
Kosten: 5,- EUR

Praxis der Jungenarbeit

6

Dokumentation
der sechsten Konferenz
Praxis der Jungenarbeit

„Wir Indianer kennen keinen Schmerz!“
Gesundheitsförderung in der Jungenarbeit verankern

am 08.12.2005
in Köln

Eine Veranstaltung von
Landesjugendamt Rheinland
PARITÄTISCHES Jugendwerk NRW
Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NW e. V.

Inhalt

Vorwort **7**

Teil A: Der Fachvortrag

Gesundheits- und Entwicklungsprobleme von jungen Männern – Warum wir dringend eine stärkere Jungenförderung benötigen
Prof. Dr. Klaus Hurrelmann, Universität Bielefeld 13

Teil B: Die Praxisforen

Forum 1
„Dieter Bohlen meets Sexualpädagogik" – Urogenitale und sexuelle Gesundheitsvorsorge in der Jungenarbeit
Martin Gnielka, pro familia Beratungsstelle Köln-Zentrum 29

Forum 2
„K(l)eine Helden in Not" – ist Gesundheit ein Thema für Jungs? Aspekte der vernetzten Gesundheitsförderung von Kindern und Familien in der Offenen Arbeit im Sozialraum Alt Oberhausen
Stefan Melulis, Ruhrwerkstatt e.V., Oberhausen 39

Forum 3
Leistung und Erfolg im Sport – und was das mit Gesundheit zu tun hat
Markus Kringe, „Coaching – Training – Konfliktmanagement", Köln 49

Forum 4
„Schmeckt Dir das?!" – Jungenarbeit mit Schülern der Sek. I
Mustafa Jannan, Städtisches Gymnasium Schmallenberg 57

Forum 5
Ernährung, Bewegung und Gesundheit Jungs frühzeitig „schmackhaft“ machen
Präventive Arbeit mit Schülern im Primarbereich. Bericht aus dem Modellprojekt „STARK“ an der KGS Neanderstraße, Mettmann
Karl-Heinz Klücken, Sozialdienst katholischer Männer und Frauen, Wülfrath 89

Forum 6
Gesundheitsförderung in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit – die Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA als mögliches Praxisfeld für Jungenarbeit
Karsten Heusinger, Kreisjugendamt Siegburg 101

Anhang

Presseerklärung „Leistungsabfall, Übergewicht, früherer Tod: Sechste LVR-Konferenz zur Jungenarbeit fordert eine jungenspezifische Gesundheitsförderung“ 117

Informationen zur Fachstelle Jungenarbeit in NW e.V., Dortmund 119

Die Dokumentationen der Konferenzen „Praxis der Jungenarbeit“ 1–5 124

Vorwort

Mit der sechsten Konferenz „Praxis der Jungenarbeit“ haben das Paritätische Jugendwerk NRW, die Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NW und der Landschaftsverband Rheinland, Landesjugendamt, ein Thema aufgegriffen, das sowohl heranwachsende Jungen als auch die Jungenarbeit seit den „Kinderschuhen“ begleitet: Gesundheit, der Umgang mit dem eigenen Körper, der eigenen Psyche, dem eigenen Wohlbefinden.

„Krankheit hat ein Geschlecht, sie ist männlich oder weiblich“, stellte die Weltgesundheitsorganisation (WHO) bereits 1986 fest. Im Jahr 1990 richteten dann Dieter Schnack und Rainer Neutzling mit ihrem Buch „Kleine Helden in Not“ den Blick auf jungenspezifische Gesundheitsaspekte. Mit umfangreichem Zahlenmaterial über und Beispielen für jungenspezifische Sucht-, (Selbst-)Gefährdungs- und Sterblichkeitsrisiken dokumentierten sie eindringlich die mit männlicher Sozialisation einhergehenden Probleme und Gefahren – zugleich ein wegweisender Impuls für die weitere Entwicklung von Jungenarbeit.

„Indianer kennen keinen Schmerz!“ Der Titel der Konferenz greift eine Redensart auf, die fast jeder Mann aus seiner Jugend kennt. So spiegeln sich in der Art und Weise, wie Jungen mit ihrem Körper, mit erfahrenem physischen oder psychischen Leid umgehen, auch die tradierten Bilder von Mann-Sein und die Erwartungen von Müttern, Vätern und anderen Bezugspersonen wider, die sie von klein auf kennen gelernt haben. Hier bewahrheitet sich der „alte“ Leitsatz von Jungenarbeit – wie sie hier verstanden wird –, dass Männlichkeit eben keine naturgegebene und damit unveränderliche Charaktereigenschaft ist, sondern ein soziales Phänomen, kulturell konstruiert und in stetiger Entwicklung befindlich.

Doch welche (Vor-)Bilder werden Jungen präsentiert?

Ein Blick in unsere Kultur- und Mediengeschichte seit Beginn der Industrialisierung zeigt es deutlich: Es fehlt weitgehend an männlichen Vorbildern, die vital und zufrieden alt geworden sind. Von van Goghs abgeschnittenem Ohr und schließlich der tödlichen Selbstverletzung mittels Schusswaffe, über James Deans Raserei mit seinem Porsche bis zum tödlichen Verkehrsunfall, von Curt Cobains verzweifeltem Selbstmord aus Angst vor dem Verlust seiner Authentizität durch seine Popularisierung mit dem beginnenden weltweiten Erfolg bis hin zu Freddy Mercurys Aidstod reicht hingegen

die sehr lange Liste jung verstorbener Popstars und berühmter Künstler. Selbstaufopferung für den Beruf, extreme Selbstgefährdungs- und Risikobereitschaft, nicht selten verbunden mit maßlosem Suchtmittelkonsum prägen immer wieder das männliche Image gerade in der globalen Rock- und Popkultur.

Bildet dagegen das Umfeld der Jungen in Deutschland ein gesundheitsförderndes Gegengewicht:
- Mit Leitsätzen wie „bleib fröhlich und gesund“ statt „Indianer kennen keinen Schmerz“?
- Mit zufrieden stellenden und verlässlichen zwischenmenschlichen Beziehungen, persönlicher Gesundheitsvorsorge, achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper, Gefühlen und sozialen Beziehungen?
- Mit Müsliriegeln und Vollwerternährung statt Chips?
- Mit dem seltenen und mäßigen Genuss legaler Suchtmittel?
- Mit Jogging statt des Kicks durch U-Bahnsurfen und Straßenrennen?

Bleibt Jungen, die immer häufiger einen Terminkalender „from 8 to 8“ wie ein gestresster Manager aufweisen, dafür überhaupt noch Zeit? Und sind Frauen nicht sowieso die besseren Experten für Gesundheit?

Gelingt es Männern heute zwischen Leistungsdruck und Arbeitslosigkeit oder der Angst davor überhaupt noch gesund zu leben? Ist es ihnen wichtig, die Kunst gesunden Lebens an die ihnen anvertrauten Jungen, an ihre Kinder weiter zu geben? Oder ist Gesundheit nicht einfach jederzeit kauf- und konsumierbar, wie es die Wellnesswelle aktuell behauptet? Und gibt es dafür nicht Sportstudios, die rund um die Uhr geöffnet haben? Ist damit Gesundheit nicht überhaupt sofort wieder mit Leistungsstress und Erfolg verknüpft? Müssen im Urlaub täglich einige 2000er-Gebirgspässe mit dem Motorrad oder dem Fahrrad in den Alpen bezwungen werden, wie es immer öfter Männer mittleren Alters betreiben, um Leistungsfähigkeit und körperliche Fitness, um es sich und anderen noch mal zu beweisen?

An wohlgemeinten Tipps zum Thema Gesundheit und Fitness fehlt es andererseits in den Dauerwurfsendungen und vielfältigen Aktionen der Krankenkassen und Gesundheitsbehörden nicht, auch wenn dort jungenspezifisches selten angesprochen wird. Gleiches gilt für das stetig wachsende Angebot der Pharmaindustrie, wo Sprays, Pillen, Salben usw. Heilung und allumfassendes Wohlbefinden versprechen. Spezielle Lifestyle-Zeitschriften für Männer wiederum erklären Männern Gesundheit bis ins kleinste

Detail, kein Lebensbereich bleibt davon verschont, wenn auch zum Preis allumfassender Konsum- und Leistungsorientierung.

Jungen und Gesundheit: kein Thema?

Woran mangelt es also, dass zwischen der Spannbreite selbstverachtender bzw. eines allumfassenden Gesundheitsfanatismus die Kunst gesunder Lebensführung in Deutschland unter Jungen und Männern so wenig entwickelt und bekannt ist und anscheinend zu selten gelebt wird, wie es uns die Statistiken leider immer noch bestätigen? So stellt der erste Datenreport des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend zur Gleichstellung von Frauen und Männern in Deutschland Ende 2005 fest: „Männer erleiden häufiger schwere und tödliche Arbeitsunfälle, begehen häufiger Selbstmord, rauchen und konsumieren mehr Alkohol und illegale Drogen – fühlen sich subjektiv aber gesünder als Frauen".

Bei „Jungen und Gesundheit" geht es um mehr als um einen modernistischen Zeitgeistdiskurs. Daran zu erinnern, war eines der Ziele der hier dokumentierten Konferenz. Die Praxis in der Kinder- und Jugendhilfe, aber auch in anderen Bereichen wie der Schule ist dauerhaft gefordert,

- physische Aspekte (wie gesunde Ernährung, Umgang mit Gesundheit/Krankheit, Körperwahrnehmung, Bewegung, Verhütung),
- psychische Aspekte (Umgang mit Ängsten, emotionale Kompetenz, die [Selbst-] Zufriedenheit der Jungen) sowie
- soziale Aspekte (der Zusammenhang von Armut und Gesundheit, die Sorge von Jungen um das Wohl Anderer) von Gesundheit zum Thema zu machen und Jungen hier Hilfestellungen und Antworten anzubieten.

Gesundheit bezeichnet eben nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern einen Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlseins. Anders formuliert geht es um die sehr grundsätzliche Frage der Selbstsorge als umfassende Kunst einer gesunden Lebensführung – und wie Jungenarbeit dazu beitragen kann, Jungen und junge Männer entsprechend zu unterstützen und zu fördern.

In der Tradition der bisherigen Konferenzen wurden diese Themen und Fragen auf zwei Ebenen diskutiert. Prof. Dr. Klaus Hurrelmann präsentierte Erkenntnisse der Gesundheitsforschung und leitete daraus Anfor-erungen für eine spezifische Jungenförderung ab. Er forderte sowohl im Bereich der Gesundheitsberatung und Gesundheitsförderung als auch bei der allgemei-

nen Entwicklungs- und Bildungsförderung gezielte Programme für junge Männer, vor allem für solche aus sozial benachteiligten Milieus. Sein dokumentierter Beitrag macht deutlich, warum die Leistungsförderung von Jungen und jungen Männern stärker in den Blick genommen werden muss, dass das Erlernen sozialer Regeln, der kompetente Umgang mit Konflikten sowie die Sensibilisierung für den eigenen Körper wichtige Erziehungsziele sind. Auch eine Männer-Quote in den erzieherischen Berufen wird erwogen, denn: Jungen und junge Männer brauchen Vorbilder, die ihnen im Prozess des „doing gender", der Konstruktion der eigenen, individuell ausformulierten männlichen Rollenidentität zur Seite stehen.

Wie es Fachmännern gelingen kann, Jungen zu erreichen und rund um das Thema Gesundheit zu fördern, zeigen die dokumentierten Praxisbeispiele. Nachzulesen sind Konzepte und Erfahrungen aus Projekten mit Jungen in Köln, Oberhausen, Schmallenberg, Wülfrath und dem Rhein-Sieg-Kreis, die jeweils unterschiedliche Aspekte von Gesundheit behandeln.

Ohne geschlechtersensiblen Blick geht es nicht. Die Fragen und Probleme, die sich aus den veränderten und sich verändernden Lebensbedingungen für die Gesundheit von Jungen (wie auch Mädchen) ergeben, stellen eine Querschnittsaufgabe für alle Fachkräfte und Institutionen dar, die Kinder und Jugendliche auf dem Weg des Erwachsenwerdens begleiten. Mit den hier dokumentierten Beiträgen wollen wir

- den interessierten und engagierten Akteuren vor Ort in den Einrichtungen und auf der kommunalen Ebene gute Argumente an die Hand geben, um Andere von der Wichtigkeit des Themas „Jungen und Gesundheit", jenseits aller Sparzwänge und ökonomischen Notwendigkeiten, überzeugen zu können;
- hilfreiche Impulse und Anregungen für Fachkräfte bieten, die geschlechtsbezogene Angebote durchführen oder aber planen.

Hierfür wünschen wir gutes Gelingen!

Michael Mertens
Landesrat, Leiter des
Dez. „Schulen, Jugend"
im Landschaftsverband
Rheinland

Dr. Volker Bandelow
Vorsitzender des
Paritätischen
Jugendwerkes NRW

Renato Liermann
Mitglied im Vorstand
der Landesarbeits-
gemeinschaft Jungen-
arbeit in NW e. V.

Teil A:

Der Fachvortrag

Gesundheits- und Entwicklungsprobleme von jungen Männern
Warum wir dringend eine stärkere Jungenförderung benötigen

Klaus Hurrelmann,
Professor an der Universität Bielefeld

In diesem Beitrag gebe ich zu Beginn einen knappen Überblick über die Ergebnisse der Gesundheitsforschung zur körperlichen und psychischen Befindlichkeit von Männern und Frauen. Diese Resultate zeigen: Die gesundheitliche Bilanz des männlichen Geschlechtes ist nicht zufrieden stellend. Vieles deutet daraufhin, dass sich immer mehr junge Männer schwer damit tun, ihre soziale Rolle zu definieren und ein lebbares Verständnis von Männlichkeit aufzubauen. Auf die gesundheitlichen und sozialen Folgen dieser Verunsicherung gehe ich im weiteren Verlauf des Textes ein, um anschließend einige Vorschläge für eine intensivierte Jungenarbeit und Jungenförderung zu unterbreiten.

Die gesundheitliche Situation des männlichen Geschlechts

In allen westlichen Gesellschaften leben heute Frauen sieben Jahre länger als Männer. Die Unterschiede der Lebenserwartung der beiden Geschlechter sind in den letzten beiden Jahrhunderten immer stärker geworden. Um 1900 betrug der Abstand der Lebenserwartung nur drei Jahre. Männer wurden im Durchschnitt 45, Frauen 48 Jahre alt. Heute beträgt die durchschnittliche Lebenserwartung bei der Geburt für eine Frau schon 81,5 Jahre, für einen Mann 75,9 Jahre.

Wie kommen diese Unterschiede zustande? Sie bauen sich schrittweise über den gesamten Lebenslauf auf. Schon bei der Geburt ist die Sterblichkeit von männlichen Säuglingen höher als die von weiblichen. In den anschließenden Lebensjahren, vor allem nach der Pubertät, sind erheblich mehr männliche Kinder von Unfällen betroffen als weibliche. Über den ganzen weiteren Lebenslauf hinweg ist die Unfallhäufigkeit der Männer größer als die der Frauen. Das gilt auch für das Risikoverhalten allgemein. Männer

ernähren sich schlechter, treiben weniger Sport und konsumieren mehr Drogen. Sie werden häufiger zu Alkoholikern, sie neigen zu erheblichem Übergewicht, sie betreiben Raubbau mit ihrem Körper. Auch die Selbsttötungsrate ist bei ihnen höher, und zwar vom Jugendalter an bis in die Seniorenzeit.

Dieses ist noch nicht das gesamte Bild, denn Männer sind über den ganzen Lebenslauf hinweg, mit Ausnahme vielleicht des ersten Lebensjahrzehnts, stärker als die Frauen durch Krankheiten belastet, die zum Tode führen. Sie sind bei den wichtigsten Todesursachen in allen Fällen stärker betroffen als Frauen. Das gilt besonders bei Herzkrankheiten, Krebs, Hirnschlag, AIDS, Lungenkrankheiten und Diabetes.

Zu allem Überfluss meiden Männer auch medizinische und psychologische Hilfeleistungen. Vom Jugendalter an suchen sie erst bei ganz akuten Beschwerden einen Arzt auf. Frauen hingegen fühlen sich viel früher und viel häufiger krank und holen sich ärztliche oder andere professionelle Hilfe, übrigens auch persönliche Unterstützung im Freundes- und Familienkreis. Männer sträuben sich geradezu davor, frühzeitig Hilfe anzurufen. Sie neigen zum Verdrängen von Belastungen im körperlichen und psychischen Bereich, was zu einem Aufschaukeln von Krankheitssymptomen und schließlich dann eben zu einer höheren Sterblichkeit führen kann.

Während Männer Beeinträchtigungen und Beschwerden am liebsten aus dem Bewusstsein verbannen wollen, sind Frauen geneigt, auch schon kleine Störungen als aussagekräftige Hinweise auf eine beeinträchtigte Gesundheit zu werten. Frauen sind kritischer und unzufriedener mit ihrem Gesundheitszustand als Männer, sie haben die größere Sensibilität und Empfindlichkeit, die oft sogar bis zur Überempfindlichkeit gehen kann.

Die kürzere Lebenserwartung der Männer hängt also ganz eindeutig mit ihrem Gesundheitsverhalten und ihrem gesamten Lebensstil zusammen. Gesundheit ist nach dem Verständnis der modernen interdisziplinären Forschung die ständige, im Lebenslauf immer erneut vorzunehmende Balance zwischen den Risiko- und den Schutzfaktoren im körperlichen und psychischen Bereich, aber auch in der sozialen und physischen Umwelt. Männer und Frauen sind dann gesund, wenn sie im Einklang mit ihrem Körper, ihrer Psyche und ihrer Umwelt leben, wenn sie Innen- und Außenanforderungen bewältigen und ihre Lebensgestaltung an die verschiedenen Anforderungen des Lebensumfeldes anpassen können.

Körperwahrnehmung und Rollenstereotype

Hier gehen die Männer im Vergleich zu Frauen ganz offensichtlich erheblich mehr Risiken ein, die ihre Gesundheits-Krankheits-Balance gefährden. Das zeigt sich besonders im Jugendalter, in dem sich die geschlechtstypischen Ziele des körperbezogenen Verhaltens deutlich herausbilden. Der Umgang mit dem eigenen Körper ist immer auch ein Ausdruck von Männlichkeit oder Weiblichkeit. Viele Männer betrachten ihren Körper funktional, als eine Art Leistungsmaschine, die nur dann gewartet werden muss, wenn sie völlig aus dem Takt geraten ist. Sie betrachten ihren Körper häufig als einen inneren Gegner, der bekämpft und besiegt werden muss, um übergeordnete soziale und berufliche Ziele zu erreichen. Gesundheit wird in diesem Sinne als Leistungsfähigkeit verstanden, um Körper und Psyche der (beruflichen) Arbeit unterzuordnen.

Ein solches instrumentelles Verhältnis zum Körper prägt sich im gesamten Gesundheitsverhalten aus. Viele Männer reagieren auf gesundheitliche Störungen erst dann, wenn ihre Leistungsfähigkeit ernsthaft beeinträchtigt ist. Sie glauben, dass Disziplin und Arbeit für sich genommen gesundheitsfördernd wirken. Sie suchen meist dann einen Arzt auf, wenn die Krankheit sich schon in einem fortgeschrittenen Stadium befindet.

Hier schimmert das alte Muster durch, das immer noch in Erziehung und Sozialisation vorherrscht: Ein Mann ist ein Indianer, und ein Indianer kennt keinen Schmerz. Entsprechend sind Anspannungen und Belastungen im körperlichen und psychischen Bereich heroisch zu ertragen. Wenn Jungen vor Schmerzen weinen, dann riskieren sie ihren Platz in der männlichen Hierarchie. Frauen werden hingegen schon im Jugendalter dazu angehalten, mit ihrem Körper pfleglich und sorgsam umzugehen. Durch die monatliche Regelblutung werden sie immer wieder an ihren Körper erinnert und dadurch mehr oder weniger gezwungen, im Einklang mit ihren physiologischen Möglichkeiten zu leben. Sie sind es gewohnt, sich auf ihren Körper einzustellen und Rücksicht zu nehmen.

Die Muster von Erziehung und Sozialisation stützen sich auf traditionelle gesellschaftliche und kulturelle Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit. Männer gelten in unserer Gesellschaft als das starke Geschlecht, und das heißt, sie werden als leistungsfähig und machtvoll und damit auch automatisch als gesund wahrgenommen. Der Preis für diese Wahrnehmung ist: Männer dürfen nicht krank werden. Zugespitzt lässt sich deswegen sagen, dass die soziale Rollenvorstellung von Mann und Männlichkeit in un-

serer Kultur einen strukturellen Risikofaktor für die Gesundheit darstellt. Denn das traditionelle Rollenmuster bekräftigt Männer darin, über erste Krankheitssymptome hinweg zu sehen und sie mit Entschiedenheit zu ignorieren. Männer halten ihren Körper für einen Besitz, mit dem sie wuchern können. Sie sind verärgert, wenn ihr Körper nicht funktioniert. Sie sind bereit, den Körper zu trainieren, wenn sie sich davon soziale Vorteile versprechen, aber sie nehmen ihren Körper nicht eigentlich als Bestandteil ihres Wesens wahr.

Gesundheitsbewusstsein und Belastungsregulation

Seit vielen Jahren führen wir an der Universität Bielefeld bei Jugendlichen Studien zum Gesundheitsverhalten und zum Gesundheitsbewusstsein der beiden Geschlechter durch. Die Studien zeigen: Im Jugendalter setzen die unterschiedlichen Gesundheitsmuster der beiden Geschlechter in voller Dynamik ein. Im Kontrast zur objektiv ungünstigeren Gesundheitsbilanz stufen doppelt so viele jugendliche Männer wie Frauen ihren Gesundheitszustand als „sehr gut" ein – eine Orientierung, die über den gesamten weiteren Lebenslauf anhält. Junge Frauen klagen viel stärker als junge Männer über psychische, somatische und soziale Belastungen, Wahrnehmungs- und Leistungsstörungen, Konzentrationsschwächen und Nervosität. Demgegenüber haben die jungen Männer das Gefühl, mit ihren Fähigkeiten der Verarbeitung und Bewältigung von körperlichen, psychischen und sozialen Alltagsproblemen bestens zurecht zu kommen. Sie mokieren sich über die Empfindlichkeit und Wehleidigkeit der jungen Frauen. Sie übersehen, welche Feinfühligkeit gegenüber den eigenen Körpersignalen und dem seelischen Zustand hiermit verbunden ist.

Junge Frauen reagieren schon im Schulalter viel stärker als junge Männer mit psychosomatischen und körperlichen Beeinträchtigungen auf Alltagsstress. Die wichtigsten Quellen der Belastung sind hohe schulische Leistungsansprüche, Schwierigkeiten bei der Anerkennung in der Gleichaltrigengruppe, überzogene Konsumerwartungen und Hektik im Freizeitbereich. Wachsen den Mädchen diese Probleme über den Kopf, dann zeigen sie das durch Ängstlichkeit und depressive Stimmung, aber auch durch Schlaflosigkeit und körperlich-seelische Gesundheitsstörungen.

Im Kontrast zu den Mädchen reagieren Jungen bei Alltagsbelastungen nicht mit nach innen gerichteten Verarbeitungsformen, sondern sie richten ihre Spannungen nach außen. Sie tragen die Überforderungen aus sich heraus und signalisieren durch Aggressivität und Körperaktivität ihre inne-

re Unruhe. Diese externalisierende Haltung kann sich auch in Zigaretten- und Alkoholkonsum und anderen betäubenden Strategien niederschlagen.

Diese Tendenzen setzen sich im Erwachsenenalter fort. Männer haben, auch wegen ihrer viel stärkeren Beteiligung an gefährlichen Erwerbsberufen, eindeutig die höheren Krankheitsrisiken. Insgesamt leiden sie viel mehr als Frauen an solchen Krankheiten, die zum Tode führen.

Zusammenspiel von Genen und Umwelt

Diese Forschungen zeigen: Die Differenz der Geschlechter, auch und gerade ihre gesundheitlichen Unterschiede, sind nicht – wie häufig angenommen wird – genetisch programmiert und festgeschrieben. Biologische Faktoren legen das Geschlecht in einem Dispositionsraum fest, ermöglichen aber erhebliche Einflüsse durch Eigenaktivität und Umweltimpulse. Weiblichkeit und Männlichkeit werden gelebt und gewissermaßen auch individuell hergestellt, indem ein Mann oder eine Frau mit der jeweils angelegten physiologischen Ausstattung, der körperlichen Konstitution, dem angelegten Temperament und den psychischen Grundstrukturen individuell arbeitet und diese mit der sozialen und physischen Umwelt in eine Einheit bringt. Die jeweilige individuelle Ausgestaltung dieses Wechselverhältnisses ist es, welche die Persönlichkeit definiert und die Gesundheitsdynamik bestimmt.

Die Fixierung der Männer auf die Berufsrolle, die in unserem Kulturkreis spätestens seit der Industrialisierung vorherrscht, unterstreicht die instrumentalistische Haltung dem eigenen Körper und der Gesundheitspflege gegenüber, die Männer an den Tag legen. Demgegenüber ist die Doppel- und Dreifachbelastung durch Beruf, Haushalt und Kindererziehung, die immer typischer für Frauen wird, nicht nur alleine von Nachteil. Die Mehrfachbelastung scheint auch Mehrfachgestaltungsmöglichkeiten mit entsprechender Flexibilität der Lebensführung mit sich zu bringen. Frauen sind nicht wie Männer auf eine Berufsrolle fixiert, sondern können auch Erfahrungen und Erfolge durch einen Wechsel ihres Lebensmittelpunktes erzielen. Sie können vorübergehend die Berufsrolle verlassen, um die Mutterrolle zu übernehmen, ohne dabei in irgendeiner Form gesellschaftlich geächtet zu werden.

Demgegenüber sind traditionell orientierte Männer einzig und allein darauf angewiesen, Erfolg im Beruf nachweisen zu können und damit die gesellschaftlich erwartete Position zu erfüllen und die finanzielle Absicherung einer Familie zu gewährleisten. Männer genießen Macht und Einfluss, Anerkennung und Auf-

merksamkeit, sie sind aber zugleich in der modernen Konkurrenzgesellschaft auf Gedeih und Verderb auf Erfolg angewiesen.

Die traditionellen „drei K" der Frau waren Kinder, Küche und Kirche, heute ist als viertes K die Karriere hinzugekommen. Die drei K des Mannes sind, spöttisch gesprochen, Konkurrenz, Karriere und Kollaps. Ein Scheitern im Beruf ist für einen Mann auch ein Scheitern im Leben, weil es wenige Ausweichfelder für die Selbstbetätigung und die Selbstbestätigung gibt. Erst wenn Männer vom Familienleben, vom häuslichen Kontext und von der Kindererziehung nicht mehr ausgeschlossen werden und sich der breit gefächerten Anforderung von Berufs- und Privatbereich, von Haushalt und Kinderhaben stellen, können sie ihre Gesundheitsbilanz verbessern.

Anforderungen an eine flexible Lebensführung

Moderne Ansätze der Jungenarbeit und Jungenförderung müssen diese Ausgangslage beachten. Sie sollten an einer umfassenden Vorstellung von Gesundheit ansetzen. Gesundheit ist nach diesem Verständnis, das aus der Public-Health-Forschung stammt, die ständige, im Lebenslauf immer erneut vorzunehmende Balance zwischen den inneren Ressourcen des Körpers und der Psyche und den äußeren Ressourcen der sozialen und physischen Umwelt. Ein Mensch kann dann als gesund bezeichnet werden, wenn er eine Lebensführung betreiben kann, die im Einklang mit dem Körper, der Psyche, der sozialen Umwelt und der physischen Umwelt steht. Sowohl die Innen- als auch die Außenanforderungen müssen bewältigt, die Lebensgestaltung an die verschiedenen Belastungen des Lebensumfeldes angepasst werden.

Der Kern des männlichen Stils der Lebensführung kann als aktivitätsorientiert bezeichnet werden. In der englischen Sprache wird der anschauliche Begriff der „Agency" hierfür eingesetzt. Männer gelten in unserer Gesellschaft als das „starke" Geschlecht, das leistungsfähig, machtvoll und überlegen ist. Männliche „Agency" beschreibt die aktive Sicherung der Existenz als Individuum, betont die Selbstbehauptung, die Abgrenzung von Anderen, das Bemühen um die Ausweitung des Selbst und die Eroberung des sozialen Raumes, wird charakterisiert durch Selbstkontrolle und ein hohes Ausmaß von Selbstdisziplin.

