

Fit-Start-Dialog

Evaluation des Projekts „Fit-Start“: Vorläufige Ergebnisse

Mag. Dr. Michael Benesch

Das Projekt Fit-Start wurde von Beginn an prozesshaft evaluiert, so dass Zwischenresultate im weiteren Projektverlauf berücksichtigt werden konnten. Die Evaluation findet sowohl quantitativ als auch qualitativ statt, durch anonyme Fragebogenerhebungen und Einzel- sowie Gruppengespräche (Fokusgruppen). Die Zielgruppen der Evaluation sind die an den Fit-Start Treffs teilnehmenden Arbeitsuchenden selbst, die MitarbeiterInnen der Trägerorganisationen sowie die Fit-Start TrainerInnen.

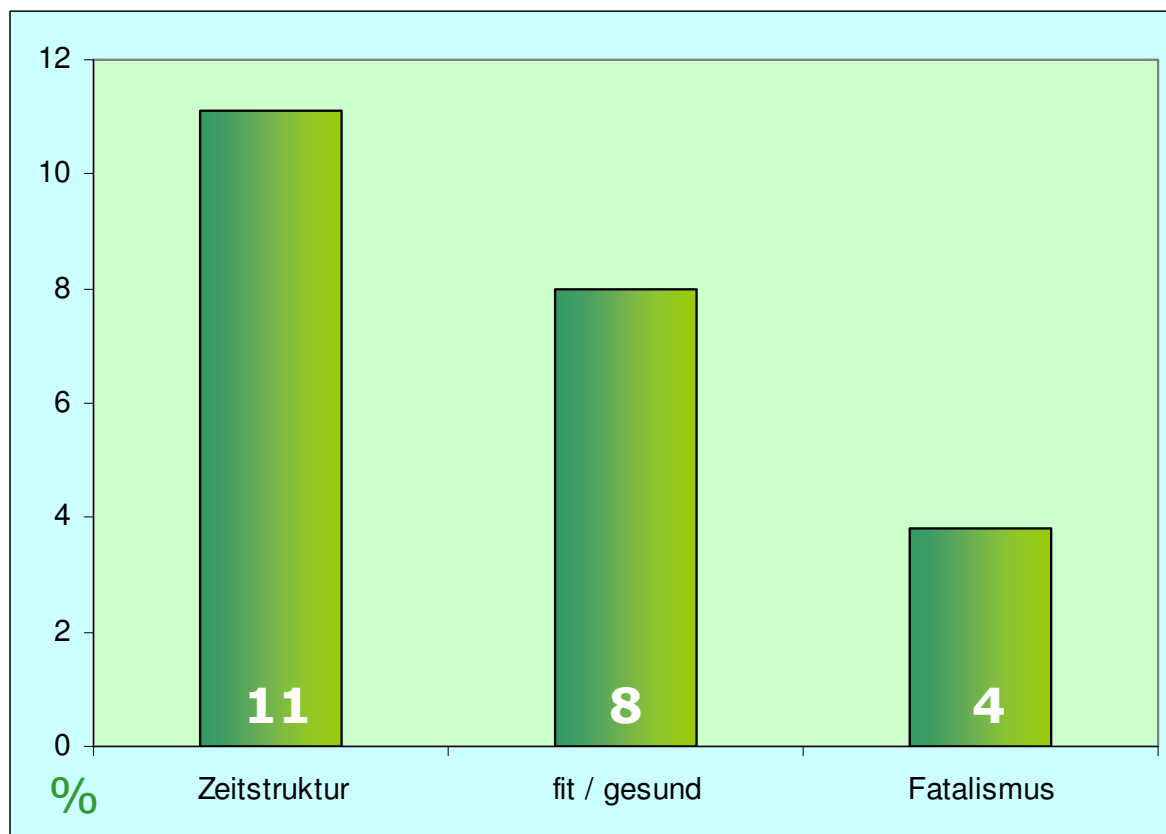
Zum gegenwärtigen Zeitpunkt wurden rund 770 TeilnehmerInnen-Fragebögen retourniert, welche am Beginn, während und am Ende der Teilnahmen ausgefüllt wurden (diese Zahl ist aufgrund der wiederholten Vorgabe nicht identisch mit der Anzahl der am Projekt teilnehmenden Arbeitsuchenden). Die Fragebögen wurden bisher von zwei Drittel Frauen und einem Drittel Männer ausgefüllt. Die durchschnittliche Dauer der Arbeitslosigkeit betrug sechs Monate, das durchschnittliche Alter 42 Jahre (jeweils Median). 47,2 % der Arbeitsuchenden hatten als höchsten formalen Bildungsabschluss eine Lehre oder ein- bis vierjährige Fachschule.

Als Gründe für die Teilnahme wurden primär die Bewegungsmöglichkeit selbst, das Treffen anderer Personen sowie die Motivation, wieder mehr Struktur in den Tagesablauf zu bringen, genannt. Die meisten Arbeitsuchenden (89,5 %) erfuhren über das Arbeitsmarktservice und die Trägerorganisationen von diesem Projekt.

