



Beratungen und Analysen

Nussbaumweg 52, 3095 Spiegel bei Bern, www.b-und-a.ch

BÜRO FÜR ARBEITS- UND SOZIALPOLITISCHE STUDIEN BASS AG
KONSUMSTRASSE 20 · CH-3007 BERN · TEL +41 (0)31 380 60 80
INFO@BUEROBASS.CH · WWW.BUEROBASS.CH

BASS

Evaluation Bodytalk PEP

Schlussbericht

Im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz

Jolanda Jäggi, Theres Egger, Caroline Heusser und Kilian Künzi, Büro BASS

Dr. Désirée Stocker, B & A ///// Beratungen und Analysen

Bern, 22. September 2023

Impressum

Vertragsnummer	21.232
Laufzeit der Evaluation	6.12.2021–30.9.2023
Datenerhebungsperiode	1.1./1.6.2022–7.7.2023
Leitung des Projekts bei Gesundheitsförderung Schweiz	Dr. Sonja Kerr, Projektleitung Wirkungsmanagement
Kontakt	Gesundheitsförderung Schweiz Wankdorfallée 5, 3014 Bern
Zitiervorschlag	Jäggi, J., Stocker, D., Egger, T., Heusser, C., & Künzi, K. (2023). <i>Evaluation Bodytalk PEP</i> [Im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz]. Bern: Büro BASS / B & A.

Dank

Die vorliegende Evaluation hätte ohne die Unterstützung und Mitarbeit der Fachstelle PEP nicht realisiert werden können: Herzlichen Dank an Brigitte Rychen und Nicole Heuberger für die gute Zusammenarbeit sowie an die Workshop-Leitenden für ihre Beteiligung an den Datenerhebungen. Wir bedanken uns auch bei den Schulen und Lehrpersonen, welche den Jugendlichen die Teilnahme an den Online-Befragungen während der Unterrichtszeit ermöglicht haben, sowie bei allen Jugendlichen, Lehrpersonen und Fachleuten, die an unseren Erhebungen teilgenommen haben.

Bern, September 2023

Jolanda Jäggi und Désirée Stocker, Co-Projektleiterinnen

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	III
1 Einleitung	1
1.1 Zweck und Ziel der Evaluation	1
1.2 Methodisches Vorgehen	1
2 Bodytalk PEP: Angebot und Reichweite	4
2.1 Programmelemente und Zielsetzungen	4
2.2 Verbreitung und Nutzung des Angebots: Kennzahlen 2022	7
2.3 Kosten und Finanzierung	10
3 Umsetzung von Bodytalk Workshops an den Schulen	12
3.1 Themen	12
3.2 Unterrichtsetting und Einbettung an den Schulen	13
3.3 Vor- und Nachbereitung durch Lehrpersonen	14
3.4 Nutzung und Beurteilung der Materialien der Fachstelle PEP	15
3.5 Gesamtbeurteilung durch die Lehrpersonen	17
4 Wirkungen der Workshops bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen	18
4.1 Akzeptanz und Zweckmässigkeit der Intervention	19
4.2 Unmittelbare Wirkungen	22
4.3 Längerfristige Wirkungen	26
4.4 Einschätzung des Wirkungspotenzials durch Lehr- und Fachpersonen	29
5 Wirkungen bei Multiplikatorinnen und Multiplikatoren	31
6 Diskussion und Schlussfolgerungen	32
6.1 Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Programms	32
6.2 Fazit und Empfehlungen	36
Literaturverzeichnis	38
Anhang	40
A-1 Evaluationsfragestellungen	40
A-2 Datengrundlagen	41
A-3 Bodytalk-PEP Materialien	42
A-4 Ergänzende Befragungsergebnisse	43

Zusammenfassung

Einleitung

Das Angebot Bodytalk PEP hat zum Ziel, Jugendliche und junge Erwachsene in der Entwicklung eines positiven Körper- und Selbstwertgefühls zu unterstützen. Kernelement des Angebots ist ein Workshop, in dem die Teilnehmenden zu einer kritischen Auseinandersetzung mit gängigen Schönheits- und Leistungs-idealen angeregt und im offenen Gespräch rund um Aussehen, Gewicht, Essen, Bewegung, Gefühlen und Wohlbefinden zu einem selbstbewussten Umgang mit sich und dem eigenen Körper ermutigt werden. Ergänzend zu den Workshops beinhaltet das Angebot Bodytalk PEP auch Materialien zur Einbettung der Workshop-Themen in den Schulalltag sowie Veranstaltungen zur Sensibilisierung und Schulung von Multiplikator/innen (Lehrpersonen, Eltern, weitere Bezugspersonen).

Bodytalk PEP ist eines von zahlreichen Angeboten der Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah (PEP), welche von Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) im Rahmen der Projektförderung kantonale Aktionsprogramme (KAP) mitfinanziert werden. Mit der Projektförderung KAP stellt GFCH den Kantonen wirksame und bedarfsgerechte Projekte zur Verfügung, welche in die Umsetzung der insgesamt vier KAP-Module (Ernährung und Bewegung sowie psychische Gesundheit für Kinder, Jugendliche und ältere Menschen) integriert werden können. Die finanzielle Unterstützung von Projekten durch GFCH ist an die Bedingung geknüpft, dass für Schlüsselaspekte der entsprechenden Angebote eine Wirkungsevaluation durchgeführt wird. Vor diesem Hintergrund hat GFCH eine externe Evaluation in Auftrag gegeben, um das Wirkungspotenzial des Angebots Bodytalk PEP zu überprüfen.

Zweck der Evaluation ist es, die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit der Bodytalk-Massnahmen zu analysieren und Grundlagen für die Weiterentwicklung und Optimierung des Angebots Bodytalk PEP bereitzustellen. Darüber hinaus sollen die Resultate auch den Kantonen dienen, um über die Integration des Angebots in die KAP zu entscheiden.

Evaluationsdesign

Die Evaluation stützt sich auf folgende Datengrundlagen:

- Online-Befragung der Jugendlichen (T1 unmittelbar nach dem Workshop, T2 ca. 3 Monate später) für alle Workshops im Zeitraum Juni–Dezember 2022

- Online-Befragung der Lehrpersonen (alle Workshops im Zeitraum Juni–Dezember 2022)
- Feedbackformular der Workshop-Leitenden (alle Workshops im Zeitraum Juni–Dez. 2022)
- Kennzahlen zum Angebot Bodytalk PEP für das Jahr 2022; Jahresberichte und -rechnungen für die Jahre 2019–2022
- Vertiefungsworkshop bzw. -gespräche mit Nutzenden, Programmbeteiligten, KAP-Verantwortlichen und Fachpersonen.

2022 wurden 125 Workshops Bodytalk PEP durchgeführt, mit insgesamt gut 2000 Teilnehmenden. Von den 74 Workshops, die zwischen Juni und Dezember 2022 stattgefunden haben, liegen je nach Zielgruppe Befragungsdaten zu 42 bis 67 Workshops vor. Von den Jugendlichen haben sich 831 an der ersten Befragung (T1: Rücklauf 74%) und 619 an der Nachbefragung beteiligt (T2: Rücklauf 55%).

Resultate

Akzeptanz und Zweckmässigkeit

Die Workshops werden von einer grossen Mehrheit der Jugendlichen positiv aufgenommen, sie können inhaltlich gut folgen und lassen sich auf die besprochenen Themen ein. In der Gesamtbeurteilung vergibt ein Drittel der befragten Jugendlichen die maximale Punktzahl (5 Sterne), im Mittel wird der Workshop mit 3.8 Sternen bewertet. Knapp 75% würden ihren Freundinnen und Freunden den Workshop weiterempfehlen.

Die befragten Lehrpersonen sind mehrheitlich der Ansicht, dass die Bodytalk-Workshops einen Themenkomplex aufgreifen, der die Jugendlichen beschäftigt, und dass sie zielgruppengerecht und zweckmässig ausgestaltet sind (Zustimmungswerte von jeweils rund 80%).

Wirkungen auf Jugendliche

Bei einem grossen Anteil der Befragten erzielt der Workshop einen Sensibilisierungseffekt. So wird den Jugendlichen beispielweise klarer, dass Essen und Bewegung mit ihren Gefühlen zusammenhängen (39%), dass die eigenen Vorstellungen von Schönheit gesellschaftlich geprägt sind (35%) oder wie wichtig es ist, sich gegenseitig so zu akzeptieren, wie man ist (40%). Ebenfalls gegen 40% der Jugendlichen geben an, dass sie aufgrund des Workshops motiviert sind, etwas zu verändern oder auf bestimmte Dinge mehr zu achten. Für gut ein Viertel der Jugendlichen sind die Lerninhalte der Bodytalk-Workshops bereits bekannt.

Die Wirkungen der Workshops sind auch längerfristig erkennbar. Drei Monate nach dem Workshop berichtet gut ein Viertel der Jugendlichen, dass sie im Alltag öfter wahrnehmen, wie

Essen, Bewegung und Gefühle zusammenhängen, oder dass sie kritischer geworden sind gegenüber den (Selbst-Darstellungen) von Personen in den (sozialen) Medien. 34% schenken ihren Gefühlen mehr Aufmerksamkeit und 37% gelingt es besser, sich gegenüber Kommentaren zu ihrem Aussehen abzugrenzen. Bei einem substantiellen Anteil der Jugendlichen (bis zu 53%) wirkt sich der Workshop nachhaltig auf die Selbstwahrnehmung aus: Sie sind sich ihrer positiven Eigenschaften und Fähigkeiten stärker bewusst, pflegen einen freundlicheren Umgang mit sich selber und können sich (und andere) besser so akzeptieren, wie sie sind.

Vertiefungsanalysen zeigen, dass die Workshops vor allem bei denjenigen Jugendlichen etwas auslösen, die selber Schwierigkeiten haben mit Körperbild / Selbstakzeptanz. Zu dieser Gruppe gehören häufiger Mädchen und junge Frauen. Insgesamt sind es auch eher weibliche Jugendliche sowie die jüngeren Teilnehmenden (unter 15 Jahren), bei denen die Workshops kurz- und längerfristig etwas bewirken.

