

# **Wirkungsbox Jugendarbeit: Essay zum Thema psychische Gesund- heit in der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit**

Bich Diem Thy Nguyen, Olivia Rauscher

Essay-Reihe Nr. 1  
Veröffentlicht am 29.11.2023

## **Weiterführende Informationen:**

[www.wirkungsbox.at](http://www.wirkungsbox.at)

## **Suchwörter in der Wirkungsbox Jugendarbeit:**

Gesundheit, psychosoziales Befinden, Beziehungsaufbau und Interaktionsfähigkeiten, psychisch & physiologisch

## **Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen**

Die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Österreich hat sich zuletzt während der COVID-19-Pandemie kontinuierlich verschlechtert. Dies zeigte die HBSC-Studie (Health Behaviour in School-ages Children) aus dem Jahr 2021/22, welche alle vier Jahre Daten zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen erhebt. (FELDER-PUIG ET AL. 2023) Mit Hilfe verschiedener Indikatoren werden Daten erhoben, die für die Planung von Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen genutzt werden können.

Die Befragten nennen am häufigsten, neben Reizbarkeit und schlechter Laune, Beschwerden wie Einschlafschwierigkeiten, Nervosität, Zukunftsorgen und Niedergeschlagenheit. Mädchen sind dabei häufiger von psychischen und physischen Beschwerden betroffen als Buben. Auffallend ist, dass die Beschwerdelast der Schüler\*innen nicht erst seit der Pandemie gestiegen ist, sondern bereits seit 2010 ansteigt. Neben aktuellen Krisen spielen auch der Umgang mit Medien eine zunehmend problematische Rolle sowie die sozialen Beziehungen der Kinder und Jugendlichen, sei es in der Schule, in Form von Mobbing, oder außerhalb der Schule, in Form von familiären Problemen. (FELDER-PUIG ET AL. 2023)

In der Literatur finden sich Hinweise, wie die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit den Betroffenen Unterstützung bieten kann. Die Wirkungsbox Jugendarbeit dient als Datengrundlage, um sowohl Wirkungen aus unterschiedlichen Maßnahmen als auch Aktivitäten zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu extrahieren. Die **Wirkungsbox Jugendarbeit** ist eine Sammlung an evidenzbasierten, gesamtgesellschaftlichen Wirkungen der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit. Die Wirkungsbox Jugendarbeit bietet somit einen guten Überblick über die Wirksamkeit der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit in ihren unterschiedlichen Facetten. Sie kann dabei auf verschiedene Arten und Weisen verwendet werden: Beispielweise kann sie von PraktikerInnen als Arbeitsinstrument für die Planung und Evaluation von Maßnahmen eingesetzt werden oder bei Legitimations- und Strategieüberlegungen unterstützen. Entscheidungsträger\*innen können durch die Wirkungsbox Jugendarbeit auf gesicherte Erkenntnisse über Wirkungen der außerschulischen Jugendarbeit zurückgreifen. Forschenden bietet die Wirkungsbox Jugendarbeit eine einmalige Zusammenstellung von evidenzbasierten Wirkungen der außerschulischen Jugendarbeit und regt zur weiteren Forschung in diesem Feld an. Im Folgenden werden Ergebnisse aus der Wirkungsbox Jugendarbeit vorgestellt, welche die Wirkungen der Kinder- und Jugendarbeit im Bereich der psychischen Gesundheit aufzeigen.

## **Wie kann die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen unterstützen?**

### **Erkenntnisse aus der Wirkungsbox Jugendarbeit**

Psychologische oder psychotherapeutische Beratung und Behandlung ist für manche Kinder und Jugendliche nicht zugänglich. Hier können niederschwellige Angebote der Kinder- und Jugendarbeit eine wichtige Entlastung und Unterstützung bieten. Die Wirkungsbox Jugendarbeit identifiziert über 100 Wirkungseinträge aus

der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit<sup>1</sup>, die eine positive Veränderung des psychosozialen und gesundheitlichen Befindens von Kindern und Jugendlichen durch die umgesetzten Aktivitäten nachweisen.

