

Bernhard Schmidt-Hertha,
Axel Burkhardt,
Susanne Christel (Hrsg.)

**Gesundheitsbildung
für Langzeitarbeitslose**

Evaluation eines
gesundheitspräventiven
Bildungsprogramms

Bernhard Schmidt-Hertha

Gesundheitsbildung für Langzeitarbeitslose

Herbert Utz Verlag · München 2015

Münchener Beiträge zur Bildungsforschung
Band 31

Ebook (PDF)-Ausgabe:
ISBN 978-3-8316-7149-6 Version: 1 vom 24.07.2015
Copyright© Herbert Utz Verlag 2015

Alternative Ausgabe: Softcover
ISBN 978-3-8316-4436-0
Copyright© Herbert Utz Verlag 2015

Bernhard Schmidt-Hertha, Axel Burkhardt,
Susanne Christel (Hrsg.)

Gesundheitsbildung für Langzeitarbeitslose

Evaluation eines gesundheitspräventiven
Bildungsprogramms



Herbert Utz Verlag · München

Münchner Beiträge zur Bildungsforschung

herausgegeben von

Prof. Dr. Rudolf Tippelt und
Prof. Dr. Hartmut Dittton

Institut für Pädagogik
der Ludwig-Maximilians-Universität München

Band 31



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Entnahme von Abbildungen, der Wiedergabe auf fotomechanischem oder ähnlichem Wege und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen bleiben – auch bei nur auszugsweiser Verwendung – vorbehalten.

Copyright © Herbert Utz Verlag GmbH · 2015

ISBN 978-3-8316-4436-0

Printed in EU
Herbert Utz Verlag GmbH, München
089-277791-00 · www.utzverlag.de

Gesundheitsbildung für Langzeitarbeitslose

Evaluation eines gesundheitspräventiven Bildungsprogramms

Herausgegeben von
Bernhard Schmidt-Hertha
Axel Burkhardt
und
Susanne Christel



*Gefördert vom Ministerium für Arbeit, Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg
aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF).*



Grußwort der Ministerin für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren des Landes Baden-Württemberg

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Landesregierung hat sich das Ziel gesetzt, Baden-Württemberg zu einem Musterland für gute und sichere Arbeit zu machen.

Wir wollen, dass gute Arbeit anerkannt und gerecht entlohnt wird.

Mit unserem Landesprogramm „Gute und sichere Arbeit“ geben wir auch Langzeitarbeitslosen mit gesundheitlichen Einschränkungen eine Chance, auf dem Arbeitsmarkt wieder Fuß zu fassen.

Denn mit zunehmender Arbeitslosigkeit verschlechtert sich oft auch der Gesundheitszustand der Betroffenen. So entsteht oft ein Teufelskreis aus gesundheitlichen Problemen, Arbeitslosigkeit und gesellschaftlicher Ausgrenzung.

Um dem entgegenzuwirken, haben wir in den vergangenen zwei Jahren mit Mitteln aus dem Europäischen Sozialfonds neun Projekte zur Gesundheits- und Beschäftigungsförderung von langzeitarbeitslosen Menschen mit rund 1 Mio. Euro gefördert.

Eines davon war das Projekt INGA der Volkshochschule Tübingen, das in der vorliegenden wissenschaftlichen Publikation des Institutes für Erziehungswissenschaft der Universität Tübingen vorgestellt wird.

Die Ergebnisse des Berichtes zeigen uns, dass wir mit unserem Konzept auf dem richtigen Weg sind. Bei den Teilnehmenden haben sich durch die Stärkung der vorhandenen Ressourcen, der Gesundheit sowie des Selbstwertgefühls positive Veränderungen eingestellt. Ihnen wurden Wege aufgezeigt, die es Ihnen ermöglichen, wieder am gesellschaftlichen Leben teil zu haben. Eine positive Entwicklung ist somit auch bei der Integration in den Arbeitsmarkt zu erwarten.

*Katrin Altpeter MdL, Ministerin für Arbeit und Sozialordnung,
Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg*

Grußwort der Leiterin der Volkshochschule Tübingen

Die Volkshochschule Tübingen ist einer der öffentlichen Orte, an denen sich Menschen unterschiedlicher Herkunft, Ausbildung und Lebenserfahrung begegnen und gemeinsam lernen. Sie bietet leicht zugänglich und verständlich Informationen und Wissen zu vielen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens, fördert Meinungsbildung, bietet Orientierung, hilft Informationen einzuordnen, organisiert das immer bedeutender werdende lebenslange Lernen, vermittelt Schlüssel-kompetenzen, schafft soziale Begegnung zwischen Generationen und Kulturen und bietet flächendeckend breiten Schichten der Bevölkerung die Möglichkeit, zu angemessenen finanziellen Bedingungen informationstechnische Kenntnisse und Fähigkeiten zu erwerben. Darüber hinaus trägt die vhs zur Vernetzung von Gruppen, Vereinen und Institutionen bei, leistet einen Beitrag zum Abbau von Chancenungleichheit und sorgt für sozialen Ausgleich (z.B. durch die Möglichkeit, den Hauptschulabschluss nachzuholen). Am Tübinger Standort Loretto leistet die Volkshochschule einen Beitrag zur Stadtteilentwicklung. Aufgabe der vhs Tübingen ist es außerdem, Angebote für bestimmte Zielgruppen zu entwickeln. So auch für die Zielgruppe der arbeitssuchenden Menschen.

