

September 2023

# Partizipation von Jugendlichen in Projekten der Gesundheitsförderung

Leitfaden

## Worum geht es?

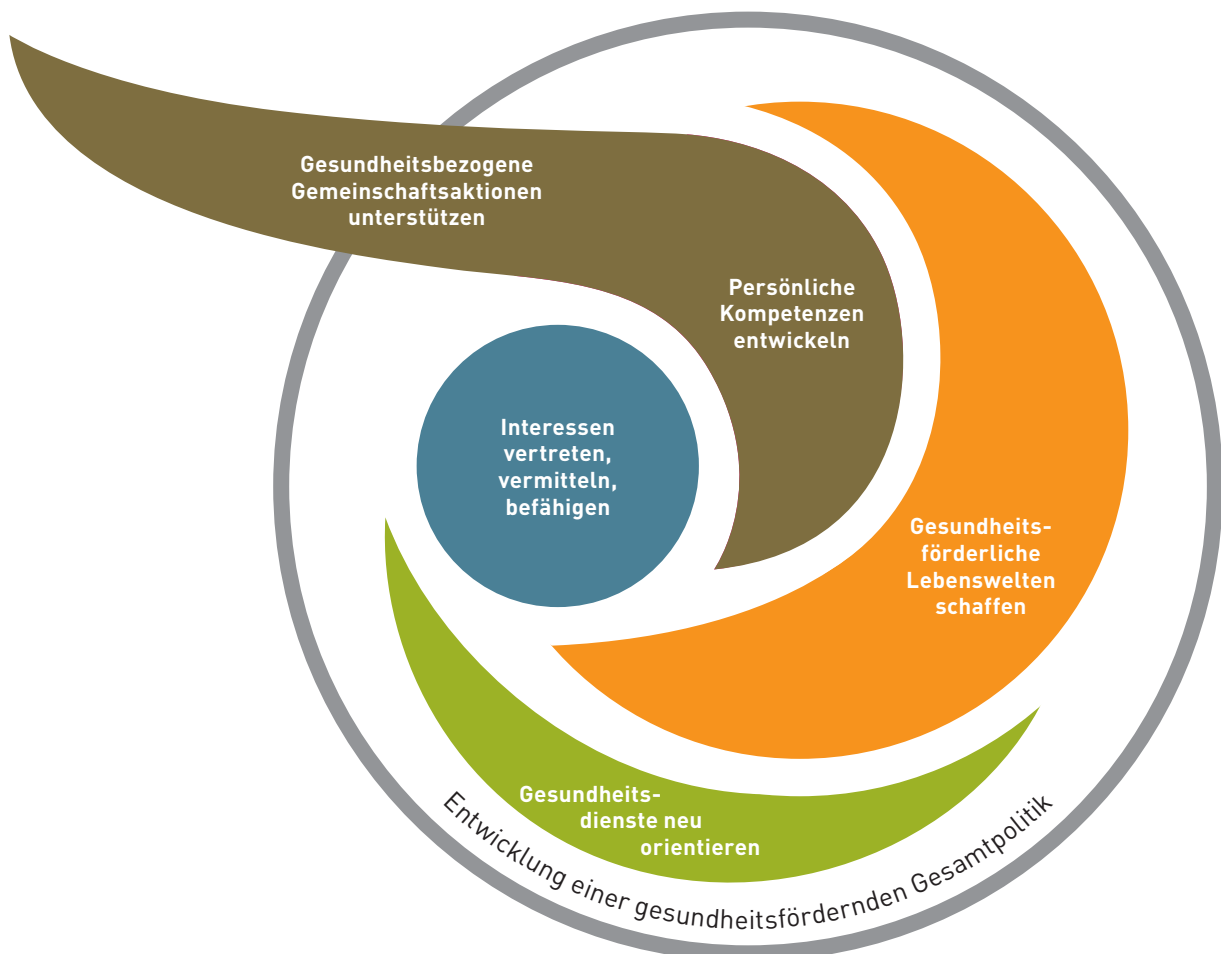
In Projekten der Gesundheitsförderung nimmt die Partizipation von Jugendlichen einen zunehmenden Stellenwert ein, verbunden mit der Zielsetzung, gesundheitsförderliche Lebenswelten zu schaffen.