Vorbehaltlich der abschließenden Evaluation am Projektende können zum gegenwärtigen Zeitpunkt einige Resultate berichtet werden. Aus der Vielzahl an Einzel- sowie Gruppengesprächen mit Arbeitsuchenden, TrainerInnen und MitarbeiterInnen von Trägerorganisationen sowie aus Ergebnissen beruhend auf den quantitativen Erhebungsinstrumenten (Fragebögen) ist ein deutlicher positiver Trend, was einerseits die Maßnahme an sich, andererseits die Selbsteinschätzung hinsichtlich psychischer, physischer und sozialer Komponenten betrifft, abzulesen.

So reduzierte sich etwa der Anteil derer, die bei ihrer letzten Teilnahme an einem Fit-Start Treff über eine geringe Strukturierung ihres Tagesablaufs berichteten ("Ich lebe einfach so in den Tag hinein"), im Vergleich zur ersten Teilnahme um rund 11 %: Wenngleich Kausalinterpretationen nur mit einer gewissen Vorsicht möglich sind, so ist doch deutlich -

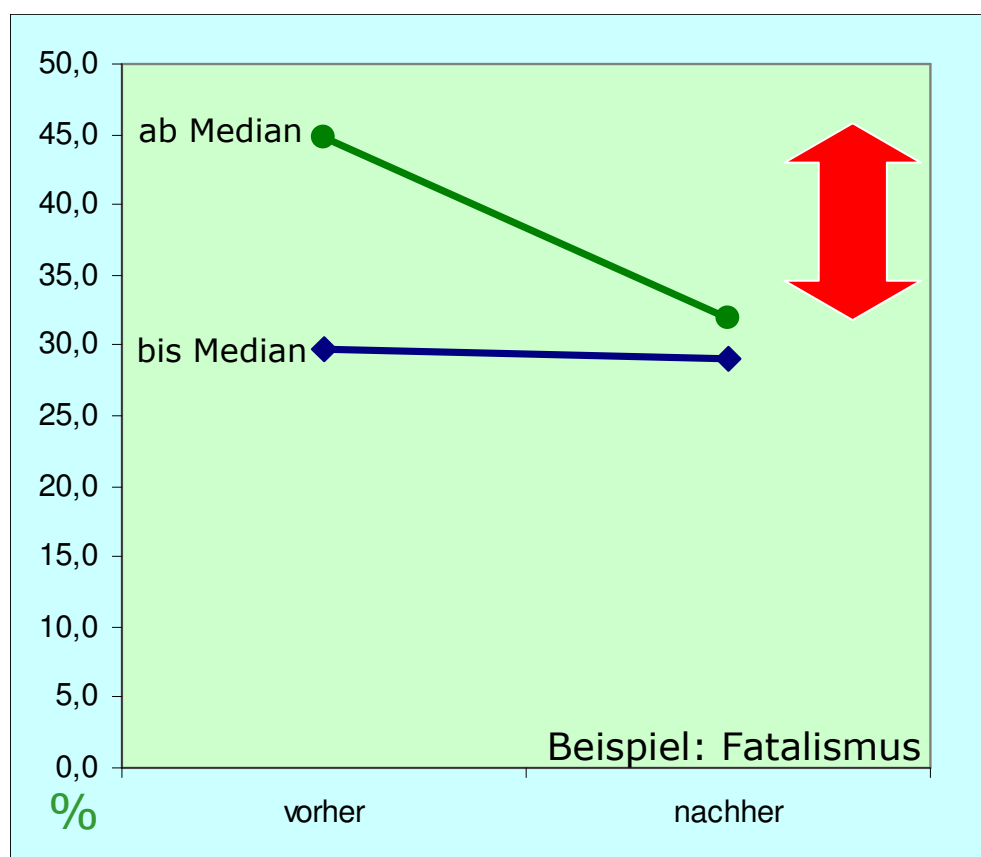
dies ergab sich auch aus konkreten Äußerungen im Rahmen der strukturierten Gespräche sowie Fokusgruppen -, dass der wöchentliche Fixpunkt durch die Fit-Start Treffs vielen Personen geholfen hat, mehr Struktur zu gewinnen. In die gleiche Richtung, wenn auch weniger deutlich, trifft dies auf das Empfinden körperlicher Fitness und Gesundheit (rund 8 % mehr TeilnehmerInnen erlebten eine Verbesserung) sowie die fatalistische Einstellung resultierend aus der Arbeitslosigkeit zu (rund 4 % berichteten von einer Verbesserung) (siehe folgende Abbildung).