Diesem in unserer Kultur als „typisch männlich" eingestuften Muster steht die für „typisch weiblich" gehaltene Orientierung gegenüber, die als sozial sensibel bezeichnet werden kann. Im Englischen findet sich hierfür auch der

Begriff der „Community“, was die starke Orientierung der Teilhabe am sozialen Organismus und am Gemeinwesen zum Ausdruck bringen soll. „Community“ repräsentiert das Bemühen, ein Teil der Gemeinschaft sein zu wollen, zusätzlich auch das intensive Bestreben um Kooperation und Bindung an andere Menschen, den Aufbau von Beziehungen und Netzwerken. Dieser Kristallisationspunkt für die Rollengestaltung, die Frauen als besonders charakteristisch zugeschrieben wird, betont die Eigenschaften psychisch sensibel und empfindlich, einfühlsam und sozial integrationsorientiert. Der soziale Schwerpunkt wird in der Gestaltung von Beziehungen im überschaubaren Rahmen von Familie, Freundschaft und Bezugsgruppen gesehen. Demgegenüber wird Männern die Gestaltung und Strukturierung wirtschaftlicher und politischer Rahmenbedingungen zugesprochen, ihre Tätigkeit geht in die Beeinflussung der Strukturen der instrumentellen Arbeit über. Männer stehen für die aktive, Frauen für die sozial sensible Lebensführung.

Diese traditionelle Profilierung der Geschlechtsstereotype dürfte letztlich der Grund dafür sein, weswegen wir die oben geschilderten spezifischen Gesundheits- und Entwicklungsbelastungen bei Männern finden. Ziel einer erfolgreichen Jungen- und Männerarbeit muss es deshalb sein, die Fixierung auf die Rollenstereotype abzubauen. Immer mehr Männer leiden darunter, dass ihnen das Klischee der „Agency“ angeheftet wird, obwohl sie nur wenige Möglichkeiten zu dessen Realisierung in ihrer Umwelt haben und obwohl sie zugleich spüren, dass ihre inneren Ressourcen und Anlagen mehr als nur eine Agency-Orientierung wünschen. Ziel der Männerarbeit muss es sein, die Gestaltung der Geschlechtsrolle „Mann“ in die Regie jedes einzelnen Angehörigen des männlichen Geschlechtes zu geben.

In einer individualisierten Gesellschaft ist es heute ohne weiteres möglich, eine kreative Kombination der beiden Pole von Agency und Community zu erreichen. Genau dieses sollte meiner Ansicht nach das zentrale Thema der modernen Jungenarbeit und Jungenförderung werden. In der amerikanischen Literatur wird diese Gestaltbarkeit der Geschlechtsrolle anschaulich als „Doing gender“ bezeichnet. Ich gehe hier von der These aus, dass eine kreative Kombination von Agency und Community erheblich gesundheitsfördernder ist als die Fixierung auf nur einen der beiden Pole. In dieser These steckt die Vermutung, das die gesundheitliche Situation gerade auch der jungen Frauen heute deswegen besser ist als die der jungen Männer, weil sie aktiver die Gestaltung ihrer Geschlechtsrolle angehen und zur Community-Komponente schon seit vielen Jahren eine Agency-Komponente hinzugefügt haben. Anschaulich drückt sich das in der Erweiterung

des Spektrums der „traditionellen 3 K's" von Frauen aus, die schon erwähnt wurde.

Die Zuschneidung der Jungenarbeit auf unterschiedliche Wertetypen von Jugendlichen

Hinweise für die Ausrichtung der Jungenarbeit können wir aus der letzten Shell-Jugendstudie gewinnen. Dort haben wir vier Wertetypen von Jugendlichen unterschieden. Die ersten beiden Gruppen bilden die Mehrheit von fast 60 Prozent, die beiden anderen Gruppen bilden eine Größenordnung von 40 Prozent der Angehörigen der jungen Generation. Die beiden ersten Gruppen können mit Fug und Recht als eine Leistungs- und Engagementelite bezeichnet werden, die beiden anderen sind problematische und sozial isolierte Gruppen.

Die Wertetypen repräsentieren unterschiedliche Arten, mit den Lebensanforderungen umzugehen.

- Die Mitglieder der ersten Gruppe, die „selbstbewussten Macherinnen und Macher", haben ein sehr starkes Interesse an schulischem und beruflichem Erfolg, investieren viel in gesellschaftliche Möglichkeiten der Einflussnahme, wollen beruflich Karriere machen und setzen hierfür intensiv alle ihre Ressourcen ein. Es handelt sich um eine Gruppe, in der junge Frauen und junge Männer gleich stark vertreten sind. Die Gruppe ist so stark an der Umsetzung ihrer eigenen Vorstellung orientiert, dass egozentrische und egotaktische Komponenten in ihr Verhalten einfließen. Soziales und politisches Engagement spielt eine untergeordnete Rolle, im Wesentlichen will man vorankommen und Macht und Einfluss gewinnen. In dieser Gruppe finden sich viele Karriereristen, die auch ihre Ellenbogen einsetzen können. Insgesamt also eine leistungsstarke Gruppe, die auch gute Erfolge in Schule und Beruf hat, die zugleich aber voll auf die Komponente der Agency setzt. Hier geht es um eine aktive Lebensführung, mit der man sich im Alltag durchsetzen möchte und eine langfristige Perspektive aufbauen will.
- Die zweite Gruppe wurde in der Shell-Jugendstudie als die „pragmatischen Idealistinnen und Idealisten" bezeichnet. Auffälligerweise wird diese Gruppe zahlenmäßig durch junge Frauen dominiert. Auch in dieser Gruppe zählt schulische Leistung und berufliches Vorankommen sehr viel, die Erfolge dieser Gruppe sind entsprechend auch sehr groß. Zusätzlich zu dem Bestre-

ben, etwas zu leisten, Berufserfolge zu haben und Karriere zu machen, kommt hier aber das Bemühen, sozial sensibel und gemeinschaftsorientiert tätig zu sein. Es steht nicht nur eine aktive Lebensführung im Vordergrund, sondern auch eine sozial sensible. Bezogen auf die beiden Kristallisationspunkte von Agency und Community ist eine flexible Kombination zu erkennen. Meiner Ansicht nach handelt es sich bei dieser Wertegruppe um eine sehr zukunftsträchtige, die eine aussichtsreiche Verwirklichung des Lebensstils und eine geschickte Gestaltung von Geschlechtsrollen ermöglicht. Die jungen Männer sind bezeichnenderweise in dieser Gruppe in der Minderzahl.

– Neben diesen beiden Elitegruppen gibt es problematische Gruppen. Die erste haben wir als die „zögerlichen Unauffälligen" bezeichnet, die skeptisch in die persönliche Zukunft schauen, weil sie mit den Leistungsanforderungen in Schule und Beruf nicht gut zurechtkommen. Sie sind irritiert, sie wissen nicht so recht, was ihnen wichtig ist und worauf sie hinaus wollen. Sie reagieren mit Resignation und Apathie darauf, dass sie nicht zu den Gewinnern gehören. Auch sie möchten wie die anderen Gruppen durchsetzungsfähig sein und Erfolg haben, sie registrieren aber realistisch, dass ihnen dieses Ziel verwehrt wird. In dieser Gruppe dominieren zahlenmäßig die jungen Frauen. Diese Gruppe ist ansprechbar für Unterstützung und Hilfe, um sowohl eine aktive als auch eine sensible Lebensführung zu entfalten, verfügt aber über nur geringe Kompetenzen der Umsetzung.
– Die letzte Gruppe haben wir als die „robusten Materialistinnen und Materialisten" bezeichnet. In dieser Gruppe dominieren die jungen Männer. Sie wollen eigentlich Macht und Einfluss haben, möchten ihr Leben genießen und einen guten Status besitzen. Die Voraussetzungen dafür erfüllen sie aber nicht. Statt sich selbst aber Vorwürfe zu machen, richten sie ihre Enttäuschung und Frustration sehr stark nach Außen und attackieren die soziale Umwelt. Die einheimischen benachteiligten männlichen Jugendlichen in dieser Gruppe greifen schnell schon einmal die „Ausländer" an, die ihnen angeblich die letzten Berufspositionen genommen haben. Die Jugendlichen mit Migrationshintergrund entwickeln, wie die politischen Unruhen in Frankreich im Herbst 2005 gezeigt haben, eine grundlegende Wut gegenüber der sie aufnehmenden Gesellschaft. Insgesamt haben wir es hier mit einer Gruppe zu tun, deren Männlichkeitsideal verletzt wurde, weil es sich ausschließlich an dem traditionellen, allerdings völlig auf ein „Macho-Stereotyp" reduzierten Agency-Konzept orientiert hat.

Für die interdisziplinäre Jungenarbeit halte ich es für hilfreich, sich an einer Typisierung wie dieser zu orientieren. Die Jungenarbeit muss sich an alle Grup-

pen richten, nicht etwa nur an die Benachteiligten. Nur auf diese Weise kann sie Impulse aus den verschiedenen Gruppen aufnehmen und sie in die jeweils anderen Gruppen hineintragen.

Welches sind die Impulse, die die einzelnen Gruppen benötigen?

- Die erste Gruppe der selbstbewussten Macherinnen und Macher benötigt dringende Unterstützung darin, sich in die Lebenssituation von anderen Menschen in der Gesellschaft hinein zu vertiefen. Die Empathie ist gering ausgeprägt, eine unterschwellige Ungeduld und Aggression ist nicht zu übersehen. Entsprechend sind hier kompensatorische Ansätze der Jungenförderung notwendig.
- Die zweite Gruppe der pragmatischen Idealistinnen und Idealisten sollte in ihrem bereits eingeleiteten Bemühen unterstützt werden, eine kreative und sensible Gestaltung der eigenen Geschlechtsrolle vorzunehmen. Die bereits eingeleiteten Schritte der Fusion von Agency und Community sollten tatkräftig gefördert werden. Aus dieser Gruppe können wir auch Tutoren für die Gleichaltrigenarbeit in diesem Bereich gewinnen.
- Die dritte Gruppe der zurückgezogenen Skeptiker und Unauffälligen wird in der Jungenarbeit häufig vergessen. In dieser Gruppe finden sich zwar anteilsmäßig weniger Jungen als Mädchen, aber ihre psychische Zurückgezogenheit und ihr Leid dürfen nicht übersehen werden. Diese Gruppe benötigt Stärkung des Selbstbewusstseins und Stabilisierung des Selbstvertrauens. In dieser Gruppe traut man sich nicht zu, als junger Mann die Community-Komponente zu stärken. Hilfen und Ermutigungen werden aber dankbar aufgenommen
- Die letzte Gruppe schließlich, die robusten Materialisten, benötigen eine breite Palette von Unterstützung und Förderung. Hier müssen wir gewissermaßen alle Register der Arbeit ziehen, denn diese Gruppe steht sozial ziemlich am Abgrund. Besonders dieser Gruppe gilt die Kombination von Leistungsförderung, Regelförderung, Körpersensibilisierung und Unterstützung bei der flexiblen Rollengestaltung.

Jungenförderung als Kombination von Leistungs- und Rollentraining

Junge Männer gehören immer stärker zu denjenigen, die schlechte Schulabschlüsse erreichen. Demgegenüber haben die jungen Frauen bei den hochwertigen Schulabschlüssen schon seit Jahren die Nase vorn. Hieraus ergeben sich nicht

nur meist uneingestandene negative Konsequenzen für das männliche Selbstbewusstsein, sondern durchaus auch volkswirtschaftliche Benachteiligungen. Der Wirtschaft gehen viele Arbeitskräfte verloren, weil viele junge Männer den Anforderungen eines modernen Betriebsablaufes nicht mehr gerecht werden können.

An den Hauptschulen und Sonderschulen sammeln sich die jungen Männer, die über geringe schulische Leistungsfähigkeit in fast allen Dimensionen verfügen. Hier ist eine schulische Leistungsförderung nötig, in deren Vordergrund eine präzise Diagnose des Ausgangsstandes gehört, um dann anschließend gezielte Förderinitiativen einzuleiten. Die internationalen Vergleichsstudien (PISA) haben ebenso wie die letzte Shell-Jugendstudie auf die prekäre Lage dieser benachteiligten Gruppe von jungen Männern hingewiesen. Wichtig ist es, bei der schulischen Leistungsförderung an die vorhandenen Stärken anzuknüpfen. Die entsprechende Leistungsförderung für Mädchen und junge Frauen war in den letzten 30 Jahren sehr erfolgreich. Viele der Strategien und Methoden können in die Jungenarbeit übernommen werden. Dazu gehört auch die Trennung in geschlechtshomogene Gruppen in einzelnen Unterrichtsfächern, um an die spezifischen Interessen eines Geschlechtes besser anknüpfen zu können.

Neben der Leistung spielt die soziale Kompetenzförderung eine wachsende Rolle. Die Förderung von sozialen Regeln und die Einübung von Spielregeln für den Umgang miteinander ist ein Schwerpunkt dieser Arbeit. Hier hinein gehört auch die Gewaltprävention und die Förderung der Konfliktfähigkeit. Zentrale Aufgabe ist es, den jungen Männern Spaß und Freude am Leben in einer sozialen Gemeinschaft zu vermitteln, bei dem sie sich auf bestimmte Prinzipien und Vorgaben einlassen müssen. Hierzu gehört eine Sensibilisierung für die Interessen Anderer und die Möglichkeit von deren Durchsetzung. Hierzu gehört auch die Fähigkeit der Wahrnehmung von alltäglicher Aggression und das Eingeständnis der passiven und aktiven Betroffenheit durch Gewalt. Förderung des Vertrauens, der Kooperationsbereitschaft, das Erkennen der Wichtigkeit, Spielregeln einzuhalten, Förderung von Kooperation und von Grenzen im Umgang miteinander gehören ebenfalls mit in diesen Förderbereich hinein.

Ein eng hiermit zusammenhängender Schwerpunkt ist die Förderung von Körpersensibilität. Wie die Bestandsaufnahme der gesundheitlichen Situation im ersten Teil gezeigt hat, haben junge Männer hier ein erhebliches Defizit. Entsprechend wichtig ist es, mit ihnen zusammen ein sensibles Gefühl für den eigenen Körper und seine Stärken und Schwächen zu entwickeln. Die Autonomie über

den eigenen Körper muss zu einem zentralen Thema werden mit dem Ziel, die Selbstbestimmung darüber zu betonen, was man mit dem Körper machen möchte, wie man ihn einsetzen möchte und in welcher Weise er von einem anderen Menschen berührt werden darf. In den letzten Jahren haben sich hierfür eine breite Palette von Übungen und praktischen Spielen herausgeschält, die weiterentwickelt werden können. Auch die Thematisierung von Schönheitsidealen einschließlich der sexuellen Orientierung gehört mit in diesen Komplex.

Der letzte Punkt ist die Rollenförderung. Es geht um die flexible und umfassende Komposition von Rollenelementen, also um nicht mehr und nicht weniger als das Einüben in eine selbstbewusste Kombination von Agency und Community. Junge Männer müssen darin ermuntert werden, die scheinbar femininen Anteile in ihnen zuzulassen und sich zu ihnen zu bekennen. In modernen Dienstleistungsgesellschaften ist eine solche Orientierung von Vorteil. Die heute mehrheitlich durchaus pragmatisch orientierte junge Generation dürfte für Erkenntnisse in diese Richtung zu gewinnen sein.

Strukturelle Männerförderung

Zur Verbesserung der Jungenförderung gehören selbstverständlich auch strukturelle Ansätze. Wir können aus der Frauenförderung lernen, wie wichtig es ist, nicht nur eine verhaltensbezogene Arbeit, sondern auch eine verhältnisbezogene zu betreiben.

Konkret heißt das in unserem Fall, stärker als bisher auf die Dominanz von Frauen in der Erziehungs- und der Bildungsarbeit einzugehen. Heute sind in den meisten Familien die Mütter die zentralen Bezugspersonen auch für Jungen. In den Kindertagesstätten, den Grundschulen und zunehmend auch den weiterführenden Schulen dominiert das weibliche Geschlecht in der Berufsrolle von Pädagogen. Hierdurch entsteht ein starkes Defizit von nachvollziehbaren und beobachtbaren männlichen Verhaltensmustern, was für die männliche Sozialisation problematisch ist.

Aus diesem Grunde sollten wir in der Jungen- und Männerarbeit darüber nachdenken, ob wir in geeigneter Weise an die Politik appellieren, Männer stärker für Erziehung- und Bildungsberufe zu gewinnen. Ein Weg scheint mir, eine „Männerquote“ für Kindergärten und Grundschulen zu fordern. Diese Einrichtungen sollten so lange eine gezielte zusätzliche Unterstützung erhalten, wie sie Männer und nicht Frauen für offene Positionen einstellen. Denn für die Gestaltung der männlichen Rolle im Alltag ist das greifbare und sichtbare

Vorhandensein eines Mannes in einer Erziehungsfunktion von allergrößter Bedeutung.

Kontakt

Prof. Dr. Klaus Hurrelmann
Universität Bielefeld
Fakultät für Gesundheitswissenschaften
School of Public Health – WHO Collaborating Center
Postfach 100131
33501 Bielefeld
Telefon 0521/106-4669
E-Mail: klaus.hurrelmann@uni-bielefeld.de

ERI

Teil B:

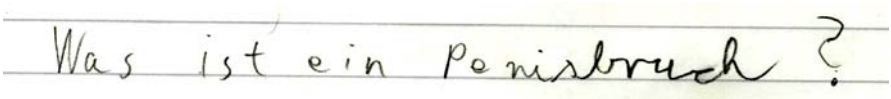
Die Praxisforen

Forum 1

„Dieter Bohlen meets Sexualpädagogik“ – Urogenitale und sexuelle Gesundheitsvorsorge in der Jungenarbeit

Martin Gnielka, Sexualpädagoge in der pro familia Beratungsstelle Köln-Zentrum

Die Autobiografie von Dieter Bohlen, „Nichts als die Wahrheit“, hat die Jungen- und Männerwelt um eine Furcht, die sexualpädagogische Jungenarbeit um ein Thema bereichert. Auch ich musste mich damals erst kundig machen:



Ein Penisbruch bzw. eine Penisfraktur ist, laut Pschyrembel, Wörterbuch Sexualität, die „irreführende Bezeichnung für die akute Zerreißung eines erigierten Penis-schwellkörpers, siehe unter Penisruptur“[1]. Unter dem Stichwort „Penisruptur (lat. ruptura für Riss, Bruch)“ findet sich dann: „Fachbezeichnung für die akute (evtl. hörbare) Zerreißung eines erigierten Penisschwellkörpers durch Quetschen oder Abknicken. Eine sofortige Abklärung und Behandlung sind erforderlich.“

Was man bei Dieter Bohlen als Ausdruck seines ausschweifenden, wildungestümen Sexuallebens vermutet, hört sich in der medizinischen Beschreibung dann nur noch wie die nüchterne Bilanz eines „Verkehrsunfalls“ an.

Wollen Jungen das wirklich wissen? Soll man das wirklich alles erzählen?

Als Junge sexuell erwachsen werden

Sexualität ist für Jungen und Männer nach wie vor ein zentrales Lebensthema, ein Kristallisationspunkt für Männlichkeit – von klein auf und mit allem was an Lust und Frust dazu gehört. Petra Milhoffer befragte zum Beispiel

Jungen im Grundschulalter. Diese sollten aus einer Liste von verschiedensten Themen rund um Sexualität diejenigen auswählen, worüber sie gerne noch mehr wissen wollten. Als beliebtestes Thema nannten die meisten schlicht: „Sex“[2].

Für das Gefühl, ein richtiger Mann zu sein bzw. zu werden, sind sexuelle Erfahrungen, sexuelles Funktionieren und sexuelle Potenz für Jungen und Männer von erheblicher Bedeutung. Wer noch keine eigenen Erfahrungen gemacht hat, sollte sich in diesem Feld zumindest halbwegs gut auskennen. Keine Ahnung zu haben ist – zumindest für das Image in der Peergroup – fast noch schlimmer als keine Erfahrung zu haben. Das kann ja ohnehin keiner überprüfen.

In anonymen Fragen und Beratungsanliegen spiegelt sich wider, dass Jungen und Männer Sexualität und die dazu notwendigen „Werkzeuge“ häufig unter dem Blick-winkel von Besitz und Repräsentation betrachten (mein bestes Stück/Wie groß muss ein Penis sein?) oder ihnen das Funktionieren und ihre Leistung wichtig ist: Wer kann am längsten, am häufigsten? Was soll ich machen, wenn er schlapp macht? Der vermeintlich zu kleine Penis, die Unsicherheit, was Mädchen zum Orgasmus bringt, das subjektiv empfundene zu früh kommen oder das Nachlassen der Erektion sind als Problembeschreibungen Dauerbrenner in der sexualpädagogischen Gruppenarbeit und (E-Mail-)Beratung.

Die durch das Internet immer leichter erhältlichen Vorbilder von Monster-Cocks und Gang-Bang-Partys machen es Jungen in ihrer Sexualentwicklung nicht gerade einfacher, einen realistischen Blick auf real gelebte und lebbare Sexualität zu bekommen. Was ist eigentlich normal?

Immer wieder finden sich in Jungengruppen wahre Sexualspezialisten, die sich bestens mit allen erdenklichen Sexstellungen auskennen, diverse Spezialausdrücke parat haben und ein heißen Pornoausschnitt auf ihrem Handy gespeichert haben. Daneben sitzen allerdings auch die Jungen, die mit großen Augen zuhören, was die Welt außer Jogijo-Karten noch alles zu bieten hat.

Das erste Mal nicht schön reden

In den Fragen, die vorher anonym oder direkt in meinen Veranstaltungen gestellt werden, spiegeln sich oft die unausgesprochenen Ansprüche der Jungen an ihre körperliche Entwicklung und ihre Sexualität wider, die sie glauben erfüllen zu müssen. Jungen möchten wissen: Wie soll ich sein? Oder

es zeichnen sich die Unsicherheiten ab, die durch erste eigene oder Secondhand-Medien-Sex-Erfahrungen ausgelöst werden: Was kommt da auf mich zu?

Die Befürchtungen, was einem beim ersten Mal alles widerfahren kann, was schief und in die Hose gehen kann, lassen sich kaum weg reden. Hier regiert das Lampenfieber und nicht die Vernunft. Höchstens lässt sich die Fallhöhe durch sachliche Informationen und durch Austausch abmildern. Statt sexualpädagogische Märchen zu verbreiten („Alle Penisse sind gleich groß.“, „Es kommt nicht auf die Länge an.“, „Keiner braucht sich zu schämen.“, „Es wird schon nichts passieren.“ etc.) dürfen wir Jungen gegenüber ruhig eingestehen, dass es beim Sex eher viele als wenige Gefühle von Scham gibt, oder dass wir oft eine ganze Menge falsch machen oder uns ungeschickt anstellen, bevor es einmal gelingt.

Auch Reiner Neutzling hat sich in einem Vortrag einmal sehr deutlich für die Berücksichtigung von Scham in der sexualpädagogischen Arbeit mit Jugendlichen ausgesprochen. Sein Fazit: „Wer Sexualpädagogik macht, braucht vor allem ein großes Herz. Und den Mut, sich selbst und den Jugendlichen gegenüber ehrlich zu sein.“[3] Ein gerüttelt Maß an Selbstreflexion kann für eine Sexualpädagogik, die auch die unangenehm-peinlichen Seiten sexueller Annäherung und Aktivitäten nicht verschweigen möchte, also nicht schaden.

Urogenitale Gesundheitsvorsorge für Jungen

Die Definition des Pschyrembel deutet es an: Penisbruch ist ein missverständlicher Ausdruck. Den (unwissenden) Jungen suggeriert der Ausdruck Penisbruch, dass hier etwas brechen kann, ergo Knochen oder so etwas Ähnliches im Penis sind. Das können sich zwar die wenigsten vorstellen, aber so richtig weiß es dann doch keiner. Bevor Sie jetzt vorschnell die Jungen belächeln: Wissen Sie, wie viele Schwellkörper der Penis hat, wie eine Erektion funktioniert oder welche Geschlechtsdrüsen an der Ejakulation beteiligt sind?

Vielleicht geht es Ihnen anders als den Jungen, aber oft wissen diese – aufgrund einer schwangerschafts-zentrierten Körperaufklärung – besser über Eierstöcke, Eileiter und Gebärmutter bescheid, als dass ihnen Begriffe wie Prostata und Bläschendrüsen geläufig wären.

Gehen wir noch einen Schritt weiter: Wissen Sie was eine Phimose, eine Varikozele oder eine Hodentorsion ist und was in solchen Fällen zu tun ist?

Mein Eindruck ist, dass das Wissen über urogenitale Probleme von Jungen nach wie vor kein Standardwissen unter Jungenarbeitern ist, wenngleich urologische Basisinformationen viel verbreiteter sind, seit es die BZgA-Broschüre „Wie geht's, wie steht's" gibt[4].

Wichtig ist das Wissen rund um Penis und Hoden zum Beispiel bei einem Penisbruch oder eine Hodentorsion, da diese innerhalb von 6–8 Stunden zu behandeln sind, um bleibende Schäden zu vermeiden. Indianer kennt keinen Schmerz ist hier also die grundlegend falsche Taktik! Auch ist inzwischen bekannt, dass Jungen, die als Kind wegen eines Hodenhochstands operiert werden mussten, später ein deutlich erhöhtes Risiko haben, an Hodenkrebs zu erkranken. Bei einer Vorhautverengung oder einem zu kurzen Frenulum, also das Hautbändchen, mit dem die Vorhaut an der Eichelunterseite „befestigt" ist, können beim ersten Geschlechtsverkehr einreißen, bluten und das erste Mal auf besondere Weise unvergesslich machen. Es ist also nicht verkehrt, ein wenig bescheid zu wissen. Wer, wenn nicht die Sexualpädagogen, sollte sich dieser Wissensvermittlung annehmen?

Auch über Unangenehmes sprechen!

Penisbruch, Hodenverdrehung oder Hodenkrebs sind keine angenehmen Gesprächsthemen – aber dennoch wichtige Wissensaspekte in der Gesundheitsvorsorge. Nur wenn ich von etwas weiß, kann ich mich auch davor schützen. Auf das Thema Hodenkrebs bezogen heißt das zum Beispiel: Nur wenn ich mich regelmäßig selbst abtaste, kann ich rechtzeitig feststellen, wenn etwas nicht Ordnung ist.

Doch was ist, wenn ich feststelle, dass etwas „nicht normal" ist? Zum Beispiel, wenn ich einen Knubbel im Hoden oder außergewöhnlichen Ausfluss bemerke. Wo soll ich hingehen? Zum Urologen – wissen zumindest viele. Doch während von den 17-jährigen Mädchen bereits 81 % einen Frauenarzt aufgesucht haben[5], dürfte sich die Anzahl der Jungen, die einen Urologen besucht haben, deutlich unter der Fünf-Prozent-Marke bewegen. Die Schwellenängste von Jungen und Männern, bei urologischen Problemen zum Telefon zu greifen, einen Termin auszumachen und ein Praxis aufzusuchen sind meiner Erfahrung nach enorm: „Ja, macht der nicht erst mal die ‚große Hafenrundfahrt' (Rektaluntersuchung)?"[6]

Um gleich auf die Befürchtung von Jungen zu antworten: Eine Rektaluntersuchung ist in jüngeren Jahren durchaus nicht obligatorisch, es sei denn,

jemand hat Prostata-Beschwerden. Für Jungen beim Urologen gilt das Gleiche wie für Mädchen beim Gynäkologen: Sie können selbst bestimmen, was mit ihnen geschieht und dürfen selbstverständlich Nein! sagen, wenn sie etwas nicht wollen.

Reinhard Winter betont, dass es „für viele Männer so problematisch wie unüblich [ist], über ihren Genitalbereich oder die entsprechenden Schwierigkeiten zu reden." Er konstatiert: „Dadurch, dass diese Probleme und Störungen in der Sexualaufklärung weitgehend unterschlagen werden, vergrößert sich der Normalitätsdruck auf Jungen und Männer. Ihnen wird subtil vermittelt: Probleme und Abweichungen gibt es nicht."[7]

In der Arbeit mit Mädchen gehört es bei pro familia zum Standard, sich den gynäkologischen Untersuchungsstuhl in unserer Beratungsstelle anzuschauen, über mögliche Gründe für eine Frauenarztbesuch zu sprechen und Schwellenängste zu verringern. Ähnliche Möglichkeiten für die Jungenarbeit in Vorbereitung auf eine Untersuchung beim Urologen gibt es noch nicht. Und trotzdem lässt sich ja darüber reden – ohne gleich im urologischen Horrorkabinett zu schwelgen.

Prävention von sexuell übertragbaren Erkrankungen

Zwar ist die Gefahr einer HIV-Infektion – zumindest für das Gros der heterosexuell lebenden Jungen in Deutschland – eher gering, und auch andere Erkrankungen wie Tripper oder Syphilis sind unter Jungen eher Ausnahmeerscheinungen. Und doch wollen (und sollten) die meisten Jungen wissen, welche Gefahren ihnen im Bereich sexuell übertragbarer Krankheiten (STDs) drohen können.