Der Anspruch, dass Jugendliche an der Gesundheitsförderung partizipieren, lässt sich auch aus der [Ottawa-Charta](#) ableiten (WHO 1986, 3) ([Abbildung 1](#)). Der vorliegende Leitfaden zeigt auf, was unter Partizipation genau verstanden wird und wie die Partizipation Jugendlicher bei der Ideenentwick-

lung, Planung, Umsetzung und Auswertung von Projekten im Bereich der Gesundheitsförderung erfolgreich gelingen kann. Dabei gilt die Grundregel: Partizipation ist mit *allen* jungen Menschen möglich, solange die Prozesse bedürfnisorientiert und altersgerecht ausgerichtet und methodisch gut durchdacht sind. Hierzu bietet dieser Leitfaden eine praxisnahe Unterstützung für KAP-Verantwortliche, Fachstellen und Projektleitungen im Bereich der Gesundheitsförderung.

ABBILDUNG 1

### Ottawa-Emblem



# Was ist Partizipation?

Partizipation ist als sozialer Prozess zu verstehen, «an dem eine Gruppe von Individuen teilnimmt,

- 1) um ihre Bedürfnisse zu identifizieren,
- 2) um an den Entscheidungsprozessen teilzuhaben und
- 3) um Mechanismen zu schaffen, die ihren Bedürfnissen gerecht werden» (Ischer & Saas 2021, 12).

Dabei wird zwischen vier Formen von Partizipation unterschieden (von geringem Partizipationsgrad bis hin zu hohem Partizipationsgrad)<sup>1</sup> (ebd., 15):

## 1 Information



Jugendliche werden über die Herausforderungen im Zusammenhang mit einem zu lösenden Problem, einem Projekt und den damit einhergehenden Aktivitäten informiert (oder informieren sich selbst).

## 2 Konsultation



Den Jugendlichen wird ermöglicht, beispielsweise Stellung zu Prozessen, Inhalten, Zielsetzungen, Themen usw. eines Projekts zu nehmen. Dies garantiert jedoch nicht, dass die Anliegen und Ideen der Jugendlichen von der Projektleitung tatsächlich berücksichtigt werden.

## 3 (Mit-)Gestaltung



Die Jugendlichen entwickeln Bestandteile eines Projekts mit, dürfen diese jedoch nicht verabschieden. Vorschläge werden der Projektleitung vorgelegt, die letztlich darüber entscheidet.

## 4 (Mit-)Entscheidung



Alle am Projekt Beteiligten arbeiten gleichberechtigt zusammen. Bei allen Phasen des Projekts wird gemeinsam entschieden. Eine gemeinsame Entscheidungsfindung ist vor allem in einem überschaubaren Setting (Quartier, Schule usw.) möglich.

<sup>1</sup> Da in den beiden Stufen «Information» und «Konsultation» kein direkter Einfluss auf Prozesse gewährt wird, werden diese häufig (nur) als Vorstufen der Partizipation bezeichnet (z. B. Wright 2020).

## Wichtige Hinweise



- Stellen Sie sich zu Beginn die Frage, ob ein partizipativer Einbezug von Jugendlichen für Ihr Projektvorhaben geeignet ist. Partizipation sollte keinem Selbstzweck dienen.
- Partizipative Projekte mit Jugendlichen benötigen nebst einer gut überlegten Ressourcenplanung zu Beginn auch kontinuierlich eine bewusste Reflexion der eigenen Rolle und Haltung.
- Grundsätzlich kann eine höhere oder eine niedrigere Form der Partizipation angemessen sein. Die vier oben genannten Partizipationsformen sind bei der Planung hinsichtlich Ressourcen, Prozessen und Zielsetzungen gut in Einklang zu bringen und transparent zu machen.
- Die Motivation Jugendlicher steigt, wenn Projekte an ihren Bedürfnissen, Themen und Anliegen anknüpfen und Partizipationsmethoden kreativ und niederschwellig umgesetzt werden. Belohnungen und Aufwandsentschädigungen können punktuell Anreize schaffen.
- Damit die Partizipation der Jugendlichen und die Aufrechterhaltung der Motivation gelingen, ist es wichtig, offen und flexibel hinsichtlich der Prozesse und Ergebnisse zu bleiben.