Eine der Hauptwirkungen, die in zahlreichen Studien zu internationalen Aktivitäten nachgewiesen wird, ist die **Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens** bei Kindern und Jugendlichen. Oftmals sind diese Programme gezielt auf Teilnehmer\*innen aus sozial marginalisierten oder vulnerablen Gruppen ausgerichtet, die mit Herausforderungen wie sozialer Ausgrenzung, Gewalterfahrungen in der Schule, Mobbing oder belastenden familiären Situationen konfrontiert sind. Die Evaluationsstudien verdeutlichen, dass Interventionen mit integrativen und beratenden Elementen das **soziale und emotionale Wohlbefinden signifikant fördern** können (COBURN & GORMALLY 2014; SANDERS & MUNFORD 2014; WALKER ET AL. 2007; AINSWORTH & HILLIER 2012; AKED ET AL. 2009; GUTHERSON RESEARCH LTD. 2012; CORDAID 2016; FLINT ET AL. 2011; McDERMID ET AL. 2011). Vielfach konnte bei den Kindern und Jugendlichen auch ein **erhöhtes Gefühl der Sicherheit** erreicht (COBURN & GORMALLY 2014; KIDS UNDER COVER 2017) oder das **Gefühl von Isolation und Einsamkeit reduziert** werden (ACTION ON ADDICTION 2014). Neben kurzfristig wirksamen Maßnahmen können gezielte präventive Aktivitäten, zum Beispiel im Bereich der Bildung oder der beruflichen Entwicklung von jungen Menschen, dazu beitragen, das **Risiko für Depressionen in späteren Jahren zu verringern** (SANDERS & MUNFORD 2014) und **langfristig das Wohlbefinden zu verbessern** (LAWLOR 2011). Es zeigt sich, dass Aktivitäten und Interventionen im Bereich der Kinder- und Jugendarbeit entscheidend sind, um das psychosoziale Wohlbefinden der Teilnehmer\*innen zu fördern und sie in schwierigen Lebenssituationen zu entlasten.

Auch Studien zu Aktivitäten in Österreich, darunter therapeutische Angebote des Jugendrotkreuzes sowie Angebote der offenen und verbandlichen Jugendarbeit weisen eindeutig positive Wirkungen auf das subjektive Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen nach. Dies zeigt sich beispielsweise in einer **verbesserten emotionalen und psychosozialen Lebensqualität** von rheumakranken Kindern nach einem Therapie- und Ferienaufenthalt des Jugendrotkreuzes (STROBL 2009). Eine Befragung des SORA-Instituts im Jahr 2022 verdeutlicht, dass Mitglieder der verbandlichen Jugendarbeit **besser durch die COVID-19-Pandemie kamen** und insgesamt eine **höhere psychische Gesundheit** aufwiesen, als andere Jugendliche (SORA 2022). Zusätzlich belegen Wirkungsnachweise aus der Literatur im Bereich der offenen Jugendarbeit, dass der niederschwellige und freiwillige Zugang zu den Angeboten sowie die Schaffung eines Sozialisationsortes, einen bedeutenden Beitrag zur **Verbesserung der physischen und psychischen Gesundheit** leisten können. Durch bewegungsfördernde Gruppenaktivitäten oder das Zusammentreffen mit Peers fühlten sich die Teilnehmer\*innen nicht nur allgemein wohler, sondern konnten auch **Stress abbauen**, ihre **Ängstlichkeit reduzieren** sowie sich verschiedene, **psychische Bewältigungsmechanismen aneignen** (HÄFELE & BERNHARD 2016; FLEISCHHACKER 2017; VILLA ET AL. 2018; KAUFMANN & KULISZKIEWICZ 2018; LENGAUER 2013). Die Ergebnisse verdeutlichen, dass diese Aktivitäten nicht nur das allgemeine Wohlbefinden steigern, sondern auch einen stabilisierenden Einfluss auf die psychische Gesundheit ausüben.

Darüber hinaus können Fachpersonen der Kinder- und Jugendarbeit für junge Menschen wichtige Bezugspersonen darstellen. Aufbauend auf Empathie, Gleichheit und Respekt schafft die Kinder- und Jugendarbeit eine **vertrauensvolle Beziehung** zwischen den Partizipant\*innen und den Jugendarbeiter\*innen (DEUCHAR

---

<sup>1</sup> Wirkungsbox Jugendarbeit, Stand: 01.11.2023

& ELLIS 2013; LIANG ET AL. 2008). Insbesondere in schwierigen Lebenssituationen kann eine kompetente Anlaufstelle außerhalb von Schule und Elternhaus dazu beitragen, dass Kinder und Jugendliche lernen, **Vertrauen aufzubauen und sich auf andere einzulassen** (COBURN & GORMALLY 2014; GRIFFITH ET AL. 2017). Der Zusammenhang verdeutlicht die entscheidende Rolle von Fachpersonen und Mentor\*innen in Projekten für junge Menschen, die als bedeutende Ansprechpartner\*innen außerhalb ihrer gewohnten Umgebung fungieren.