Die enge Kooperation und gute Zusammenarbeit mit dem Institut für Erziehungswissenschaften und dem Jobcenter Tübingen spielte und spielt für die vhs eine bedeutende Rolle.

Mit dem Institut für Erziehungswissenschaften verbindet uns seit Jahren eine erfolgreiche Kooperation: Professor Schrader und Professor Schmidt-Hertha waren bzw. sind Mitglied im Beirat der vhs. Studierende führen regelmäßig ihre Grund- und Hauptpraktika bei uns durch, mehrere Abschlussarbeiten sind zu vhs-Themen entstanden. Masterstudierende führen jedes Jahr seit drei Jahren Evaluationen in den Kursen durch und nicht zuletzt sind die Studierenden eine Zielgruppe, um die sich die vhs auch als Teilnehmer/innen bemüht.

Seit den 90er Jahren bietet die Volkshochschule regelmäßig Projekte und Maßnahmen für die Agentur für Arbeit und das Jobcenter an. Zum Beispiel seit 1991 Kurse zum Wiedereinstieg in den Beruf oder – für Alleinerziehende – den ESF-

Lehrgang „Wege in die Zukunft“, der mehrere Jahre erfolgreich durchgeführt wurde.

Im Jahr 2010 bis Ende 2012 schließlich wurde mit dem Lehrgang „Startklar“ zum ersten Mal eine Maßnahme im Bereich Gesundheitsbildung für Arbeitssuchende zusammen mit dem Job Center Tübingen durchgeführt. Diese Lehrgänge und die darin gesammelten Erfahrungen bildeten die Grundlage für das Projekt „INGA“.

Bei all unseren Aktivitäten setzen wir in der Volkshochschule auf Qualität: Bereits im Jahr 2003 hat die vhs die verbandsinterne Zertifizierung erworben, inzwischen ist sie nach AZAV zertifiziert, damit sie sich weiterhin um Projekte und Weiterbildungsmaßnahmen der Agentur für Arbeit bewerben kann. Die Zertifizierung bildet die Basis der Qualitätssicherung in der vhs. Kontinuierlich durchgeführte Evaluationen liefern Ergebnisse, um die Qualität der vhs und vor allem des Lehr/Lernprozesses ständig zu verbessern.

Mit Hilfe ihrer kontinuierlichen Verbesserungsprozesse und in Zusammenarbeit mit Kooperationspartner/innen möchte die Volkshochschule Tübingen auch in Zukunft die Weiterbildungseinrichtung für alle Bürgerinnen und Bürger sein.

Susanne Walser, Leiterin der Volkshochschule Tübingen

Grußwort des Jobcenter Tübingen

Die Wechselbeziehung zwischen Arbeitslosigkeit und Gesundheitsproblemen ist oft diskutiert, erforscht und belegt worden. Das Eintreten von Arbeitslosigkeit und die Abhängigkeit von sozialstaatlichen Unterstützungsleistungen können Kunden krank machen und bereits bestehende gesundheitliche Einschränkungen (psychisch und physisch) verschlimmern. Krankheit oder eine schlechte körperliche Verfassung stellen wiederum Hindernisse für die erfolgreiche Vermittlung in Arbeit dar. Deshalb ist die Gesunderhaltung von Leistungsbezieher_innen eine wichtige Aufgabe in der Arbeitsförderung.

Zur Zielgruppe beim Projekt INGA zählten deshalb Menschen mit körperlichen und seelischen Einschränkungen und einer längeren Zeit der Arbeitslosigkeit. Das Jobcenter Tübingen erwartete sich durch dieses Projekt eine Verbesserung des subjektiven Gesundheitsempfindens, die Stärkung der Eigenverantwortung und die Wiederentdeckung der eigenen Ressourcen. Ein verantwortungsvoller Umgang mit den Themen Ernährung und Gesundheit, die Stärkung der Fähigkeiten im Selbstmanagement und die Entwicklung neuer beruflicher Ziele sollten erreicht werden.

Wahrnehmungen, Einstellungs- sowie Verhaltensänderungen im gesundheitlichen Bereich zu sichern bleibt eine herausfordernde Aufgabe. Mit maßgeschneiderten Strategien und Methoden, wissenschaftlich begleitet durch die Universität Tübingen, führte das Projekt INGA in bemerkenswerter Weise an diese Veränderungsprozesse heran.