Aus Sicht der befragten Fachpersonen sind die Befragungsergebnisse und damit der Wirkungsgrad der Workshops positiv zu bewerten. Mit den Workshops gelingt es, trotz einer hohen Präsenz dieser Thematik unter Jugendlichen eine zusätzliche Sensibilisierung zu erzielen und sie zu Veränderungen zu motivieren. Auch die dokumentierten längerfristigen Wirkungen werden von den befragten Fachpersonen als gutes Resultat eingeschätzt.

Einbettung der Workshops

In vielen Schulen werden regelmässig Bodytalk-Workshops durchgeführt und/oder ist Bodytalk PEP Bestandteil des schulischen Präventionskonzepts. Bei rund 75% der Workshops findet eine Vor- und/ oder Nachbereitung im Unterricht statt. Dabei nutzen die befragten Lehrpersonen häufiger eigene Materialien als diejenigen der Fachstelle PEP. Letztere sind den Lehrpersonen teilweise nicht bekannt; daneben spielt u.a. auch Zeitmangel, sich mit den Begleitmaterialien auseinanderzusetzen, eine Rolle. Diejenigen Lehrpersonen, welche mit den Materialien der Fachstelle PEP arbeiten, sind damit insgesamt jedoch sehr zufrieden.

Basierend auf den verfügbaren Datengrundlagen (Nutzungsdaten, Befragungsergebnisse) lassen sich keine eindeutigen Schlüsse ziehen, welche Bedeutung die Begleitmaterialien für die Umsetzung der Workshops haben. Auch hat sich die Einbettung der Workshops im Unterricht in den statistischen Analysen nicht als bedeutender Einflussfaktor auf die Nachhaltigkeit der Intervention erwiesen. Sowohl in der internationalen Forschungsliteratur als auch in der Einschätzung der befragten Fachpersonen wird

jedoch deutlich, dass die Vor- und Nachbereitung der Workshops bzw. das wiederholte Aufgreifen der Kernthemen rund um Körperbild, Selbstwert und Emotionsregulation eine zentrale Voraussetzung sind, um nachhaltige Wirkungen auf die Entwicklung eines gesunden Körper- und Selbstwertgefühls zu erzielen.

Wirkungsebene Multiplikator/innen

Lehrpersonen und weitere Multiplikator/innen werden primär über die Teilnahme an Bodytalk-Workshops und die (allfällige) Nutzung der Materialien erreicht. Die übrigen Angebote (Schulungen, Weiterbildungen für Lehrpersonen; Veranstaltungen für Eltern) werden nur vereinzelt nachgefragt. Die im Evaluationszeitraum durchgeführten Aktivitäten richteten sich grösstenteils an künftige Multiplikator/innen (Lehrpersonen in Ausbildung sowie angehende Fachpersonen Betreuung).

Alles in allem sind 80% der befragten Lehrpersonen mit dem Angebot des Workshops Bodytalk PEP (Vorbereitung, Durchführung, Begleitmaterialien, Beratung etc.) zufrieden. Die Befragung der zuständigen Lehrpersonen zeigt, dass es mit der Beteiligung am Workshop (Teilnahme und/oder Einbettung in den Unterricht) gelingt, wichtige Wirkungsziele auf Ebene Multiplikator/innen zu erreichen (Vermittlung der Bodytalk-Haltung: dialogisches Arbeiten, Vielfalt akzeptieren, nicht urteilen). Etwas weniger bedeutsam eingeschätzt wird der Beitrag des Workshops zur Befähigung der Lehrpersonen, mit Jugendlichen über Bodytalk-Themen zu sprechen und die Entwicklung eines positiven körperbezogenen Selbstwerts zu unterstützen.

Fazit und Empfehlungen

Bodytalk PEP adressiert mit den Themen Körperbild, Selbstwertgefühl und Emotionsregulation wichtige Risiko- und Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit im Jugendalter. Die Themen sind seit längerem aktuell und die Erfahrungen der Pandemie haben das Bewusstsein für die besonderen Vulnerabilitäten junger Menschen und für die Bedeutung präventiver Angebote in diesem Bereich zusätzlich geschärft. Mit der hohen Akzeptanz des Workshops Bodytalk PEP bei den Zielgruppen sind die Voraussetzungen für die Wirkungsentfaltung des Angebots gegeben. Der Wirkungsgrad des Workshops als einmalige Intervention wird bereits sehr gut ausgeschöpft. Vor dem Hintergrund der Wirkung im Bereich der Sensibilisierung wird empfohlen, das Angebot aufrechtzuerhalten und möglichst vielen Jugendlichen den Zugang zu den Workshops zu ermöglichen.

In gewissen Punkten sind allerdings Optimierungen denkbar. Anregungen für die Weiterentwicklung des Angebots betreffen (1) die

inhaltliche Aktualisierung der Workshop-Module und Materialien im Hinblick auf aktuelle Trends und Themen, (2) die stärkere Einbindung der Jugendlichen im Workshop sowie die partizipative Weiterentwicklung des Angebots um sicherzustellen, dass die (heterogene) Zielgruppen ihren Lebensrealitäten möglichst gut abgeholt werden und (3) die Förderung der Vor- und Nachbereitung der Workshops.

Auf der Verhältnisebene (schulisches und familiäres Umfeld) scheint noch Entwicklungspotenzial zu liegen, um die nachhaltige Wirkungsentfaltung der Workshops zu begünstigen. Wie die Angebote für Multiplikator/innen bekanntgemacht und verbreitet werden und welche Wirkungen sie entfalten, stand nicht im Fokus der vorliegenden Evaluation. Für die Weiterentwicklung von Bodytalk PEP wird dennoch empfohlen zu klären, welchen Stellenwert die Verhältnisebene innerhalb des Gesamtangebots künftig einnehmen soll.

1 Einleitung

Das Angebot Bodytalk PEP der Fachstelle PEP (Prävention Essstörungen Praxisnah¹) hat zum Ziel, Jugendliche und junge Erwachsene in der Entwicklung eines positiven Körper- und Selbstwertgefühls zu unterstützen. Kernelement des Angebots ist ein von Fachpersonen angeleiteter Workshop (à 2 Lektionen / 90 Minuten), in dem die Teilnehmenden zu einer kritischen Auseinandersetzung mit gängigen Schönheits- und Leistungsidealen angeregt und im offenen Gespräch rund um Aussehen, Gewicht, Essen, Bewegung, Gefühlen und Wohlbefinden zu einem selbstbewussten Umgang mit sich und dem eigenen Körper ermutigt werden. Um ein positives Körperbild nachhaltig zu fördern, werden den Lehrpersonen für die Einbettung der Workshop-Themen in den Schulalltag Bodytalk-PEP-Materialien zur Verfügung gestellt. Ergänzend dazu werden Schulungen und Veranstaltungen für Bezugspersonen (Eltern, Lehrkräfte, weitere Multiplikator/innen in der Lebenswelt der Jugendlichen) angeboten, um diese für die Themen des Workshops zu sensibilisieren und aufzuzeigen, wie sie die Entwicklung gesundheitsförderlicher Lebenskompetenzen und eines positiven Körperbilds unterstützen können.

Bodytalk PEP ist eines von zahlreichen Angeboten der Fachstelle PEP, welche von Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) im Rahmen der Projektförderung kantonale Aktionsprogramme (KAP) mitfinanziert werden.² Mit der Projektförderung KAP stellt GFCH den Kantonen wirksame und bedarfsgerechte Projekte zur Verfügung, welche in die Umsetzung der insgesamt vier KAP-Module (Ernährung und Bewegung sowie psychische Gesundheit für Kinder, Jugendliche und ältere Menschen) integriert werden können. Die finanzielle Unterstützung von Projekten durch GFCH ist an die Bedingung geknüpft, dass für Schlüsselaspekte der entsprechenden Angebote eine Wirkungsevaluation durchgeführt wird. Vor diesem Hintergrund hat GFCH eine externe Evaluation in Auftrag gegeben, um das Wirkungspotenzial des Angebots Bodytalk PEP zu überprüfen.

1.1 Zweck und Ziel der Evaluation

Gut 10 Jahre nach der ersten Evaluation von Bodytalk PEP (Bolliger Salzmann & Abel, 2012) sollen die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Angebots Bodytalk PEP erneut überprüft und Grundlagen für die Weiterentwicklung des Angebots bereitgestellt werden. In zweiter Linie sollen die Evaluationsresultate auch den Kantonen dienen, um über die Integration des Angebots Bodytalk PEP in die KAP zu entscheiden. Ziel der Evaluation ist es, die Ausgestaltung des Angebots und die Umsetzung der Bodytalk-Massnahmen zu beschreiben, die Wirkungen des Angebots bei den Jugendlichen und bei Multiplikator/innen zu dokumentieren sowie das Wirkungspotenzial bzw. die Faktoren und Rahmenbedingungen für eine nachhaltige Wirkungsentfaltung aufzuzeigen. Die dazugehörigen Evaluationsfragestellungen sind im Anhang A-1 aufgeführt.

1.2 Methodisches Vorgehen

Als Orientierungsrahmen für die Evaluation wurde basierend auf Dokumentenanalysen (u.a. Jahresberichte, Konzeptpapiere, Leistungsvereinbarungen) und einem Workshop mit den Programmverantwortlichen und GFCH ein **Wirkungsmodell** erarbeitet, welches die Elemente und die Wirkungslogik des Angebots Bodytalk PEP visualisiert (siehe nachfolgend Kap. 2.1). Zur Beantwortung der Evaluationsfragestellungen wurden verschiedene Datenerhebungen und -analysen durchgeführt, welche in

¹ Langversion: Prävention und Gesundheitsförderung, Essen, Emotionen und Umgang mit Körper, Praxisnah.

² Im Bereich «Angebotsförderung» steht die langfristige, überregionale oder nationale Koordination und Qualitätsentwicklung von bereits etablierten und wirksamen Interventionen im Vordergrund.

Tabelle 1 in der Übersicht dargestellt sind (detaillierte Angaben zu den Datengrundlagen finden sich im Anhang A-2).