Die Erkenntnisse aus der Literatur zeigen, dass die positiven Auswirkungen der Kinder- und Jugendarbeit nicht nur die jungen Teilnehmenden, sondern auch deren **Eltern** erreichen. Die **Entlastung**, die sich beispielsweise durch diverse Aktivitäten der mobilen Jugendarbeit zeigt, geht über die reine **Erziehung** hinaus und prägt auch den **schulischen Alltag** für Kinder und deren Eltern positiv (BARTSCH/STROPPEL 2015; STUMPP 2009). Dies zeigt, dass die Einflüsse der Kinder- und Jugendarbeit nicht nur individuelle Erfahrungen prägen, sondern auch das psychosoziale Wohlbefinden innerhalb familiärer Dynamiken unterstützen können.

## Conclusio

In Anbetracht der aktuellen Herausforderungen, insbesondere verschärft durch die COVID-19-Pandemie, zeigt sich eine kontinuierliche Verschlechterung der psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen, wie die HBSC-Studie von 2021/22 verdeutlicht (FELDER-PUIG ET AL. 2023). Die steigende Belastung, gekennzeichnet durch Symptome wie Reizbarkeit, Einschlafschwierigkeiten und Niedergeschlagenheit, manifestiert sich nicht erst seit der Pandemie, sondern bereits seit 2010. Hierbei tritt die Kinder- und Jugendarbeit als bedeutende Ressource hervor, um gezielt Unterstützung zu bieten und das psychosoziale Wohlbefinden junger Menschen zu stärken.

Die Wirkungsbox Jugendarbeit beinhaltet über 100 positive Wirkungsnachweise, die durch Aktivitäten der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit im Bereich der Gesundheit und des psychosozialen Befindens entfaltet wurden. Die Wirkungsanalysen der Maßnahmen zeigen eine nachweisliche Steigerung des Wohlbefindens, vor allem bei Teilnehmenden aus sozial marginalisierten und vulnerablen Gruppen. Die vorgestellten Ergebnisse betonen dabei die Wirksamkeit von Interventionen mit integrativen und beratenden Elementen, die nicht nur kurzfristig, sondern auch langfristig das psychosoziale Wohlbefinden fördern können. Neben Studien internationaler Aktivitäten belegen auch verschiedene Evaluationsstudien die positiven Effekte der Kinder- und Jugendarbeit in Österreich. Diese Interventionen haben nicht nur eine Steigerung der emotionalen und psychosozialen Lebensqualität bei jungen Menschen bewirkt, sondern auch generell die psychische Gesundheit von Teilnehmenden verbessert, insbesondere in Zeiten der COVID-19-Pandemie.

Neben den Kindern und Jugendlichen werden auch andere Akteur\*innen als relevante Stakeholder hervorgehoben. Ein zentraler Aspekt ist die Rolle der Fachpersonen und Mentor\*innen in der Kinder- und Jugendarbeit, die nicht nur als Organisator\*innen von Aktivitäten dienen, sondern auch als wichtige Bezugspersonen für junge Menschen fungieren. Durch einen empathischen und respektvollen Umgang wird eine vertrauensvolle Beziehung, außerhalb von Schule und Elternhaus, geschaffen, die besonders wichtig in schwierigen Lebenssituationen erscheint. Neben der individuellen Förderung hat die Kinder- und Jugendarbeit auch positive Auswirkungen auf die Eltern, indem sie eine spürbare Entlastung für diese bietet

und familiäre Dynamiken positiv beeinflusst. Die vorliegenden Erkenntnisse unterstreichen somit die umfassende Bedeutung der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit als wertvolle Ressource für die Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen sowie die Entlastung des familiären Umfeldes.

## Literatur

Action on Addiction (2014): SROI Analysis: A Social Return on Investment Analysis of the M-PACT (Moving Parents And Children Together) Programme.

Ainsworth, David/Hillier, Andy (2012): How do you test your strength? Third Sector. London 725: 8-10

Aked, Jody/Steuer, Nicola/Lawlor, Ellis/Spratt, Stephen (2009): Backing the Future: why investing in children is good for us all. New Economics Foundation. London

Bartsch, Samera/Stroppel, Simone (2015): Begleitung haftentlassener Intensiv- und Mehrfachtäter/innen. Das Projekt Quartal. Prävention auf dem Prüfstand. Evaluationsstudien zu Berliner Maßnahmen und Projekten gegen Jugendgewalt. Berliner Forum Gewaltprävention. Nr. 57. 41-49

Coburn, Annette/Gormally, Sinead (2014): 'They know what you are going through': a service response to young people who have experienced the impact of domestic abuse, *Journal of Youth Studies*, 17:5, 642-663, DOI: 10.1080/13676261.2013.844779

Cordaid (2016): Final Evaluation of "Reintegration of street children and community-based child protection in Snnpr, Ethiopia".