Nach der Durchführung von drei Kursen kann gesagt werden, dass die Kombination der maßgeschneiderten Angebote für die Teilnehmer_innen, wie Bewegung, Stressbewältigung, Ernährung, Biografiearbeit und individuellem Coaching, tatsächlich die Gesundheit verbessert hat. Es wurden soziale Kontakte und Freundschaften geknüpft und viele fühlen sich nun fitter und motivierter. Mit den wiederentdeckten Ressourcen geht es nun daran, an der beruflichen Zukunft zu arbeiten. Ich als Projektbetreuerin freue mich, mit welchem Engagement unsere Teilnehmer_innen die Angebote annahmen. Viele blühten auf und zeigten Begeisterung und Mut, an ihrer Lebenssituation etwas zu verändern.

Trotzdem konnte mancher Veränderungsprozess nur über Umwege gemeistert werden. Die regelmäßige und konstante Teilnahme fiel einigen Teilnehmer_innen schwer. Auch die Biografiearbeit und Sportangebote lösten Ängste und Abwehr aus. Das Thema „Freiwilligkeit“ war ein weiterer Stolperstein. Eine verpflichtende Einstiegsphase ist deshalb wünschenswert, da einige Kund_innen sonst die Chance auf eine Veränderung verpassen.

Die persönlichen Ansprechpartner_innen des Jobcenters führten während des Projektes einen regelmäßigen Austausch mit der Volkshochschule Tübingen. So konnten die Kund_innen von zwei Seiten aus gut begleitet werden. Über die Erfolge lässt sich zum jetzigen Zeitpunkt noch nichts sagen. Zielführend wäre sicherlich, dass weiterführende Angebote von den Teilnehmer_innen aufgenommen werden, wie die Teilnahme an Sportangeboten oder Angebote der Gesundheitskassen.

Abschließend lässt sich festhalten, dass die Kunden_innen des Jobcenter Tübingens vom Projekt INGA profitiert haben und eine Verbesserung ihrer Gesundheit sich einstellte. Mit den neu oder wiederentdeckten Ressourcen, dem gestärkten Selbstbewusstsein und der Wiederherstellung der Erwerbsfähigkeit, kann die Vermittlungsarbeit im Rahmen des SGB II voraussichtlich erfolgreich weitergeführt werden.

Vanessa Fäustle – Persönliche Ansprechpartnerin im Jobcenter Tübingen

Vorwort der Herausgeber

In einer Phase sehr geringer Arbeitslosenquoten – seit der Wiedervereinigung war der Arbeitslosenanteil in der öffentlichen Statistik nicht mehr so niedrig (vgl. Bundesagentur für Arbeit 2014) – und einer auf Bundesebene offensichtlich florierenden Wirtschaft (vgl. Statistisches Bundesamt 2015) scheint Arbeitslosigkeit zu einem Randphänomen geworden zu sein. Damit ist der gesellschaftliche Druck auf die von Arbeitslosigkeit betroffenen Menschen – insbesondere wenn es sich um einen länger andauernden Zustand handelt – aber umso größer. In individualisierten Risikogesellschaften (vgl. Beck 1986), die die Verantwortung für die Eingliederung in den Arbeitsmarkt und auch für die eigene (Weiter-)Qualifikation an den Einzelnen delegieren (vgl. Wildemeersch & Salling Oleson 2012), wird Arbeitslosigkeit schnell mit individuellem Versagen gleichgesetzt. In der Folge erhöht sich der Druck, der auf den Betroffenen lastet, und die – nicht zuletzt auch psychischen und physischen – Auswirkungen von Arbeitslosigkeit werden noch gravierender, als sie in frühen Studien zur Massenarbeitslosigkeit bereits skizziert werden (vgl. Jahoda/Lazarsfeld/Zeisel 1975). Diese Entwicklungen setzen neue Anforderungen an Bildungseinrichtungen, denn klassische Eingliederungskonzepte scheinen an ihre Grenzen zu stoßen.

Im Zentrum dieses Buches steht ein über Mittel aus dem Europäischen Sozialfond (ESF), des Baden-Württembergischen Sozialministeriums und des Tübinger Jobcenters geförderten Projekts zur Gesundheitsprävention und Gesundheitsbildung bei Langzeitarbeitslosen, das von in den Jahren 2013 und 2014 an der Volkshochschule Tübingen realisiert wurde. Ziel dieses Bandes ist es, einerseits die Erfahrungen aus diesem innovativen Projekt zu dokumentieren, das eben nicht primär auf eine Reintegration in den Arbeitsmarkt sondern vor allem auf die Verbesserung des Wohlbefindens der Teilnehmenden zielte. Damit hebt sich die Bildungsmaßnahme nicht nur durch die Breite des thematischen und methodischen Spektrums von anderen Angeboten für diese Zielgruppe ab, sondern vor allem auch durch eine andere Zielausrichtung, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zumindest zeitweise von dem allgegenwärtigen Druck befreit, an der eigenen Beschäftigungsfähigkeit arbeiten zu müssen. Während Fragen der beruflichen Integration in vielen Modulen in den Hintergrund rücken, steht physisches und psychisches Wohlbefinden im Zentrum, das nicht