Datengrundlagen

Um die Resonanz und die Wirkungen von Bodytalk PEP auf die Zielgruppen zu erfassen, wurde bei sämtlichen Workshops, die zwischen Juni und Dezember 2022 stattfanden, eine Online-Befragung der teilnehmenden Jugendlichen sowie der zuständigen Lehrpersonen (bzw. Schulleiter/innen, Schulsozialarbeitenden oder anderen Multiplikator/innen, welche den Workshop gebucht und/oder selber daran teilgenommen haben) durchgeführt, sowie Angaben aus den Online-Feedbackformularen der Workshop-Leitenden ausgewertet. Um mittelfristige Wirkungen von Bodytalk PEP bei den Jugendlichen nachzuzeichnen, wurden zwei Befragungswellen durchgeführt: eine erste gleich direkt im Anschluss an den Workshop und eine zweite rund drei Monate später. Von den 74 Workshops, die zwischen Juni und Dezember 2022 stattgefunden haben, liegen je nach Befragungszielgruppe Angaben zu 42 bis 67 Workshops vor (für weitere Informationen zum Rücklauf und den Datengrundlagen vgl. Anhang A-2).

Ergänzend zu den eigenen Datenerhebungen wurden für das Jahr 2022 bestehende Kennzahlen und Informationen zur Umsetzung der verschiedenen Elemente des Angebots Bodytalk PEP (nebst Workshops u.a. auch Veranstaltungen für Eltern) analysiert. Nach Abschluss der Datenanalysen wurden die Ergebnisse mit Nutzer/innen, Programmbeteiligten, KAP-Verantwortlichen und Fachpersonen diskutiert und Bilanz gezogen (Vertiefungsworkshop und -gespräche).

Tabelle 1: Überblick über die Datenerhebungen im Rahmen der Evaluation Bodytalk PEP

Datengrundlage	Inhalt	Zeitraum	Fallzahl
Datenerhebungen			
Online-Befragung Jugendliche			
- 1. Befragung im Anschluss an den Workshop (T1)	Strukturvariablen (Alter, Geschlecht etc.), persönlicher Bezug zu Bodytalk-Themen, Akzeptanz / Beurteilung des Workshops, Wirkungen auf Ebene Wissen / Einstellung	Juni – Dez. 22	59 Workshops, 831 Antworten
- 2. Befragung ca. 3 Monate nach dem Workshop (T2)	Strukturvariablen (Alter, Geschlecht etc.), persönlicher Bezug zu Bodytalk-Themen, persönlicher Bezug zu Bodytalk-Themen, Erinnerung an den Workshop, wahrgenommene Veränderungen seit dem Workshop	Sept. 22 – März 23	48 Workshops, 619 Antworten
Online-Befragung Lehrpersonen	Einbettung des Workshops, Nutzung / Beurteilung der Bodytalk-Materialien, Relevanz und Wirkungen auf Jugendliche, Wirkungen auf Lehrperson	Juni – Dez. 22	42 Workshops, 54 Antworten
Feedbackformular Workshop-Leitende*	Behandelte Themen; Einschätzung der Resonanz bei Jugendlichen	Juni – Dez. 22	67 Workshops, 67 Antworten
Vertiefungsworkshop und -gespräche mit Nutzenden, Beteiligten und Fachpersonen	Wirkungspotenzial / Faktoren für eine nachhaltige Wirkungsentfaltung des Angebots	Juni / Juli 23	7 Personen
Kennzahlen zum Angebot Bodytalk PEP			
Planungsliste der Fachstelle PEP*	Angaben zu Ort, Setting und Teilnehmenden der Veranstaltungen des Angebots Bodytalk PEP	2022	146 Veranstaltungen
Liste Materialvertrieb	Bei der Fachstelle PEP bestellte Materialien	2022	15 Personen, 1387 Artikel
Jahresrechnungen und Jahresberichte der Fachstelle PEP	Effektiver Aufwand Bodytalk PEP pro Jahr, Anzahl Workshops, Anzahl Teilnehmende	2019–2022	4 Jahre

* Bestehende Instrumente der Fachstelle PEP, welche im Hinblick auf die Evaluation ergänzt / überarbeitet wurden
Quelle: Darstellung BASS / B & A

Datenauswertungen

Um die Daten der verschiedenen Erhebungen (Befragung Jugendliche und Lehrpersonen, Feedbackformulare Workshop-Leitende) untereinander und mit Strukturdaten zu den Workshops (z.B. Angaben zur Schulstufe, Anzahl / Geschlecht der Teilnehmenden) verknüpfen zu können, wurden die

Workshops mit einer eindeutigen Identifikationsnummer versehen. Zur Beantwortung der Evaluationsfragen hinsichtlich der Resonanz und Wirkungen der Workshops bei Jugendlichen wurden multivariate Regressionsanalysen durchgeführt, um den Einfluss von Geschlecht, Alter (12–14 vs. 15 J. und älter), Schulstufe (Sekundarstufe I vs. Gymnasium / Berufs- und Mittelschulen (HMS, FMS) / berufsvorbereitende Schule)³, der «Betroffenheit» von Bodytalk-Themen⁴ sowie der Einbettung der Workshops im Unterricht⁵ zu untersuchen. Dazu wurden die interessierenden Antwortkategorien der verwendeten 5-er-Likert-Skalen zusammengefasst (z.B. die Items «ja» / «eher ja») und geprüft, inwiefern sich die einzelnen Faktoren auf die Wahrscheinlichkeit auswirken, dass diese Antworten ausgewählt wurden. In der Ergebnisdarstellung werden nur signifikante Zusammenhänge aufgeführt.

Fokus und Grenzen der Evaluation

Die Evaluation konzentriert sich auf die Analyse der Umsetzung und Einbettung sowie die Resonanz und Wirkungen der Workshops auf Jugendliche. Angesichts der zahlreichen Einflussfaktoren auf die Entwicklung des Körperbildes und des Selbstwertgefühls ist es allerdings nicht möglich, den direkten empirischen Wirkungsnachweis einer Intervention wie Bodytalk PEP zu erbringen. Das im Bericht identifizierte Wirkungspotenzial basiert primär auf Beobachtungen und Einschätzungen der Jugendlichen selbst sowie der Lehrpersonen und Workshop-Leitenden. Im Hinblick auf die Weiterentwicklung des Angebots stand vor allem die Frage im Zentrum, welche Umsetzungsstrukturen und Rahmenbedingungen geeignet sind, um das Wirkungspotenzial des Angebots auszuschöpfen.

Informationen zu den Wirkungen des Angebots auf Multiplikator/innen beschränken sich auf die zuständigen Lehrpersonen, welche im Erhebungszeitraum an Bodytalk PEP Workshops teilgenommen haben. Inwiefern die Wirkungsziele bei weiteren Gruppen von Multiplikator/innen erreicht werden (z.B. Fachpersonen aus den Bereichen Gesundheitsförderung und Prävention, Jugendarbeit, Sozialpädagogik; Lehrpersonen, welche die Materialien nutzen, aber keinen Workshop organisieren), lässt sich im Rahmen der Evaluation nicht beurteilen. Auch Veranstaltungen für Eltern sowie Schulungen / Kurse für Lernende und Studierende (als «künftige» Multiplikator/innen) werden nicht hinsichtlich ihrer Wirkungen untersucht.

Nicht Gegenstand der Evaluation sind Massnahmen zur Qualitätssicherung und Verbreitung des Angebots sowie die Programmbedingungen (Organisation / Aufgabenteilung der Programmbeteiligten, Umsetzung und Verankerung von Bodytalk PEP in den Kantonen), welche die Reichweite und das Wirkungspotenzial des Angebots Bodytalk PEP ebenfalls massgeblich beeinflussen.

³ Die Gruppenunterschiede bei den Schulstufen sind weniger trennscharf als bei den Dimensionen Geschlecht und Alter. So sind Jugendliche in der Sekundarstufe I tendenziell zwar jünger als an den Berufs- und Mittelschulen, die Altersspanne reicht jedoch von 12 bis 18 Jahren. Gleichzeitig gibt es Gymnasien, welche in gewissen Kantonen bereits ab der 7. Klasse beginnen. Hier gibt es gewisse Überschneidungen zur Sekundarstufe I, welche im Gegensatz zu den Gymnasien jedoch hinsichtlich der Leistungsniveaus heterogen zusammengesetzt ist.

⁴ Siehe dazu Abbildung 11 in Kap. 4 sowie Abbildung 28 in Anhang A-4. Als «betroffen» eingestuft wurde, wer bei mindestens einem Item (Körperbild, Zufriedenheit mit sich selber, Selbstakzeptanz) eine eher oder klar negative Einschätzung von sich selber gegeben hat.

⁵ Siehe dazu Abbildung 4 in Kap. 3.3. Als «eingebettet» eingestuft wurden Workshops, in denen gemäss Angabe der Lehrperson mindestens eine Form der Vorbereitung im Unterricht stattfand (es wurden jeweils 2 Versionen getestet, einmal mit und einmal ohne Items «Vorinformation der Jugendlichen» / «Vorinformation der Eltern») und/oder mindestens eine Form der Nachbereitung geplant war. Die Bedeutung dieses Einflussfaktors wurde primär für die längerfristigen Wirkungen geprüft.

2 Bodytalk PEP: Angebot und Reichweite

Das Angebot Bodytalk PEP will zu einer Welt beitragen, in der Jugendliche ein positives Körperbild und Selbstwertgefühl sowie gesundheitsförderliche Lebenskompetenzen entwickeln können, welche sie in ihrer psychischen Gesundheit stärken. Zielgruppen von Bodytalk PEP sind Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 13 bis 20 Jahren sowie Multiplikator/innen (Lehrpersonen sowie Fachpersonen aus den Bereichen Sozialpädagogik, Schulsozialarbeit, Therapie, Gesundheitsförderung / Prävention und Jugendarbeit). Das Angebot zielt primär auf die Verhaltensprävention, umfasst aber auch Aspekte der Verhältnisprävention, indem über die Sensibilisierung und Schulung der Multiplikator/innen, Eltern und Bezugspersonen auf die Lebenswelt der Jugendlichen Einfluss genommen wird.

2.1 Programmelemente und Zielsetzungen

Die nachfolgenden Erläuterungen ergänzen die im Wirkungsmodell visualisierten Elemente des Angebots Bodytalk PEP (vgl. **Abbildung 1** auf S. 6).