Als Sexualpädagogen sind wir nicht in der Pflicht, unnötige Ängste zu schüren. Wir sind aber sehr wohl in der Pflicht, je nach Zielgruppe, mit der wir arbeiten, mehr oder weniger eindringlich auf Risiken hinzuweisen. Jungen müssen für sich eine realistische Einschätzung dazu entwickeln können, wann es für sie und ihre Sexualpartnerin/ihren Sexualpartner gefährlich werden kann. Und sie brauchen Hinweise dazu, wie sie die Infektion mit einer sexuell übertragbaren Erkrankung bei sich feststellen können.

Dreh- und Angelpunkt für die Arbeit zum Thema Aidsprävention (und Vaterschaftsvermeidung) ist das Kondom. Die lustig-bunten Kondomkampagnen (Mach's mit!) täuschen allerdings darüber hinweg, dass es für sexuellunerfahrene Jugendliche nicht immer leicht ist, selbstbewusst und anwendungssicher ein Kondom zu benutzen. Das Herantasten an erste

sexuelle Erfahrungen ist für Jungen eher häufig be-gleitet von der – nicht selten auch eintretenden – Befürchtung, sich ungeschickt anzustellen, eine Erektionsschwäche zu haben oder die Freundin nicht befriedigen zu können. Manche dieser Befürchtungen lassen sich durch die sexualpädagogische Arbeit mit Jungen zumindest entkräften. Z. B. empfinden Jungen es sehr erleich-ternd, die pro familia Holzpenis-Modelle in den unterschiedlichen Größen zu sehen, um eine realis-tische Einschätzung jenseits pornografischer Bilder zu erhalten: Auch zehn Zenti-meter Länge sind also noch normal!

Widerstände beim Kondomkauf und bei der Benutzung

Doch es gibt noch andere Widrigkeiten im Weg hin zur sicheren Kondomanwendung. Anders als die Pille oder die Spirale haben Kondome nämlich praktisch und symbolisch eine größere Nähe zum sexuellen Akt. So ist es Jungen nach wie vor peinlich, sich in einem Laden Kondome zu kaufen. Was denkt wohl die Kassiererin? Völlig abwegig erscheint es, sich beispielsweise in Drogeriemärkten zu Kondomen und Gleitmitteln beraten zu lassen oder die Verpackungen ausgiebiger zu studieren. Das bunte Verpackungsbildchen oder das Aushängeschild XXL geben oft mehr den Ausschlag zum Kauf, als der „passgenaue“ Inhalt.

Obwohl sich alle mit Kondomen „irgendwie“ auskennen, ist es doch überraschend, mit welcher Abwehr viele Jungen auf das glitschige Ding in ihren Händen reagieren. Hier gilt es, erste Berührungsängste zu überwinden und die Jungen zum Ausprobie-ren zu ermutigen. In unseren Veranstaltungen ist es für viele das erste Mal, dass sie ein Kondom auspacken und über einen Holz-Penis rollen. Die Empfehlung lautet daher, mit den mitgegebenen Kondomen zu Hause zu üben. Denn es bleibt der Unterschied zwischen einem Anwendungswissen, das auf Information, und einem Anwendungswissen, das auf eigener Erfahrung beruht. In der Probesituation bei uns können Jungen erleben, dass beim Kondomüberstreifen auch gelacht und geredet werden darf, und natürlich auch mal etwas schief laufen kann.

In der Arbeit zum Thema Kondom ist es zentral, auch die Abwehr gegenüber dieser Verhütungsform zuzulassen. Ein Ausreden der Nachteile macht Jungen eher misstrauisch und verhindert letztendlich ihre Kondomakzeptanz.

Es stimmt: Mit Kondomen spürt man weniger (was für Jungen mit der Furcht vor einem frühzeitigen Samenerguss von Vorteil sein kann). Das Anziehen kann lästig sein und die sexuelle Spannung stören. Außerdem

sind Kondome teuer und manche riechen ziemlich unangenehm. Doch im Endeffekt müssen Jungen für sich abwägen, wie wichtig ihnen ihre sexuelle Gesundheit gegenüber diesen Mankos ist und ob sie das Risiko einer ungewollten Vaterschaft oder Ansteckung mit einer STD sicher ausschließen wollen.

Praktische Empfehlungen zur Gesundheitsvorsorge

Um mit Jungen anregend und fachlich angemessen Gesundheitsvorsorge zu betreiben, ist es gut, einigen Eckpunkten Beachtung zu schenken. Meine Empfehlungen für Jungenarbeiter wären folgende:

- Stocken Sie zunächst Ihr eigenes Wissen zu den verschiedenen Körperfunktionen (auch Lustfunktionen, z.B. der Prostata), zu Krankheiten und Störungen auf, anstatt Nicht-ganz-genau-Gewusstes zu verbreiten oder ahnungslos schweigen zu müssen. Werden Sie kompetenter Ansprechpartner für die Jungen.
- Integrieren Sie das Thema urogenitale Gesundheit in sexualpädagogische Angebote („Rund um Penis und Hoden"/Men's health) und geben Informationen: Welche Krankheiten kommen häufig vor? Wie merke ich sie? Und was ist dann zu tun? Berücksichtigen Sie aber auch positive Aspekte wie Fruchtbarkeit und Lustfunktionen („technische Daten" zu Erektion/ Ejakulation und Wissenswertes zum „Wunder des Lebens").
- Arbeiten Sie mit möglichst anschaulichen und ansprechenden Methoden, z.B. Knetmodellen oder evt. selbst gebauten dreidimensionalen Modellen aus Pappmaché. Nur so kann man die Dinge rund um Penis und Hoden wirklich „begreifen".
- Mindern Sie die Schwellenängste von Jungen im Zugehen auf einen Urologenbesuch, z. B. durch den Besuch einer urologischen Praxis im Rahmen von Jungen-Projektwochen. Und wenn Sie es noch nicht getan haben: Besuchen Sie selbst einmal einen Urologen.
- Betreiben Sie mit Jungen Warenkunde: Welches sind kleinere und größere Kondome und wie sehen sie aus? Welche Präservative sind reißfester oder gefühlsechter, welche haben Noppen oder Aroma – und warum überhaupt? Und welche sind preiswert aber trotzdem gut? Probieren Sie viele Sachen spielerisch aus und lassen sie auch die Widerstände zu.

Wenn wir als sexualpädagogisch tätige Jungenarbeiter dem Thema Gesundheitsvorsorge Raum geben, werden viele Jungen, die sich heimlich riesige Sorgen und Gedanken machen, davon profitieren können. Dabei geht es

nicht nur darum, das Krankwerden oder eine Ansteckung abzuwenden, sondern auch darum, etwas zu gewinnen: Nämlich das sich fit und wohl fühlen im eigenen Körper – eben unbelastet von irrationalen Befürchtungen und ungeklärten Fragen. Gesund zu sein liegt Jungen am Herzen und, wie Winter und Neubauer gegenüber zweifelnden Fachkräften feststellen: „Jungen sind offen für Prävention“[8]! So können wir den Ball, den Dieter Bohlen mit seinem Penisbruch ins Rollen gebracht hat, aufgreifen, und für sexualpädagogische Zwecke nutzen. Also: Let’s talk about sex! Let’s talk about Penisfraktur!

Kontakt

Martin Gnielka
pro familia-Beratungsstelle Köln-Zentrum
Hansaring 84-86
50670 Köln
Telefon 0221/122087
E-Mail: martin.gnielka@profamilia.de

[1] Pschyrembel: Wörterbuch Sexualität. Berlin, New York 2003, S. 390.

[2] Petra Milhoffer: Wie sie sich fühlen, was sie sich wünschen. Eine empirische Studie über Mädchen und Jungen auf dem Weg in die Pubertät. Weinheim und München 2000, S. 115.

[3] Reiner Neutzling, Jubiläumsvortrag auf der Fachtagung „Sinn durch Sinnlichkeit? Sexualpädagogik und Spätmoderne." Köln 1999. Institut für Sexualpädagogik, Dortmund 2000, S. 29.

[4] Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Wie geht's - wie steht's? Wissenswertes für Jungen und Männer. Köln 2002. (Geschrieben von Reiner Neutzling)

[5] Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Jugendsexualität. Wiederholungsbefragung von 14- bis 17-Jährigen und ihren Eltern. Ergebnisse der Repräsentativbefragung aus 2001. Köln 2002, S. 20.

[6] Wie ein Junge einen länger hinaus gezögerten Urologenbesuch erlebt, beschreibt Reiner Neutzling in seinem Jugendroman Herzkasper. (S. 265 ff.)

[7] Reiner Winter: Ein Mann (k)ein Wort. Sexualität, Kommunikation und Gesundheit von Jungen. BZgA-Forum Sexualaufklärung 2/3-1996, S. 21.
– Der Artikel bietet auch einen guten Überblick über urogenitale Erkrankungen von Jungen!

[8] Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hg.): Kompetent, authentisch und normal? Aufklärungsrelevante Gesundheitsprobleme, Sexualaufklärung und Beratung von Jungen. Eine qualitative Studie von Reinhard Winter und Gunter Neubauer. Köln 1998, S. 221.

Forum 2

„K(l)eine Helden in Not“
Ist Gesundheit ein Thema für Jungs?
Aspekte der vernetzten Gesundheitsförderung von Kindern und Familien in der Offenen Arbeit im Sozialraum Alt Oberhausen

Stefan Melulis, Ruhrwerkstatt e.V., Oberhausen

„Auf der Suche nach dem verborgenen Schatz“ heißt ein Projekt zur Gesundheitsförderung von Kindern, Teenies und Familien, insbesondere von Kindern in schwierigen Lebensumständen in den thematischen Schwerpunkten Bewegung, Ernährung und Entspannung.

Träger des Projektes ist der Verein RUHRWERKSTATT, Kultur-Arbeit im Revier e.V. mit Sitz in Oberhausen, der sich u.a. in den Arbeitsfeldern Bauspielplatz, Spielmobil, Offene Arbeit mit Kindern, Kindertagesstätte und in der Projekt- und außerschulischen Bildungsarbeit engagiert. Die RUHRWERKSTATT beinhaltet neben den Projekten im Bereich Kinder und Jugendliche Qualifizierungs- und Bildungsprojekte für Jugendliche und Erwachsene, Dienstleistungen für alte und kranke Menschen sowie Angebote rund um Kultur und Gastronomie. (Weitere Infos unter: www.ruhrwerkstatt.de)

Finanzierung und Ausstattung. – Das Projekt ist für drei Jahre (2005 bis 2007) finanziert durch die Deutsche Behindertenhilfe, Aktion Mensch (ca. 60 %), und die Sozial- und Kulturstiftung des Landschaftsverbandes Rheinland (ca. 20 %). Der Rest ist von uns als Eigenanteil aufzubringen.

In dem Projekt arbeiten eine Projektleitung (8,5 Std.) und eine Erzieherin und Oekotrophologin (30 Stunden). Dazu kommen bei Bedarf ergänzend Honorarkräfte, Übungsleiter und Referenten/-innen. Eine externe wissenschaftliche Begleitung durch den Deutschen Kinderschutzbund Landesverband NRW ist integraler Bestandteil des Projektes. Zielsetzung ist eine praxisorientierte Wirksamkeitsprüfung und die fachliche Beratung.

Hintergrund des Projektes sind Beobachtungen und Befragungen auf unserem Bauspielplatz, in der Kindertagesstätte und im Stadtteil Oberhausen-Styrum:
– motorische Probleme und schlechte Körperwahrnehmung vieler Kinder,
– Fehlernährungsprobleme und Hunger vieler Bauspielplatzkinder,
– Vernachlässigung vieler Kinder,
– größere Anzahl ADHS- diagnostizierter Kinder/Verunsicherung der Eltern,
– eine nennenswerte Anzahl an Kindern von Eltern mit Alkoholproblemen,
– ausgeprägte Stresssymptome vieler Kinder v.a. zum Schuljahresende,
– geringe Vernetzung niederschwelliger Hilfsangebote in Oberhausen.

Zielgruppen. – Das Projekt will in erster Linie die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen erhalten und fördern. Somit sind Mädchen und Jungen im Alter zwischen 6 und 12 Jahren die Hauptzielgruppe der Maßnahme. Eine besondere Berücksichtigung finden benachteiligte Kinder/Teenies.

Als Multiplikatoren/-innen für das Thema Gesundheit sind jedoch die Eltern der Kinder und die Fachkräfte, die täglich mit ihnen arbeiten, von herausragender Bedeutung.

Bausteine

I. Maßnahmen zur Gesundheitserziehung mit Kindern:

– In den Alltag integrierte Angebote (während der Öffnungszeiten) auf dem Bauspielplatz und im Hort (z.B. Abenteuer Gesundes Kochen, Zebramilch, Aktionen um Ernährungskette und Kompost, Mittelaltermahl, Grenzen testen, Bewegung für Sportmuffel, Zirkustraining, Wohlfühlkalender, Bau eines Ohres, Körpervisualisierung, Fantasiereisen, spezielle Förderung, etc.).
– Sonderprojekte des Bauspielplatzes und des Hortes (z.B. Markt- und Sportausflüge, Mädchen-/Jungengruppe, geschlechtsspezifische Wochenendseminare, Abenteuer-Camps, Floßfahrt ins Ungewisse, Expedition nach Utopia, etc.).
– Bausteine in Kooperation mit Grundschulen und anderen Einrichtungen (z.B. Projektwochen, Pausenknüller, Innenstadt-Aktionstage, Unterstützung von Lehrern).

II. Praktische Stärkung der Eltern/Familien in der Gesundheitserziehung ihrer Kinder:

– Angeleitete gemeinsame praktische Aktionen zum Thema Gesundheit, Aufgreifen von Elternthemen sowie Unterstützung der Eltern im Alltag (z.B. Kinder kochen für Eltern, Väter kochen überm offenen Feuer, Familien-Wochenende, Kinder stellen Elternpublikum etwas vor, Eltern organisieren Kinderolympiade, Aufgreifen von Elternthemen wie ADS, Alkohol, Schulstress, Elterncafé, etc.).

III. Seminare und Bildungsangebote für Erwachsene zur Stärkung des Gesundheitsbewusstseins:

– Für Eltern und Elternteile, für pädagogische Fachkräfte in der Arbeit mit Kindern, für Lehr- und Betreuungskräfte in Schulen und für Fachkräfte im Gesundheitsbereich (z.B. allg. Gesundheitsförderung, ADHS, Schulauffälligkeit, Suchtprophylaxe, Alleinerziehende).

IV. Aufbau einer Vernetzung der Gesundheitsförderung von Kindern und Familien zwischen Fachleuten und Institutionen:

– Veranstaltungen mit allen Projektbeteiligten und Kooperationspartnern zur frühen Wahrnehmung von problematischen Entwicklungen und ungünstigen Alltagsroutinen (z.B. Tagesveranstaltungen, Angebote für und mit Beteiligten und Kooperationspartnern wie Stadtteilzentrum, Erziehungsberatung, Bildungswerk, Motopädie, Logopädie, etc.).

Struktur des Projektes

Das Projekt umfasst drei Projektphasen, die jeweils eine Zielgruppe besonders fokussieren. 2005 ist das Jahr der Kinder, 2006 das Jahr der Eltern und 2007 das Jahr der Fachkräfte. Für die jeweiligen Zielgruppen sollen schwerpunktmäßig entwickelt und erprobt werden:

– einerseits Angebote, die als so genannte Türöffner dazu dienen das Interesse am Thema zu wecken,
– andererseits Maßnahmen, die sich als Regelangebote bzw. Regelmaßnahmen in den Alltag der Zielgruppe integrieren lassen.

Flankierend dazu werden für die jeweils anderen Zielgruppen Vorbereitungen für eine intensive Zusammenarbeit getroffen oder aber bereits entwickelte und umgesetzte Maßnahmen werden verstetigt und optimiert.

Schatzsuche statt Fehlerfahndung: Projektprinzipien

Das Projekt zielt auf eine ganzheitliche Gesundheitsförderung ab. Das bedeutet, dass sämtliche Lebensaspekte Berücksichtigung finden sollen, welche dazu beitragen, die körperliche, geistige und seelische Leistungskraft in einem ausgewogenen Verhältnis zu entwickeln und zu stärken. Inhaltlich wird das Projekt markiert durch die drei Eckpunkte Bewegung, Ernährung und Entspannung.

Mit der *Mobilen Kinderwerkstatt* unseres Bereiches gibt es eine enge übergreifende Zusammenarbeit zur Förderung von Bewegung und Entspannung.

In einer *Qualifizierungsmaßnahme* arbeiten arbeitslose Erzieherinnen sechs Monate in unterschiedlichen Kindertageseinrichtungen und der Offenen Ganztagsschule im gesamten Stadtgebiet Oberhausen und werden durch das Bildungswerk der RUHRWERKSTATT im Themenfeld Gesundheit qualifiziert. Die Praxiseinrichtung muss dabei eine Erzieher/-in stellen, die die Umsetzung von Gesundheitsangeboten der Maßnahmeteilnehmer/-innen begleitet.

Für Kinder suchtkranker Eltern wird ferner zurzeit ein langfristiges Angebot in Kooperation mit der Drogenberatungsstelle auf dem Bauspielplatz aufgebaut. Primäres Ziel ist die Unterstützung der Kinder. Mittelfristig wollen wir auch die Eltern erreichen.

Geschlechtsspezifische Elemente

Das Projekt ist nicht grundsätzlich geschlechtsspezifisch ausgelegt. Es gibt vielmehr zahlreiche praktische Bausteine und Angebote für Mädchen und Jungen zusammen, häufig mit Binnendifferenzierung nach Alter, Geschlecht, Gruppenzusammenhängen etc., d.h. Gender ist eins von mehreren Kriterien und einzelne Bausteine sind nur oder getrennt für Mädchen und Jungen. Dabei versuchen wir unterschiedliche Interessen, Bedürfnisse und Herangehensweisen von Jungen und Mädchen auch ohne geschlechtsspezifische „Ausschreibung“ zu berücksichtigen.

Praktische Umsetzungsbeispiele aus dem ersten Jahr (Schwerpunkt Kinder)

Schnuppen, Schnacken, Snoozeln
Wohlfühltage auf dem Bauspielplatz und in eigener Sporthalle
Dauer: vier Tage, 8-12 J., keine geschlechtsspezifischen Einheiten
Schaffen angenehmer Atmosphäre, Entspannungsecke und Mandalatisch, verschiedene Massagespiele und -methoden, Aufwärmspiele, Bewegungsangebote und -spiele, Ausflug in ein schönes Schwimmbad, Wellnessangebote, Jonglage-Angebote, Freispiel/ Toben, Kerzen-Kuschelecke, Phantasiereisen, Sinnesspiele

Wochenende „Tischlein deck dich"
Bauspielplatz- Kinder, externes Haus, Dauer: 2 ½ Tage, 7-12 J.,
eher am Rande auch getrennte Mädchen- und Jungenangebote
Gemeinsame Essenszubereitung, gesunde und Spaß machende Ernährung, Tischkultur (gemeinsames Essen, Atmosphäre, Essenszeit als wertvolle Zeit), Wert auf Präsentation (Zebramilch, Obstspieße, Deko)

Schatzsuche
Bauspielplatz, ca. zwei Std., 6-13 J., Mädchen und Jungen zusammen
Klassische Schatzsuche mit Spuren und Aufgaben, Schatz bestand aus wenig Schokolade und viel Obst.

Hummer, Krabben, Meeresstrand: Ferien im Dünensand
Ostsee, eine Woche, 8-12 J., Gender-Aspekt integraler Bestandteil
Superpreiswerte Sommerferienfahrt für Kinder, die sonst nicht wegkommen, Wohlfühlen und Ausruhen am Meer, Erleben von Ruhe und Entspannung, Mithilfe der Kinder bei der Verpflegung (Selbstversorger mit mitgebrachtem „Koch"), Kennenlernen von Entspan-

nungstechniken, ernst genommen werden, umsorgt werden, sinnliche Erfahrungen mit Wind, Wetter und Meer, Braingymnastik, spielerische Bewegungsangebote, strukturierter Tagesablauf mit Ritualen

Dschungelwoche
KiTa-Turnhalle, fünf Tage, 3-12 J. als gruppenübergreifendes Angebot für jew. vier Kinder.
Keine geschlechtsspezifischen Angebote
Dschungel-Deko. Freies Bewegungsangebot für alle Kinder in Kleingruppen, jeweils eine Stunde. Verschiedene Materialien zum Experimentieren stehen zur Verfügung. Mogli auf seiner Reise durch den Dschungel begleitet die Kinder. Je nach Tag und Reiseschwerpunkt ändert sich auch die Bewegungsthematik. Beim Besuch der Affen stehen z.B. Klettern und Balancieren im Vordergrund. Beim Dschungelpfad (Wasserfall, Fußpfad, Gehördosen, Spinnennetz, Tastweg etc.) stehen Sinneswahrnehmungen im Vordergrund, bei den Bären Kraft und Ausdauer. Ergänzend: Dschungel-Bar mit gesunden Snacks und Getränken (Mithilfe der Kinder), Ruhe-/Entspannungsecke

Zirkuswoche
KiTa, fünf Tage, 30 Kinder, 4-12 J., Gender Aspekt berücksichtigt
Kombination von Bewegung, Musik, Theater und Erlebnispädagogik, Förderung von Kreativität, Ausdauer und Konzentration sowie Ausdrucksfähigkeit.
Clown, Drahtseil, Jonglage, Einrad, Balancieren, Feuer, Fakir, Akrobatik, Vorstellung

Projektwoche Gesundes Frühstück
Katharinen- Grundschule, 24 Schüler einer 3. Klasse im Rahmen einer Gesundheitsprojektwoche der Schule, keine Geschlechtsspezifik
Verstehen, warum Frühstücken wichtig ist. Kennen lernen und Ausprobieren gesunder Frühstücks-Nahrungsmittel, Zubereitung spielerisch erlernen.
Plakate und Nährstoffarbeitsblätter mit entsprechenden spielerischen Aufgaben, gemeinsame Frühstückszubereitungen, Erstellen eines Buffets

Kontinuierliches Bewegungsangebot in der KiTa
Für alle Gruppen, ein Mal wöchentlich je Gruppe, je eine Stunde, Gender-Aspekt integraler Bestandteil
gezielte Bewegungsförderung für Kinder im KiTa-Alter, immer mit mindestens einer KiTa-Erzieher/-in (als Praxisfortbildung), eingekleidet in Spielthemen:
Flug zum Spielplaneten (Hüpf-, Kriech-, Kitzelplanet ...), Bärenkinder (Weg zur Traumhöhle), Bewegungsbaustelle

„Leise schweben wie die Blätter im Wind"
Kontinuierliches wöchentliches Angebot
max. je 10 Kinder, 6-13 J., je 30-90 Minuten, getrennt für Mädchen und Jungen
Entspannungseinheiten für Kinder, z.B. Entspannungsgeschichten und -spiele, Mandalareisen, Stilleübungen, Phantasiereisen, Sinneswahrnehmung, Körperwahrnehmung, langsames Heranführen an das spätere Autogene Training für ausgesuchte Kinder

Hot Pot- Kochen über offenem Feuer
Häufigeres Angebot auf Bauspielplatz, ca. zwei Std., ab und zu geschlechtsgetrennt
Verbindung von gesundem Essenkochen, Abenteuer Feuer und ruhiger Lagerfeueratmosphäre

Einrichtung von Entspannungsecken auf dem Bauspielplatz
Ohne Betreuung, individuell nutzbar für Kinder zu bestimmten Zeiten, zum Teil an Mädchen-/Jungentagen nur für ein Geschlecht
Hängemattenecke draußen auf dem Bauspielplatz, „Apfelkitsche"-Raum mit Kissenecken und weichem Teppich, Lichtfluss, etc.

Nach einem Jahr: Gesundheit – ein Thema für Jungs?

Gesundheit ist absolut ein Thema für Jungs und auch ein Thema der Jungs. Sie wissen es nur nicht immer. Das Thema stand für die Jungs häufig nicht im Vordergrund (mehr der Spaß zusammen wegzufahren oder die Tätigkeit des Kochens), wurde aber gern aufgenommen.

Jungs sind stark an *Ernährung* interessiert, sowohl am Ergebnis, als auch am Prozess der Zubereitung, der Partizipation. Das hat zunächst nicht un-

bedingt was mit Gesundheit zu tun, eher mit Neugier, Mitmachen wollen, Hunger etc., lässt sich aber wunderbar zur Gesundheitsförderung nutzen. Jungs sind hier fast begeisterungsfähiger als die Mädchen. Auch das Produkt Gesundes Essen kam bei allen Kindern sehr gut an (z.B. auch Gemüse mit Soja/Tofu). Obst und Rohkost waren ein Renner, eine Präsentation ist aber nötig. Besonders die Jungs haben ganz praktisch viel gelernt für Essenzubereitung/Haushalt, ohne dies als Unterricht zu empfinden.

Je höher der Grad der *Partizipation* und die Einbindung in den Alltag der Jungen/der Einrichtung, desto nachhaltiger ist das Ergebnis. Der Bau einer Kräuterspirale und das häufige Kochen über Offenem Feuer z.B. hat die Nachfrage nach gesundem Essen erheblich verstärkt. Von den Jungs selbst gemachte Speisen werden auch besser an andere Kinder weitervermittelt. Noch viel mehr als bei den in der Regel etwas geduldigeren Mädchen müssen Angebote Jungs *Spaß* machen: Wissensvermittlung darf nur ein Nebenprodukt sein. Handeln, Experimentieren, Verändern, Freiwilligkeit und Eigenständigkeit müssen im Vordergrund stehen.

Angebote zur *Entspannung* gestalten sich mit Jungs oft schwieriger, nicht weil sie sich – wie von uns gedacht – inhaltlich nicht darauf einlassen können, sondern vielmehr, weil sie sich sehr schnell ablenken lassen, scheinbar mehr Tobebedürfnis haben und nur schwer zur Ruhe kommen. Insofern stellen Entspannungsangebote mit Jungen für die Mitarbeiter/-innen eine hohe Herausforderung dar. Die Angebote müssen sehr gut vorbereitet sein, einen Vorlauf haben und angemessen Bewegung und Ernährung mit berücksichtigen. Am besten sind sie in einen Rahmen eingebettet, z.B. Ritual, Einkleidung in Geschichte oder anderen Zusammenhang (Reise ins Blauland ...), da sich Jungs dann schneller drauf einlassen. Herausragender Hit der Sommerfahrt war auch bei den Jungs die abendliche Praxis Dr. Sommerbriese, bei der jedes Kind wie in einer Arztpraxis zur Sprechstunde kommen konnte, „verarztet“, umsorgt und betüddelt wurde. Dies wurde von den Mädchen, zunehmend auch von Jungen für Körperkontakt und tiefere Gespräche genutzt. Entspannende Momente wie z.B. Meer- Atmosphäre „Horizont sehen“ oder „Sandrieseln“ wurden von den Jungs positiv hervorgehoben.

Entspannungseffekte spiegeln sich – zumindest kurzfristig – positiv im Sozialverhalten der Jungs wider.

Bewegung ist ein Lieblingsthema vieler Jungs. Leider stehen Anspruch und Selbstbild häufig im Widerspruch zur Realität, insbesondere Ausdauer. Hier scheint mir ein behutsamer Umgang erforderlich, keine Brechstan-

ge, aber auch kein Weggucken. Bei vielen Kindern wurden durch gezielte Beobachtung und Förderung Ausdauer-/Fitness- und/oder motorische Probleme in größerem Ausmaß offensichtlich. In der KiTa mussten die Erzieher/-innen gebremst werden, die Kinder nicht zu viel anzuleiten oder Turnstunden durchzuführen, sondern die Kinder mehr experimentieren zu lassen. Dessen ungeachtet werden Bewegungsangebote, Klettern und Balancieren, Bewegungsspiele etc. begeistert angenommen.

Generell müssen viele Dinge *angestoßen* werden. Dann werden sie von den Jungs häufig aufgegriffen. Das betrifft auch spielerische Bewegung wie Seilchenspringen, Spiele wie „Kirschen essen", Kreisspiele, und sogar „Mädchenkram" bis zu einem gewissen Grad wie Gesichtsmasken, teilweise (Theater-)Schminken, etc.

Jungen brauchen und suchen *Körperkontakt*. Die Mehrzahl der Jungs braucht aber viel stärker einen Rahmen, in dem sie das auch zulassen können.

Jungs ließen sich generell weniger *Zeit*, waren häufig weniger sorgfältig und gaben schneller auf, wenn sie nicht gut angeleitet werden – und manchmal selbst dann noch.

Jungs sind dankbar für alle Angebote, die sie *persönlich* betreffen – damit auch für Gesundheit im salutogenetischen Sinn. Das ist weit mehr als Bewegung, Ernährung und Entspannung. Das ist auch Sinnsuche und Selbstvertrauen, Zuneigung und Konfliktlösung, Spiel und schöpferische Kraft.