## Welchen Mehrwert haben partizipative Projekte?

Der Erfolg und die Wirksamkeit von Projekten hängen stark mit der Partizipation der Jugendlichen zusammen. Wenn Jugendliche in einem Projekt mitgestalten und mitentscheiden können, so wird das Projekt nicht nur als «eigenes» angeeignet, sondern Prozesse und Ergebnisse werden gemeinsam getragen und führen bei den beteiligten Jugendlichen zu mehr Selbstwirksamkeit und Verantwortungsgefühl (Rieker et al. 2016, 151ff.; Fatke 2007, 19ff.; Csupor et al. 2023; Garcia Delahaye 2018). Im

Rahmen von Aushandlungsprozessen eignen sie sich soziale Kompetenzen an und erleben, dass ihre eigenen Sichtweisen und Meinungen gehört werden und sie selbst wirksame Veränderungen hervorbringen können. Eine durchdachte und damit erfolgreiche Partizipation von Jugendlichen in der Ideenentwicklung, Planung, Umsetzung und Auswertung von Projekten zahlt sich letztendlich für alle Beteiligten aus und hilft, Enttäuschungen zu vermeiden (Tironi 2022, 215ff.).

# Wie werden partizipative Projekte gestaltet?

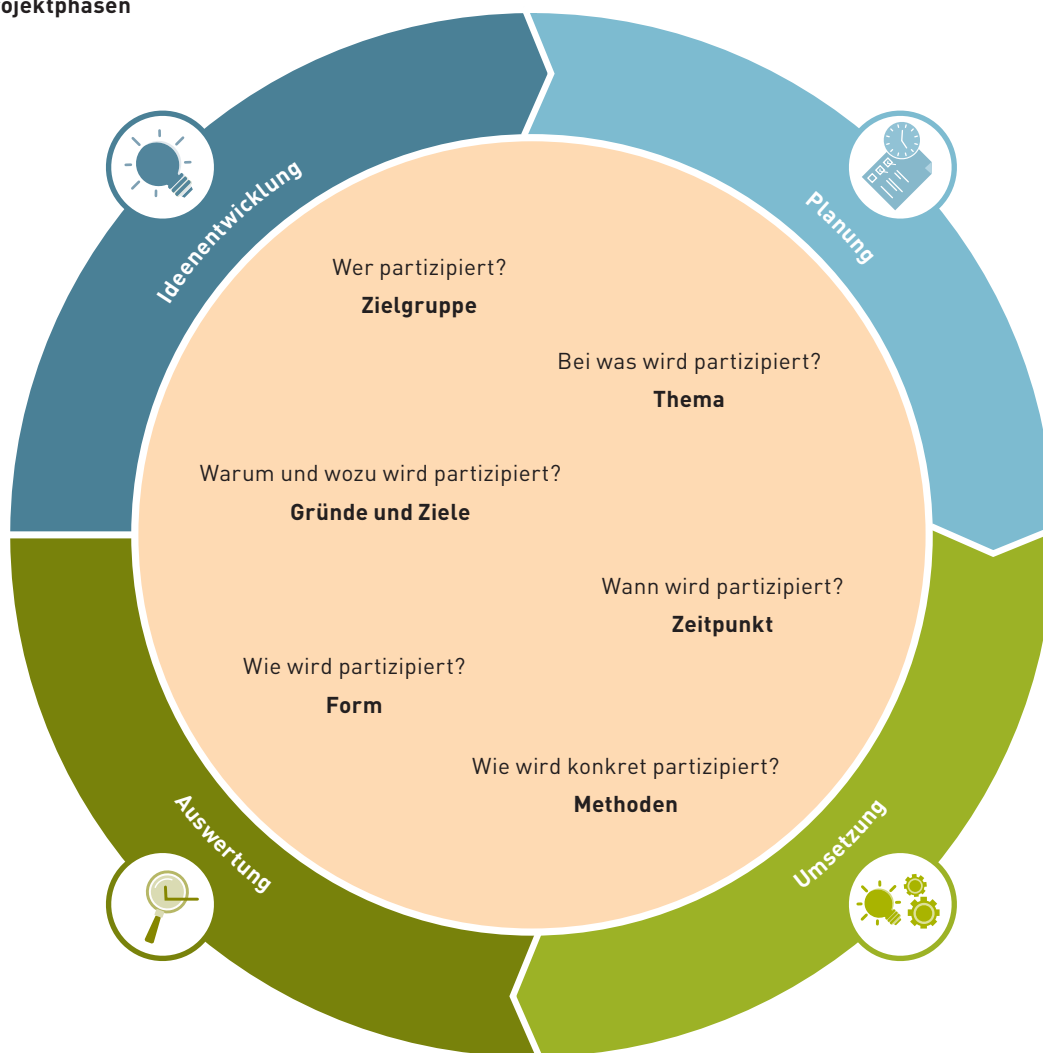
Für die Gestaltung partizipativer Projekte ist es wichtig, vier Projektphasen voneinander zu unterscheiden, um die Partizipation Jugendlicher systematisch zu ermöglichen (Abbildung 2). Ein Projekt beginnt mit der Ideenentwicklung und der Planung. Darauf folgen die Umsetzung und schliesslich die Auswertung. Mithilfe von sechs Prüffragen gelingt