2.1.1 Programmbedingungen

Die Fachstelle PEP (Trägerschaft: Verein PEP) entwickelt und multipliziert gesundheitsfördernde Angebote zu positivem Körper- und Selbstbild, ausgewogenem Essverhalten, Lebenskompetenzen und Emotionsregulation für verschiedene Altersgruppen (nebst Bodytalk PEP u.a. auch Bodytalk PEP Junior für 8–12-Jährige oder Papperla PEP für 4–8-Jährige). Zu den Angeboten und Leistungen gehören auch niederschwellige Beratung für Menschen mit Essverhaltensproblemen und -störungen sowie Vernetzungs-, Sensibilisierungs- und Informationstätigkeiten zu Essverhaltensstörungen, Adipositas, Muskel- und Fitnesssucht bzw. Körperbild (u.a. Mandat Healthy Body Image HBI). Die Fachstelle PEP ist am Inselspital Bern angegliedert und wird finanziell vom Kanton Bern sowie von GFCH im Rahmen der Angebotsförderung unterstützt; die Angebote werden von GFCH, von Kantonen und anderen Trägerschaften finanziert. Anzumerken ist, dass die Fachstelle PEP in den vergangenen Jahren stetig gewachsen ist (neue und weiterentwickelte Angebote, mehr Mitarbeitende, steigende Nachfrage). Die Ausdifferenzierung der Angebote bzw. die Zuordnung der verschiedenen Aktivitäten zu den einzelnen Angeboten ist aus historischen Gründen nicht immer ganz trennscharf möglich. Im Rahmen des laufenden Organisations- und Strategieentwicklungsprozess der Fachstelle PEP wurden beim Angebot Bodytalk PEP Anpassungen bei der Administration und der Qualitätssicherung vorgenommen und ins Wissensmanagement investiert; die inhaltliche Weiterentwicklung wurde im Hinblick auf die vorliegende Evaluation bislang zurückgestellt (vgl. Jahresberichte des Vereins PEP, 2018 u. 2022).

Das Angebot Bodytalk PEP besteht seit 2005. Das Team Bodytalk PEP umfasst aktuell 12 Fachpersonen (inkl. 2 Personen, die innerhalb der Fachstelle PEP die strategische und operative Angebotsleitung verantworten), welche die Workshops nebenberuflich auf Mandatsbasis umsetzen. Bodytalk PEP ist in 7 Deutschschweizer Kantonen Bestandteil der KAP,⁶ seit Langem besteht auch ein Kooperationsvertrag mit der Firma Dove für die Mitfinanzierung von Workshops, Schulungen / Weiterbildungen sowie den Materialvertrieb für das Dove-Projekt für mehr Selbstwertgefühl⁷ (für detailliertere Angaben zu Kosten und Finanzierung von Bodytalk PEP siehe Kap. 2.3). Die Verbreitung des Angebots erfolgt seitens der Fachstelle PEP primär über die Kontaktpflege mit bisherigen Veranstaltern und die Bereitstellung von Informationen (u.a. Website, Newsletter). Kantone, welche Bodytalk PEP in ihre KAP

⁶ Auf der Bodytalk-Website unter Multiplikation / Kooperationen genannt werden BE, BS, LU, SG, SH, SO und ZH. <https://www.pepinfo.ch/de/angebote-pep/bodytalk-pep.php> (Stand: 13.04.2023).

⁷ Bodytalk PEP beruht teilweise auf Inhalten des Dove Projekts für mehr Selbstwertgefühl bzw. ist eine Adaptation der von Dove entwickelten Workshops.

aufgenommen haben, stellen der (Fach-)Öffentlichkeit Informationen zu sämtlichen vom Kanton unterstützten Angeboten zur Verfügung. Details der vorhandenen Verbreitungsmassnahmen wurden im Rahmen der Evaluation nicht systematisch untersucht.

2.1.2 Angebote und Aktivitäten

Im Wirkungsmodell werden drei Programmelemente unterschieden: (1) Kernelemente des Angebots Bodytalk PEP (blaue und grüne Kästchen im Wirkungsmodell), (2) PEP-Angebote, bei denen Elemente und Inhalte von Bodytalk PEP aufgegriffen werden, sowie (3) Hilfsaktivitäten zur Qualitätssicherung und Verbreitung des Angebots.

Kernelemente

■ **Bodytalk-PEP-Workshops**, welche die Jugendlichen mit kombinierbaren Übungen zum offenen Gespräch und zur kritischen Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, gängigen Schönheits- und Leistungsnormen und Medien anregen. Zentral dabei ist die Methodik des dialogischen Arbeitens und die damit verbundene Haltung, dass Ansichten, Meinungen und Aussagen nicht bewertet werden.

■ **Bodytalk-PEP-Materialien** für Schulen, Lehrpersonen und weitere Multiplikator/innen, welche zur Vor- und Nachbereitung der Bodytalk-PEP-Workshops sowie als Grundlage für die Umsetzung eigener Massnahmen oder Unterrichtseinheiten eingesetzt werden können (Bodytalk-PEP-Bausteine, Kartenset «Fühl dich Wohl», inkl. dazugehörige Arbeitsblätter). Die Kampagne «Vergiss nia» ist ein Gesamtpaket an Materialien (Poster, Interventionen, Arbeitsunterlagen) und Workshops (Intro-Workshop, Bodytalk-PEP-Workshop) für Schulen, um über längere Zeit eine vertiefte Auseinandersetzung der Jugendlichen mit sich und dem eigenen Körper zu fördern. Die Materialien stehen (mit wenigen Ausnahmen) auf der Website der Fachstelle PEP zum kostenlosen Download zur Verfügung. Für einen Kurzbeschrieb der Materialien siehe Anhang A-3.

■ **Weiterbildungen und Schulungen** für Multiplikator/innen (Fachpersonen und Studierende aus den Bereichen (Sozial-)Pädagogik, Prävention und Gesundheitsförderung), um die Inhalte, Methodik und Materialien des Angebots Bodytalk PEP zu vertiefen.

Angebote der Fachstelle PEP mit Bodytalk-Elementen / Inhalten

■ **Klasseninterventionen** in Schulklassen mit Betroffenen von Essstörungen (Beantworten von Fragen der Schüler/innen, Unterstützung der Jugendlichen, Lehrpersonen und Schulsozialarbeitenden im Umgang mit den Betroffenen bzw. der Situation)⁸. Parallelen zu Bodytalk PEP bestehen v.a. hinsichtlich der Haltung und Methodik.

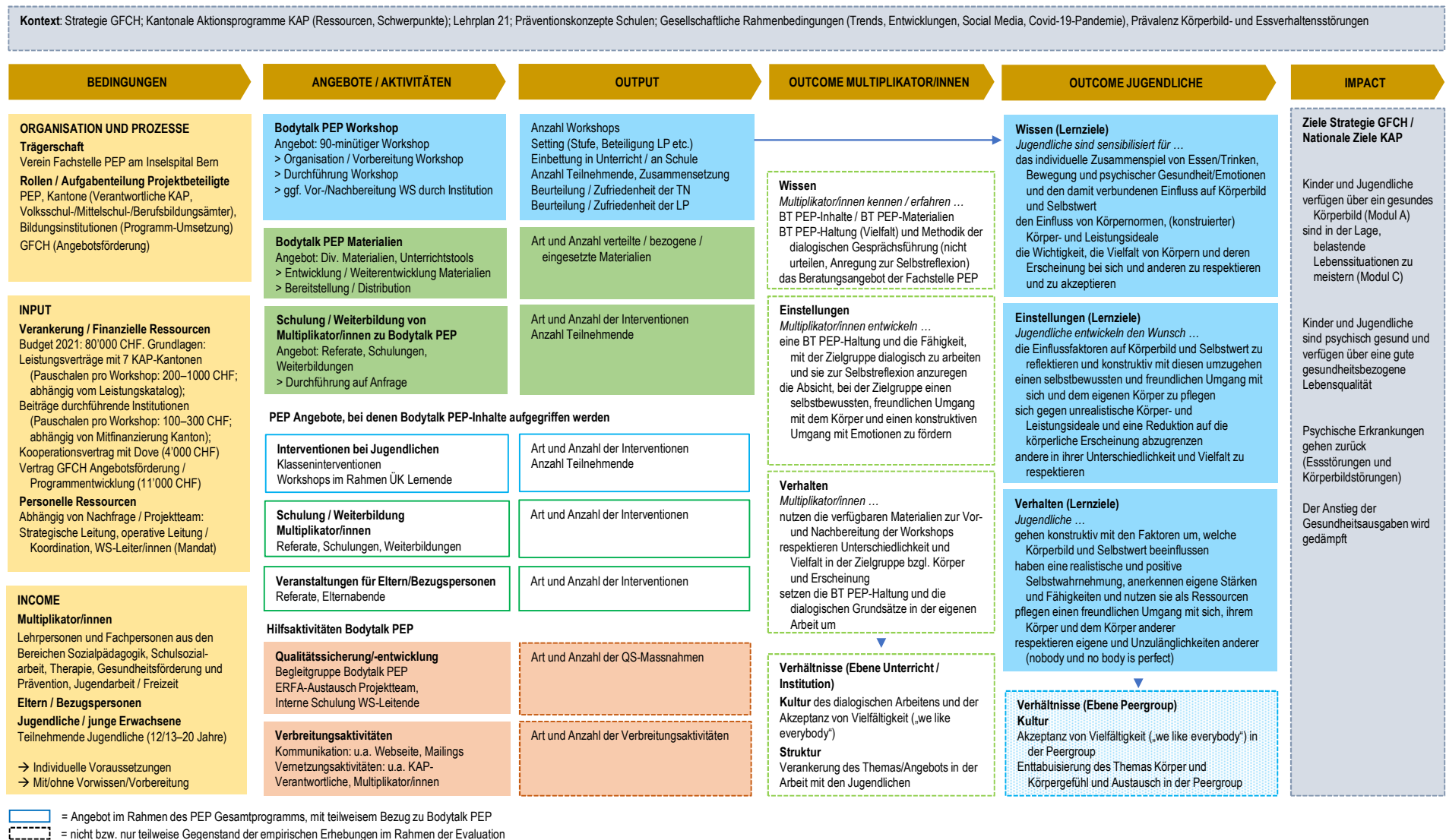
■ **Überbetriebliche Kurse** (ÜK) für angehende Fachpersonen Kinderbetreuung: In den durch PEP umgesetzten Modulen werden Elemente aus Bodytalk PEP eingesetzt (u.a. Haltung, Methodik, Anleitung zur Selbstreflexion, Zusammenhänge zur psychischen Gesundheit). Die Lernenden gehören als junge Erwachsene teilweise noch zur Zielgruppe von Bodytalk PEP, werden aber auch in ihrer Rolle als künftig Multiplikator/innen angesprochen.