Kontakt

Stefan Melulis
Bereichsleitung Kinder und Jugendliche
RUHRWERKSTATT e.V.
Akazienstr. 107
46045 Oberhausen,
Tel.: 0208/8 57 56-22
Fax: 0208/8 57 56-55
stefan.melulis@ruhrwerkstatt.de
http://www.ruhrwerkstatt.de/rw/default.asp

Forum 3

Leistung und Erfolg im Sport – und was das mit Gesundheit zu tun hat

Markus Kringe, „Coaching – Training – Konfliktmanagement“, Köln

Sport und Bewegung stellen für Männer und Jungen einen herausragenden Bereich des Gesundheitshandelns dar. Die Zuschreibung von gesundheitlichen Zielen wie Stärkung des körperlichen Wohlbefindens, der körperlichen Leistungsfähigkeit und Widerstandskräfte ist weit verbreitet (Faltermaier 2004, S. 25). Sportliche Bewegung und Sport sind jedoch nicht automatisch gesund. Es kann Verletzungen geben; Leistungsdruck und ein „sich beweisen müssen“ führt zu einem ständigen „unter Strom stehen“ was auf Dauer eher ungesunde Auswirkungen haben wird. Wenn wir uns männliche Identität ansehen, dann besteht sie u.a. darin, Stärke zu demonstrieren. „Ein direkter Ausdruck von Stärke erfolgt in körperlicher Form etwa über die Demonstration von körperlicher Kraft (Muskeln) und Fitness. Vor allem Männer tendieren nicht selten dazu, durch Körpertraining in extremer Form diese Stärke aufzubauen und sich dabei gesundheitlich zu gefährden“ (ebd., S. 28). Die Kehrseite der Medaille ist das Tabu Schwächen zu zeigen. Übertragen auf den gesundheitlichen Bereich bedeutet das: Schmerzen, Beschwerden oder Krankheiten ignorieren, aushalten, bagatelisieren und abwerten (vgl. ebd., S. 28).

Ansätze für Gesundheitsförderung

Leistung und Erfolg sind für viele Jungen wichtig und machen für sie den Reiz des Sports aus. Durch körperliche Anstrengung können sie sich spüren, durch Erfolg sich beweisen, im Mittelpunkt stehen. Im Wettkampfsport erleben sie Anerkennung und Erfolg, aber auch Zugehörigkeit zu einer Mannschaft oder das bewusste Abschalten vom Schulalltag. Andererseits müssen Jungen sich im Sport auch mit Niederlagen und Enttäuschungen, Macht und Ohnmacht, Aggression und Gewalt auseinander setzen. Die meisten der genannten Aspekte sind Chancen und Probleme, die eng mit

einem breiten Gesundheitsverständnis – wie im Beitrag von Hurrelmann in diesem Heft dargestellt – verzahnt sind.

Ein enges Gesundheitsverständnis führt zu der Überlegung, dass körperliche Bewegung in vielfältiger Weise auf den Organismus wirkt. Vielfältige Bewegungserfahrungen sollen Freude an körperlicher Aktivität wecken und dadurch den Organismus stärken. Dieser Ansatz ist richtig, schöpft jedoch die Möglichkeiten nicht aus.

Ein breites Verständnis von Gesundheit zielt auf vier Förderbereiche ab, die sich im Sport gut wiederfinden:
- soziale Kompetenzförderung,
- Sicherheit und Stärke,
- Selbsteinschätzungsfähigkeit,
- Körpersensibilität- und Selbstwahrnehmung.

Über diese Zielsetzungen können Jungen zu einer subjektiven und objektiven gesunden Lebenssituation kommen. Jungen brauchen Erfahrungsfelder, in denen sie diese Zielsetzungen auch umsetzen, ausprobieren und erleben können. Dies sind körperbezogene, soziale, emotionale und sinnliche Erfahrungsfelder. Winter/Neubauer (2004, S. 38) stellen fest: „Sportliche Aktivitäten bewegen sich im Dreieck von Fitness, Gesundheit und Spaß (...) Das Thema „Sport und Körperlichkeit“ spricht die Jungen aber oft nicht an. (...) Es scheint, als würde Sporttreiben nicht zu Körperbezügen führen.“ Diese Körperbezüge herzustellen stellt für Gesundheitsprävention ein großes Potential dar.

Faszination Sport

Dem Sport immanent sind das Streben nach Erfolg, nach der individuellen und kollektiven Leistung und der Drang nach Wettbewerb. Diese Aspekte verdeutlichen sich in vielen Facetten:
- Im Sport kann *Anerkennung* erlebt werden: Dazu gehören Gewinnen, Verlieren, Konkurrenz aushalten, Wettkämpfe austragen, Erfolg und Misserfolg erleben, die eigenen Grenzen erweitern und an die eigenen Grenzen geraten, die Faszination des öffentlichen Rampenlichtes, der Bewunderung.

– Auch *Macht und Ohnmacht* ist ein Erlebnisfeld, gekennzeichnet durch Stärke, Kraft, Überlegenheit, Ansehen, aber auch durch die Einsicht in Schwäche, die Erlebnisse von Frust, Angst und das Nicht mehr gebraucht werden.
– Die Komponenten *Kampf und Aggression* sind das dritte Begriffspaar, das für das Thema bedeutungsvoll ist. Die Faszination des Wettstreits, des fairen Kampfes und Körpereinsatzes, auch das körperliche Austoben und Abreagieren gehören dazu wie übertriebene Härte, das Verletzen anderer und das eigene Verletzt werden.

Das Spektrum der Erlebnismöglichkeiten ist vielfältig und beeinflusst jeden einzelnen Jungen unterschiedlich. Gleichwohl kann sich keiner den subtilen und offensichtlichen Erwartungen entziehen, die im Rahmen des Sporttreibens an Jungen gerichtet werden.

Jungs und ihr Körper – Leistung und Leiden

Leistung und Erfolg sind als gesellschaftliche Grundprinzipien sowohl für den Sport als auch für das gängige Bild von Männlichkeit maßgeblich. Im Sport immanent enthalten ist das Streben nach Erfolg, nach individueller und kollektiver Leistung sowie nach Wettbewerb. Diese Aspekte sprechen besonders Jungen an und sind daher wichtig für die „Reflektierende Jungenarbeit im Sport“. Durch den Blick auf die Zusammenhänge von Jungesein, Sport und Leistung können neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten gewonnen werden.

Die Begeisterung über die eigene Leistungsfähigkeit kann aber auch umschlagen in ein reines Benutzen des Körpers – ohne auf Grenzen von Belastbarkeit zu achten. Hier zeigen Unfallstatistiken und Gesundheitsdaten, dass gerade männliche Jugendliche häufig die Grenze von der Gesundheitsförderung zur Gesundheitsgefährdung ignorieren.

Der Sport spielt in der Persönlichkeitsentwicklung von Jungen eine große Rolle. Sportler sind für männliche Kinder und Jugendliche die größten Idole – noch vor Vätern und Musikern. Die Lust am Sport und an der körperlichen Leistungsfähigkeit prägt das körperliche Selbstbild von Jungen: Sie erleben ihren Körper als Kraftquelle und Leistungsträger und lernen, ihn gezielt zu trainieren und einzusetzen. Darüber hinaus verschafft er ihnen Anerkennung und oft auch eine Führungsposition in der Gleichaltrigengruppe.

Die Erwartungen an die Jungen sind oft geprägt vom Klischee des ewigen Siegers. So draufgängerisch und hart sind Jungen jedoch meist nicht. Viele sind sensibel und nachdenklich, ängstlich und schutzbedürftig. Beides sollte in der Sportpraxis eingebunden sein. Einerseits soll den Jungen individuelle Herausforderung und sportlicher Wettkampf geboten werden, andererseits körperliche Erfahrungen und sozialer Zusammenhalt. Insgesamt ist der Umgang mit den Jungen weniger eine Frage der Methode als eine Frage der Haltung. Es geht darum, wie ich als Trainer/Pädagoge/Sozialarbeiter mit Jungen umgehen möchte (Ziele und Erwartungen) und wie ich als Trainer Eigenschaften und Verhaltensweisen von Jungen annehmen kann.

Gleichwohl gibt es Methoden und Prinzipien im Sport, die einen bewussten Umgang mit Jungen und ihren Leistungen vereinfachen bzw. den unterschiedlichen Entwicklungsstand von Jungen berücksichtigen.

Praxisbeispiel 1: „Trainingscamp für Feuerwehrmänner“ Spiele zur Förderung der Selbsteinschätzung von Jungen

Jungen neigen mitunter dazu, die eigenen Fähigkeiten zu überschätzen. Sie setzen sich Ziele, die sie nicht erreichen können – der Frust ist sozusagen vorprogrammiert. Dabei schätzen Jungen im Vor- und Grundschulalter ihre Leistungsfähigkeit zunächst sehr realistisch ein. In dem Stundenbeispiel geht es deshalb darum, diese Fähigkeit zur Selbsteinschätzung wach zu halten bzw. zu entwickeln. Dazu wird eine Bewegungslandschaft aufgebaut, die als „Trainingslager für Feuerwehrmänner“ angelegt ist. Im Zentrum der Landschaft steht ein Airtramp, das auf zwei verschiedenen Wegen erreicht werden kann: Ein Parcours stellt vergleichsweise einfache Anforderungen an das motorische Geschick der Jungen, der andere Parcours ist anspruchsvoll. Beide Wege beinhalten sowohl Arrangements zum Balancieren und Klettern als auch einen Sprung von der Sprossenwand auf eine Weichbodenmatte.

Trainingslager für Feuerwehrmänner	**Kommentar**
Im Rahmen des „Trainingslagers“ sollen die Feuerwehrmänner den Parcours überwinden, ohne dabei den Fußboden zu berühren.	Koordinationsfähigkeit, insbesondere Balancierfähigkeit wird geübt.
Freie Wahl der Strecke (leichter oder schwerer Parcours).	Selbsteinschätzung wird gefördert. Wie schätzen sich die Jungen ein? Wie verändert sich ihre Selbsteinschätzung nach ein paar Durchgängen?
Wer den Boden berührt, muss zurück zum Ausgangspunkt.	Die Spielregel „Den Boden nicht berühren“ unbedingt strikt einhalten!
Spezialauftrag für Feuerwehrmänner	
Zwei „Dynamitstangen“ (Toilettenpapier-Rollen) müssen über den Parcours in einen „Bunker“ (Airtramp) transportiert werden, ohne dass sie dabei umfallen („explodieren“!).	Insgesamt stehen sechs Schwierigkeitsgrade zur Verfügung: Zwei Parcours zum „Bunker“, die auf jeweils drei unterschiedliche Arten bewältigt werden können.
Für den Transport stehen drei unterschiedliche Behälter zur Verfügung: enge Schüssel, weite Schüssel und Tablett/Teller.	Die Jungen experimentieren mit dem für sie individuell angemessenen Schwierigkeitsniveau.
Die Jungen können ihr Schwierigkeitsniveau frei wählen – einzige Spielregel: Wer den Boden berührt oder seine Dynamitstangen verliert, muss zurück zum Ausgangspunkt.	Die Koordinierungsanforderungen steigen von Variante zu Variante. Entwickeln die Jungen einen gewissen Ehrgeiz? Wie reagieren sie auf Misserfolg? Wie auf Erfolg? Übungsleiter kann in Einzelgesprächen Schwierigkeiten ansprechen und ggf. Alternativen vorschlagen.

Praxisbeispiel 2: „Staffelspiele kreuz und quer“ Im Team gewinnen und einzeln werten

Das Wetteifern in Staffeln ist für viele Jungen spannend. In diesem Stundenbeispiel lernen sie eine neue Form von Staffeln kennen. Neben den Aspekten Bewegung und Wettbewerb fördert diese Form die Interaktion und die Fähigkeit der Selbsteinschätzung. Wichtig ist eine vielseitige Form der Beanspruchung (Schnelligkeit, Teamarbeit, Gewandtheit etc.) bei den Staffeln zu wählen, damit die Jungen ihre unterschiedlichen Fähigkeiten einsetzen können.

„Staffelorganisation“ und Erklärung der Regeln	Kommentar
1. Fünf Teams treten bei fünf Staffelformen gegeneinander an. 2. Jedes Team kann bei einer Staffelform nur gemeinsam Punkte erzielen, in der Gesamtwertung wird jeder Junge für sich gewertet. 3. Es gibt einen Satz Karten, auf denen jeweils unterschiedliche Namen stehen, die sich ähnlich anhören (z.B. Meier, Weier, Seier, Reiher, Leier). Pro Name gibt es so viele Karten wie Jungen pro Team vorgesehen sind. 4. Vor jeder neuen Staffelform werden die Teams neu zusammengestellt. Dafür zieht jeder Junge eine neue Karte. 5. Die jeweils Zusammengehörigen finden sich so schnell wie möglich zusammen, wofür das schnellste Team einen Zusatzpunkt bekommt. 6. Jeder Junge kann im Verlauf der Stunde einen Joker setzen, d.h. die in dieser Staffel erreichten Punkte werden verdoppelt. 7. Für die Platzierungen werden anschließend Punkte vergeben: 1. Platz: 5 Punkte, 2. Platz: 4 Punkte, 3. Platz: 3 Punkte, 4. Platz: 2 Punkte, 5. Platz: 1 Punkt.	Die Regeln einmal komplett erklären! Dann jedoch anfangen zu spielen, denn viele Fragen klären sich dabei. Plakat mit 6 Spalten vorbereiten. In der ersten Spalte werden alle Vornamen der Jungen untereinander notiert. In der zweiten bis sechsten werden die Ergebnisse der jeweiligen Staffel eingetragen. Die Regeln 5 und 6 können zur Vereinfachung weggelassen werden.

Für Jungen ist diese Form der Teamzusammenstellung und des Wettbewerbs eine neue Erfahrung. Im Staffelrennen müssen sich die Jungen jedes Mal mit neuen Partnern austauschen, wodurch der Kontakt untereinander gefördert wird. Eine Jokerabfrage setzt voraus, dass die Jungen sich und ihr Team einschätzen. Dies gelingt nur, wenn das gemeinsame Vorgehen besprochen wird. Es wird sich mehr und länger vor den Staffelformen ausgetauscht, bei denen jeder Junge eines Teams sich z.B. anders fortbewegen soll. Der Austausch ist geringer, wenn es mehr um taktische Überlegungen geht. Durch die Vermischung der Punktevergabe (nur die gesamte Gruppe kann Punkte erzielen, die jedoch für jeden einzeln gewertet werden) kann der Konkurrenzgedanke und das Konkurrenzgehabe zwischen den Teams reduziert werden, ohne dass die Freude am Wettbewerb leidet.

Mögliche Staffelformen:

„Hin und zurück“ (1.Staffel)
Vorstellung der Staffelform
Aufgabe: Vom Start zur Wendemarke laufen und wieder zurück. Dabei müssen sich alle Jungen in einem Team mit unterschiedlichen Fortbewegungsarten bewegen.

„Mit Pedalos hin und zurück“ (2. Staffel)
Vorstellung der Staffelform
Aufgabe: Mit den Pedalos vom Start zur Wendemarke und zurück, danach der nächste Junge.

„Floßstaffel“ (3. Staffel)
Vorstellung der Staffelform
Aufgabe: Alle stehen auf einer Matte. Jedem Team steht ein zweite Matte zur Verfügung, um vom Start zum Ziel zu gelangen. Keiner darf den Boden berühren.

„Reifenkreisen“ (4. Staffel)
Vorstellung der Staffelform
Aufgabe: Team bildet Innenstirnkreis mit Handfassung. Zwei Jungen greifen durch einen Gymnastikreifen, so dass dieser auf ihren gefassten Händen liegt. Der Reifen muss nun zwei Runden bewegt werden, ohne dass die Handfassung aufgelöst wird.

„Kaugummistaffel „ (5. Staffel)
Vorstellung der Staffelform
Aufgabe: Der Erste läuft hin und zurück. Ein Zweiter schließt sich an und per Handfassung laufen beide hin und zurück. Dritte Person schließt sich an bis das komplette Team im Ziel ist.

Resümee

Im Kern geht es um die Erkenntnis, dass das Wetteifern, Wettkämpfen und Sich-Messen zentrale Größen im Sport sind, die von vielen Jungen auch so gewünscht werden, wobei dann gesundheitliche Belange oft in den Hintergrund geraten. Allerdings sind Einstellungen wie „Koste es, was es wolle“ oder „Erfolg um jeden

Preis“ nur vordergründig an den Interessen von Jungen orientiert. Darum werden sie in der Praxis einer reflektierenden Jungenarbeit kritisch thematisiert. Reflektierende Jungenarbeit will ein differenziertes Bild vom Jungesein im Sport sichtbar werden lassen und den Jungen eine Vielfalt an Verhaltensoptionen ermöglichen. Wer Gesundheitsförderung im weiteren Sinne versteht, hat mit bewegungsorientierten Angeboten ein fast unerschöpfliches Repertoire zur Verfügung.

Kontakt

Markus Kringe
„Coaching – Training – Konfliktmanagement“
Schweristraße 8, 50733 Köln
Telefon 0221/5303953
Telefax 0221/94102521
E-Mail: kringe@step-by-step-dialog.de
Internet: www.step-by-step-dialog.de

Literatur:

Winter, Reinhard/ Neubauer, Gunter (2004): Ein normales „Muss“: Jungen und Gesundheit. In Altgeld, Thomas (Hrsg.): Männergesundheit. Neue Herausforderungen für Gesundheitsförderung und Prävention. Juventa, Seite 35-48.

Raithel, Jürgen (2004): Riskante Verhaltensweisen bei Jungen. Zum Erklärungshorizont risikoqualitativ differenter Verhaltensformen. In: Altgeld, Thomas (s.o.), Seite 137-154

Faltermaier, Toni (2004): Männliche Identität und Gesundheit. Warum Gesundheit vom Männern? In Altgeld, Thomas (s.o.), Seite 11-34.

Grabs, Roland/ Kringe, Markus/ Neuber, Nils (2005): Nur die Leistung zählt?! Leisten, Leistung und Erfolg in der sportlichen Jungenarbeit. Sportjugend NRW (Hrsg.)

DVD:

Eden, Nils; Ayar, Serdar; Neuber, Nils (2004): „Da geb‘ ich alles!“ – Jungen und ihre Leistung im Sport. Sportjugend NRW (Hrsg.). Bezug: Sport GmbH – Sportshop, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg

Forum 4

„Kochen für Jungs – schmeckt dir das?“
Projektbeschreibung zu einem Kochprojekt für Jungs am Städtischen Gymnasium Schmallenberg

Mustafa Jannan, Städtisches Gymnasium Schmallenberg

Die Konzeption

♂ **Einführung**

Ich bin Lehrer am Städtischen Gymnasium Schmallenberg für die Fächer Biologie und Chemie, gleichzeitig aber auch SV-Lehrer und Beratungslehrer. Im Jahr 2003 habe ich beim LVR an einer Ausbildung zum Jungenarbeiter teilgenommen, um meine Arbeit mit Jungen als „Problemfall“ zu professionalisieren – eine Sichtweise, die sich seither grundlegend geändert hat. Mittlerweile habe ich mehrere Projekte im Bereich Jungenarbeit an unserer Schule durchgeführt und z.T. auch installiert. So z.B. einen sexualpädagogischen Vormittag, der in gleichgeschlechtlichen Gruppen stattfindet oder eine Alternative zum *Girls‘ Day* für Jungen, die auch die Mädchen mit einbezieht und damit den Gender-Prozess unterstützen soll.

Das hier vorgestellte Projekt ist (wie an unserer Schule schon öfters) durch das Zusammentreffen verschiedener organisatorischer Bedingungen ent-

standen. Zum Ende des Schuljahrs 2004/2005 waren anlässlich des 80-jährigen Bestehens des Gymnasiums einige Feierlichkeiten geplant. Da die Schülervertretung sich bereits zu Schuljahresbeginn eine Projektwoche gewünscht hatte, machte ich meinen Kollegen/-innen den Vorschlag, beides miteinander zu verknüpfen. Die Lehrerkonferenz beschied positiv, leider blieben von der Projekt*woche* aber nur zwei Projekt*tage* mit abschließendem Präsentationstag übrig.

Ich organisierte die Projekttage im Laufe des Schuljahres so, dass alle Kollegen/-innen in ein Projekt eingebunden waren, entweder als Begleiter/-in oder als Leiter/-in. Für mich selber stand bereits frühzeitig fest, die Gelegenheit zu nutzen, um wieder ein Jungenprojekt durchzuführen. Ich hatte verschiedene Alternativen im Kopf (rhythmische Musik wie die der australischen Gruppe Stomp, eine MTB-Tour durch die Sauerländer Hügellandschaft, Kampfspiele), entschied mich dann aber für ein Kochprojekt.

Auslöser für diese Entscheidung war die Zunahme an neuen Krankheiten bei Kindern und Jugendlichen, die mir durch meine unterrichtliche Tätigkeit als Biologielehrer immer häufiger begegnet. Hierzu zählen beispielsweise:

- *Chronische Erkrankungen* (Asthma, Neurodermitis, Diabetes etc.).
- Bindungs-, Beziehungs- und Regulations*störungen* bei Säuglingen und Kleinkindern (z. B. Schlafstörungen).
- *Psychische Auffälligkeiten* bei 8–15 % der Kinder und Jugendlichen (z.B. Depressionen, Essstörungen, Magersucht etc.).
- Zunahme der *Suchtkrankheiten.*

Relativ rasch war für mich dann auch klar, dass sich mein Projekt mit einem bestimmten Aspekt dieser neuen Krankheiten beschäftigen sollte, nämlich den Essgewohnheiten und der Esskultur bei Jugendlichen bzw. Jungen.

Für die Planung meines Projektes standen daher vor allem die Essstörungen im Vordergrund. Die Fettleibigkeit (Adipositas) ist z.B. die „häufigste ernährungsbedingte Gesundheitsstörung“ (IAGJ) in Europa. In der BRD sind ca. 20 % der Kinder und 33 % der Jugendlichen übergewichtig. Für mich war dabei besonders interessant, dass Jungen von einer Adipositas stärker betroffen sind als Mädchen. – Die Ursachen für Adipositas sind allgemein bekannt:

1. Zu *viel*, zu *süßes* und zu *fettes* Essen.
2. Verlust an *Esskultur* (z.B. Kochtechniken, gemeinsame Einnahme von Mahlzeiten).
3. Verlust an Wissen über *gesunde Ernährung.*
4. sensomotorische Verarmung, *Bewegungsarmut.*

Mir war relativ rasch klar: die präventive Arbeit im Bereich der Essgewohnheiten von Jungs sollte in meinem geplanten Projekt vor allen Dingen die Punkte 1, 2 und z.T. 4 ansprechen. Als Altersklasse wählte ich Jungen der 7. und 8. Klasse aus, ein Alter, das von vielen Erwachsenen als besonders schwierig erlebt wird. Meiner Meinung nach hängt dies aber auch mit den Problemen bei der Identifikationssuche der Jungen zusammen, ihrer Begrenzungs- und Selbstfindungsprozesse. Ich finde diese Altersgruppe daher besonders spannend.

♂ Geschlechtsspezifische Qualität des Konzeptes

Wie bereits in der Einführung erwähnt, sind Jungen häufiger von Fettleibigkeit betroffen als Mädchen. Dies allein reichte mir jedoch nicht als Begründung für ein Kochprojekt. Weitere Punkte, die mir in der Arbeit mit Jungen wichtig sind, sollten meiner Meinung nach durch das Projekt abgedeckt werden:

– Das gemeinsame, konkurrenzfreie Tun (Einkaufen, Kochen, Essen, Aufräumen).
– Die Entdeckung sensorisch-lustvoller Alternativen zum leistungsbetonten Tun männlicher Jugendlicher (was im Sinne des w.o Gesagten ja auch präventiven Charakter für eine Adipositas hat).
– Die Entdeckung häuslicher Tätigkeit als Alternative zum männlichen Rollenklischee (gleichzeitig aber auch die Wertschätzung der „typisch" weiblichen Tätigkeiten).

Die Planung

♂ Die Räumlichkeiten

Da die Hauptschule des Schulzentrums Schmallenberg wenig kooperativ war hinsichtlich der Nutzung der Küche, wendete ich mich mit meinem Wunsch an die Sonderschule in Schmallenberg. Der Schulleiter zeigte sich sehr hilfsbereit und interessiert und stellte uns die Küche ohne Bedingungen zur Verfügung.

♂ Informationsaushang zum Projekt

Kochen für Jungs

Schnelle Rezepte zum Selbermachen

In der neu eingerichteten Küche der Valentinschule in Schmallenberg geht es an den beiden Projekttagen richtig zur Sache! Einfache aber originelle Zungenschocker stehen auf dem Programm. Nichts, was schwierig ist, nichts was lange dauert, nichts was jeder kennt.

Kochen für Anfänger – Profis wollen wir hier nicht haben, das gibt zu viel Stress von wegen: "Wer ist hier der Boss?!"

Wer sich angesprochen fühlt, soll schon mal die Messer wetzen! Ich freue mich schon auf unsere heftig-deftigen Versuche.

Teilnehmerzahl: 15

Klassen: 7 – 9

Unkosten: gering (ein paar Euro...)

♂ Projektwahl durch die Schüler

Die Schüler hatten während der Vorphase der Projekttage die Möglichkeit, sich ein Projekt ihrer Wahl auszusuchen. Verständlicherweise konnte dann nicht jeder Wunsch erfüllt werden, da die einzelnen Projekte festgesetzte Teilnehmerzahlen hatten. Über einen Zweit- oder Drittwunsch war jedoch gewährleistet, dass alle Schüler/-innen zufrieden gestellt werden konnten.

Das Projekt Nr. 23, *Kochen für Jungs*, wurde 3-mal als Erstwunsch, 7-mal als Zweitwunsch und 5-mal als Drittwunsch angegeben. Ein Junge meldete sich nach dem letztmöglichen Termin sogar noch freiwillig an, nachdem er erfahren hatte, dass ich das Projekt leiten würde (was mich sehr berührt hat). Die Information, welche Kolleg/innen jeweils die Leitung haben würden, hatte ich bei allen Projekten wegfallen lassen, um einer personenbezogenen Wahl der Schüler/innen vorzubeugen.

♂ Der Einstiegsfragebogen

Um einigermaßen über die Essgewohnheiten der Jungs Bescheid zu wissen, ließ ich die Jungs vor Beginn der Projekttage einen Fragebogen ausfüllen (siehe Abbildung nächste Seite). Dieser Fragebogen verfolgte aber noch weitere Ziele:

1. Er sollte zeigen, wie die Jungs einem *geschlechtshomogenen* Projekt gegenüber stehen.
2. Er sollte Aufschluss über *Hintergrundwissen* über die Schädlichkeit von zu süßem oder zu fetten Essen bei den Jungs geben.
3. Er sollte die Jungs dazu anregen, *nachzufühlen*, welche Gerichte ihnen gut tun.
4. Er sollte mir Informationen über mögliche Allergien geben, um Probleme diesbezüglich zu vermeiden.
5. Er sollte mir Informationen geben, welche Gerichte von den Jungen *bevorzugt* bzw. völlig *abgelehnt* werden.