Deuchar, Ross/Ellis, Jennifer (2013) 'It's helped me with my anger and I'm realising where I go in life': the impact of a Scottish youth work / schools intervention on young people's responses to social strain and engagement with anti-social behaviour and gang culture, *Research in Post-Compulsory Education*, 18:1-2, 98-114, DOI: 10.1080/13596748.2013.755841

Felder-Puig, Rosemarie/Teutsch, Friedrich/Winkler, Roman (2023): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2021/22. Wien: BMSGPK, 2023. Verfügbar unter: [https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:a00a696d-6c24-4b75-a853-09cc1be54e95/%C3%96sterr.\\_HBSC-Bericht\\_2022.pdf](https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:a00a696d-6c24-4b75-a853-09cc1be54e95/%C3%96sterr._HBSC-Bericht_2022.pdf)

Fleischhacker, Marina (2017): Wirkungsdimensionen des Community Dance Tanz die Toleranz aus Sicht der TeilnehmerInnen der „jungen Erwachsenen“. FH Campus Wien. Sozialwirtschaft und Soziale Arbeit. Masterarbeit.

Flint, John/Batty, Elaine/Parr, Sadie/Platts Fowler, Deborah/Nixon, Judi (2011): Evaluation of Intensive Intervention Projects. Sheffield Hallam University. Department of Education.

Griffith, A. N./Larson, R. W./Johnson, H. E. (2017): How Trust Grows: Teenagers' Accounts of Forming Trust in Youth Program Staff. *Qualitative Psychology*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/qup0000090>

Gutherson Research Ltd (2012): Changing lives. Improving outcomes. The impact of early intervention in North East Lincolnshire Children's Centres.

Häfele, Eva/Bernhard, Annette (2016): rund um xund Chancengerechtigkeit und Gesundheit. Gesundheitsförderungsprojekt der Offenen Jugendarbeit Dornbirn 2014 bis 2016.

Kaufmann, Alexandra/ Kuliszkiwicz, Daisy (2018): Ich halte das nicht mehr aus! Wie können Jugendarbeitende die Jugendliche in der Stressbewältigung unterstützen und Stressprävention in die Praxis der Offenen Jugendarbeit integrieren? Hochschule Luzern - Soziale Arbeit. Bachelorarbeit

Kids Under Cover (2017): Social Return on Investment Report. Executive Summary. Kids Under Cover - Building foundations to prevent youth homelessness. EY - Building a better working world.

Lawlor, Eilís (2011): Fifteen London: A Social Return on Investment (SROI) Analysis 2009/10. Just Economics. Verfügbar unter: <https://www.justeconomics.co.uk/uploads/reports/Just-Economics-SROI-of-Fifteen-London.pdf>

Lengauer, Birgit (2013): Was leistet Streetwork? Fallbeschreibungen aus der Praxis am Beispiel von Graz, Islington (London) & Bradford. Institut für Erziehungs- und Bildungswissenschaften. Karl-Franzens-Universität Graz.

Liang, Belle/Spencer, Renée/Brogan, Deirdre/Corral, Macarena (2008): Mentoring relationships from early adolescence through emerging adulthood: A qualitative analysis. *Journal of Vocational Behaviour* 72. 168-182. doi:10.1016/j.jvb.2007.11.005

McDermid, Samantha/Soper, Jean/Lushey, Clare/Lawson, Doug/Holmes, Lisa (2011): Evaluation of the Impact of Action for Children Short break Services on Outcomes for Children - Final Report. Loughborough University. Centre for child and family research.

Sanders, Jackie/Munford, Robyn (2014): Youth-centred practice: Positive youth development pathways to better outcomes for vulnerable youth. *Children and Youth Services Review* 46. 160-167. <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.08.020>

SORA (2022): Wirkung der verbandlichen Kinder- und Jugendarbeit in Österreich. Studie des SORA-Instituts im Auftrag der Bundesjugendvertretung. Forschungsbericht.

Stumpp, Gabriele/Üstünsöz-Beurer, Dörthe/Walter, Sibylle/Beulich, Florian/Bolay, Eberhard (2009): Wirkungseffekte Mobiler Jugendarbeit in Stuttgart (WIMO). Eine empirische Studie. Institut für Erziehungswissenschaften. Universität Tübingen.

Villa, Brian/Wright, Dashia/Ruiz, Paul/Boonnam, Lily/Lyman, Leili/Escobar, Katherine/Tilley, Lana (2018): RYSE Youth Center: Youth Participatory Action Research. *Journal of Family Violence*. 33:597-604. <https://doi.org/10.1007/s10896-018-9995-y>

Walker, Janet/Thompson, Christine/Laing, Karen/Raybould, Simon/Coombes, Mike/Procter, Stephen/Wren, Colin (2007): Youth Inclusion and Support Panels: Preventing Crime and Antisocial Behaviour? University of Newcastle Upon Tyne. Newcastle Centre for Family Studies.