■ **Veranstaltungen für Multiplikator/innen**: Referate, Fragestunden und Workshops zu den Themen Körperbild / Essstörungen, in denen Elemente (Haltung, Methodik, Inhalte) aus Bodytalk einfließen und das Workshop-Angebot vorgestellt wird.

■ **Veranstaltungen für Eltern und Bezugspersonen** mit Fokus auf die Frage, wie Jugendliche bei der Entwicklung eines positiven Körperbilds unterstützt werden können.

⁸ Bodytalk-Workshops werden in der Regel nicht durchgeführt, wenn bekannt ist, dass unter den Teilnehmenden jemand von einer Essverhaltensstörung betroffen ist.

Abbildung 1: Wirkungsmodell zum Angebot Bodytalk PEP



Quellen: Projektunterlagen und Informationen PEP; Darstellung BASS / B & A

Hilfsaktivitäten

Zu den Hilfsaktivitäten gehören Massnahmen zur Qualitätssicherung und -entwicklung (u.a. interne Weiterbildungen, Erfahrungsaustausch, Angebotsentwicklung) sowie Verbreitungsaktivitäten (u.a. Bereitstellung / Aktualisierung von Inhalten auf der Website der Fachstelle PEP, Kontaktpflege zu KAP-Verantwortlichen und bisherigen Veranstaltern). Dazu ist anzumerken, dass die Fachstelle PEP über die Bekanntmachung der Angebote via Website, Newsletter, Informationsveranstaltungen und KAP hinaus bislang keine Verbreitungs- bzw. Promotionsmassnahmen umsetzt.

2.1.3 Zielsetzungen und Wirkungsannahmen

Das Programm Bodytalk PEP zielt über mehrere Stufen auf die Stärkung des positiven Körper- und Selbstwertgefühls, der Fähigkeiten zur Emotionsregulation und der Resilienz von Jugendlichen zur Vermeidung von Essverhaltens- und Körperbildstörungen. Voraussetzung für die Wirkungsentfaltung ist die Akzeptanz der Zielgruppen für die im Rahmen des Programms gebotenen Anregungen, Denkanstösse und Informationen. Die mit den einzelnen Massnahmen bei den Jugendlichen und den Multiplikator/innen unmittelbar angestrebten Wirkungen sind auf der Ebene von Wissen und Einstellungen bzw. der Sensibilisierung anzusiedeln. Mittelbare und längerfristig angestrebte Wirkungen betreffen das Verhalten und die Verhältnisse (Verankerung von und Umgang mit Bodytalk-Themen an den Schulen und in der Peergruppe). Indirekt soll Bodytalk PEP damit einen Beitrag zur Erreichung der nationalen KAP-Ziele bzw. zur Entwicklung eines gesunden Körperbilds sowie zur Stärkung der psychischen Gesundheit bei jungen Menschen leisten.

2.1.4 Kontextfaktoren und Rahmenbedingungen

Umsetzung und Wirkungen des Angebots Bodytalk PEP werden auch von Kontextfaktoren und Rahmenbedingungen ausserhalb der Programmstrukturen beeinflusst. Zu nennen sind in diesem Zusammenhang u.a. die Prävalenz von Körperbild- und Essverhaltensstörungen in der Gesellschaft bzw. das gesellschaftliche Bewusstsein für diese Problematik. Aktuelle Daten aus der Schweiz zeigen, dass 13% der Bevölkerung Symptome einer Essstörung aufweist, wobei jüngere Personen und Frauen stärker betroffen sind. Nahezu ein Drittel der jungen Frauen (15–24 J.) berichtet von Symptomen einer Essstörung, bei Männern derselben Altersgruppe sind es rund 17% (Peter et al., 2023). Zu ähnlichen Ergebnissen kommt auch das Forschungsprojekt i-BEAT⁹ der Universität Fribourg, welches überdies aufzeigt, dass ein negatives Körperbild ein Risikofaktor für die Entwicklung von Essverhaltensstörungen darstellt (Forrer, 2023).

Weitere Kontextfaktoren, welche sich u.a. auf die Akzeptanz und Einbettung der Workshops auswirken können, sind der Lehrplan 21 (und dessen Bezüge zu Bodytalk-Inhalten), das seit der COVID-19-Pandemie erhöhte gesellschaftliche Bewusstsein für psychische Gesundheit im Allgemeinen und für die besondere Vulnerabilitäten junger Menschen im Besonderen, sowie (damit einhergehend) der politische Konsens, dass für diese Zielgruppen präventive Angebote wichtig sind (vgl. Jäggi et al., 2022).

2.2 Verbreitung und Nutzung des Angebots: Kennzahlen 2022

Übersicht Aktivitäten und Veranstaltungen

Im Jahr 2022 fanden im Rahmen des Angebots Bodytalk PEP insgesamt 146 Veranstaltungen statt, davon 125 Workshops Bodytalk PEP, ein Bodytalk Intro-Workshop und zwei Klasseninterventionen

⁹ Binge-Eating Adolescent And Young Adults Treatment, ein Forschungs- und Internet-basiertes Behandlungsprogramm für Jugendliche und junge Erwachsene mit Essanfällen.

(vgl. **Tabelle 2**). 13 Bodytalk-Workshops mussten im ersten Quartal 2022 aufgrund der Corona-Massnahmen abgesagt werden. Schulungen für Multiplikator/innen mit spezifischem Fokus auf Bodytalk PEP (zu Materialien, Prinzipien des dialogischen Arbeitens etc.) wurden keine durchgeführt. In den weiteren PEP-Angeboten (8 ÜK, 6 Veranstaltungen für Studierende) findet jedoch eine Sensibilisierung künftiger Multiplikator/innen für Bodytalk-Themen statt. 3 Anlässe wurden für Eltern und Bezugspersonen durchgeführt.

Tabelle 2: Umgesetzte Aktivitäten Bodytalk PEP, 2022

Kategorie	Zielgruppe / Teilnehmende	Anzahl	Anzahl TN
Bodytalk PEP Workshops	Jugendliche	125	2027*
Bodytalk Intro-Workshop (Kampagne «Vergiss nã»)	Jugendliche	1	40
Schulung / Weiterbildung zu Bodytalk PEP	Multiplikator/innen	-	-
Angebote mit Bezug zu Bodytalk PEP-Inhalten			
Klassenintervention	Jugendliche	2	26*
ÜK Lernende (FaBe Kinderbetreuung)	Jugendliche / junge Erwachsene	8	98
Referate, Fragestunden und Workshops zu Bodytalk Themen (Gesundes Körperbild, Essstörungen)	Studierende	6	156*
	Eltern und Bezugspersonen	3	48*
	andere	1	80
Total		146	2475*

*Bei einzelnen Veranstaltungen fehlen Angaben zur Anzahl Teilnehmenden. Es ist demnach von einer höheren Anzahl erreichter Personen auszugehen. Quelle: Planungsliste PEP, 2022. Berechnungen und Darstellung BASS / B & A

Bodytalk PEP Materialien

Die Fachstelle PEP stellt online zahlreiche Materialien und Unterrichtstools zur Verfügung, welche von interessierten Personen heruntergeladen werden können. Zusätzlich können Materialien auch bei der Fachstelle bestellt werden (vgl. entsprechende Kennzahlen in **Tabelle 3**). Nebst Begleitmaterialien zu den Bodytalk PEP Workshops handelt es sich dabei auch um Elemente aus der «Aktion für ein positives Körperbild» (Aufkleber «You are beautiful», welche jeweils auch im Anschluss an Bodytalk-Workshops verteilt werden; Kartenset «Fühl dich wohl»), Leporellos mit Denkanstössen und Informationen zu Körperbild und Essstörungen (verfügbar in 2 zielgruppenspezifischen Versionen) oder Materialien des Dove-Projekts für mehr Selbstwertgefühl.

Die Datengrundlagen ermöglichen keine Einschätzung der Verbreitung und Nutzung der Bodytalk-Materialien durch die Zielgruppe der Multiplikator/innen insgesamt (Lehrpersonen, Fachpersonen aus den Bereiche Sozialpädagogik, Schulsozialarbeit, Therapie, Gesundheitsförderung / Prävention, Jugendarbeit), da keine Kennzahlen zu den Downloads von der PEP-Website vorliegen. Gewisse Informationen zur Bekanntheit, zum Einsatz und zur Beurteilung der Materialien sind jedoch aus der Befragung der Lehrpersonen verfügbar (vgl. Kap. 3.4). Tabelle 3 zeigt Kennzahlen zu den Materialbestellungen bei der Fachstelle PEP.

Tabelle 3: Materialvertrieb zum Angebot Bodytalk PEP, 2022

Kategorie	Anzahl Personen / Institutionen	Menge
Materialien Bodytalk PEP	7	90
Aufkleber «You are beautiful»	12	1119
Kartenset «Fühl dich wohl»	2	2
Leporellos «Ich bin ich» (Version für Erwachsene / für Jugendliche)*	4	100
Materialien Dove-Projekt für mehr Selbstwertgefühl (Sticks)	3	76
Material zur Kampagne «vergiss nã»	-	-

*Nur Materialvertrieb via Fachstellenleitung PEP. Zusätzliche Bestellungen werden jeweils via Info-Mail bearbeitet und versandt. Quelle: Kennzahlen PEP; Darstellung BASS / B & A

Workshops Bodytalk PEP

Im Jahr 2022 wurden 125 Bodytalk Workshops in 9 Deutschschweizer Kantonen und 43 Schulen durchgeführt (vgl. **Tabelle 4**). Je knapp ein Drittel der Workshops fanden in den Kantonen Bern und Zürich statt. Zwei Drittel der Schulen haben 2 oder mehr Workshops durchgeführt. Der grösste Anteil der Workshops (61%) erreicht Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I; auf der Sekundarstufe II entfallen je rund 10% der Workshops auf Gymnasien, Berufsschulen und berufsvorbereitende Schulen – gemessen an der Anzahl Teilnehmenden werden an Gymnasien jedoch mehr Jugendliche erreicht (14%) als an den übrigen Schultypen. In Settings ausserhalb der Schule (z.B. Jugendarbeit) fanden 2022 keine Bodytalk-Workshops statt.