♂ Einstiegsfragebogen „Kochen für Jungs“ – Auswertung (1)

- Kreuze bitte an:

	trifft voll zu	trifft zu	bin mir nicht sicher	trifft eher nicht zu	trifft total nicht zu
Ein Projekt nur mit Jungs ist Mist	0	2	1	5	8
Jungs brauchen nicht kochen zu können	0	0	0	8	8
Gesunde Lebensmittel schmecken nicht	0	2	0	6	8
Essen muss schnell gehen	1	2	1	9	3
Was lecker schmeckt, riecht auch gut	4	5	6	1	0
Süßkram macht dick	6	8	2	0	0
Chips und Co. machen dick	3	13	0	0	0
dick sein ist gesund	0	0	0	4	12
je dünner desto besser	0	1	3	9	3

- Nenne bitte 5 Lebensmittel, von denen du glaubst, dass du dich **besser** fühlst, wenn du sie isst:

Lebensmittel	Häufigkeit
Salat	**8**
Nudeln	**7**
Eis, Schokolade, Döner, Fleisch	**je 5**
Apfel, Pizza	**je 4**
Obst, Pfannkuchen	**je 3**
Obstsalat, Pommes, Käse, Cornflakes	**je 2**
Kartoffeln, Gemüse, Pudding, rote Grütze, Brötchen, Paprika, Tomate, Aprikose, Kiwi, Erdbeere, Kirche, Apfelmus, Suppe, Gummibärchen, Melone, Traubenzucker, Süßes, Mandarine Nutella	**je 1**

- Nenne bitte 5 Lebensmittel, von denen du glaubst, dass du dich **schlechter** fühlst, wenn du sie isst:

Lebensmittel	***Häufigkeit***
Broccoli, Rosenkohl, Spargel,	**je 5**
Rotkohl	**4**
Oliven, Fisch	**je 3**
Mäusespeck, Erbsen, Erbsensuppe, Spinat, Pilze, Tomate, Gurke	**je 2**
Blumenkohl, Käse, Pizza, Fleischgerichte, Tintenfisch, Gemüse, Sauerkraut, Chips, Pudding, Popcorn, Flips, Spinat, Brühe, Rhabarber, Bohnen, Nüsse, Sellerie, Zwiebeln, Zwiebelmett, Aloe Vera, Grünkohl, Rote Beete, Grünkohl, Ananas, Peperoni, Mais, Schafskäse, Mozarella, Speck, Schmelzkäse	**je 1**

♂ Einstiegsfragebogen „Kochen für Jungs“ – Auswertung (1)

- Nenne bitte deine 3 absoluten **Lieblingsspeisen**:

Lebensmittel	*Häufigkeit*
Pizza	**10**
Döner, Pasta	**je 9**
Pommes, Pudding	**je 3**
Salat, Gulasch	**je 2**
Geschnetzeltes, Chili, Spargel, Suppe, Kohlroulade, Cordon Bleu, Knödel mit Sauerbraten, Pfannkuchen, Blumenkohlsuppe, Fisch, Kartoffelauflauf, Hähnchen, Jägerschnitzel mit Pommes	**je 1**

- Nenne bitte deine 3 absoluten **Ekelsspeisen**:

Lebensmittel	*Häufigkeit*
Erbsensuppe	**5**
Spinat	**4**
Broccoli, Grünkohl	**je 3**
Oliven, Käse, Rosenkohl, Tomatensuppe, Auflauf, Weißwurst, Jägerwurst	**je 2**
Kassler mit Sauerkraut, Obstsuppe mit Nudeln, Eier, Kaviar, Pilze, Fisch, Rhabarber, Kartoffelsalat, Leber mit Zwiebeln, Auberginengemüse, Zucchinipizza, Muscheln, Reibekuchen, Speck, Bohnen	**je 1**

- Ich habe eine Allergie gegen folgende Lebensmittel:

Keine Allergien angegeben

♂ Auswahl der Rezepte – das „Kochbuch für Jungs“

Besonders der letzte Punkt auf dem Fragebogen war für mich zu Beginn der Planungsphase wichtig, da ich durch die organisatorischen Rahmenbedingungen gezwungen war, eine Auswahl der Gerichte zu treffen. Sicherlich wäre es besser gewesen, wenn die Jungs an der Auswahl hätten mitwirken können – aber auch da stellte sich heraus, dass die meisten die von mir vorgeschlagenen Gerichte gar nicht kannten und daher möglicherweise/ wahrscheinlich nicht gewählt hätten. Eine indirekte Bestätigung meiner Planung war dann für mich die Evaluation: Auf die Frage, was ihnen denn besonders gefallen hätte notierten 3 von 13 Jungen den Aspekt „anderes, neues Essen“ (die Auswertung der Fragebögen ist am Ende des Beitrages dokumentiert).

Weitere Planungsalternativen musste ich ebenfalls aus Zeit- oder anderen Gründen fallen lassen. Hier eine kleine Auswahl als kreative Ideenquelle für Männer, die mehr Zeit für die Durchführung eines Projektes haben sollten als ich:

- Die Jungs sollten selber ein *Rezept* von zu Hause *mitbringen*, das ihnen gut schmeckt und das ihnen ein gutes Gefühl vermittelt (tatsächlich hat einer der Jungs diese Idee dann umgesetzt – leider nicht mit durchschlagendem Erfolg, da das Rezept bei den Mitköchen nicht so gut ankam).
- Die Jungs sollten aus ganz bestimmten Zutaten selber ein *Rezept entwickeln*. Dies ist natürlich nur bei entsprechender Übung und Routine möglich, d.h. bei einem einwöchigen Projekt.
- Selbst entwickelte Rezepte können abschließend auch als *Kochbuch* präsentiert werden.

Bei meiner Suche war mir meine eigene ethnische Herkunft von großer Hilfe (man beachte die vielen orientalischen Gerichte in der Auswahl!), aber auch mein Sohn Felix (8) steuerte ein Rezept bei, das er selber „entwickelt" hatte. Schlussendlich hatte ich 15 Rezepte zusammen. Für die endgültige Wahl der Rezepte waren für mich folgende Gründe entscheidend:

- Kommen die Gerichte den in den Fragebögen genannten *Vorlieben* der Jungs entgegen?
- Sind die Gerichte in ihrer *nährstoffspezifischen Zusammensetzung* ausgewogen?
- Sind die Rezepte *gelingsicher*?
- Sind die Rezepte mit relativ geringem *Apparateaufwand* und in einer vertretbaren Zeit umsetzbar?
- Ermöglichen die Gerichte den Jungs neue *gustatorische* Erfahrungen?

Weil es mir grundsätzlich Spaß macht, Geschriebenes in Form zu bringen, setzte ich die Rezepte in ein „*Kochbuch für Jungs*" um, das alle Teilnehmer am Ende der Projekttage umsonst erhielten (das Kochbuch ist im Anschluss an diesen Text dokumentiert). Weitere Exemplare verkaufte die Jungengruppe am Präsentationstag.

♂ **Organisatorische Überlegungen**

Da mein Projekt auch Aspekte klassischen Rollenverhaltens kritisch beleuchten sollte, war für mich klar, dass die Jungen den Einkauf selber erledigen sollten. Dabei war mir besonders wichtig, dass wirklich nur die benötigten Zutaten eingekauft wurden und nicht Pausenfüller aus der Süß-Fett-Ecke.

Jeder Junge musste am 1. Projekttag einen Unkostenbeitrag von 5,- Euro bezahlen. Ich hatte kalkuliert, dass die Gesamtsumme von 80,- Euro ausreichen musste, um alle benötigten Zutaten zu finanzieren, was sich dann auch als richtig herausgestellt hat.

Den Ablauf der beiden Projekttage wollte ich bewusst relativ offen gestalten, da mir nicht so ganz klar war, wie geschickt sich die Jungs beim Kochen anstellen würden. Im Nachhinein hat sich das als sehr positiv herausgestellt, da wir alle am Ende eines Koch-Vormittags reichlich erschöpft waren.

Neben dem reinen Kochen enthielt meine Planung aber auch Module der Jungenarbeit, wie z.B. eine Soziometrieübung zu Beginn, Blitzlichtrunden sowie feste Regeln im gesamten Tagesablauf (alle helfen beim Aufräumen mit, beim Einkaufen keine „Privateinkäufe“, gemeinsames Essen an einem Tisch etc.).

Ursprünglich wollte ich auch noch zwei Gerichte pro Tag und Gruppe kochen lassen, aber das war dann zeitlich einfach nicht möglich – ein Gericht musste also reichen.

♂ **Ablauf des ersten Projekttages**

1. Begrüßung
2. Soziometrieübung (Wie geht‘s euch heute?
   Wer von euch kocht oft – nie? Bei wem kocht Papa oft – nie?)
3. Organisation:
   - Einkaufen
   - 2er-Gruppen bilden
   - kochen
   - probieren und raten
   - gemeinsames Essen
4. Abspülen und Aufräumen
5. Blitzlicht:
   - Wie hat‘s euch heute gefallen?
   - Was fandet ihr besonders gut/lecker bzw. schlecht/eklig?
6. Planung Montag:
   - Tupperware für Reste mitbringen

♂ **Ablauf des zweiten Projekttages**

1. Begrüßung
2. Blitzlichtrunde: Wie geht´s euch heute?
3. Organisation:
   - Einkaufen
   - Gruppen bilden
   - kochen
   - gemeinsames Essen
4. Abspülen und Aufräumen
5. Blitzlicht:
   - Wie hat‘s euch heute gefallen?
   - Was fandet ihr besonders gut/lecker bzw. schlecht/eklig?
6. Planung Dienstag (Präsentationstag)
   - Aufsichtsplan erstellen
   - Rezeptauswahl treffen
   - Auswahl für Dienstag treffen à Geräte mitbringen (Verlängerungskabel, Geschirrtuch, Spüli, Schwamm, Handmixer, Pfanne, Schüsseln, Tischdecke) und einkaufen

♂ **Ablauf des Präsentationstages**

Den Präsentationstag plante ich erst am Wochenende davor, da ich erst abwarten wollte, wie sich die Jungs im Projekt bewähren würden, d.h. wo ihre Schwächen und Stärken liegen, wie die Gruppe zusammenarbeitet etc.
Die Jungen wählten schließlich drei relativ einfache Gerichte aus, die sie am Präsentationstag „live“ zubereiten wollten. Ein Gericht bereiteten sie bereits am Vortag zu.
Zum Ende des Tages bat ich alle Jungs noch einmal zu einer Abschlussrunde, um das Projekt zu evaluieren.

1. Aufbau
2. Kochen, Verkauf der Speisen und des Kochbuchs
3. Abspülen, Aufräumen
4. Abschlussrunde mit Evaluation

♂ Rahmendaten im Überblick

Teilnehmerzahl	16
Altersstruktur	13 bis 15 Jahre
Klasse	7. und 8. Klasse
Projektrahmen	Projekttage zur 80-Jahrfeier der Schule (Städt. Gymnasium Schmallenberg)
Zeitrahmen	2 Projekttage (1.7. und 4.7.05) 1 Präsentationstag (5.7.05)
Projektort	Küche der Valentinschule Sonderschule Schmallenberg
Ablaufskizze	■ der Einkauf wird von den Jungen selbständig erledigt ■ je 2 Jungen kochen zusammen ein Gericht ■ wenn alle Gerichte fertig sind findet ein gemeinsames Essen statt, bei dem die Gerichte probiert und/oder bewertet werden ■ am ersten Tag sollten die Jungs raten, welche Zutaten die Gerichte jeweils haben ■ am zweiten Projekttag sollten die Jungs von jedem Gericht einmal probieren und eine Bewertung abgeben ■ am Ende jedes Projekttages wird die Küche von den Jungs selbstständig gereinigt ■ am Präsentationstag kochen die Jungs 4 Gerichte und verkaufen sie an die Mitschüler/innen (der Erlös wurde für Tsunami-Opfer gespendet)
Sonstiges	Als Rezeptvorlage dient ein selbst gefertigtes Kochbuch

Der Prozess

♂ Der erste Projekttag

Die Einstiegsrunde verlief nicht ganz wie von mir geplant, möglicherweise weil das Setting in den Küchenräumen nicht stimmte – die Jungs beschwerten sich von der ersten Sekunde an über einen „strengen Geruch“. So blieben sie in der Begrüßungsrunde entweder wortkarg oder wiederholten die kurzen Sätze der anderen. Die Soziometrieübung klappte hingegen gut – das ist eine sichere Methode, Jungs ohne Worte zu einer Aussage zu bewegen:

– Die Jungs waren überwiegend recht gut drauf.
– Die meisten von ihnen hatten wenig bis keine Erfahrungen in der Küche.
– In den meisten Familien beteiligte sich der Vater beim Einkauf.
– In den meisten Familien kochte wochentags die Mutter, am Wochenende häufig der Vater.

Die Organisation des Einkaufens funktionierte reibungslos. Zwei Gruppen gingen selbständig los, eine wurde von mir begleitet. Interessant war, dass keiner der Jungs im Supermarkt Bescheid wusste (in Schmallenberg gibt es nur vier Stück davon...), sie waren über die Anordnung der Waren und die Preise z.T. erstaunt.

Bei der Rückkehr in die Küche ergab sich das erste Problem: einige Jungs hatten sich nicht an die Abmachungen gehalten und Süßlimonaden als Getränke gekauft. Sicherlich wäre es besser gewesen, wenn ich mich im Vorfeld um Mineralwässer oder Saftschorle gekümmert hätte. Nach dem Einkaufen zeigte sich, dass die Kostenkalkulation stimmte und wir an den beiden Tagen mit den vorveranschlagten 80,- Euro problemlos auskommen würden.

Die Gruppeneinteilung funktionierte unkompliziert, die Jungs wollten unbedingt mit dem Kochen anfangen. Ich verteilte die Rezepte und unterstützte einzelne Gruppen beim „Auffinden" der z.T. ungewohnten Zutaten in unserem Warenfundus. Mir wurde schnell klar, dass eine echte Aufsicht oder weitergehende Hilfe beim Kochvorgang von mir alleine nicht zu leisten war – das hatte ich mir nicht so vorgestellt. Andererseits musste ich auch kaum eingreifen, da die Jungen sich fast akribisch an die Anleitungen hielten (etwas, dass ich mir z.B. bei Chemie-Experimenten im Unterricht oft vergeblich wünsche...). Nur in zwei Gruppen gab es Probleme bei der Umsetzung von Mengenangaben. Dies habe ich dann in der endgültigen Fassung des Kochbuchs berücksichtigt.

Als alle Gerichte fertig gestellt waren, ging es ans gemeinsame Probieren. Alle Jungen waren schon gespannt auf die verschiedenen Gerichte, z.T. wollten sie schon vorher kosten. Leider konnten sie die Zutaten oft nicht richtig erraten, so wie ich mir das gedacht habe. Andererseits gaben sie sich dabei wirklich Mühe, d.h. sie ließen sich auf die (neuen) gustatorischen Erlebnisse vorurteilslos ein. Weil zudem nicht von allen Gerichten genügend vorhanden war änderte ich den Ablauf für den zweiten Tag und ließ die „Raterunde" zugunsten einer „Bewertungs- und Schmeckrunde" weg.

Die Essensreste unserer ersten Bemühungen wurden übrigens von Schüler/-innen der Sonderschule mit Begeisterung aufgenommen, eine Lehrerin organisiert dies in den Pausen auch in ihrem eigenen (Koch-)Unterricht, wie wir durch Zufall herausfanden.

Da ein ganzes Wochenende zwischen den beiden Projekttagen lag, mussten zwei der Jungs einen Großteil der Esswaren mit nach Hause nehmen. Das berei-

tete zwar Schwierigkeiten, aber schlussendlich fand die Gruppe selbst eine Lösung, ohne dass ich dirigierend eingreifen musste.

Von kleineren Reibereien abgesehen verlief das abschließende Saubermachen sehr gründlich und reibungslos.

In der abschließenden Blitzlichtrunde machte ein Junge den Vorschlag, selber ein Rezept mitzubringen, was ich natürlich toll fand.

♂ Der zweite Projekttag

Schon zu Beginn des zweiten Tages zeigte sich eine gewisse Routine der Jungen: Die Vorbereitungen in der Küche und das Einkaufen gingen glatt und ohne Probleme über die Bühne. Beim Kochen gab es dieses Mal keine Unklarheiten – alle Rezepte wurden sorgfältig befolgt. Eine Gruppe erklärte sich nach der Blitzlichtrunde in der Vorbesprechung zudem bereit, für den anstehenden Präsentationstag etwas vorzukochen (in diesem Fall eher vorzubacken): Ihre Wahl fiel auf die Powerblocks, die bei allen Jungs gut angekommen waren.

Das gemeinsame Essen war noch entspannter als am ersten Projekttag, die Jungen ließen sich Zeit beim Probieren und bewerteten die unterschiedlichen Speisen. Dabei kristallisierten sich allgemeine aber auch ganz individuelle Lieblingsspeisen heraus. Dafür funktionierte das Aufräumen dieses Mal nicht so gut, ich musste einige der Jungen immer wieder auffordern, sich zu beteiligen. Schlussendlich war die Küche wieder sauber und die Abschlussrunde stand an.

Die Organisation des Präsentationstages erwies sich als sehr einfach, da alle Jungen sich aktiv beteiligen wollten. Auch die Idee, etwaige Überschüsse aus unserer „Haushaltskasse" zu spenden, fand sofort Zustimmung.

In der Blitzlichtrunde äußersten sich dann alle Jungen noch einmal positiv über den bisherigen Verlauf des Projektes – aber wie ehrlich solche Aussagen gegenüber einem Lehrer sind, weiß ich nicht zu beurteilen. Mein Gefühl sagte mir zumindest: Diesen Jungs kann ich trauen.

♂ Der Präsentationstag

Neben den Powerblocks wollten die Jungen noch drei Gerichte „live" kochen. Kurioserweise wurde unser Stand neben einem reinen Mädchenstand mit dem Thema „Russisch kochen" platziert. Obwohl keine echte Konkurrenz vorlag, war es für die Jungen erfreulich zu sehen, dass an ihrem Stand „richtig" gekocht wurde, während die Mädchen außer Waffeln nur „kalte Küche" anboten. Beim abschließenden Aufräumen wurde der Unterschied

noch eklatanter: der „Jungenstand“ war blitzsauber, der Mädchenstand reichlich zugemüllt – soviel zu einigen Rollenklischees!

Als Gerichte hatten die Jungen *Spaghetti Pesco*, *Good Morning* (ein warmes Müsli) sowie *Nudeln mit Joghurtsoße* ausgewählt. In drei Schichten betreuten sie selbständig ihren Stand – am Schluss blieb nur eine Portion Pasta übrig. Die Mitschüler/-innen und Lehrer/-innen waren vor allen Dingen von den Powerblocks angetan, aber auch das Kochbuch verkaufte sich recht gut.

Das Aufräumen klappte ganz gut, ab und an musste ich einen Jungen motivieren. Im Großen und Ganzen war die Gruppe aber recht gut selbst organisiert.

Schlussendlich wurden runde 20,- Euro Gewinn erwirtschaftet und an eine örtlich Organisation gespendet, die Tsunami-Opfer betreut.

Die Evaluation

♂ Blitzlichtrunde

Alle Jungs (bis auf zwei, die in der Hektik des Abbauens die Änderung des Termins nicht mitbekommen hatten) trafen sich am Ende des Präsentationstags in einem leeren Klassenraum. Dass überhaupt so viele Jungs noch einmal auftauchten zeigt meiner Meinung nach, wie gut ihnen das Projekt gefallen hat. Schließlich war es der vorletzte Schultag im Jahr und sie hätten sich ohne weiteres „abseilen“ können. Sogar den Bus, den sie nach der 5. Stunde hätten nehmen können, haben sie sausen lassen! Das hat mich ziemlich stolz gemacht.

In einer kurzen Blitzlichtrunde drückten alle Jungs einstimmig ihre Freude über den Ablauf des Projektes aus. Einer meinte sogar: „*Obwohl ich in einem Projekt gelandet bin, das ich mir überhaupt nicht gewünscht hatte, hat es eine Menge Spaß gemacht*.“

♂ Umfrage

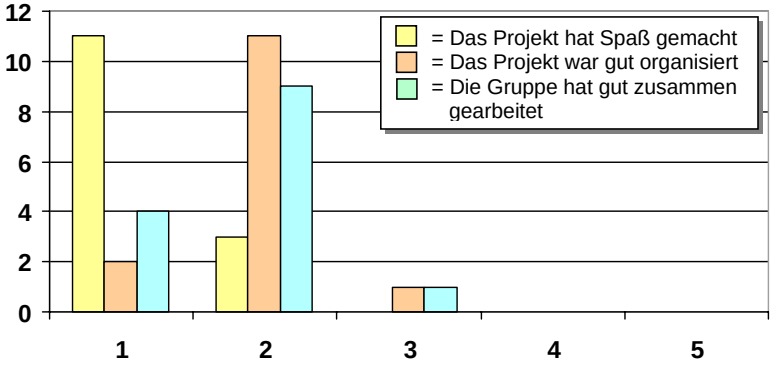
Danach verteilte ich die Zettel zur Evaluation (siehe Abbildungen nächste Seite). Solch eine schriftliche Stellungnahme finde ich persönlich immer sehr wichtig, da im direkten Gegenüber zum Gruppenleiter manche Kritik nicht geäußert wird, da man sich vor der Gruppe nicht bloßstellen möchte. Während die Jungs die Zettel ausfüllten, verließ ich den Raum, um keinen (ungewollten) Einfluss beim Ausfüllen zu nehmen. Nach sieben bis acht Minuten kam ich zurück und

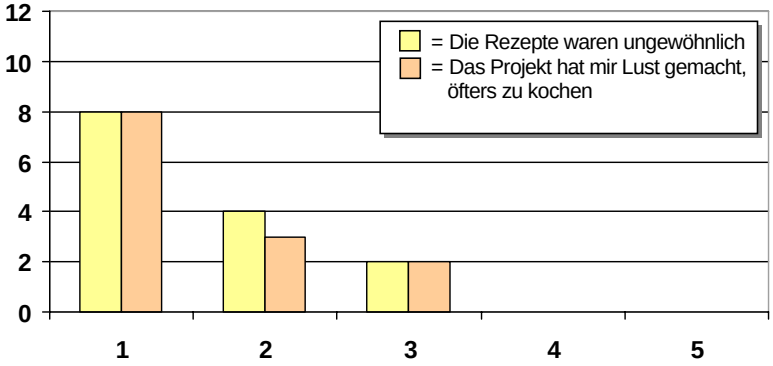
sammelte die Zettel ein. Das Ergebnis war eindeutig und bestätigte meine Vorüberlegungen bei der Planung:
- Das Projekt hat allen Jungen *Spaß* gemacht.
- Die Jungen waren überwiegend der Meinung, dass die Gruppe *gut zusammengearbeitet* hat (für mich bedeutet das auch, dass wenig Konkurrenzverhalten da war).
- Das Einkaufen hat nicht so viel Spaß gemacht – was für mich nicht unbedingt einen Misserfolg bedeutet: durch ihre Erfahrungen könnten die Jungen mehr *Wertschätzung* für die Haushalts-Arbeit und damit (in unserer dörflichen Umgebung) für weibliche Arbeit bekommen.
- Das Kochen hingegen hat fast allen Jungen sehr viel Spaß bereitet – und das hat ihnen wohl auch *Lust* auf weitere eigene Versuche gemacht.
- Dass die meisten Jungen die Rezepte ungewöhnlich fanden, bestätigt mich in der *Rezeptauswahl* – auch wenn das Adjektiv etwas zweideutig ist. Im Zusammenhang mit den anderen Antworten wird aber klar, dass die Gericht gut bei den Jungen angekommen sind. Und damit hatte auch meine präventive Arbeit im Bereich „Essstörungen" Erfolg.

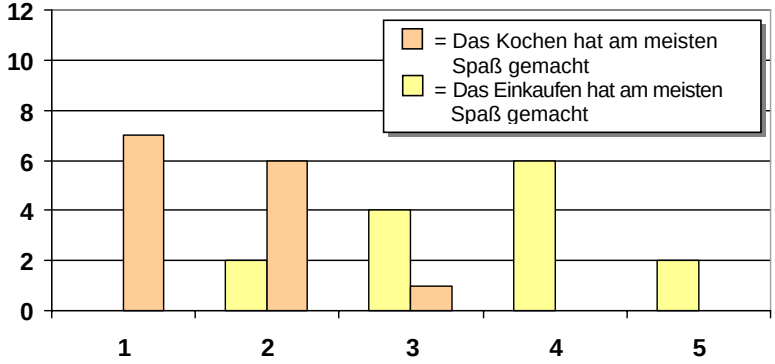
Das Kochprojekt hat meiner Meinung nach wieder zwei meiner Erfahrungen bestätigt, nämlich:
- dass geschlechtsspezifische Arbeit mit Jungs (auch und besonders an Schulen) unbedingt Sinn macht und
- bei entsprechender Planung und Vorbereitung für alle Beteiligten ein Erfolg sein kann.

In diesem Sinne wünsche ich allen Kollegen und Männern Mut, es einfach einmal auszuprobieren – ich kann versprechen, es schmeckt!

♂ Evaluation „Kochen für Jungs“ – Auswertung (1)







♂ Evaluation „Kochen für Jungs“ – Auswertung (1)

Am besten geschmeckt hat mir:	*Häufigkeit*
Nudeln mit Krabbensoße	**5**
Party-Salat	**4**
Cordon Bleu, Spaghetti Pesto, Power-Block, Scones	**je 1**
keine Angaben	**1**

Das hat mir besonders gut gefallen:	*Häufigkeit*
andere, neue Rezepte	**3**
das Kochen	**3**
keine Angaben	**3**
Zusammenarbeit der Zweiergruppen, mit Freunden kochen, die Teamarbeit, die Gelassenheit, das gemeinsame Essen, der Spaß, den wir hatten	**je 1**

Das hat mir überhaupt nicht gefallen:	*Häufigkeit*
Die Küche	**5**
keine Angaben	**3**
Cordon Bleu	**2**
der Gestank, es hat nicht alles geschmeckt, einige haben sich beim Aufräumen gedrückt, die Resipfanne, es hat nicht alles geschmeckt, dass es kein Fleisch gab, dass manche Zutaten fehlten	**je 1**

Schule als Kontext für Jungenarbeit

Das Projekt „Kochen für Jungs“ hat mir erneut gezeigt, dass Schule und Jungen ganz ausgezeichnet zusammenpassen. In keiner einzigen Gruppe meiner vielen Projekte wurde ich bisher enttäuscht oder hintergangen – wohl eine der Hauptängste von Lehrern, wenn man sie auf dieses Thema anspricht. Auf der anderen Seite weiß ich aber auch um die offensichtlichen Probleme bei solch einem Projekt.

♂ Probleme (eine subjektive Auswahl)

Wer als Lehrer Jungenarbeit an Schulen durchführen oder sogar institutionell verankern will, hat mit einigen, auch systembedingten Schwierigkeiten zu tun:

- Lehrer arbeiten mit Jungen, die sie im Schulalltag in Leistung und Verhalten benoten müssen, beide stehen in einem vorgegebenen *Abhängigkeitsverhältnis*.
- Lehrer können nicht (wie z.B. Sozialarbeiter in einer Offenen Tür) destruktiv tätige Jungen vom Besuch der Schule bzw. eines Projektes

während der Schulzeit ohne weiteres ausschließen, da *Aufsichtspflicht* besteht.
- Lehrer, die mit Jungen arbeiten, müssen sich zu einem Teil *selbst öffnen* und machen sich so möglicherweise angreifbar.
- Lehrer, die mit Jungen arbeiten, müssen sich zwangsweise mit ihrem eigenen Mannsein auseinandersetzen *(Selbsterfahrung)* und mit der Tatsache, dass sie (so wie sie sind) für Jungen Identifikationsfiguren darstellen. Jungenarbeit an Schulen ist dabei ganz besonders von der Bereitschaft männlicher Lehrkräfte abhängig, sich zu öffnen. Ein Verstellen, ein unehrliches oder vermeintlich kumpelhaftes Verhalten kann ein Projekt zum Scheitern bringen und Jungenarbeit bei den Jungen selbst und/oder bei vielen Kolleg/-innen in Verruf bringen.
- Lehrer, die mit Jungen arbeiten wollen, müssen dies möglicherweise gegen den *Widerstand* einer uninformierten oder unkooperativen Schulleitung begründen. Auch *Ablehnung* von Seiten einiger Kolleginnen kann bestehen.

♂ **Möglichkeiten (eine subjektive Auswahl)**

Auf der anderen Seite bietet Jungenarbeit für Lehrer und Schulen auch viele positive Seiten und damit Chancen:
- Schüler erleben mit dem Lehrer ein *Miteinander* (und kein Gegeneinander), das sich im Schulalltag positiv fortsetzen kann. Dieser Effekt kann synergistisch das Klima einer gesamten Schule positiv beeinflussen, wenn geschlechtsspezifische Arbeit z.B. in das Schulprogramm aufgenommen wird.
- Lehrer können *positive Vorbilder* für männliche Identifikation sein.
- Die Selbsterfahrung bei Jungenarbeit kann einen *persönlichen Gewinn* für den Lehrer bedeuten.
- Der enge und offene Kontakt mit Schülern ermöglicht einen persönlicheren Zugang zu Jungen und erlaubt so mehr Vertrauen und Toleranz innerhalb der *Lehrer-Schüler-Beziehung* im Schulalltag. An dieser Stelle sei auf den Familientherapeuten T. Gordon verwiesen, der bereits in den 80er Jahren des 20. Jahrhunderts darauf hingewiesen hat, dass für funktionierenden Unterricht die Lehrer-Schüler-Beziehung entscheidend ist (und nicht die vielzitierte Didaktik-Methodik!).
- Schule ist (zumindest im städtischen Bereich) der wichtigste Ort, um mit seiner *Peer-Group* Kontakt aufzunehmen. Das soziale Miteinander hat damit an den meisten Schulen eine Bedeutung erhalten, die vielen Lehrer/-innen noch

gar nicht richtig bewusst ist. Andererseits kann man so bei geschlechtsspezifischer Schul-Arbeit das Klientel an einem wichtigen Schnittpunkt individueller jugendlicher Interesse, Sorgen, Ängste, Bedürfnisse etc. erreichen.

Kontakt

Mustafa Jannan
Vor den Eichen 8
57399 Kirchhundem
Telefon 02972/47134
E-Mail: mustafajannan@gmx.de

♂ Dokumentation des Kochbuchs „Kochen für Jungs – Schmeckt dir das?!“ aus dem gleichnamigen Projekt

Kochen für Jungs

Schmeckt dir das?!