es Ihnen leichter, einen Projektantrag zu entwickeln und die Partizipation der Jugendlichen ganzheitlich mitzudenken.

Ergänzend finden Sie nachfolgend eine «Checkliste Partizipation», mit welcher Sie die konkrete Ausgestaltung eines partizipativen Projektvorhabens entwickeln können.

ABBILDUNG 2

## Die vier Projektphasen



Quelle: Gerodetti et al. (2023)

## Checkliste Partizipation – worauf gilt es zu achten?

Diese Checkliste ermöglicht es Ihnen, den partizipativen Einbezug der Jugendlichen für alle vier Projektphasen zu konkretisieren und systematisch abzubilden (Bindl et al. 2020, 18ff.; Müller de Menezes & Chiapparini 2021, 35ff.).

### 1 Projektideenentwicklung



- Grundverständnis**  
Verfügen alle Projektverantwortlichen über ein identisches Grundverständnis von projektbezogener Partizipation?
- Klärung der Erwartungen**  
Wie werden die Erwartungen an das Projekt (Bedürfnisse, Ziele, Prozess, Wirkung usw.) und den Partizipationsprozess mit allen Beteiligten geklärt?
- Zielgruppen**  
Welche Zielgruppe(n) soll(en) im Projekt partizipieren? Werden alle jugendlichen Anspruchsgruppen berücksichtigt (Geschlecht, Alter, sozioökonomischer Hintergrund usw.)?
- Thema**  
Bei was sollen die Jugendlichen in der Phase der Projektideenentwicklung partizipieren können (Thema des Projekts, Ideensammlung, Partizipationsgefäße usw.)?
- Form und Methode**  
Wie werden Jugendliche in die Phase der Projektideenentwicklung einbezogen? (siehe dazu Methodenbeispiele)
- Ressourcenklärung**  
Sind ausreichend Zeit und Ressourcen für die Partizipation der Jugendlichen in den einzelnen Projektphasen eingeplant?

#### Methodenbeispiele

Projektideen-/Zukunftswerkstatt, Jugendprojektbeirat/Arbeitsgruppe, schriftliche/mündliche Einzelbefragung, Vor-Ort-Analyse, Fotoexkursion/Fotosafari, Workshops, Gruppeninterview/Fokusgruppe

### 2 Projektplanung



- Empowerment**  
Wie werden die Jugendlichen auf den partizipativen Prozess im Projekt vorbereitet und «empowered»?
- Zielentwicklung**  
Wurden die Zielsetzungen des Projekts und das Vorgehen bei der Projektumsetzung gemeinsam und systematisch (z. B. mit SMART: spezifisch – messbar – attraktiv – realistisch – terminiert) mit den Jugendlichen entwickelt?
- Niederschwelligkeit**  
Ist die Projektumsetzung neben partizipativen Prozessen auch niederschwellig, bedürfnisgerecht und jugend-, alters-, gender- und milieuerorientiert konzipiert?
- Sensibilisieren**  
Sind Kooperationspartner\_innen hinsichtlich der partizipativen Ausrichtung des Projekts zu sensibilisieren und/oder zu schulen?
- Prozessreflexion**  
Welche Gelegenheiten sind für jede Projektphase eingeplant, um den partizipativen Prozess gemeinsam mit den Jugendlichen zu reflektieren?