Tabelle 4: Strukturkennzahlen zu den Workshops Bodytalk PEP, 2022

Workshops	n	%	Schulen / Teilnehmende	n	%
Anzahl durchgeführte Workshops	125	100%	Anzahl Schulen	43	100%
nach Kanton			Verteilung der WS nach Schulen		
AG	5	4%	1 WS	14	33%
AI / AR	-	-	2 WS	11	26%
BE	40	32%	3 WS	4	9%
BL	2	2%	4 WS	7	16%
BS	12	10%	5 WS	1	2%
FR	-	-	6 WS	2	5%
GE	-	-	7 WS	1	2%
GL	-	-	8 WS	2	5%
GR	-	-	9 WS	1	2%
JU	-	-			
LU	-	-			
NE	-	-	Anzahl WS-Teilnehmende**	2027	100%
NW / OW	-	-	nach Geschlecht		
SG	6	5%	weiblich	1122	55%
SH	6	5%	männlich	905	45%
SO	7	6%	divers	0	0%
SZ	-	-	nach Schulstufe*		
TG	-	-	Sek I	1142	69%
TI	-	-	Gymnasium	226	14%
UR	-	-	Berufsschule	58	3%
VD	-	-	Berufsvorbereitende Schule	134	8%
VS	8	6%	Andere Mittelschule (HMS, FMS)	93	6%
ZG	-	-	Sonderschule	8	<1%
ZH	39	31%			
nach Schulstufe*			Ø Teilnehmende pro Workshop**	16.8	
Sek I	64	61%			
Gymnasium	12	11%			
Berufsschule	12	11%			
Berufsvorbereitende Schule	11	10%			
Andere Mittelschule (HMS, FMS)	5	5%			
Sonderschule	1	1%			

* Detailangaben erst ab 2. Quartal verfügbar (n=105 WS), ** TN-Angaben liegen für n=121 WS vor, 4 WS ohne Angaben TN, z.T. Lücken nach Schulstufe (u.a. 4 WS an Berufsschulen ohne TN-Angaben)
 Quelle: Kennzahlen PEP, Darstellung BASS / B&A

Durchschnittlich nehmen knapp 17 Jugendliche an Bodytalk Workshops teil, mit 55% etwas mehr weibliche als männliche Jugendliche. Im Rahmen der Online-Befragung wurden weitere Angaben zu den Workshop-Teilnehmenden erhoben (vgl. **Tabelle 5**). Beim Alter der Teilnehmenden widerspiegelt sich die Tatsache, dass ein Grossteil der Workshops auf der Sekundarstufe I stattfindet: gut die Hälfte der Befragten ist zum Zeitpunkt des Workshops unter 15 Jahre alt, 40% sind 15- bis 16-jährig. Das

Angebot ist zwar auch für Jugendliche und junge Erwachsene ab 17 Jahren geeignet, wird aber für diese Altersgruppen deutlich weniger häufiger in Anspruch genommen.¹⁰ Aus den Angaben zur Nationalität den Einschätzungen der Jugendlichen zum sozioökonomischen Status ihrer Familie lässt sich schliessen, dass das Angebot Bodytalk PEP auch Bevölkerungsgruppen erreicht, welche potenziell von gesundheitlicher Ungleichheit besonders stark betroffen sind.¹¹

Tabelle 5: Merkmale der Workshop-Teilnehmenden, Juni–Dezember 2022

Teilnehmende	n	%		n	%
Alter	826	100%	Nationalität	825	100%
12	106	13%	Schweizer/in	392	48%
13	185	22%	ausländische Nationalität	266	32%
14	132	16%	Doppelbürger/in	167	20%
15	181	22%			
16	150	18%	Wohlstand der Familie	817	100%
17	32	4%	sehr reich	33	4%
18	17	2%	reich	91	11%
19	12	<1%	mittelmässig reich	396	48%
20	4	<1%	nicht sehr reich	109	13%
22	3	<1%	überhaupt nicht reich	37	5%
23	2	<1%	weiss nicht	151	18%
24	1	<1%			
31	1	<1%			

Quelle: Befragung Teilnehmende T2 zu Bodytalk PEP, 2022 (n= 831 Teilnehmende, davon jeweils 5–14 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B&A

2.3 Kosten und Finanzierung

Die finanziellen Ressourcen, welche in die Umsetzung des Angebots Bodytalk PEP einfließen, stammen von folgenden Kostenträgern (vgl. auch Wirkungsmodell, Bereich «Input»):

■ **Kantone:** Kostenbeteiligung der Kantone pro Workshop im Rahmen der KAP. Die Leistungsvereinbarungen mit den KAP-Kantonen sind sehr heterogen ausgestaltet und belaufen sich auf 200 bis 1000 CHF pro Workshop. Während einige Kantone ausschliesslich die Kosten für die Durchführung der Workshops (ganz oder teilweise) decken, leisten andere pro Workshop auch einen Beitrag an die Organisation, an Spesen / Materialaufwände sowie an administrative Leistungen (Reporting an den Kanton, Teilnahme an Vernetzungstreffen). Die Mitfinanzierung über die KAP ist häufig auf ein bestimmtes Kontingent an Workshops beschränkt.

■ **Schulen und Veranstalter:** Je nachdem, ob und in welcher Höhe der Kanton die Workshops mitfinanziert, sind die Workshops für die Schulen mit Kosten verbunden. In den KAP-Kantonen bewegt sich die Kostenbeteiligung der Schulen zwischen 0 und 200 CHF. In Kantonen ohne Leistungsvertrag – im Jahr 2022 waren dies 15 von 125 Workshops – wird den Schulen pauschal 300 CHF in Rechnung gestellt (Restfinanzierung durch Kooperationsvertrag Dove).¹² Weiterbildungen, Schulungen, überbetriebliche Kurse und andere Angebote werden von den jeweiligen Veranstaltern gemäss individuellen Vereinbarungen (teil-)finanziert.

¹⁰ Bodytalk PEP ist *inhaltlich ausgerichtet* auf die Zielgruppe der 13- bis 20-Jährigen. Wie erwähnt werden keine spezifischen Massnahmen zur Verbreitung und Promotion des Angebots umgesetzt (vgl. Kap. 2.1.2); die Erreichung der Zielgruppe wird demnach von der Inanspruchnahme bestimmt (Interesse, Zeit, Finanzen und weitere Rahmenbedingungen an den Schulen auf unterschiedlichen Stufen).

¹¹ Vgl. u.a. Weber (2020), Thorshaug et al. (2021). Zum Vergleich: Gut 25% der ständigen Schweizer Wohnbevölkerung haben eine ausländische Staatsangehörigkeit, 19% eine Doppelbürgerschaft; knapp 15% der ständigen Schweizer Wohnbevölkerung gelten als armutsgefährdet (Quellen: BFS, 2022; 2023).

¹² Dieser Betrag gilt seit 2022 (zuvor zwischen 200 und 250 CHF).

■ **Dove:** Die Gelder aus der Kooperationsvereinbarung mit Dove werden hauptsächlich für die Querfinanzierung der Workshops eingesetzt, um Schulen in Kantonen ohne Leistungsvereinbarung die Umsetzung von Workshops zu einem tragbaren Preis zu ermöglichen.

■ **GFCH:** Mittel aus der Angebotsförderung fliessen nicht in die Umsetzung von Workshops, sondern werden für die strategische und inhaltliche Weiterentwicklung von Bodytalk PEP, die Einarbeitung neuer Mitarbeitenden, Schulungen des Teams, Qualitätssicherungs- und Evaluationsaufgaben sowie für Akquirierungs- und Vernetzungsarbeiten eingesetzt.

Die Vollkosten des Angebots Bodytalk PEP umfassen nebst den Umsetzungskosten (Personal-, Spesen- und Sachaufwand für die Organisation und Durchführung von Workshops / Veranstaltungen; Bereitstellung Materialien) auch Entwicklungskosten (z.B. Schulungen und Weiterbildungen Workshopleitende, strategische und operative Programmkoordination, Sicherstellung Finanzierung) und einen allgemeinen Verwaltungsaufwand (Büromaterial, Informatik, Versicherungen etc.). In den Jahresrechnungen der Fachstelle PEP werden die Umsetzungskosten pro Angebotstyp (Personalaufwand, Organisation, Administration, Spesen etc.) separat ausgewiesen. Wie sich der allgemeine Verwaltungsaufwand auf Ebene der Fachstelle PEP anteilmässig auf die verschiedenen Angebote (darunter Bodytalk) verteilt, lässt sich anhand der bestehenden Daten hingegen nicht eindeutig beziffern. In der Schätzung der Vollkosten wurde dieser Aspekt daher ausgeklammert.