Zeitstruktur, Gesundheitsempfinden, Fatalismus: Verbesserung durch regelmäßige Teilnahme an Fit-Start Treffs

Das Projekt Fit-Start arbeitet bewusst mit einem sehr niederschweligen Bewegungsangebot. Die befragten Arbeitssuchenden stellten explizit die Wichtigkeit sozialer Kontakte mit anderen Betroffenen sowie mit den TrainerInnen der Fit-Start Treffs heraus. Diese soziale Einbindung in einer an sich sehr schwierigen persönlichen Lebenssituation hilft, wieder Mut zu fassen und sich aktiver den eigenen Problemen - das sind in erster Linie finanzielle Sorgen und das Gefühl, auf einem beruflichen und sozialen "Abstellgleis" zu stehen - zu stellen. Es war davon auszugehen, dass vor allem für Personen, die seit längerer Zeit erwerbslos sind, das Ausmaß an Problemen, resultierend aus finanziellen Nöten und sozialer Ausgrenzung,

besonders gravierend ist. Deshalb ist eine Frage, welche die Evaluation zu behandeln hat, jene nach messbaren Konsequenzen speziell für diese Gruppe der Arbeitssuchenden. Ausgehend von Überlegungen aus der Theorie der gelernten Hilflosigkeit von Martin Seligman wurden deshalb fatalistische Grundhaltungen erfragt ("Ich weiß oft nicht, wie es mit meinem Leben weitergehen soll") und mögliche Effekte getrennt für Personen in kürzerer und längerer Arbeitslosigkeit (Teilungskriterium war der Median der Dauer der Erwerbslosigkeit) untersucht. Es zeigt sich zum gegenwärtigen Zeitpunkt deutlich ein positiver Trend dergestalt, dass vor allem letztere Gruppe sehr deutlich von der Teilnahme profitiert: Während die Personen aus der Stichprobe mit kürzerer Erwerbslosigkeit kaum Veränderungen berichteten, nahmen aus der Gruppe mit längerer Erwerbslosigkeit rund 13 % der Personen eine deutlich geringere fatalistische Grundhaltung am Ende der Teilnahme an sich wahr (siehe folgende Abbildung).



Veränderung fatalistischer Grundhaltung in Abhängigkeit von der Dauer der Erwerbslosigkeit

Unterstützt werden die Resultate aus der quantitativen Evaluation durch die mehr in die Tiefe gehenden qualitativen Untersuchungen. Exemplarisch seien einige Aussagen aus strukturierten Gesprächen mit Arbeitssuchenden über deren Gründe für die Teilnahme an Fit-Start Treffs genannt:

- "Das Selbstbewusstsein wird gestärkt - ich kann Situationen positiver sehen, und bei Bewerbungsgesprächen tut man sich leichter"
- "Ich werde sozial nicht allein gelassen, wegen der Trainer und der anderen Teilnehmer, die in einer ähnlichen Situation sind"
- "Durch die Bewegung sind meine Schmerzen für ein paar Stunden weg"

An dieser Stelle sei darauf hingewiesen, dass es grundsätzlich schwierig ist, Arbeitsuchende für die Teilnahme an (auch niederschwelligen) Bewegungsangeboten zu motivieren. Ein Kritikpunkt der Evaluation ist, dass ausschliesslich Personen, welche sich zur Teilnahme bereit erklärten (die Maßnahme beruht auf absoluter Freiwilligkeit), befragt werden konnten.

Im Rahmen von Fokusgruppen und Einzelgesprächen mit MitarbeiterInnen von Trägerorganisationen wurde vielfach die Einbindung derartiger Maßnahmen in umfangreichere Konzepte, etwa im Rahmen von Projekten der Betrieblichen Gesundheitsförderung, angesprochen. Dies einerseits, weil die (physisch wie psychisch) gesundheitsförderliche Wirkung direkt an den Arbeitsuchenden beobachtet und deshalb die Einbettung in einen übergeordneten Kontext gewünscht wurde, andererseits, weil sich dadurch organisatorische Probleme leichter lösen ließen (oftmals ergeben sich Schwierigkeiten aus der Kollision mit Kursstunden).

Zusammenfassend ergibt sich aus den bisher vorliegenden Erfahrungen und Resultaten folgende Bewertung und Empfehlung des mit niederschweligen Bewegungsangeboten für Beschäftigungslose arbeitenden Projekts "Fit-Start":

- **Die gegenwärtig vorliegenden quantitativen und qualitativen Ergebnisse aus den Befragungen der Arbeitssuchenden zeigen in bestimmten Erfassungsbereichen positive Effekte im Hinblick auf psychische, physische und soziale Auswirkungen**
- **Die gegenwärtig vorliegenden Ergebnisse aus den Befragungen von MitarbeiterInnen von Trägerorganisationen zeigen positive Einschätzungen betreffend die Sinnhaftigkeit niederschwelliger Bewegungsangebote, wie sie das Projekt "Fit-Start" anbietet**
- **Die Einbindung niederschwelliger Bewegungsangebote in der Art und Weise, wie diese im Rahmen des Projekts "Fit-Start" umgesetzt werden, in allgemeine Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung sowie der Transfer der bisher gewonnen Erfahrungen in gesamtgesellschaftliche und sozialpolitische Kontexte erscheint sinnvoll**

Kontakt und Rückfragen:

Mag. Dr. Michael Benesch

Benesch & Mittermayr GmbH Unternehmensberatung

Postfach 23

1147 Wien

Mail: michael@benesch.co.at

Web: www.ask4solutions.at

Mobil: 0676 72 44 111