Dieses Kochbuch wurde von 16 Jungs des Städtischen Gymnasiums Schmallenberg im Rahmen der Projekttage 2005 auf seine praktische Verwendbarkeit getestet und für gut befunden. Alle Gerichte schmecken und sind wirklich einfach nachzukochen, ganz ehrlich!

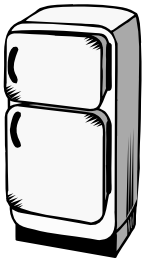
Der Projektleiter bedankt sich an dieser Stelle bei den Jungs für ihren Einsatz und ihr Durchhaltevermögen – es hat wirklich Spaß gemacht:

- Thomas Böhmer (8a), er hat das Rezept für das Cordon-Bleu beigesteuert
- Marc Bürger (8c)
- Philipp Bürger (8b)
- Niklas Droste (7b), er hat die Fotos gemacht
- Peter Düking (7a)
- Nicolas Falke (8c), er hat eindeutig am meisten abgespült, vielen Dank
- Michael Geueke (8c), er ist immer eingesprungen, wenn Hilfe nötig war, vielen Dank
- Markus Haeser (8b)
- Marvin Lutterbüse (7b)
- Marvin Müller (7a)
- Timo Müser (7a), war leider am 2. Tag krank
- Max Pappert (7a), hat eine schwere Tüte geschleppt, bravo
- Patrick Pietak (7a), hat sich um viele Dinge sehr gründlich gekümmert
- Lukas Schauerte (8c)
- Christoph Schulte (7a)
- Benedikt Vogd (8b)

Zum Schluss noch ein besonderer Dank an die Valentinschule in Schmallenberg, dass wir ihre Küche benutzen durften. Das ist nicht selbstverständlich, wie wir erfahren mussten.

M. Jannan, Projektleiter

Kalt



Dippo

Zutaten

- ¼ Gurke, grob zerkleinert
- 4 Radieschen, grob zerkleinert
- 1 kleine Zwiebel, grob zerkleinert
- 3 Frühlingszwiebeln, grob zerkleinert
- 2 Selleriestangen, grob zerkleinert
- 1 Packung Frischkäse (heißt manchmal auch Hirtenkäse)
- ½ TL Sojasauce
- Curry-Pulver nach Belieben

Zubereitung

Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Handmixer verrühren, bis eine cremige Masse entstanden ist. Im Kühlschrank kalt stellen. Schmeckt als Dip oder auf Cracker, Toast oder Fladenbrot und ganz besonders im Sommer!

Smooth Tomato

Zutaten

- 2 mittelgroße Tomaten, grob zerkleinert
- ½ Paprika, grob zerkleinert
- 1 Selleriestange, grob zerkleinert
- 1 Packung Frischkäse (heißt manchmal auch Hirtenkäse)
- 60 g Jogurt
- 2 EL Parmesan, gerieben
- 1 TL mittelscharfer Senf

Zubereitung

Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Handmixer verrühren, bis eine cremig-glatte Masse entstanden ist. Im Kühlschrank kalt stellen. Schmeckt als Dip, als Brotaufstrich oder zu Nudeln und Reis.

Tabbouleh

Zutaten

- 150 g Weizenschrot (Bulgur)
- 150 ml kochendes Wasser
- 2 Tomaten, fein gehackt
- 10 cm Gurke, fein gehackt
- 8 EL feingehackte Petersilie
- 2 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
- 4 EL frische Pfefferminze, fein gehackt
- Saft einer halben Zitrone
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Das Bulgur in einen Topf geben und mit kochendem Wasser übergießen. Etwa 15 – 18 Minuten stehen lassen, bis der Weizenschrot weich ist.
Alle anderen Zutaten gut untermischen, mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.
Kann kühl gestellt oder auch warm serviert werden. Tabbouleh kann man statt mit Löffel mit den Blättern von rohen Weißkohl essen, es schmeckt aber auch gut mit Fladenbrot.

Homus

Zutaten

- 1 Dose Homus
- 1 EL Jogurt
- 1 TL Tahin (Sesammus)
- Zitronensaft
- Olivenöl
- Salz
- 1 große Knoblauchzehe

Zubereitung

Den Knoblauch klein schneiden, salzen und mit einem Stampfer oder einen Löffel mit einer ordentlichen Prise Salz verreiben.
Homus, Tahin, Jogurt und Zitronensaft mit der Knoblauchpaste vermischen.
Die Paste In einem Suppenteller flache ausstreichen und mit ordentlich Olivenöl bedecken.

Party-Salat

Zutaten

- 3 hart gekochte Eier
- 1 Dose Thunfisch mit Gemüse
- 1 Glas Erbsen und Möhren
- 2 EL Mayonnaise
- 2 EL Jogurt
- Zitronensaft
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Eier klein schneiden und in einer Salatschüssel mit dem Thunfisch, den Erbsen und Möhren, der Mayonnaise und dem Jogurt gut vermischen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Schmeckt besonders gut zu Toast oder frischen Brötchen. Erfahrungsgemäß bleibt auf keiner Party von diesem Salat etwas übrig – der absolute Renner!

Pasta-Salat

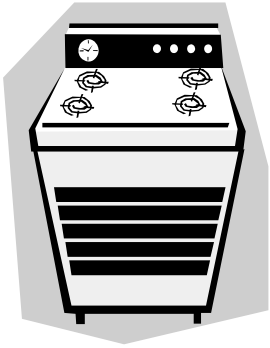
Zutaten

- 250 g Nudeln (egal welche, bloß keine Spaghetti)
- 1 große Tomate, geschnitten
- 1 Strauß Rucola-Salat
- 10 cm Gurke, klein geschnitten
- 2 Lauchzwiebeln, klein geschnitten
- 150 g braune Champignons
- 1 Zwiebel, klein geschnitten
- 100 g geriebener Parmesan
- Ketchup
- Olivenöl
- Aceto balsamico (das ist ein italienischer Essig)
- Zitronensaft
- 1 EL Zucker
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Während die Nudeln nach der Packungsanleitung gar gekocht werden, die klein geschnittenen Zwiebeln und Champignons in einer Pfanne mit einem ordentlichen Schuss Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit 1 TL Zitronensaft abschmecken. Den Salat waschen und grob schneiden. Zusammen mit den Tomaten-, Gurken- und Lauchzwiebelstücken in eine große Schüssel geben. Mit 2 – 3 EL Olivenöl, 1 EL Zucker und 1 EL Aceto balsamico würzen, Salz und Pfeffer nach Belieben. Die Champignons und den geriebenen Käse untermischen, alles gut vermengen.
Jetzt müssten die Nudeln fertig sein – auch noch dazu, umrühren, fertig. Schmeckt leicht warm ab besten, wenn der Käse ein bisschen geschmolzen ist. Dazu ein Baguette!

Warm



Cordon-Bleu

Zutaten

- 1 kg Weizenvollkornmehl
- 700 g Mett
- 2 Paprikaschoten (in Streifen geschnitten)
- 8 – 10 große Scheiben Gouda
- 1 Würfel frische Hefe oder 1 Beutel Trockenhefe
- 1 TL Honig
- 1 EL Meersalz
- 700 ml warmes Wasser
- Olivenöl

Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben, Öl und Salz hinzufügen. Hefe und Honig in warmem Wasser auflösen, die Mischung nach und nach ins Mehl gießen und einen geschmeidigen, glatten Teig kneten. Den Teig an einem warmen Ort etwa eine halbe Stunde gehen lassen bis er etwa die doppelte Größe erreicht hat.
In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Dazu das Mett in 2 Teile teilen und beide Teile zu einer flachen Platte ausdrücken.
Die Platten in 2 Pfannen in etwas Öl gar braten. Die fertigen Platten aus der Pfanne nehmen und in 8 gleich große rechteckige Stücke aufteilen.
Den gegangenen Teig noch einmal durchkneten und ebenfalls in 8 gleich große Teile aufteilen. Jedes Teigstück mit etwas Mehl zu einer Art Zunge ausrollen.
Auf dem oberen Teil der "Zunge" 1 Scheibe Käse, die Paprikastreifen und die Mettscheiben aufschichten. Die untere Hälfte des Teiges wie ein Bettlaken darüber schlagen und an den Seiten gut festdrücken, so dass die Füllung vom Teig gut umschlossen ist.
Die Cordon-Bleu-Stücke in einer Pfanne mit etwas Olivenöl bei niedriger Temperatur langsam braten (Deckel auf die Pfanne – das Öl kann herausspritzen!). Dabei immer wieder wenden.

Spaghetti Pesto

Zutaten

- 300 g Spaghetti
- 1 Dose Makrelen in Öl
- 2 Tomaten, geschnitten
- 2 Zwiebeln, geschnitten
- frische Thymianblätter
- 1 – 2 EL Fertig-Pesto
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Spaghetti in siedendes Wasser geben und nach Packungsanleitung kochen.
In der Zwischenzeit in einer Pfanne die Zwiebeln in Olivenöl anbraten. Tomaten, Makrelen, Thymian, Salz und Pfeffer dazugeben.
Spaghetti abschütten und heiß sofort unter die Gemüse-Fisch-Mischung unterrühren.
Kann auch mit anderen Kräutern und/oder geriebenen Käse abgeschmeckt werden.

Nudeln mit Jogurtsoße

Zutaten

- 250 g Nudeln (z.B. Spaghetti)
- 150 g Gehacktes
- 1 Zwiebel, geschnitten
- 200 ml Jogurt
- 1 große Knoblauchzehe
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die 250 g Nudeln nach Packungsanleitung gar kochen.
In der Zwischenzeit die Zwiebel mit dem Gehackten in einer Pfanne anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.
Die Knoblauchzehe in sehr kleine Stückchen schneiden und in eine Schüssel geben, reichlich salzen. alles mit einem Holzstampfer oder einem Esslöffel gründlich vermengen und die Knoblauchstückchen zerdrücken. Den Jogurt untermischen.
Die garen Nudeln in der Pfanne mit der Zwiebel-Hack-Mischung vermischen und kurz noch einmal anwärmen.
Die warme Nudelmischung in einen Suppenteller geben, Jogurtsoße darüber und sofort essen – ein absoluter Sommerhit.

Fasulye Piyazi

Zutaten

- 1 Glas dicke Bohnen (am besten die braunen, die grünen schmecken aber auch ganz gut)
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1 TL Salz
- 50 g eingelegte Gurken
- 1 kleiner Strauß Petersilie
- Tomatenscheiben
- entkernte Oliven
- Saft ½ Zitrone
- 4 – 5 EL Olivenöl

Zubereitung

Bohnenflüssigkeit abschütten. Bohnen mit ein wenig Wasser in einem Topf auf dem Herd leicht erwärmen (nicht kochen, sonst zerfallen sie!).
Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden und mit Salz einreiben.
Petersilie fein hacken.
Eingelegte Gurken in Stücke schneiden, die die Größe der Bohnen haben.
Bohnen, Zwiebeln, Gurken und Petersilie in einer Schüssel vermischen. Das Ganze mit den Tomatenscheiben bedecken. Oliven als Dekoration drauflegen.
Zitronensaft, Olivenöl und Salz verquirlen und über den Salat gießen.
Wird mit frischem Fladenbrot gegessen, solange es noch warm ist.

Pasta mit Krabbensoße

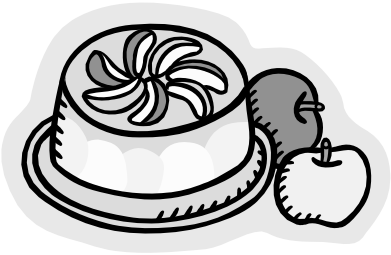
Zutaten

- 250 g Nudeln (z.B. Spaghetti)
- 1 Packung Krabben
- 1 Zwiebel, klein geschnitten
- 1 orange Paprika, klein geschnitten
- 1 Tomate, klein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe
- 50 ml Créme fraiche
- Kumin (Kreuzkümmel), Curry, Zucker
- Aceto balsamico
- Olivenöl
- Mehl

Zubereitung

Die 250 g Nudeln nach Packungsanleitung gar kochen.
Zwiebeln und Paprika in Olivenöl anbraten.
Mit Kumin, Curry, Zucker und Essig würzen.
Mit Mehl bestäuben und sofort die Krabben und die Tomate dazugeben.
Die Créme fraiche untermischen und soviel Wasser dazugeben, dass es eine cremige Soße gibt.
Das Ganze kann man mit fein geschnittener Petersilie garnieren.

Süß



Scones

Zutaten

- 250 g Weizenvollkornmehl
- 2 TL Backpulver
- 50g Butter
- 25g Zucker
- 1 Ei, geschlagen und mit Milch zu gut 1/8 l Flüssigkeit ergänzt
- Zimt oder Lebkuchengewürz nach Belieben

Zubereitung

Backofen auf 220° C vorheizen.
Mehl mit dem Backpulver in eine Rührschüssel sieben, dann die Butter mit den Fingerspitzen in das Mehl reiben. Anschließend den Zucker untermischen.
Die Ei-Milch-Mischung hinzufügen und zu einem weichen, aber nicht klebrigen Teig verrühren.
Den Teig auf eine mit Mehl betreute Arbeitsfläche legen und leicht durchkneten, dann flach ausrollen, so dass er ca. 1 cm dick ist.
Mit einem Glas, dessen Rand man mit Mehl bestäubt hat, Teigstücke von ca. 5 cm Durchmesser ausstechen und auf ein Backblech mit Backpapier setzen.
12 – 15 Minuten im Ofen backen, bis die Scones goldbraun sind. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
Scones werden warm mit Butter, Marmelade und eventuell Sahne gegessen.

Obstsalat

Zutaten

- 1 – 1 ½ Äpfel, klein geschnitten
- 1 Banane, klein geschnitten
- 1 Birne, klein geschnitten
- 1 Dose Mandarinen
- 1 TL Zucker

Zubereitung

Die Mandarinen in ein Sieb schütten und das Fruchtwasser in einer Schüssel auffangen.
Die Mandarinen mit den anderen Früchten in eine Schüssel geben. Zucker dazugeben und ein wenig von dem Mandarinensaft. Alles umrühren und kalt stellen. Schmeckt auch mit anderem Obst, je nach Jahreszeit.

Power-Block

Zutaten

- ½ Tasse Jogurt
- 3 EL Zucker
- ¼ Tasse Milch
- 1 Tasse Weizenvollkornmehl
- ½ TL Backpulver
- 1 Tasse Haferflocken
- ¼ Tasse Weizenkleie
- 2 EL Weizenvollkornmehl
- 150 g getrocknete Früchte, Orangeat, Zitronat (je nach Belieben)
- ½ Tasse Marmelade (Geschmacksrichtung nach Belieben)
- ½ TL Zimt oder Lebkuchengewürz

Zubereitung

Backofen auf 180° C vorheizen.
Jogurt, Zucker und Milch verrühren. Mehl, Backpulver, Haferflocken und Weizenkleie vermischen. Zu der Jogurtmischung geben und gut durchmischen.
In einer getrennten Schüssel 2 EL Mehl über die Früchtemischung streuen. Gut mit der Marmelade vermischen.
Eine Kastenbackform oder ein kleines Backblech mit Backpapier auslegen. Eine Hälfte der Teigmischung mit einem Kochlöffel in die Form geben und ausstreichen.
Die Früchte-Marmelade-Mischung darüber geben und mit der restlichen Teigmischung abdecken. Alles möglichst gleichmäßig verteilen.
30 – 40 Minuten backen. Nach dem Abkühlen in gleich große Riegel schneiden.

Good Morning

Zutaten

- ¼ Tasse Weizenkleie
- ¾ Tasse Haferflocken
- 1 Banane, klein geschnitten
- 1 Apfel, klein geschnitten
- Saft einer Orange
- 2 EL Rosinen
- eine Handvoll Erdbeeren, in Stücke geschnitten (oder anderes Obst der Jahreszeit)
- Zimt
- ¼ Tasse Wasser
- ½ Tasse Milch

Zubereitung

Das Wasser zusammen mit dem Orangensaft, den Rosinen, den Bananen- und Apfelstücken und einer Prise Zimt in einer Pfanne zum Kochen bringen.
Wenn alles kocht, die Pfanne von der Herdplatte nehmen und die Kleie und die Haferflocken darunter rühren. Noch einmal für eine Minute auf der heißen Herdplatte ziehen lassen.
Eine Portion des Breis in einen Suppenteller geben und mit der Milch vermischen. Zum Schluss die Erdbeeren darüber geben. Noch warm essen – schmeckt unglaublich süß!

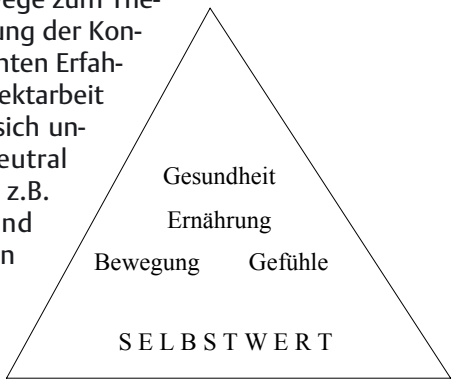
Forum 5

Ernährung, Bewegung und Gesundheit Jungs frühzeitig „schmackhaft“ machen
Präventive Arbeit mit Schülern im Primarbereich
Bericht aus dem Modellprojekt „STARK“ an der KGS Neanderstraße, Mettmann

Karl-Heinz Klücken,
Sozialdienst katholischer Männer und Frauen, Wülfrath

Konzeption

Die Bedeutung der Gesundheit von Kindern für deren Weiterentwicklung – basierend auf den aktuellen Erhebungen, dass Kinder immer mehr an Übergewicht leiden und die Zahl der adipösen Kinder steigt (jedes zehnte Kind in der ersten Klasse ist laut Schuluntersuchungen im Kreis Mettmann zu dick) – hat uns motiviert, ein präventives Angebot für Kinder in Schulen und in nachschulischen Einrichtungen zu entwickeln, um in Kooperation mit anderen Partnern neue Lösungswege zum Thema zu finden. Wichtig bei der Erstellung der Konzeption waren uns die bereits gemachten Erfahrungen in der gewaltpräventiven Projektarbeit mit Mädchen. Beide Themen lassen sich unseres Erachtens nicht geschlechtsneutral betrachten und bearbeiten. So sind z.B. gesundheitliches Risikoverhalten und die Folgen bei Jungen und Mädchen sehr unterschiedlich ausgeprägt, deshalb muss gesundheitsbelastendes Verhalten im Hinblick auf Essgewohnheiten unter geschlechtsspezifischen Gesichtspunkten



M. Müller-Meskamp, SKFM Wülfrath, Tel.: 02058 775481
K-H. Klücken, esperanza-Väterberatung, Tel: 0175 2246356

bearbeitet werden, wobei der spezielle Erfahrungshintergrund der Kinder zu berücksichtigen ist.

Richtungsweisend für unser Konzept war die Gesundheitsdefinition der World Health Organisation von 1998, nach der Gesundheit „... ein dynamischer Zustand völligen körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen ist".

Geschlechtsspezifischer Ansatz

Der Zugang zum Thema Ernährung, Bewegung, Gesundheit ist geschlechtsspezifisch geprägt: Das große Risikoverhalten der Jungen im Bezug zum Körper bietet einen Zugang zum neuen Thema Bewegung, Ernährung, Gesundheit. Jungen neigen dazu körperliche Kräfte einzusetzen, wollen sich mit anderen messen, suchen Grenzerfahrungen und lieben Abenteuer. Diese Stärken der Jungen waren der Anknüpfungspunkt und boten die Chance, das neue Thema Gesundheit verknüpft mit dem Aspekt der Ernährung zu platzieren.

Bewegung: veränderte Bewegungswelten von Kindern
- Verlust der Straßenkindheit
- Verinselung der Lebenswelten
- Verhäuslichung der Kindheit
- Mediatisierung der Kindheit
- **Gesundheitliche Folgen**
- Chancen von „mehr Bewegung"

Bei den Mädchen bot die besondere Affinität zu eher naturbelassenen, gesunden Nahrungsmitteln, die Lust an der kreativen Nahrungszubereitung und dem Verzehr dieser selbst zubereiteten Speisen an, sich dem Thema Ernährung bewusst zu nähern. Außerdem wurde für die Mädchen durch eine gute Körperwahrnehmung erfahrbar, was ihr Körper wirklich benötigt, um sich fit und gesund zu fühlen. Neben diesen rollenspezifischen Anknüpfungspunkten darf nicht außer acht gelassen werden, dass die traditionelle, oft an enge Grenzen gebundene Geschlechterrolle der Mädchen einen Zugang zum Thema Ernährung eröffnet, darüber hinaus aber flexibles Rollenverhalten entwickelt werden soll.

Der geschützte Rahmen der homogenen Gruppe eröffnete den spielerischen Umgang mit Themen die neue Bewertungsmaßstäbe für Jungen und Mädchen ermöglichten.

Die Akzeptanz des neuen Themas und die Bereitschaft zur Rollenflexibilität waren Ansätze für neue Verhaltensmuster und damit für Veränderungen in der Gesamtgruppe. In der Bearbeitung der Thematik entwickelten sich zusammenfassend diese vier Schritte:

1. Schritt: anknüpfen an die Geschlechtsrollen, Zugang zum Thema schaffen.
2. Schritt: experimentieren in geschlechtshomogenen Gruppen mit dem Ziel einer größeren Rollenflexibilität.
3. Schritt: das neue Rollenrepertoire in der Gruppe erproben.
4. Schritt: Verankerung der neuen Verhaltensmuster im Elternhaus (nur in Ansätzen erreicht, hier sollte in Zukunft eine Vertiefung des Themas erfolgen).

Von den Eltern und der Lehrerschaft wurde der geschlechtsspezifische Präventionsansatz, der auf die Erweiterung von sozialen und personalen Kompetenzen setzt und die Auseinandersetzung mit dem Thema fördert, begrüßt. Damit wurde auf unterschiedlichen Ebenen und aus verschiedenen Perspektiven die Notwendigkeit deutlich, in geschlechtsspezifischen Gruppen zu arbeiten, um beiden Geschlechtern einen geschützten Rahmen zur Erprobung von neuen Verhaltensweisen zu bieten.

Ziel: Lebenskompetenz

- Die eigene Fähigkeit erleben, sein Leben selbstständig und ohne dabei sich und andere zu schädigen führen zu können.
- Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit stärken und die gewaltfreie Lösung von Problemen und Konflikten einüben.
- Eigene Gefühle wahrnehmen, wertschätzen und ausdrücken und so ein positives Körpergefühl entwickeln. Grenzen setzen und akzeptieren und sich bei Bedarf Hilfe holen.

Selbstwahrnehmung der Jungen in Punkto Gesundheit

Den meisten Jungen ist ihr Körper wirklich wichtig und sie widmen ihm Aufmerksamkeit: vor dem Spiegel, auf dem Sportplatz, beim Skaten, im Sportunterricht, auf dem Rad oder Kickboard, im Verein usw. Viele Jungen spüren und wissen auch im Allgemeinen, was ihnen gut tut und was für ihren Körper gesund ist. Sie haben entsprechende Körpernormen übernommen und erfüllen sie meist: Waschbrettbauch, nicht zu viele Muskeln, nicht zu schmächtig, hübsch, aber kein Schönling usw. Für die meisten Jungen ist es selbstverständlich, etwas für den Körper zu tun (vor allem Ernährung, Sport und Körperpflege, aber auch das Vermeiden von typischen Risiken wie Rauchen oder Alkoholkonsum).

Ihr Körper ist für Jungen eine wichtige Möglichkeit sich zu präsentieren. Sie müssen sich mehr über den Körper ausdrücken, weil er – neben der Sprache – die wichtigste Ressource der Selbstdarstellung ist, solange ihnen andere Symbolebenen verwehrt sind.

Gesundheit wird von Jungen als „normal“ bezeichnet. Jungen haben ein Verständnis von Gesundheit und Gesundsein, was die Erwachsenen, mit denen sie zu tun haben, meist nicht wahrnehmen. In Gesprächen mit Jungen werden wir oft von ihren Ansichten und Einsichten in die eigene Körperlichkeit überrascht. Sicher gibt es Jungen, denen es schwer fällt, ihre Körperempfindungen in Bezug auf Gesundheit zu formulieren. Insgesamt aber ergibt sich ein differenziertes Bild. Gesundheit gilt als wichtig, aber „normal“. Und es bestehen die Erwartung und der Druck sich gesund zu präsentieren. Gesund und fit zu sein ist ein Muss. Dies gilt selbst dann, wenn ein Junge im Moment akut erkrankt ist.

Beim aktiven Gesundheitsverhalten nimmt die Ernährung eine besondere Stelle ein. Gesundsein wird mit „Nicht-Dick-Sein“ in Verbindung gebracht. Bei vielen Jungen gilt das Vermeidungsverhalten insbesondere für die „schlechte Ernährung“ (Süßigkeiten, Zucker, Fast Food, wenige Vitamine und Ballaststoffe) und den Alkohol- oder Zigarettenkonsum. Es hat dabei den Anschein, als ob die Jungen eine Vorstellung von gesundem Verhalten und die Faktoren der Gesundheitsmoral weitgehend präsent haben, wenn auch ihr Verhalten dessen ungeachtet davon abweicht.

Bei den Jungen, die nicht nur Ungesundes vermeiden, sondern sich aktiv um eine Stärkung oder den Ausbau der Gesundheit bemühen, stehen sportliche Aktivitäten im Vordergrund. Viele Jungen sind sportlich aktiv. Und manche Jungen sehen in der Kombination von gesunder Ernährung und

sportlicher Betätigung das Optimum von Gesundheitsverhalten. (vgl. G. Neubauer, Wie gehts den Jungs? Jungengesundheit und Aspekte einer jungenbezogenen Gesundheitsförderung: Blickpunkt der Mann 1/2003, S. 25).

Jungen und Gesundheitsprävention

Beim Thema Jungen und Gesundheit wird oft weniger an Unterstützung gedacht denn an Schadensbegrenzung. Oft geraten, wenn geschlechtsbezogen über Jungen reflektiert wird, eher die negativen Aspekte wie Sucht, Gewalt, Risiko und Gefährdung in den Blick. Unter dem Vorzeichen der Gesundheitsförderung und gilt deshalb umso mehr:

- Anerkennen, was bei Jungen alles gesund ist (Kompetenzansatz).
- Nicht vor Risikofaktoren warnen, sondern Protektiv-Faktoren fördern. Dazu gehört, bei den körper- und gesundheitsbezogenen Selbstbildern von Jungen anzuknüpfen.
- Lebensweltliche Zugänge nützen, Eigenaktivität stärken.

Leitbilder wie „Fit sein“ werden nicht abgewertet, sondern in ihren positiven Gehalten als gegenwartsorientierte Zugänge aufgenommen. Die Kompetenz zu gesundheitsbezogenen Identitätsbalancen erfordert darüber hinaus einen Ansatz der Selbststärkung, einen Ressourcen orientierten Ansatz beim Gelingenden, bei männlichen Potentialen.

Prävention ist dann wirkungsvoll, wenn sie:

- früh beginnt,
- langfristig angelegt ist,
- ganzheitlich konzipiert,
- alters und geschlechtsspezifisch aufbereitet ist.

Zentrale Aufgabe der Prävention ist die Stärkung der Persönlichkeit.

Durchführung des Projektes

Die Projektvorstellung erfolgte im Rahmen einer Konferenz für die Lehrer und Pädagogen, für die Eltern in einem durch die Schule initiierten und durch die Projektverantwortlichen durchgeführten Elternabend. Die Schüler der vierten Klassen wurden durch je eine Schnupperstunde zur Teilnahme am Projekt motiviert.

Stark machende Eltern

S	wie	selbstbewußt
T	wie	taff oder tatkräftig
A	wie	aufmerksam
R	wie	richtungweisend
K	wie	kooperativ

Das Projekt mit seinen Schwerpunkten wurde mit einem Elternabend für alle Eltern der Klassen vier mit dem Arbeitstitel „STARK“ eingeführt. Gesprächsinhalte des Elternabends waren geschlechtsspezifische Aspekte der Prävention, die Problematik „Übergewicht“, Ernährung als Chance zur Erhaltung der Gesundheit, Bewegung und Aggression als wichtige Elemente zur Ausprägung des Aktivitätsniveaus und konkrete Übungen mit den Eltern, um die Inhalte transparent zu machen. Mit dem Elternabend wurde das Interesse der Eltern zum Thema „Ernährung, Bewegungsförderung und Gesundheit“ geweckt; darüber hinaus konnte die Elternpflegschaft für die Mitarbeit gewonnen werden, es konnte eine offene Arbeit stattfinden, da die Eltern die Möglichkeit hatten, bei einzelnen Projekteinheiten zu hospitieren. Diese Möglichkeit wurde während der Projektphase auch immer wieder wahrgenommen. Nach Abschluss des Projektes wurde der Schule ein Projektordner als Dokumentation der Maßnahme überreicht.