Basierend auf den Jahresberichten und den Jahresrechnungen des Vereins PEP für die vergangenen 4 Jahre (2019–2022) lassen sich die Vollkosten des Angebots Bodytalk PEP im Mittel auf rund 87'000 CHF pro Jahr beziffern (vgl. **Tabelle 6**). Standardisiert man diese Kosten an der Anzahl durchgeführter Workshops, ergibt dies durchschnittliche Kosten von 805 CHF pro Workshop (Bandbreite über die 4 Jahre zwischen 651 und 1039 CHF) bzw. 40 CHF pro Teilnehmer/in (Bandbreite zwischen 31 und 50 CHF). Die vergleichsweise höheren Kosten im Jahr 2020 mögen mit der Corona-Pandemie zusammenhängen, welche für die Fachstelle PEP mit Zusatzaufwand verbunden war bei gleichzeitig deutlich weniger durchgeführten Workshops und entsprechend weniger Einnahmen: Aufgrund der sensiblen Inhalte und dem Anspruch von PEP, heikle Situationen vor Ort auffangen zu können, wurde entschieden, Bodytalk PEP nicht als Online-Workshops anzubieten. Workshops vor Ort wurden kurzfristig annulliert und mussten teils mehrmals verschoben werden. Die Fachstelle geht insgesamt davon aus, dass sich die Vollkosten im Zeitraum 2019 bis 2022 gegenüber den Vorjahren aufgrund der Organisationsentwicklung (Aufteilung strategische / operative Leitung) und des Strategieprozesses erhöht haben. In den vergangenen 4 Jahren lässt sich kein klarer Trend bei der Kostenentwicklung erkennen.

Tabelle 6: Kosten- und Leistungsrechnungen Bodytalk PEP

	2019	2020	2021	2022	MW
Leistungsdaten / Output					
Anzahl durchgeführte Workshops	137	72	115	125	112
Anzahl Workshop-Teilnehmende	3'140	1'714	2'116	2'027	2'249
Durchschnittliche Anzahl Teilnehmende pro Workshop	23	24	18	16	20
Projektkosten (Vollkosten) CHF					
Personalaufwand	75'990	52'467	53'988	74'014	64'115
Weitere Projektkosten	22'267	22'321	20'883	27'522	23'248
Total (Vollkosten)	98'256	74'787	74'871	101'536	87'363
Kosten (Vollkosten) pro durchgeführten Workshop	717	1'039	651	812	805
Kosten (Vollkosten) pro Teilnehmer/in	31	44	35	50	40

Anmerkungen: MW= Mittelwert über die Jahre 2019–2022.

Quelle: Jahresberichte (öffentlich) und Jahresrechnungen (unveröffentlicht) Verein PEP. Berechnungen BASS / B & A

3 Umsetzung von Bodytalk Workshops an den Schulen

Im Folgenden wird anhand der Kennzahlen der Fachstelle PEP (Planungsliste für das Jahr 2022), Angaben aus den Feedback-Formularen von Workshop-Leitenden (vgl. dazu Anhang A-2) sowie der Befragung der Lehrpersonen aufgezeigt, welche Themen in den Workshops behandelt werden, wie die Workshops an den Schulen und im Unterricht eingebettet sind und wie die beteiligten Lehrpersonen den Workshop und die begleitenden Materialien beurteilen.

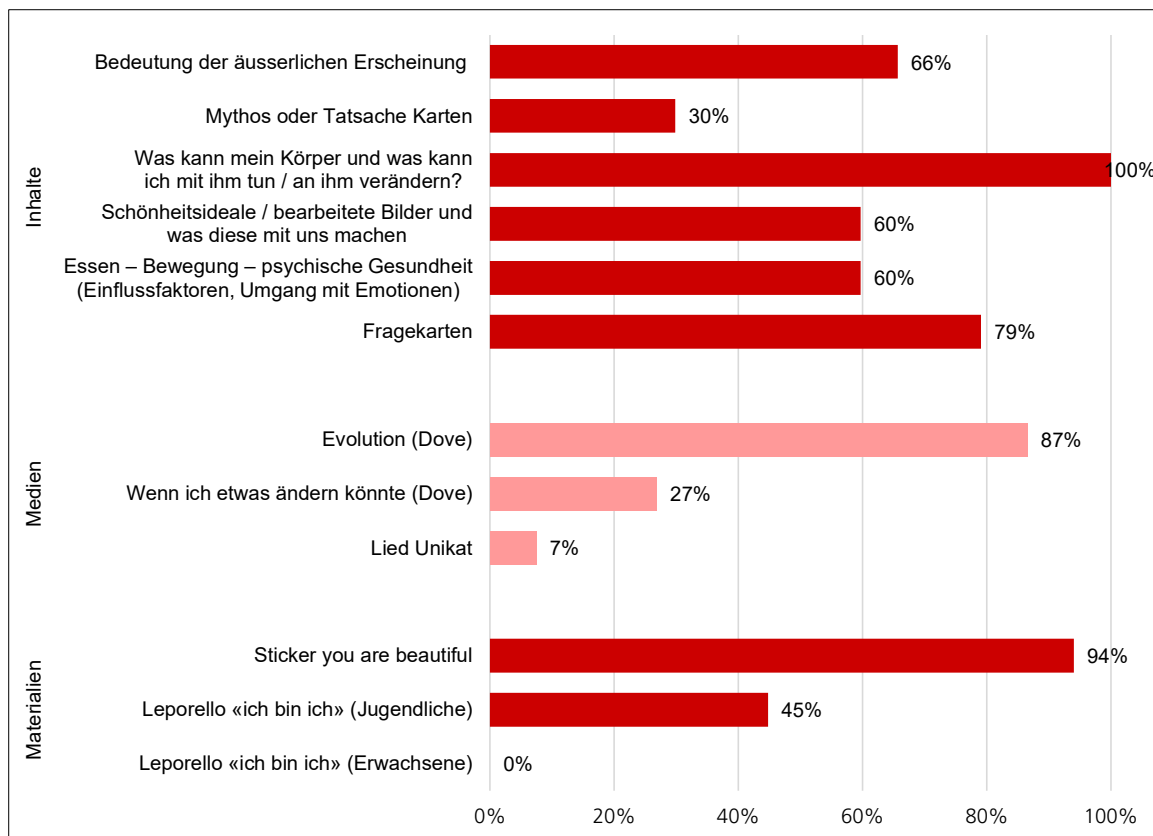
3.1 Themen

Die Workshop-Leitenden orientieren sich bei der Umsetzung von Bodytalk PEP an den in **Abbildung 2** gezeigten Elementen. In diesen werden die Lernziele des Workshops auf allen drei Ebenen (Wissen, Einstellung, Verhalten) häufig gemeinsam aufgegriffen. Die Angaben der Workshop-Leitenden zu den behandelten Themen widerspiegeln die Tatsache, dass es sich bei den Bodytalk-Workshops nicht um ein standardisiertes Angebot handelt, sondern dass die Workshop-Leitenden jeweils situativ auf die Teilnehmenden und die Umstände reagieren. Entsprechend variieren sowohl die gesetzten Schwerpunkte wie auch die konkrete Umsetzung der einzelnen Workshop-Elemente je nach Workshop-Leitung und Klasse. Im Erhebungszeitraum immer eingesetzt wurde das Modul «Was kann mein Körper und was kann ich mit ihm tun / an ihm verändern?».

Nahezu in jedem Workshop (87%) wird der Film «Evolution» aus dem Dove-Projekt für mehr Selbstwertgefühl gezeigt, in dem ersichtlich wird, wie mit digitalen Bildbearbeitungen in Werbekampagnen (oder in den Medien allgemein) unrealistische Schönheitsideale entstehen. Deutlich seltener wird «Wenn ich etwas ändern könnte» eingesetzt.¹³ Am Ende des Workshops werden fast immer (94%) die Stickers «You are beautiful» aus der «Aktion für ein positives Körperbild» verteilt, in 45% auch das Leporello «ich bin ich» für Jugendliche mit Denkanstößen rund ums Körperbild sowie Hinweisen auf Warnzeichen für Essverhaltens- und Körperbildstörungen.

¹³ Weitere Filme, die auf dem Feedback-Formular gelistet waren, wurden im Evaluationszeitraum in keinem Workshop gezeigt («Date yourself», «Mach's für dich», «Underwear for perfect men»).

Abbildung 2: Inhalte und Elemente der Workshops Bodytalk PEP, Zeitraum Juni–Dezember 2022



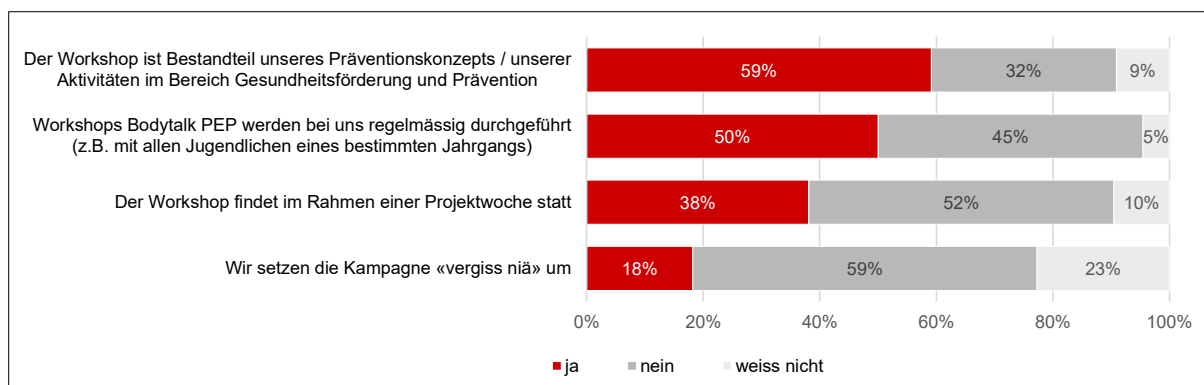
Quelle: Feedbackformulare Workshop-Leitende, 2022 (n=67 Workshop-Leitende). Berechnungen BASS / B & A

3.2 Unterrichtssetting und Einbettung an den Schulen

Die überwiegende Mehrheit der Bodytalk-Workshops findet unter Beteiligung einer Lehrpersonen oder anderer Multiplikator/innen (z.B. Klassenassistenten) statt: im Zeitraum der Datenerhebungen (Juni bis Dezember 2023) war in 59 von 68 Workshops (87%) mindestens eine Lehrperson bzw. eine andere Begleitperson (Multiplikator/in) anwesend.