#### Methodenbeispiele

Empowerment-Workshop, jugendliche Botschafter\_innen, Zeitbudgetplanung, Projekt-/Zukunftswerkstatt, Jugendprojektbeirat/Arbeitsgruppe

### 3 Projektumsetzung



- Aufgaben**  
Bei welchen Aufgaben und/oder Arbeitsschritten partizipieren die Jugendlichen während der Projektumsetzung?
- Meilensteine**  
Wie werden Zwischenergebnisse und erreichte Meilensteine gemeinsam mit den Jugendlichen überprüft? Wie werden diese honoriert und wertgeschätzt?
- Kommunikation**  
Werden die Projekt(zwischen)ergebnisse jugendgerecht kommuniziert und welche Aufgabe übernehmen dabei die Jugendlichen selbst?
- Begleitung**  
Welche Funktion und Aufgabe übernehmen die Projektverantwortlichen bei der Projektumsetzung? (Bei starker Partizipation der Jugendlichen sind sie vielleicht eher Mentor\_in, Coach oder Moderator\_in.)
- Prinzipien der Zusammenarbeit**  
Werden Konflikte und Probleme mit den Jugendlichen bei der Projektumsetzung als Lernfelder begriffen und nimmt man sich Zeit für deren gemeinsame Bearbeitung?
- Prozessreflexion**  
Wird der Einbezug der Jugendlichen (insbesondere Flexibilität und Ergebnisoffenheit) während der Projektumsetzung gemeinsam mit den Jugendlichen immer wieder reflektiert?

#### Methodenbeispiele

Peer-Teaching, Mitmach-Workshop/Fokusgruppe, Exkursionen/Vor-Ort-Umsetzung, Beobachtungsjournal, Jugendprojektbeirat/Arbeitsgruppe

### 4 Projektauswertung



- Aufgaben**  
Welche Aufgaben/Arbeitsschritte übernehmen die Jugendlichen in der Schlussphase der Projektauswertung?
- Zielüberprüfung**  
Wie werden die ursprünglich gesetzten, gegebenenfalls im Projektverlauf angepassten Zielsetzungen und Wirkungen am Ende des Projekts überprüft? Wie werden die Jugendlichen dabei einbezogen?
- Prozessreflexion**  
Wie wird der partizipative Prozess der Jugendlichen rückblickend gemeinsam mit ihnen ausgewertet?
- Wissenssicherung**  
Welche Folgerungen (bezogen auf Inhalte und Prozesse) werden gegebenenfalls für Folgeprojekte gezogen und wie werden sie gewinnbringend für andere kommuniziert?

#### Methodenbeispiele

Einzelbefragungen (schriftlich/mündlich), Gruppeninterview, Exkursionen/Vor-Ort-Analyse, Beobachtungsjournal, Jugendprojektbeirat/Arbeitsgruppe

# Partizipation Jugendlicher – so gelingt sie

Damit partizipative Projekte gelingen können, müssen alle Beteiligten anerkennen, dass Partizipation als Prozess zu verstehen ist und nicht immer alle Ergebnisse vorhersehbar sind. Der Partizipationsprozess kann für alle Beteiligten herausfordernd sein. Nachfolgende Grundsätze haben sich in der

Praxis bereits vielfach bewährt (Tironi 2022, 215ff.; Bindl et al. 2020, 18ff.; Müller de Menezes & Chiapparini 2021, 35ff.; Gerodetti et al. 2023). Es lohnt sich, diese Grundsätze während jeder der vier Projektphasen oder im Fall von Konflikten im Projektverlauf sich wiederkehrend zu vergegenwärtigen:

✓ Zentrale Motivation der Erwachsenen muss sein, eine «echte» Partizipation der jungen Menschen ermöglichen zu wollen. Jugendliche spüren in (Mit-)Gestaltungs- und (Mit-)Entscheidungsprozessen sehr schnell, ob Partizipation ernsthaft ermöglicht wird oder ob «Scheinpartizipation» stattfindet.

✓ Bleiben Sie realistisch. Jugendliche sind enttäuscht, wenn viel Partizipation versprochen wird, dieses Versprechen aber nicht ausreichend eingelöst wird und die von Erwachsenen gewünschten Resultate nicht realistisch sind.