Das Projekt wurde an der KGS Neanderstraße im Zeitraum April/Mai 2005 umgesetzt. Projekttag war der Mittwoch, da nur an diesem Tag aufgrund des Schulsports die Möglichkeit gegeben war, einen zusätzlichen Klassenraum für die Jungengruppen zur Verfügung zu haben.

Die Einheiten fanden entsprechend in den drei Klassen an drei aufeinander folgenden Schulstunden statt. Diese klare Einbindung in den Schulalltag gab dem Projekt einen festen Raum und bedeutete für Schüler und Lehrer eine verbindliche Klarheit: „Mittwoch – heute ist Projekttag“. Die Inhalte

blieben bei den Kindern durch den wöchentlichen Rhythmus präsent; der organisatorische Aufwand war für die Schule und die Projektpädagogen kalkulierbar.

Drei starke Gruppen. – In den drei vierten Klassen ergab sich in der Verteilung von Jungen und Mädchen folgendes Bild für die Größe der Jungengruppen:

4a = 14 Jungen,
4b = 13 Jungen,
4c = 12 Jungen.

Zu Beginn der Stunde wurde die Gruppe in Jungen und Mädchen geteilt. Die Jungen gingen mit dem männlichen Pädagogen in ein Klassenzimmer, das aufgrund des Sportunterrichtes nicht belegt war. So waren es die Jungen, die auszogen, um ... etwas Neues kennen zu lernen.

Die Unterteilung in Jungen- und Mädchengruppen – eine Situation die die Kinder im schulischen Rahmen ja nur aus der Umkleidesituation des Sportunterrichtes kennen – stieß durchweg auf positive Rückmeldungen: „endlich mal unter uns ...“, „jetzt kann´s ja richtig losgehen ...“. Die Erwartung der Jungen auf einen lockereren Umgangsstil in der Gruppe und die Ziele des Projektes waren über die Methodenauswahl zu vermitteln.

Starke Methoden. – Sozialformen in der Erarbeitung der Inhalte wurden abwechslungsreich gestaltet. Bewegungsspiele mit Musik, Rollenspiele, kreativer Umgang mit Lebensmitteln, Quiz und das methodisch aufbereitete Gespräch im Kreis halfen bei der Auseinandersetzung und machten die Inhalte auf den verschiedenen Kanälen der Wahrnehmung erlebbar. Jede Einheit hatte den gleichen festen Rahmen. Zu Beginn und zum Ende wurde eine Klangschale angeschlagen. Klang und klingend verstreichende Zeit gaben die Möglichkeit, die Erlebnisse, die Unruhe und fliegenden Gedanken, die zu Beginn der Einheit bei den Schülern präsent waren, und die Aufmerksamkeit besetzen, zu sammeln und in die Schale „zu versenken" – ein Ritual, das aus der spirituellen Tradition der tibetischen Mönche kommt und für die Jungen eine faszinierende Komponente im Kontakt mit einer anderen Welt hat. Die Klangphase am Ende der Einheit bot dann Gelegenheit, das, was jeder für sich als das Wichtige – was er mit nach Hause nehmen will – festzuhalten und einzuprägen, bevor es im Trubel des Schulalltages unterzugehen drohte.

Starke Inhalte. – Schnuppereinheit: Thema „Stark". Was ist ein „starker Typ"? Was macht ihn stark?

1. Einheit: Wir geben uns einen starken Rahmen. Gruppenregeln gemeinsam erarbeiten.
2. Einheit: Ich bin stark. Körperbewusstsein und Bewegung.
3. Einheit: Gute Geheimnisse schlechte Geheimnisse. Die Stimme erheben. Nein sagen.
4. Einheit: Die eigenen Grenzen einschätzen: Hilfe holen – wie geht das.
5. Einheit: Beweg Dich! Stark im Team. Koordination in der Gruppe.
6. Einheit: Was macht den Körper stark? Die Ernährungspyramide.
7. Einheit: Gesund und lecker – das geht. Abschluss mit Verleihung der „Echt stark"-Urkunde.

Aggression und Gewalt

Aggression	Gewalt
Sind die Grundbedürfnisse (Sicherheit, Stimulation, Erfolg, Freiheit) in der Kindheit ausreichend befriedigt, bildet sich ein starker Charakter, der Frustrationen besser verkraftet und in positive Aktionen umformen kann. Aggressive Vorbilder werden nicht akzeptiert und Erfolge werden anders erreicht als mit Gewalt.	Gewalt ist ... ... die zielgerichtete physische und psychische Schädigung von Menschen gegen Menschen. ... der zielgerichtete direkte Angriff auf Sachen. WAS GEWALT IST, ENTSCHEIDET DAS OPFER!

Die inhaltliche Gestaltung der einzelnen Einheiten kann hier nicht im Einzelnen dargestellt werden. Es soll aber auf einige Veröffentlichungen hingewiesen werden, die auch anderen Interessierten als „Quelle eigener Inspiration“ dienen können:

- BZGA: Projekt „GUT DRAUF“ mit vielfältigen Anregungen und guter Internetpräsenz: http://www.gutdrauf.net
- BZGA: Apfelklops & Co. Kinderliedertour. Die CD bietet musikalisch gut aufbereitete Texte zum Thema: http://www.kinderliedertour.de/apfelklops
- Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen und mannigfaltig: Halbe Hemden – Ganze Kerle. Jungenarbeit als Gewaltprävention (ISBN 3-9807125-4-0).
- Pfiffigunde e.V., Städt. Gesundheitsamt Heilbronn, Polizeidirektion Heilbronn, Caritas Heilbronn-Hohenlohe: Echt Stark, Ein Grundschulprojekt für starke Kids (Heilbronn 2004). Kontakt: Pfiffigunde e.V. Tel.:07131 166178.
- Das gesamte Thema inhaltlich erschließend: G. Neubauer, Wie gehts den Jungs? Jungengesundheit und Aspekte einer jungenbezogenen Gesundheitsförderung: Blickpunkt der Mann (1/2003). Im Internet veröffentlicht: http://www.kup.at/kup/pdf/1367.pdf

Kontakt

Karl-Heinz Klücken, Sozialdienst katholischer Männer und Frauen, Vereinsverband für den Kreis Mettmann e.V.
Jubiläumsplatz 2, 40822 Mettmann
Telefon 02104/928842, E-Mail: karl-heinz.kluecken@vvb-skfm.de

ECHT STARK Urkunde

Aufgrund besonderer Leistungen
bei der Teilnahme am

ECHT-STARK-PROJEKT

bestätigen wir hiermit, dass

ECHT STARK ist.

für den SKFM im Kreis Mettsmann

Maria Müller-Meskamp Karl-Heinz Klücken

Ich kann:

Ich weiß, wen ich anrufen kann, wenn es mir nicht gut geht.

Ich weiß, wie ich bei Polizei oder Feuerwehr einen Notruf machen kann.

Ich höre auf meine Gefühle und kann Nein sagen, wenn mir etwas nicht passt.

Ich kann meine Gefühle mit meiner Stimme mit Gesten ausdrücken.

Ich kann Grenzen einhalten und selber Grenzen setzen und mir bei Bedarf Hilfe holen.

Ich habe erfahren, was mein Körper braucht, damit er sich wohl fühlt: Bewegung, gutes ausgewogenes Essen, Entspannung.

In der Gruppe als Mädchen und Jungen haben wir gemerkt, was es bringen kann, wenn wir als Team gut zusammen spielen und arbeiten. Gemeinschaft macht stark.

Ich glaube nicht alles, was die Werbung mir in Fernsehen, Radio und Zeitschriften verspricht.

Ich achte darauf, was ich esse und weiß besser über die Zutaten bescheid.

Forum 6

Gesundheitsförderung in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit
Die Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA als mögliches Praxisfeld für Jungenarbeit

Karsten Heusinger, Kreisjugendamt Siegburg

Die Jugendaktion GUT DRAUF

Ziel von „GUT DRAUF bewegen – entspannen – essen aber wie“, der Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), ist es, Jugendlichen durch geeignete Strukturen und Angebote Anregungen zu einem selbstbestimmten gesundheitsbewussten Verhalten zu geben.

Grundlage von GUT DRAUF ist ein niedrigschwelliger integrierter Ansatz der Gesundheitsförderung. Die Jugendaktion setzt dabei besonders auf Spaß, Freude, Gemeinschaft und Ausprobieren. Sie orientiert sich an den Lebenswelten der Jugendlichen, um eine höchstmögliche nachhaltige Integration von gesundheitsfördernden Angeboten in den Alltag der Jugendlichen zu erreichen.

GUT DRAUF legt die These zugrunde, dass das Ernährungsverhalten maßgeblich im Kinder- und Jugendalter geprägt wird und im Erwachsenenalter stabil bleibt. Entsprechend der Definition des Gesundheitsbegriffs durch die Weltgesundheitsorganisation WHO soll eine Annäherung an einen Zustand des umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht lediglich das Freisein von Krankheit und Schwäche unterstützt werden.

Ansatzorte für die inhaltliche Umsetzung dieser bundesweiten Aktion sind die zentralen Sozialisationsfelder der Heranwachsenden wie Schule und berufliche Ausbildung, Freizeit, Jugendarbeit, Sport und Ferienreisen.

GUT DRAUF richtet sich vorrangig an *Multiplikatoren* in diesen Handlungsfeldern. Ziel ist es, die entsprechenden Akteure in ihrer Arbeit zu befähigen, GUT DRAUF-Angebote entsprechend umsetzen zu können. Dafür werden dreitägige GUT DRAUF-Basisschulungen von der BZgA angeboten, an

denen mindestens eine programmverantwortliche Fachkraft teilnehmen muss. Diese Teilnahme ist Voraussetzung für die anerkannte Umsetzung in dem jeweiligen Arbeitsfeld.

Jugendliche sollen durch die entstehenden GUT DRAUF-Strukturen und Projekte motiviert werden, ein eigenes selbstbestimmtes Gesundheitskonzept zu entwickeln. Dadurch stellt sich schrittweise ein gesundheitsgerechtes Verhalten ein, welches sich langfristig und nachhaltig auf die Gesundheit der beteiligten Jugendlichen auswirkt.

Raumgestaltung nach GUT DRAUF im Haus der Jugend Bad Honnef, Rhein-Sieg-Kreis

„Einheitlicher Tenor der GUT DRAUF-Botschaften ist:

– Gesunde Ernährung, ausreichende Bewegung und Entspannung soll zum begleitenden Ereignis des sozialen Lebens der Jugendlichen werden. Das Wechselspiel zwischen den drei Elementen wird erlebbar und die Notwendigkeit, diese im Gleichgewicht zu halten, erfahrbar gemacht.
– Über jugendliche Bedürfnisse nach Abenteuer, Risiko, körperlicher Selbst- und Grenzerfahrung werden Anreize zu einer bewussten Körperwahrnehmung gegeben.
– Jugendliche werden für physische und psychische Befindlichkeiten sensibilisiert, damit sie lernen, eigene Bedürfnisse zu erkennen, einzuordnen und mit ihnen umzugehen.
– GUT DRAUF legt damit den Grundstein für eine zukunftsorientierte Gesundheitsförderung. Um innerhalb der Lebensbereiche des Jugendlichen eine gemeinsame ganzheitliche Basis für die Gesundheitsförderung und Prävention zu schaffen, steht GUT DRAUF für verbindliche Grundsätze, um die Qualität gesundheitsfördernder Maßnahmen zu sichern.

Zusammengefasst steht GUT DRAUF für folgende Kriterien:

1. Ganzheitliche Zielsetzung – Ernährung, Bewegung, Entspannung
2. Zielgruppenorientierung
3. Nachhaltige Wirkung für den Alltag
4. Aufgreifen aktueller Jugendkulturen
5. Gesundheit in Szene setzen
6. Qualifiziertes Personal
7. Partizipation & Teamorientierung
8. Qualitätssicherung & Evaluation
9. Vernetzung

Auf der Grundlage dieser Qualitätskriterien ist GUT DRAUF eine Marke, die für gesundheitsgerechtes, innovatives, eventorientiertes und jugendgerechtes pädagogisches Arbeiten mit Jugendlichen steht.“
(aus dem GUT DRAUF-Leitbild; Quelle: BzgA)

Die Jugendaktion wird im Auftrag der BZgA von *transfer e.V. – Beratung & Qualifizierung*, Köln bundesweit organisiert und koordiniert.

GUT DRAUF in der Modellregion Rhein-Sieg

Seit Frühjahr 2003 ist mit dem Rhein-Sieg-Kreis erstmals im Bundesgebiet ein Landkreis als Projektpartner der BZgA angetreten, um das GUT-DRAUF-Konzept in die tägliche Arbeit mit Jugendlichen zu integrieren. Mit den Stiftungen „Für uns Pänz" und „Stiftung für Sport, Kunst, Kultur und Umwelt" der Kreissparkasse Köln im Rhein-Sieg-Kreis konnte ein zuverlässiger und starker Partner gefunden werden, der die Arbeit in der Modellregion zur Hälfte finanziert.

Insgesamt über 40 verschiedene Institutionen und Vereine aus den Bereichen Sport, Jugendarbeit und Schule sind in der Modellregion an der Umsetzung beteiligt und haben sich vorgenommen, langfristig und nachhaltig die GUT DRAUF-Idee in das jeweilige Arbeitsgebiet zu implementieren. Dafür wurden in eigenen Fortbildungen bisher rund 100 Haupt- und Ehrenamtliche aus den verschiedenen Bereichen geschult.

Der Landrat des Rhein-Sieg-Kreises, Frithjof Kühn, ist der Schirmherr der Modellregion und unterstützt auch mit Hilfe seiner Fachämter die Durchführung. In einer übergreifenden Steuergruppe beraten sich die Vertreter der Projektbereiche: der KreisSportBund, das Schulamt für den Rhein-Sieg-Kreis, der Kinder- und Jugendring Rhein-Sieg, das Kreisjugendamt und die Jugendherberge Windeck Rosbach. Das Gesundheitsamt des Rhein-Sieg-Kreises steht der Modellregion mit fachlicher Unterstützung zur Seite. Betreut und koordiniert wird GUT DRAUF in der Modellregion seit Mai 2004 durch die Projektkoordinatorin Jutta Bergmann-Gries.

- Im Rahmen kommunaler Gesundheitsvorsorge im Rhein-Sieg-Kreis geht es um die körperliche und geistige Gesundheit junger Menschen und darum, ihre Chancen auf dem Berufs- und Ausbildungsmarkt zu verbessern. Fehlentwicklungen würden zu höheren Folgekosten für kommunale Träger führen: GUT DRAUF vor Ort unterstützt die Bemühungen, negative Entwicklungen bei Jugendlichen zu verhindern und soziale Folgekosten zu vermeiden.
- Alle Partner im Rhein-Sieg-Kreis erarbeiten Qualitätsstandards und Zertifizierungsverfahren für ihren jeweiligen Bereich. Das übergeordnete Ziel ist dabei, dass sich die Einrichtungs- und Vereinsstrukturen langfristig in

Richtung GUT DRAUF verändern und damit die gesundheitsfördernde Wirkung nachhaltig und immerwährend in den einzelnen Projektbereichen installiert wird. Ein ganz besonderer Erfolg in der Modellregion ist die bundesweit ersten drei Zertifizierungen von Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zu „GUT DRAUF Jugendeinrichtungen“ im Jahr 2005.

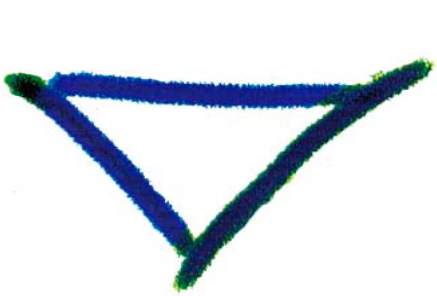
– Nach rund dreijähriger Erfahrung mit dem GUT DRAUF-Ansatz in der Modellregion, der Umsetzung der Projekte vor Ort und deren Evaluation sind durchweg positive Erfahrungen verbunden. Es zeigt sich, dass GUT DRAUF zu gesundheitsgerechter Jugendarbeit im Rhein-Sieg-Kreis einen entscheidenden Beitrag leistet: Die Jugendlichen vor Ort profitieren von der Umsetzung der Jugendaktion in den einzelnen Arbeitsfeldern und die Region von den Image-Vorteilen gegenüber Kommunen bzw. Landkreisen ohne GUT DRAUF.

Das Gesundheitskonzept GUT DRAUF

Der wissenschaftliche Ansatz der Jugendaktion GUT DRAUF geht davon aus, dass die Wechselwirkung zwischen den Elementen *Bewegung, Ernährung und Stress* eine determinierende Bedeutung für die gesundheitliche Sozialisation von Jugendlichen hat:

Die Jugendforschung belegt, dass Jugendliche innerhalb ihrer Sozialisation nie isolierte Probleme mit der Ernährung, dem Stress oder ihrem Bewegungsverhalten haben. Defizite in dem einen Bereich wirken sich in der Regel auch schädlich auf andere Bereiche aus. So reduziert z.B. mangelnde Bewegungsmöglichkeiten bei Jugendlichen langfristig den Stressabbau und bewirkt damit ein höheres Stressniveau. Dies wirkt sich aber ebenfalls auf das Ernährungsverhalten aus: Frustessen und Fastfood sind vorprogrammiert.

Die Grundidee von GUT DRAUF, im Sinne einer nachhaltigen Gesundheitsförderung ist die *jugendgerechte Verknüpfung von Bewegung, Stressbewältigung und gesunder Ernährung* in allen denkbaren Strukturen und Arbeitsformen der pädagogischen Arbeit mit Jugendlichen. Das regelmäßige Erleben und Erlernen von lustbetonten und attraktiven Angeboten nach diesem Verknüpfungsprinzip sind aufgrund der Wechselwirkung ihrer Elemente geeignet, gesundheitsfördernd zu wirken und die Sozialisation von jungen Menschen positiv zu beeinflussen.



Gesunde Ernährung spielt gerade im Bewusstsein Jugendlicher aus problematischen sozialen Kontexten eine eher untergeordnete Rolle. Auch die Erfahrung oder Angst zu dick zu werden, motiviert weniger zu einer gesunden als zu einer Mangelernährung. Dieses Verhalten zieht oftmals Jojo-Effekte und körperliche Mangelerscheinungen nach sich, die zu Übergewicht und ernsthaften Erkrankungen führen können. Ernährung wird bei GUT DRAUF nicht nur als reine Nahrungsaufnahme gesehen, vielmehr werden soziale Aspekte des Essverhaltens in den Vordergrund gerückt. Es werden Essenssituationen mit gesunden Nahrungsmitteln eingeübt, die als attraktiv, wohltuend und erstrebenswert erlebt werden. So wird gesunde Ernährung zum begleitenden Ereignis des sozialen Lebens der Jugendlichen.

Bewegung ist im Alltagsverständnis bereits ein Bestandteil der jugendlichen Lebenswelt. Durch ungünstige sozioökonomische Strukturen und jugendliche Verhaltensmuster tritt dieses Grundbedürfnis bei einigen Jugendlichen mehr und mehr in den Hintergrund. Über jugendliche Bedürfnisse nach Abenteuer, Risiko, körperlicher Selbst- und Grenzerfahrung können neue Anreize zu einer bewussten Körperwahrnehmung und mehr Bewegung gegeben werden. Die tägliche Integration von Bewegungsbedürfnissen ist dabei ein wichtiges Ziel.

Stressbewältigung ist die Fähigkeit, mit den vielfältigen und oft belastenden Lebensanforderungen fertig zu werden. Jugendliche müssen lernen, eigene Bedürfnisse zu erkennen, einzuordnen und mit ihnen umzugehen.

Sie sollen individuelle Muster finden, die ihnen helfen, belastende Situationen und Lebenslagen zu bewältigen. Ziel ist es Kraft, Mut und Optimismus für den Alltag zu schöpfen. In der praktischen Umsetzung wird Stressbewältigung in der Regel als Angebot der *Entspannung* umgesetzt.

Nach dem GUT DRAUF-Konzept soll der *pädagogische Fokus* auf attraktive *verknüpfte Bewegungs-, Essens-, und Entspannungsangebote für Jugendliche* gesetzt werden. Dabei werden diese Angebote nicht nebeneinander isoliert gemacht, sondern sollen stets eine sinnvolle konzeptionelle Verknüpfung erhalten. Dies betrifft sowohl die Programmplanung und -gestaltung, als auch die Einrichtungsstrukturen. Die beteiligten Jugendlichen sollen täglich und nachhaltig mit gesundheitsfördernden Angeboten und Strukturen in Kontakt kommen und eine selbstverständliche Beachtung und Nutzung einüben. Sie sollen dabei erfahren, dass Ernährung, Bewegung und Stressregulation sich gegenseitige bedingende Bereiche sind, die für ihr eigenes Wohlbefinden von hoher Bedeutung sind. Hierbei ist die Vorbildfunktion der handelnden Fachkräfte genauso wichtig, wie die Struktur- und Handlungsebene der Einrichtung.

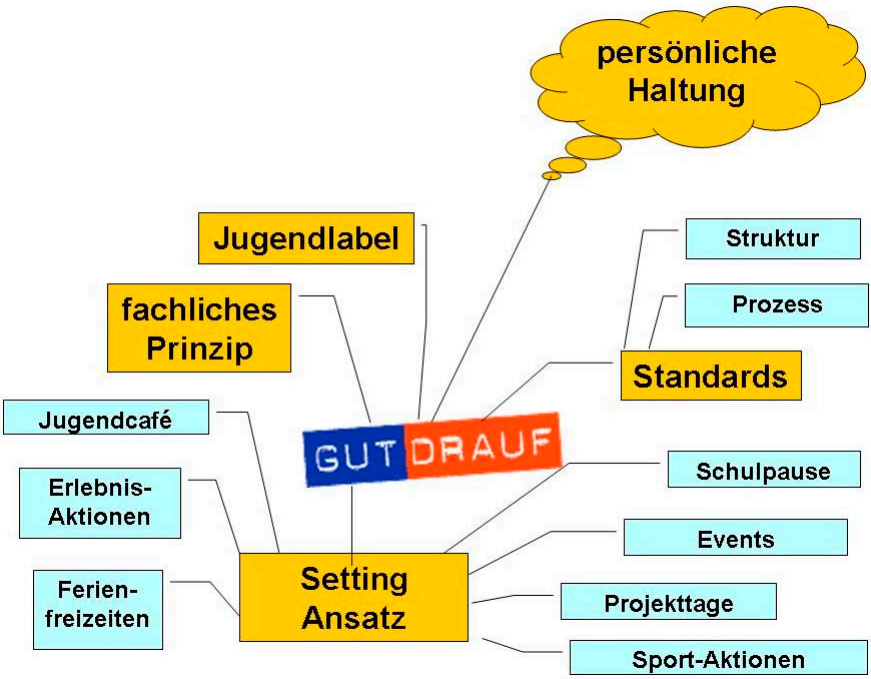
Auf der *Strukturebene* bedeutet dies, stets alle drei Elemente als ständiges Angebot für die Jugendlichen vorzuhalten, also z.B. das gemeinsame Zubereiten und Reichen von gesunden Lebensmitteln, eine ansprechende, entspannende und gesundheitsfördernde Raumgestaltung sowie parallel dazu adäquate Bewegungsangebote. Entsprechend muss die Strukturqualität von Einrichtungen auf das gleichzeitige Vorhandensein der Elemente geprüft und u.U. verändert werden.

Auf der *Handlungsebene* bedeutet dies, dass beispielsweise bei bewegungsorientierten Aktionen nach dem GUT DRAUF-Konzept ebenfalls Entspannungselemente und Aktionen der gesunden Ernährung mit eingeplant werden müssen. Es reicht also nicht aus, z.B. mit Jugendlichen im Rahmen eines erlebnispädagogischen Angebotes in eine Kletterhalle zu fahren, sondern es muss bei der Planung und Durchführung ebenso an Möglichkeiten der Entspannung *und* der gesunden Ernährung gedacht werden. Dies kann durch gezielte und angeleitete Aktivitäten geschehen oder durch Nutzung vorhandener Ressourcen. Handelt es sich z.B. um Essens- oder Kochaktionen müssen ebenfalls Bewegungsangebote gemacht werden und der Bereich der Entspannung durch adäquate Aktionen oder Strukturen berücksichtigt werden.

Dieses Gesundheitskonzept heißt, ein umfassendes und ganzheitliches Denken und Handeln in der Arbeit mit Jugendlichen zu konzipieren und zu etablieren.

Fachliche Dimensionen von GUT DRAUF

Die Jugendaktion bietet auf der fachlichen Ebene verschiedene Dimensionen zur Erreichung der angestrebten gesundheitsfördernden Ziele.



Setting-Ansatz. – GUT DRAUF vermittelt in seinen Schulungen und schriftlichen Ausführungen (hier vor allem der Kompakt-Ordner, zu beziehen bei der BzgA; Köln) einen umfangreichen „setting Ansatz" für die GUT DRAUF-Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Charakteristisch für diesen Ansatz ist die *bewusste und gezielte Inszenierung* der drei Elemente *Bewegen, Entspannen und gesunde Ernährung* unter größtmöglicher zielgruppenspezifischer Beteiligung der Jugendlichen. Ein gängiges Beispiel ist die Durch-

führung eines lustbetonten Essensfestes, um mit Jugendlichen die Zubereitung und Einnahme von gesunden Lebensmitteln nach eigenen Vorstellungen bewusst zu erleben. Daran gekoppelt werden Bewegungsangebote und Möglichkeiten zum Stressabbau durch gezielte Entspannung und die Schaffung einer „Wohlfühlatmosphäre".

Für die Bereiche Offene Jugendarbeit, Jugendreisen, Sportvereine und Schulen werden sowohl detaillierte Beispiele, Anregungen und Methoden zur Umsetzung von GUT DRAUF in den jeweiligen Strukturstandards, als auch in den verschiedensten Angeboten gemacht. Es stehen hier nützliche und in der Praxis erprobte Rezepte, Checklisten, methodische Hinweise und Übungen in den vier genannten Praxisfeldern zur Verfügung. Beispiele sind: GUT DRAUF im Jugendcafé, bei Erlebnisaktionen, bei Ferienfreizeiten, in Schulpausen, bei Events, bei Projekttagen und bei Sportaktionen. Mit Hilfe dieser von der BZgA gelieferten Beispiele und Hilfestellungen muss GUT DRAUF dabei jeweils für das Arbeitsgebiet und die jeweilige Situation „übersetzt" werden.

Fachliches Prinzip. – GUT DRAUF ist ebenfalls als ein fachliches Prinzip für pädagogische Arbeit zu werten. In den meisten denkbaren Aktivitäten der Jugendarbeit ist eine Berücksichtigung von GUT DRAUF als ein *Handlungsprinzip* denkbar und planbar. Die allermeisten Gruppen- und Einzelsituationen sind prinzipiell geeignet unter Berücksichtigung der GUT DRAUF-Kriterien gestaltet zu werden.

Sicherlich kann nicht jede Gruppensituation mit großem zeitlichen, personellen und kostenintensiven Aufwand nach GUT DRAUF gestaltet werden, dennoch erscheint es grundsätzlich sinnvoll für Planung und Durchführung stets alle drei Elemente zu berücksichtigen und zu prüfen inwieweit Entspannungsmöglichkeiten, Bewegungsmöglichkeiten und Möglichkeiten der gesunden Ernährung in die Handlungssituation eingebaut werden können. In vielen Fällen sind es die kleinen und unscheinbaren Elemente, die geeignet sind, die GUT DRAUF-Prinzipien in dieser alltäglichen Arbeit zu berücksichtigen. Als Beispiele sind hier nur die regelmäßige Reichung von genügend Leitungswasser, die konsequente Einhaltung von Ruhe- und Pausenzeiten sowie die Einplanung von Bewegungseinheiten zu nennen.

Persönliche Haltung. – GUT DRAUF geschulte Fachkräfte bezeichnen die Grundprinzipien oftmals als eine persönliche Haltung, die weit über die beruflichen Zusammenhänge wirken. Sicherlich ist es nicht von der Hand zu weisen, die Idee ebenfalls im familiären und partnerschaftlichen Alltag zu berücksichtigen und „im Kopf" zu behalten.

Qualitätsstandards. – GUT DRAUF entwickelt für jedes Praxisfeld Qualitätsstandards, die in den verschiedenen Arbeitsfeldern zertifizierte „GUT DRAUF-Einrichtungen" kennzeichnen. Ziel ist es, sowohl auf der Struktur, als auch auf der Projekt- also der Handlungsebene Qualitätskriterien für anerkannte GUT DRAUF-Einrichtungen zur Verfügung zu stellen. Es werden dabei spezielle und konkret auf das jeweilige Praxisfeld bezogene Hinweise und Umsetzungshilfen zur Verfügung gestellt, die eine andauernde und nachhaltige Etablierung des GUT DRAUF-Konzeptes gewährleisten sollen. Da in den Praxisbereichen die Möglichkeiten, Strukturen und Ressourcen der Einrichtungen jeweils unterschiedlich sind, müssen von den Fachkräften analoge Umsetzungsmöglichkeiten gefunden werden. Insofern sind die vorhandenen Standards als Minimalkonsens der Einrichtungen zu verstehen und bedürfen einer Konkretisierung vor Ort.