✓ Partizipationsprozesse sind nicht nur für Jugendliche ein gutes Lernfeld, auch die beteiligten Fachpersonen entwickeln ihre Fähigkeiten weiter: beispielsweise Sensibilität, Improvisation, Verhandlungsgeschick, zuhören können und Offenheit hinsichtlich der Lebenswelten Jugendlicher entwickeln.

✓ Der partizipative Einbezug Jugendlicher kann über Sprache, Schrift, audiovisuelle Mittel (Bild, Ton, Video), Konstruktionen oder Bewegung erfolgen. Kreativität ist wichtig, macht Partizipationsprozesse erst attraktiv und bewirkt die Inklusion aller Jugendlichen.

✓ Erst eine gegenseitige Anerkennung und Würdigung in Bezug auf Person und Inhalte sorgen für Selbstvertrauen, Bedürfnisorientierung, Solidarität und Vielfalt im Projektverlauf.

✓ Informieren Sie Jugendliche bereits im Vorfeld darüber, in welcher Partizipationsform und mit welcher Mitgestaltungs- und Entscheidungskompetenz sie sich einbringen können.

✓ Jugendliche haben ein anderes Zeitgefühl als Erwachsene, deshalb sind überschaubare (kurz- und mittelfristige) Zeiträume für die Partizipation im Gesamtprojekt respektive in den einzelnen Projektphasen zu entwickeln.

✓ Offenheit und Konfliktfreudigkeit tragen dazu bei, dass die Bedürfnisse der Jugendlichen herausgearbeitet werden können und wichtige soziale Lernprozesse stattfinden.

✓ Je nach sozioökonomischem Hintergrund, Geschlechtszugehörigkeit und Entwicklungsstand bedarf es wiederkehrend der Reflexion und Korrektur mit Blick auf Form und Methoden, um die Partizipation aller Jugendlichen zu ermöglichen.



# Weiterführende Hinweise zu Partizipationsmethoden

In der Praxis haben sich verschiedene Methoden zur konkreten Partizipation der Jugendlichen entwickelt. Oben wurde bereits kurz auf verschiedene Beispiele hingewiesen. Grundsätzlich gibt es keine «Patentrezepte», welche Methoden für Ihr Projekt geeignet sind. Es empfiehlt sich, verschiedene Methoden zu prüfen und gegebenenfalls dabei sogar

Jugendliche miteinzubeziehen, damit der partizipative Grundgedanke zum Zuge kommen kann. Nachfolgend finden Sie Links zu Internetseiten, auf denen Partizipationsmethoden mittels Kriterien gezielt gefiltert werden können, sowie Links zu einzelnen Praxisbeispielen:



- [Informationen zu Grundlagen der Partizipation sowie zu Verfahren und Methoden, inklusive Methodensuchfunktion für Eingrenzungen und Präferenzen](#)
- [Umfangreiche Informationen zur Umsetzung von Partizipation, Methodensuchfunktion sowie konkrete Beispiele](#)
- [Reichhaltige Sammlung sozialräumlicher Partizipationsmethoden](#)
- [Ausführliche Schritt-für-Schritt-Anleitung für gesundheitsbezogene Partizipationsprojekte](#)
- [Praxisleitfaden für die Entwicklung und Umsetzung von Partizipationsprojekten aus dem Bereich der Armutsprävention](#)
- [Website des Schweizer Dachverbands für Partizipation, unter anderem mit Weiterbildungsangeboten](#)
- [Empfehlungen zur politischen Partizipation Jugendlicher](#)
- [Handreichung zur Partizipation von Kindern und Jugendlichen in Theorie und Praxis von UNICEF](#)
- [Modellprojekte aus dem Bereich der Offenen Kinder- und Jugendarbeit](#)
- [Sammlung von Modellprojekten zur Partizipation Jugendlicher](#)

## Literaturverzeichnis

- Bindl, M., Schorling, E., Ströhl, S., Ibler, K., Lauerer, M. & Nagel, E. (2020). *Partizipative Projekte zur Prävention von Übergewicht. Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung*. Institut für Medizinmanagement und Gesundheitswissenschaften (IMG). [www.img.uni-bayreuth.de/de/forschung/praevent-partition/Handreichung.pdf](http://www.img.uni-bayreuth.de/de/forschung/praevent-partition/Handreichung.pdf)
- Csupor, I., Felder, M. & Ossipow, L. (2023). *Forger la citoyenneté juvénile. Anthropologie d'un rituel politique*. Antipodes. <https://doi.org/10.33056/ANTIPODES.11803>
- Fatke, R. (2007). Kinder- und Jugendpartizipation im wissenschaftlichen Diskurs. In K. F. Koopmann (Hrsg.), *Kinder- und Jugendbeteiligung in Deutschland: Entwicklungsstand und Handlungsansätze* (S. 19–38). Bertelsmann Stiftung.
- Garcia Delahaye, S. (dir.) (2018). *Politique de l'enfance et de la jeunesse. La place des enfants et des jeunes dans la définition de politiques publiques*. Éditions EESP.
- Gerodetti, J., Gerngross, M., Fuchs, M. & Heeg, R. (2023). *Leitfaden zur Entwicklung kommunaler Kinder- und Jugendpolitik. Konzeptentwicklung für Gemeinden und Städte*. Muttenz.
- Ischer, P. & Saas, C. (2019). *Partizipation in der Gesundheitsförderung*. Arbeitspapier 48. Gesundheitsförderung Schweiz.
- Müller de Menezes, R. & Chiapparini, E. (2021). «Wenn ihr mich fragt...» *Das Wissen und die Erfahrung von Betroffenen einbeziehen. Grundlagen und Schritte für die Beteiligung von betroffenen Personen in der Armutsprävention und -bekämpfung*. [www.gegenarmut.ch/fileadmin/kundendaten/Studien\\_NAP/NAPA\\_Praxisleitfaden\\_Beteiligung\\_DE\\_010721.pdf](http://www.gegenarmut.ch/fileadmin/kundendaten/Studien_NAP/NAPA_Praxisleitfaden_Beteiligung_DE_010721.pdf)
- Rieker, P., Mörgen, R., Schnitzer, A. & Stroezel, H. (2016). *Partizipation von Kindern und Jugendlichen. Formen, Bedingungen sowie Möglichkeiten der Mitwirkung und Mitbestimmung in der Schweiz*. Springer VS.
- Tironi, Y. (2022). Partizipation Jugendlicher in der Schweiz – Grundlagen, Bedingungen und Umsetzung. In M. Fuchs, J. Gerodetti & M. Gerngross (Eds.), *Offene Kinder- und Jugendarbeit in der Schweiz. Einblicke in Theorie, Konzepte, Empirie und Alltagspraxis* (S. 205–225). Springer VS.
- Weltgesundheitsorganisation (WHO) (1986). *Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung*. [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0006/129534/Ottawa\\_Charter\\_G.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf)

## Impressum

### Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

### Autorinnen und Autoren

- Manuel Fuchs, Wissenschaftlicher Mitarbeiter der Hochschule für Soziale Arbeit, Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW
- Julia Gerodetti, Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Hochschule für Soziale Arbeit, Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW
- Martina Gerngross, Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Hochschule für Soziale Arbeit, Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW
- Yuri Tironi, Professeur associé à la Haute école de travail social et de la santé Lausanne HETSL | HES-SO
- Marcus Casutt, Dachverband Offene Kinder- und Jugendarbeit
- Anja Nowacki, Gesundheitsförderung Schweiz

### Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

Anja Nowacki

### Redaktion

Ilona Hannich

### Zitierweise

Fuchs, M., Gerodetti, J., Gerngross, M., Tironi, Y., Casutt, M. & Nowacki, A. (2023). *Partizipation von Jugendlichen in Projekten der Gesundheitsförderung. Leitfaden*. Gesundheitsförderung Schweiz.

### Fotonachweis Titelbild

Adobe Stock

### Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz,  
Wankdorfallée 5, CH-3014 Bern,  
Tel. +41 31 350 04 04,  
[office.bern@promotionsante.ch](mailto:office.bern@promotionsante.ch),  
[www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch)

### Originaltext

Deutsch

### Bestellnummer

02.0490.DE 09.2023

Diese Publikation ist auch in französischer Sprache verfügbar (Bestellnummer 02.0490.FR 09.2023).

### Download PDF

[www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen](http://www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen)

© Gesundheitsförderung Schweiz, September 2023