Jugendlabel. – Die Jugendaktion der BZgA erhebt ebenfalls den Anspruch, mit ihren Qualitätskriterien ein attraktives Jugendlabel zu sein, welches für wohltuende und gesundheitsfördernde Angebote steht. Dieses Label wird über jugendgerechte Angebote und Maßnahmen transportiert und bekannt gemacht. Die Einführung und Etablierung der gesundheitsfördernden Jugendaktion GUT DRAUF maßgeblich von dem Verständnis und der Umsetzung der agierenden Fachkräfte und Multiplikatoren abhängig.

GUT DRAUF-Standards in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit

Das in der Modellregion entwickelte Verfahren zur Erst- und Folgeanerkennung als *GUT DRAUF-Jugendeinrichtung* beinhaltet mehrere zentrale Säulen. In einem ersten Schritt verpflichtet sich die Jugendeinrichtung zur Anerkennung der GUT DRAUF-Kriterien und des GUT DRAUF-Leitbildes als grundlegende Orientierung für die Einrichtung.

Sichtbar – in einem zweiten Schritt der Umsetzung – wird dies durch die Erfüllung von inhaltlichen Standards. Diese Standards sind in einer Liste tabellarisch aufgeführt und gliedern sich in die drei zentralen Inhaltsbereiche einer GUT DRAUF-Umsetzung. Hinzu kommt der Aspekt der Qualitätssicherung im Rahmen der Umsetzung der Standards. Zusammengefasst beinhalten die Standardlisten konkrete Beschreibungen der nachfolgenden Zielfestlegungen:

Ernährung

- Gesunde Essensangebote werden regelmäßig – neben dem klassischen Angebot – angeboten.
- Gesunde Ernährung wird durch gezielte Inszenierung besonders hervorgehoben.
- Jugendliche Interessen und deren Mitverantwortung stehen in Vordergrund.

Bewegung

- Neben den Dauerbewegungsangeboten im Haus werden regelmäßig inszenierte Angebote im Bereich Bewegung gemacht.
- Bedürfnisse nach Bewegungsaktionen werden stets berücksichtigt.
- Eigeninitiativen werden gefördert und unterstützt.

Entspannung

- Permanente – rauchfreie – Ruheräume und Ruhezonen werden angeboten.
- Entspannungsmöglichkeiten und -angebote werden bei Aktivitäten regelmäßig angemessen berücksichtigt.
- Die Spannungsbögen zwischen Anspannung und Entspannung werden aktiv gestaltet, auf Anspannung folgt Entspannung.

Auszug aus der Standardliste für den Bereich „Ernährung“

Speziell auf Jugendliche zugeschnittenes Verpflegungsangebot mit mindestens 2 verschiedenen Produkten, die gesund und hochwertig sind Beispiele: ungesüßte Säfte, frische Milchmixgetränke, Vollkornprodukte, Müsliriegel (unbedingt auf Zusammensetzung achten), Pizza mit Gemüse, Obst, Früchte, Salate, Jogurt oder Quark mit Müsli	**ständ.**
Wasser/Mineralwasser preisgünstiger als alle anderen Getränke	**ständ.**
Gesunde Produkte preisgünstiger Beispiel: subventionierte Äpfel oder Bananen, Gemüsepizza günstiger, Fruchtsäfte günstiger	**ständ.**
Beachtung von religionsbedingten Essensgewohnheiten Beispiel: Speisen ohne Schweinefleisch	**ständ.**
Auslagen von Infos zur Gesundheitsprävention im Präsentationsständer (möglichst in Nähe der Theke) Beispiele: Prospekte der BZgA, DGE	**ständ.**
Ansprechende Dekoration und Präsentation von gesunden Speisen und Snacks Beispiele: „Ausgarnieren“, farbliche Abstimmung, frische Kräuter als Deko , Obstschalen	**ständ.**

Die zielgruppenspezifische Umsetzung von GUT DRAUF vor allem bei älteren Jugendlichen und bei Jugendlichen aus problematischen sozialen Kontexten erwies sich als größte Herausforderung für die Einrichtungen. Während jüngere Menschen (10 bis 15 Jahren) mit diesem „Wohlfühlkonzept“ noch zu begeistern waren, scheint GUT DRAUF bei Jugendlichen ab 16 Jahren nur durch andere altersgerechte Methoden zu funktionieren. In den vorhandenen GUT DRAUF-Setting-Ansätzen und Methoden ist hier noch viel Entwicklungspotenzial für die BZgA als Initiator des Gesundheitsprojektes.

Durch die Einführung von GUT DRAUF in den Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit in der Modellregion sind mannigfaltige Projekte und Ideen sowohl auf der Struktur- als auch auf der Handlungsebene entwickelt worden.

Insgesamt kann davon ausgegangen werden, dass positive und nachhaltige Effekte vor allem durch die persönliche Überzeugung und das Engagement der hauptamtlichen Fachkräfte erreicht werden. Nur dann, wenn die

Grundidee und der Wert einer gesundheitspräventiver Ausrichtung der Kinder- und Jugendarbeit verstanden und verinnerlicht wurde, sind langfristige und nachhaltige strukturelle und prozessorientierte Veränderungsprozesse in Gang gekommen.

Den Einrichtungen mit GUT DRAUF-Zertifizierung ist es gelungen, auf der kommunalen Ebene ein weiteres imageträchtiges fachliches Standbein – nämlich die Gesundheitsförderung – neben den vorhandenen Funktionen aufzubauen. Dies wird von der Politik und der Öffentlichkeit als durchweg positiv erlebt und kann als ein deutlicher Gewinn im öffentlichen Raum gewertet werden.

GUT DRAUF in der Jungenarbeit – einige Gedanken zur Umsetzung

Dass Gesundheitsförderung im Bereich der Arbeit mit Jungen ein wichtiges und spezielles Thema ist, wird schnell klar, wenn die Untersuchungen von Prof. Hurrelmann, Bielefeld, näher betrachtet werden. Auf der (hier dokumentierten) Veranstaltung „Praxis der Jungenarbeit" bestätigte er nochmals das Bild von Jungen, welches sich in den letzten Jahren abzeichnet: Gerade in der Jugendzeit sind Jungen größeren gesundheitlichen Gefahren ausgesetzt als Mädchen. Vor allem ein deutlich schlechteres Körpergefühl und die höhere Risikobereitschaft bei jugendlichen Verhaltensweisen wirken sich insgesamt schädigend und gefährdend für die Entwicklung der Jungen aus. „Männer ernähren sich schlechter, treiben weniger Sport und konsumieren mehr Drogen. Sie werden häufiger zu Alkoholikern, sie neigen zu erheblichem Übergewicht, sie betreiben Raubbau mit ihrem Körper" (Hurrelmann, 2005 „Gesundheits- und Entwicklungsprobleme von jungen Männern"). Dass hier handlungsorientierte und jugendgerechte Gesundheitsprävention angesagt ist, ist eigentlich längst keine Frage mehr.

Kann GUT DRAUF als Plattform von Projekten und Aktionen mit Jungen nützlich dienen – und welche Voraussetzungen braucht es dafür?

Angesichts der breiten Zustimmung der beteiligten Fachkräfte zu den GUT DRAUF-Prinzipien scheint die Jugendaktion GUT DRAUF in der *Arbeit mit Jungen* einen geeigneten Ansatzpunkt zu bieten. In Fachdiskussionen betonen viele Fachkräfte, dass diese Prinzipien keinesfalls neu sind und eigentlich längst zum täglichen Arbeitsalltag gehören. Dennoch denke ich, dass die Jugendaktion wie keine andere *den Fokus* auf jungentypische Problemsituationen lenkt. Denn gerade in der ungesunden (Fastfood) Ernährung, in dem oftmals mangelnden oder hyper-

aktiven Bewegungsverhalten und in der fehlenden Kompetenz mit Alltagsstress und Belastungen umzugehen, liegen viele Ursachen für die fatale gesundheitliche Situation von Jungen. Dies gilt umso mehr, da die Jungenarbeit oftmals mit den so genannten „sozial benachteiligten Jugendlichen" zu tun hat, bei denen gesundheitsbewusstes und gesundheitssensibles Verhalten allzu wenig ausgeprägt sind. Hier fällt es in der Tat schwer, mit „gesunder Ernährung" zu punkten, ohne sofort als „Öko" oder als „uncool" aufzufallen. Stressabbau wird durch Dauerberieselung per MP3-Player ersetzt und Bewegung findet nur auf dem Weg zur nächsten Imbissbude statt.

Aber genau an dieser Stelle setzt GUT DRAUF an: Es geht darum, jugendgemäß und vor allem zielgruppengemäß gesundes Verhalten gemeinsam zu entwickeln, in Szene zu setzen und zu reflektieren. Hier ist Fantasie und vor allem der Wille zur Beteiligung der Jungen gefragt. In der GUT DRAUF-Modellregion Rhein-Sieg wurde deutlich, dass GUT DRAUF mit seinem niedrigschwelligen Ansatz echte Gesundheitsförderung leisten kann, wenn tatsächlich jugendgerechte Methoden und Ansätze zum Einsatz kommen.

Wenn *Jungenarbeit* die „geschlechtsbezogene pädagogische Arbeit erwachsener Fachkräfte mit Jungen" (Sturzenhecker u.a.) ist, so bietet sich m.E. GUT DRAUF wie oben beschrieben als Thema, als „setting-Ansatz" und als fachliches Prinzip an.

Was spricht dagegen, Arbeitssituationen der reflektierten Jungenarbeit regelmäßig gemeinsam mit den Jungs nach GUT DRAUF-Kriterien zu gestalten und dadurch kontinuierlich gesundes Verhalten einzuüben? Es bietet sich dann ebenfalls an, Gesundheit zu thematisieren und mit Jungen niedrigschwellig zu reflektieren. Die Fragestellung könnte zum Beispiel lauten „was heißt für dich ‚gesund Leben' – ist das für dich eigentlich von Bedeutung?". Dies erscheint als ein geeigneter Einstieg, um über jungenspezifische Einstellungen zum Thema Gesundheit und Körpergefühl ins Gespräch zu kommen. Es kann dabei sicherlich auch die Diskussion über den täglichen Hamburger geführt und damit ebenfalls Reflexionsmöglichkeiten über das Rollenverständnis der Jungen in der Clique eröffnet werden. Somit bietet der spezielle „setting-Ansatz" von GUT DRAUF einen hervorragenden Einstieg, um mit Jungen ins Gespräch zu kommen und womöglich in eine niedrigschwellige Rollenreflexion einzusteigen.

Handlungsansätze, Methoden und Praxisbeispiele für gelungene Jungenarbeit sind umfangreich vorhanden. In vielen dieser Ansätze sind zumindest Teile der GUT DRAUF-Prinzipien automatisch enthalten und durchaus nicht neu.

Dennoch erscheint es sinnvoll, den Fokus der handelnden Fachkraft auf die Verknüpfung der GUT DRAUF-Elemente *Bewegung, Entspannung und gesunder Ernährung* zu legen und als fachliches Prinzip zu behandeln. Unter der Voraussetzung, dass die Schaffung von gesundheitsfördernden Strukturen und Angeboten nach GUT DRAUF im permanenten Blickwinkel der Fachkräfe liegt, wird der GUT DRAUF-Ansatz langfristig und nachhaltig in der Jungenarbeit platziert und bietet immer wiederkehrende Anlässe, um über gesundheitliches Verhalten nachzudenken und zu reflektieren. Dann kann auch von nachhaltiger Förderung von gesundem Verhalten gesprochen werden und sind positive Verhaltensänderungen bei den Jugendlichen zu erwarten.

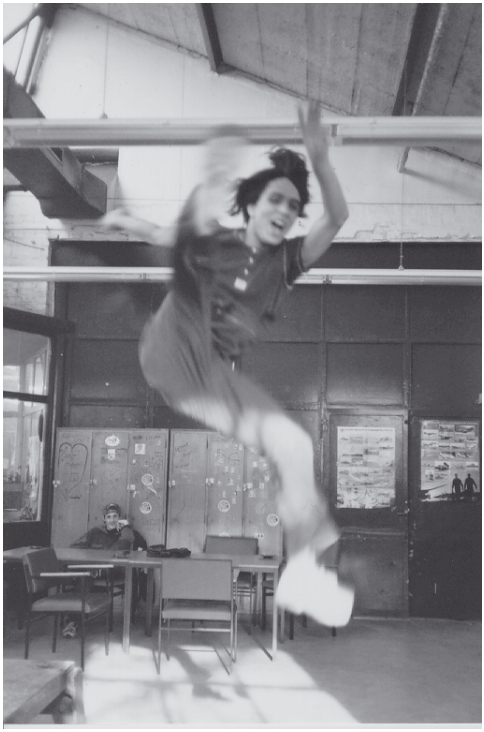
Es ist allerdings die Fachkraft vor Ort gefragt, geeignete Methoden und Ansätze zu entwickeln und gemeinsam mit Jungen umzusetzen. Hier können die in der GUT DRAUF-Schulung vermittelten „setting Ansätze" hilfreich sein, sie müssen wiederum jeweils in die Praxisfelder „übersetzt werden", um auch anzukommen und nicht als pädagogisch aufgesetzt zu wirken und damit auf Ablehnung zu stoßen. Dies betrifft den Arbeitsansatz „Jungenarbeit" umso mehr, als hier spezifische Bedürfnisse von Jungen berücksichtigt werden müssen. So sind beispielsweise im Bereich *Entspannung* Jungen völlig anders anzusprechen als Mädchen. Wir kommen mit „Beautyfarms" und „Traumreisen" nicht viel weiter. Es müssen spezielle Ansätze gefunden werden, die von den Jungen, mit denen gearbeitet wird, angenommen werden, weil es ihre eigenen sind. Wichtig ist ebenfalls, dass die Erwachsenenbrille dabei ausgeblendet wird und die tatsächlichen Bedürfnisse der Jungen gehört und berücksichtigt werden. Dies kann in Folge der raschen Veränderungen in den Jugendszenen nur durch den ständigen Dialog und die Bereitschaft zur tatsächlichen Beteiligung geschehen. Sicherlich sollten ebenfalls die Altersunterschiede zwischen Fachkraft und Jugendlichen nicht vergessen werden.

Meine Überlegungen sprechen für eine Implementierung des GUT DRAUF-Ansatzes in die reflektierte Jungenarbeit, mit dem Ziel, Gesundheitsförderung in diesem Bereich zusätzlich zu verankern. Die Jugendaktion kann m.E. neue Impulse und wertvolle Ansätze für die reflektierte Arbeit mit Jungen liefern und eine nachhaltige Umsetzung begünstigen. Es bleibt allerdings abzuwarten, wann GUT DRAUF in der Jungenarbeit theoretisch beschrieben und in entsprechenden Praxisprojekten probiert, sowie anschließend evaluiert wird. Wünschenswert ist ebenfalls die Entwicklung von zielgruppenspezifischen Schulungen und Handreichungen der BZgA, um dem Arbeitsfeld Jungenarbeit Hilfestellungen zur Umsetzung von GUT DRAUF zu geben. Dieses

zu initiieren, ist eine längst überfällige Aufgabe der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung als Initiator der Jugendaktion GUT DRAUF.

Kontakt

Karsten Heusinger
Rhein-Sieg-Kreis
Der Landrat
Kreisjugendamt
Fachstelle Jugendarbeit und Prävention
Kaiser-Wilhelm-Platz 1
53721 Siegburg
Telefon 02241/132477
E-Mail: karsten.heusinger@rhein-sieg-kreis.de



Anhang

I. Leistungsabfall, Übergewicht, früherer Tod

Sechste LVR-Konferenz zur Jungenarbeit fordert eine jungenspezifische Gesundheitsförderung

Die geschlechtsspezifische Gesundheitsförderung von Jungen und jungen Männern stand im Mittelpunkt der sechsten Fachkonferenz Jungenarbeit des Landschaftsverbandes Rheinland (LVR). „Häufig vergessen Männer, dass sie einen Körper haben, betrachten den Körper als Leistungsmaschine, die zu funktionieren hat“ wie Professor Hurrelmann, renommierter Gesundheitsforscher an der Universität Bielefeld, in seinem Eingangsreferat ausführte.

So kamen über 130 Fachmänner – die Tagung richtete sich nur an Männer – auf Einladung des Landesjugendamtes Rheinland, der Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NW e.V. und des Paritätischen Jugendwerkes NRW nach Köln, um sich dem drängenden Thema der geschlechterspezifischen Gesundheitsförderung von Jungen und jungen Männern zu widmen.

Obwohl bereits in den 90er Jahren jungenspezifische Gesundheitsaspekte z.B. mit dem Hinweis auf jungenspezifische Sucht-, (Selbst-)Gefährdungs- und Sterblichkeitsrisiken ins Blickfeld der Öffentlichkeit gerieten, hat es viele Jahre gedauert, den geschlechtersensiblen Blick nicht nur auf Mädchen, sondern auch auf Jungen und ihre Lebenslagen und -fragen zu lenken. Wichtige Impulse waren in den letzten Jahren die Schulstudien PISA und IGLU, aber auch die letzte Shell-Jugendstudie, die deutliche Bildungsunterschiede bei Mädchen und Jungen erkannten – zu Ungunsten der Jungen.

„Das Landesjugendamt Rheinland des LVR beschäftigt sich ja schon seit einigen Jahren mit dem Thema der Jungenförderung. Die diesjährige Tagung hat uns jedoch vor Augen geführt, wie dringlich das Thema ist und welche Herausforderungen gerade der Gesundheitsaspekt mit sich bringt“ so Michael Mertens, LVR-Jugenddezernent und Leiter des Landesjugendamtes Rheinland.

Der erste Datenreport des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend zur Gleichstellung von Frauen und Männern in Deutschland widmet sich ebenfalls dem Gesundheitsthema, wenn festgestellt wird: „Männer erleiden häufiger schwere und tödliche Arbeitsunfälle, begehen häufiger Selbstmord, rauchen und konsumieren mehr Alkohol und illegale Drogen – fühlen sich subjektiv aber gesünder als Frauen". Eine fatale Selbsteinschätzung und eine Hürde für präventive, gesundheitsfördernde Angebote in der Kinder- und Jugendhilfe.

Professor Hurrelmann: „Sowohl im Bereich der Gesundheitsberatung und Gesundheitsförderung als auch bei der allgemeinen Entwicklungs- und Bildungsförderung müssen gezielt Programme für junge Männer aufgelegt werden, vor allem für solche mit benachteiligtem sozialen Hintergrund."

Konkret forderte Hurrelmann, dass die Leistungsförderung von Jungen und jungen Männern in den Blick genommen werden muss, dass das Erlernen sozialer Regeln, der kompetente Umgang mit Konflikten, aber auch die Sensibilisierung für den eigenen Körper als wichtige Erziehungsziele gelten müssen. Auch eine Männer-Quote in den erzieherischen Berufen hält er für durchaus erwägenswert. Jungen und junge Männer bräuchten Vorbilder die ihnen im Prozess des „doing gender", der Konstruktion der eigenen, individuell ausformulierten männlichen Rollenidentität zur Seite stehen.

„Ohne geschlechtersensiblen Blick geht es nicht. Die Fragen und Probleme, die sich aus den veränderten und sich verändernden Lebensbedingungen für die Gesundheit von Jungen (wie auch Mädchen) ergeben, stellen eine Querschnittsaufgabe für Fach- wie Lehrkräfte sowie alle Institutionen dar, die Kinder und Jugendliche auf dem Weg des Erwachsenenwerdens begleiten", ergänzte Dr. Christoph Blomberg von der Fachstelle Jungenarbeit in Nordrhein-Westfalen.

Komplettiert wurde die Tagung durch sechs Praxisforen, in denen weitere Aspekte der Jungenförderung diskutiert wurden. Die Tagungsteilnehmer zeigten sich hoch erfreut über den Verlauf der Tagung und die Meisten erklärten, viel für ihre praktische Arbeit mitgenommen zu haben.

08.12.2006
www.lvr.de

II. Informationen zur Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NW e.V.

Voraussetzungen

Konzepte und Praxis geschlechtsbezogener pädagogischer und sozialer Arbeit von Männern mit Jungen und jungen Männern (kurz: Jungenarbeit) gibt es in Nordrhein-Westfalen – und im deutschsprachigen Raum überhaupt – seit Anfang der 80er Jahre. Seitdem findet eine langsame, aber stetige quantitative und qualitative Weiterentwicklung in vielen Praxisfeldern, Einrichtungen, Initiativgruppen und Verbänden statt.

Seit 1991 fordert das Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG) in § 9 Abs. 3, „die unterschiedlichen Lebenslagen von Mädchen und Jungen zu berücksichtigen, Benachteiligungen abzubauen und die Gleichberechtigung von Mädchen und Jungen zu fördern." Auch das Dritte Ausführungsgesetz zur Kinder- und Jugendhilfe in NRW enthält in § 4 die Aufforderung, geschlechtsspezifische Aspekte als Querschnittsaufgabe der Arbeit zu berücksichtigen und nennt Mädchen- und Jungenarbeit ausdrücklich in § 10 als einen Förderschwerpunkt – ein klarer Auftrag auch an Jungenarbeit.

1997 haben engagierte Fachkräfte in Düsseldorf einen landesweiten Facharbeitskreis ins Leben gerufen und damit begonnen, die Interessen von Jungen(-arbeit) im politischen Raum zu vertreten und an den Beratungen zum neuen Landesjugendplan mitzuwirken – in dem dann 1999 Jungenarbeit erstmals als Querschnittsaufgabe mit eigener Förderposition verankert wurde. Aus dem Düsseldorfer Facharbeitskreis ist im November 1998 die „Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in Nordrhein-Westfalen e.V." (kurz: LAG Jungenarbeit) hervorgegangen.

Positionen

Geschlechtsbezogene Pädagogik ist keine Methode, sondern eine Haltung und Sichtweise, die in geschlechtshomogenen wie geschlechtsgemischten Handlungsfeldern wirksam wird. Das soziale Geschlecht wird als zentrale Kategorie in den Blick genommen; Männlichkeit wird nicht als naturhaft gegeben und unveränderlich verstanden, sondern als kulturell konstruiert und in stetiger Entwicklung befindlich.

Jungenarbeit als Bestandteil geschlechtsbezogener Pädagogik bedeutet die fachkundige Begegnung erwachsener Männer mit Jungen und eine Unterstützung bei der Mannwerdung. Ziel ist es insbesondere, Jungen und junge Männer

- in ihrer Individualität wahrzunehmen und als entwicklungsfähige Persönlichkeiten wertzuschätzen,
- durch aktive Partizipation in pädagogische und soziale Prozesse einzubeziehen,
- in ihrer Entwicklung zu emotional lebendigen, sozialverantwortlichen und selbstreflexiven Persönlichkeiten zu unterstützen.

Aufgaben und Angebote

Die LAG Jungenarbeit fördert und unterstützt geschlechtsbezogene Arbeit mit Jungen und trägt bei zur flächendeckenden Anerkennung und Praxis von Jungenarbeit als Querschnittsaufgabe der Kinder- und Jugendhilfe. Sie betreibt die Fachstelle Jungenarbeit Nordrhein-Westfalen mit Sitz in Dortmund. Aufgaben und Angebote sind insbesondere:

- Die Information von Praxis:
  Wissenswertes rund um Jungenarbeit wird kontinuierlich aufbereitet und ist „rund um die Uhr“ auf unserer Website www.jungenarbeiter.de abrufbar.
- Die Dokumentation von Praxis:
  Wo gibt es bereits Jungenarbeit(-er)in Nordrhein-Westfalen, was bieten sie an? Das zeigt unsere „Landkarte Jungenarbeit in NW“.
- Die Vernetzung von Praxis:
  Die LAG Jungenarbeit ist Kontaktstelle für Fachmänner, Initiativgruppen, Vereine, kleine und große Verbände, Facharbeitskreise.

- Die fachliche Begleitung von Praxis:
  Kontinuierliche Beratungsleistungen der LAG-Männer werden ergänzt durch Arbeitshilfen wie die „Orientierungshilfe zu den Qualitäten in der Jungenarbeit".
- Die Qualifizierung von Praxis:
  Die LAG wirkt mit bei Fachveranstaltungen zur Weiterentwicklung geschlechtsbezogener Praxis – und initiiert Fortbildungsangebote für den Einstieg in die Jungenarbeit.
- Die Öffentlichkeitsarbeit:
  Mit Vorträgen, Rundbriefen, elektronischer Kommunikation informiert die LAG über Entwicklungen, Positionen und mehr.
- Die Interessenvertretung gegenüber Administration und Politik:
  Die LAG Jungenarbeit ist im landespolitischen Raum aktiv für die Anerkennung und Förderung von Jungenarbeit; zugleich stehen wir Politik, Ministerien, Ämtern als Ansprechpartner zur Verfügung.
- Die exemplarische Arbeit an aktuellen Themen:
  Mit Fachveranstaltungen, Modellprojekten usw. greift die LAG aktuelle Themen wie zum Beispiel die Gewaltprävention, die Arbeit mit männlichen Migranten auf und initiiert Praxis sowie fachlichen Austausch.

Warum Mitglied werden?

Die Weiterentwicklung und Verankerung von Jungenarbeit als Querschnittsaufgabe der Kinder- und Jugendhilfe bedarf der kontinuierlichen, systematischen Begleitung durch einen aktiven, lebendigen und anerkannten Fachverband. Als Mitglied in der LAG Jungenarbeit

- kann man eigene Interessen einbringen und aktiv Einfluss auf die LAG-Aktivitäten nehmen: etwa bei der Entwicklung von Standards oder dem Ausbau der Angebote;
- wird das Engagement für Jungenarbeit im eigenen Team und/oder beim Träger gestärkt;
- sitzt man „an der Quelle" zu Wissen und Informationen rund um Jungenarbeit,
- kann man Kontaktvermittlung oder Beratung zur Projektförderung/durchführung abrufen,
- findet man bei den Fachtreffen der LAG kollegialen Austausch;
- kann man eigene Angebote bekannt machen.

Die LAG Jungenarbeit als das Fachorgan für Jungenarbeit verfolgt die kontinuierliche Vernetzung von Trägern und Fachmännern. Mitglied werden können natürliche Personen (Fachmänner), Personengruppen (Facharbeitskreise) sowie juristische Personen (Initiativgruppen, Vereine, Verbände etc.).

Kontakt:

LAG Jungenarbeit NW e.V.,
c/o Fritz-Henßler-Haus,
Geschwister-Scholl-Straße 33-37,
44135 Dortmund
Telefon 0231/5342174,
Telefax 0231/5342175,
E-Mail: info@jungenarbeiter.de.

Unsere umfangreiche Website zum Thema Jungenarbeit (nicht nur) in Nordrhein-Westfalen:
http://www.jungenarbeiter.de.

Dokumentationen „Praxis der Jungenarbeit“ 1–5

„Praxis der Jungenarbeit 1“
Dokumentation der Konferenz vom 28.09.1999

Eine Kooperationsveranstaltung von Landschaftsverband Rheinland, LAG Jungenarbeit NW und Paritätisches Jugendwerk NRW
Köln, 2000
Preis: 3,– EUR

„Praxis der Jungenarbeit 2“
Dokumentation der Konferenz vom 13.02.2001

Eine Kooperationsveranstaltung von Landschaftsverband Rheinland, LAG Jungenarbeit NW und Paritätisches Jugendwerk NRW
Köln, 2002, Preis: 5,– EUR

„Praxis der Jungenarbeit 3“
Interkulturalität und Jungenarbeit
Dokumentation der Konferenz vom 18.04.2002

Eine Kooperationsveranstaltung von Landschaftsverband Rheinland, LAG Jungenarbeit NW und Paritätisches Jugendwerk NRW
Köln, 2003, Preis: 5,– EUR

„Praxis der Jungenarbeit 4“
Was Jungs brauchen – und Jungenarbeit bieten kann
Dokumentation der Konferenz vom11.12.2003

Eine Kooperationsveranstaltung von Landschaftsverband Rheinland, LAG Jungenarbeit NW und Paritätisches Jugendwerk NRW
Köln, 2004, Preis: 5,– EUR

„Praxis der Jungenarbeit 5“
Jungen in der Schule – Konsequenzen für die (außerschulische) Jungenarbeit
Dokumentation der Konferenz vom 09.12.2004

Eine Kooperationsveranstaltung von Landschaftsverband Rheinland, LAG Jungenarbeit NW und Paritätisches Jugendwerk NRW
Köln, 2005, Preis: 5,- EUR

Bestelladresse

Landschaftsverband Rheinland,
Dez. 4 „Schulen, Jugend“, z. Hd. Frau Breyer, 50663 Köln,
Fax: 0221/809-6252, E-Mail: hendrika.breyer@lvr.de