Zur Einbettung der Workshops an den Schulen liegen Informationen von Lehrpersonen aus 22 Schulhäusern vor (vgl. **Abbildung 3**). In knapp 60% dieser Schulen ist der Workshop Bestandteil des Präventionskonzepts oder der schulischen Aktivitäten im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention; an der Hälfte der Schulen werden regelmässig Bodytalk-Workshops durchgeführt (z.B. mit allen Jugendlichen eines bestimmten Jahrgangs) und in 38% sind die Workshops in eine Projektwoche eingebettet. Eher selten nutzen Schulen die (ebenfalls von der Fachstelle PEP angebotene, von Lehrpersonen auch selbständig umsetzbare) Kampagne «vergiss niä» zur breiteren Kontextualisierung der Bodytalk-Themen im Schulhaus (vgl. dazu auch Anhang A-3). Dabei ist zu beachten, dass nicht alle Lehrpersonen über die spezifische Einbettung der Workshops Bescheid wissen (Anteil «weiss nicht» zwischen 5 und 23%).

Abbildung 3: Einbettung der Workshops Bodytalk PEP an den Schulen



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP (n=54), aggregiert pro Schulhaus, 2022 (n=22, davon 0–1 ohne Angaben; Mehrfachantworten möglich). Berechnungen BASS / B & A

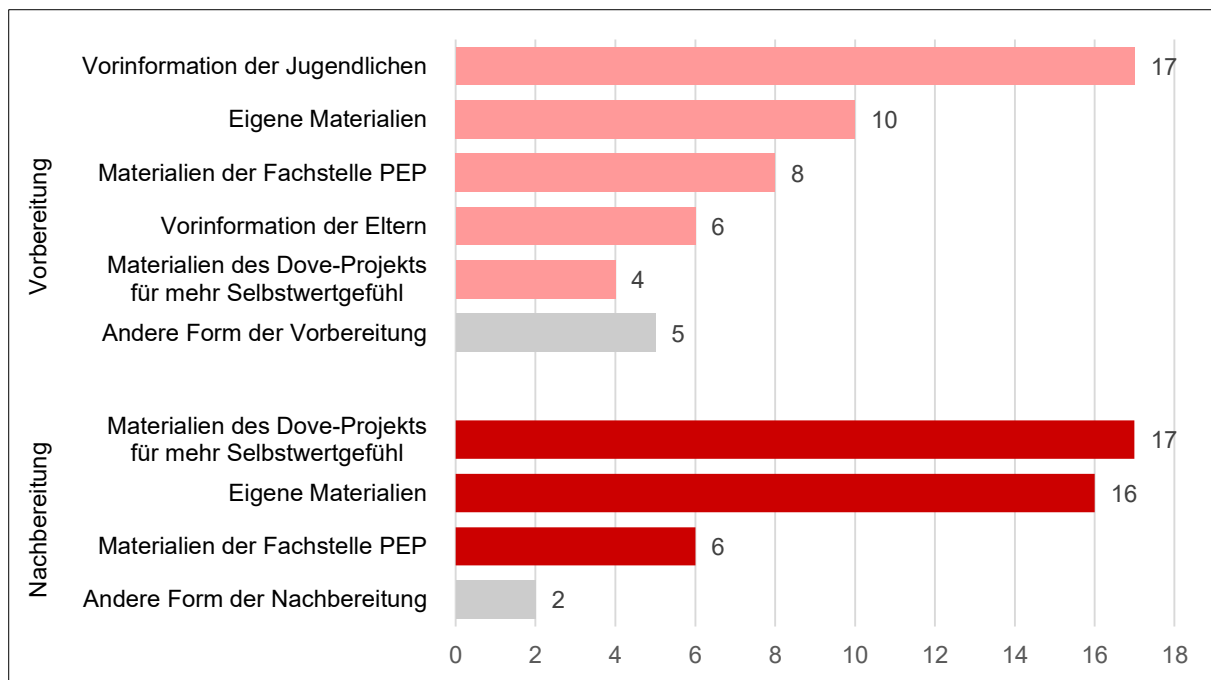
3.3 Vor- und Nachbereitung durch Lehrpersonen

Nebst der Einbettung der Workshops an den Schulen wurde auch erhoben, inwiefern Bodytalk PEP von den Lehrpersonen im Unterricht vor- oder nachbereitet wird. Aus den Angaben der befragten Lehrpersonen geht hervor, dass rund drei Viertel (74%) eine Form von Vor- und/ oder Nachbereitung der Workshops vornehmen. 20% haben eine Vorbereitung gemacht (planen aber keine Nachbereitung), 17% planen ausschliesslich eine Nachbereitung (keine Vorbereitung), 37% machen sowohl Vor- als auch Nachbereitung. 26% der Befragten geben an, dass der Workshop nicht speziell vor- oder nachbereitet wird.

In der **Abbildung 4** ist dargestellt, welche Formen der Vor- und Nachbereitung von den Lehrpersonen genutzt wurden (Angaben in absoluten Zahlen, Mehrfachantworten möglich). Die häufigste Form der Vorbereitung ist die Vorinformation der Jugendlichen, während die Eltern vergleichsweise selten vorab über den Workshop informiert werden. Lehrpersonen nutzen für die Vorbereitung etwas häufiger eigene Materialien als diejenigen der Fachstelle PEP. Noch ausgeprägter ist dies bei der Nachbereitung der Fall: hier kommen nebst eigenen Materialien primär diejenigen des Dove-Projekts für mehr Selbstwertgefühl zum Einsatz.

Als «andere Formen» der Vorbereitung genannt wurde u.a., dass Bodytalk-Themen im Rahmen des Curriculums bzw. Unterrichtsschwerpunkten aufgegriffen wurden (z.B. Gesundheit, Sport und Ernährung; Sucht / Umgang mit schwierigen Emotionen; Klassenlektüre mit übergewichtigen Protagonistinnen). Als andere Form der Nachbereitung wurde erwähnt, dass einzelne Themen nochmals aufgearbeitet werden.

Abbildung 4: Art der Vorbereitung und Nachbereitung des Workshops

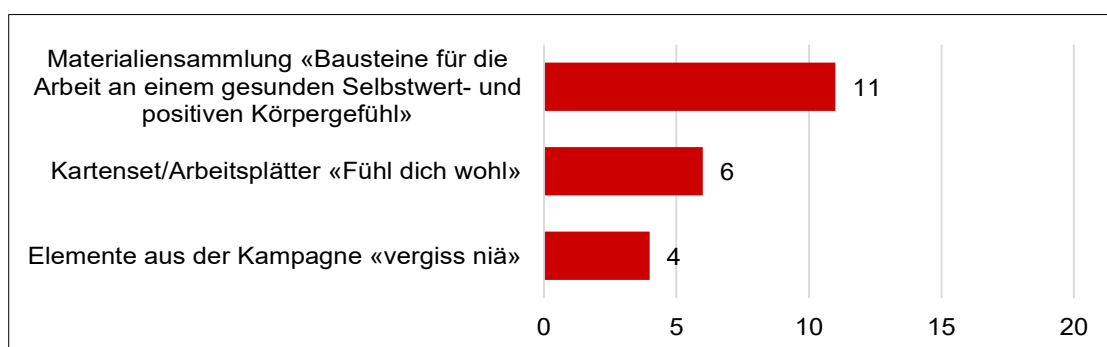


Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=31 Lehrpersonen mit Angabe mindestens einer Form der Vorbereitung, n=29 Lehrpersonen mit Angabe mindestens einer Form der Nachbereitung; Mehrfachantworten möglich). Berechnungen BASS / B & A

3.4 Nutzung und Beurteilung der Materialien der Fachstelle PEP

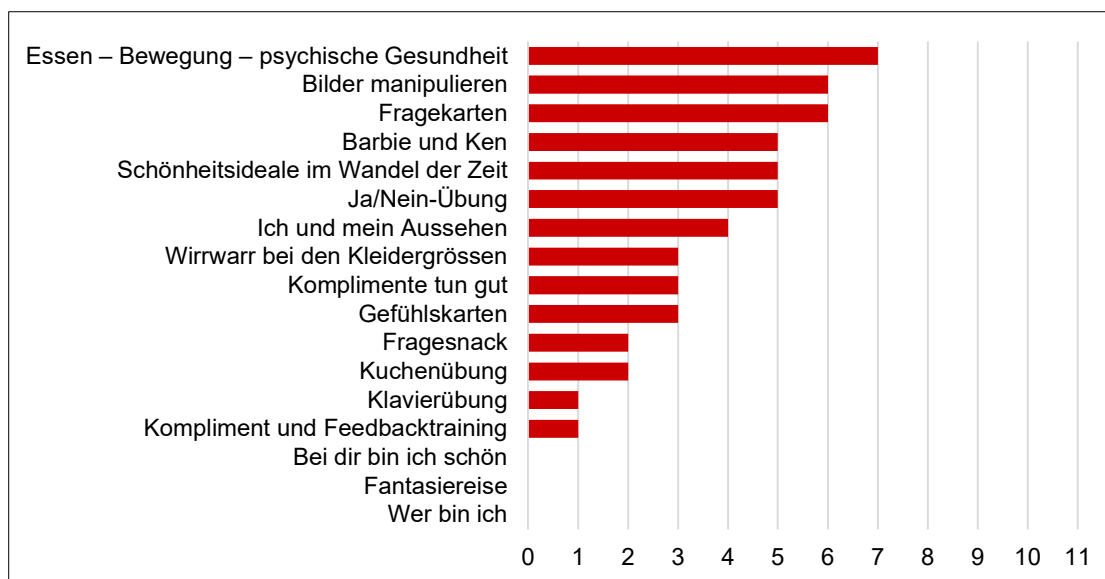
Etwas weniger als die Hälfte der befragten Lehrpersonen (20 Antwortende) haben angegeben, Materialien der Fachstelle PEP zur Vor- oder Nachbereitung der Workshops eingesetzt zu haben. Am Häufigsten wurde dazu die Materialiensammlung «Bausteine für die Arbeit an einem gesunden Selbstwert- und positiven Körpergefühl» (Fachstelle PEP, 2014) genutzt (vgl. **Abbildung 5**). Aus dieser Materialiensammlung wurden die als Basis-Module des Workshops konzipierten Bausteine «Essen – Bewegung – psychische Gesundheit» und «Fragekarten» sowie (von den ergänzenden Bausteinen) «Bilder manipulieren» am häufigsten eingesetzt (vgl. **Abbildung 6**).

Abbildung 5: Nutzung von Materialien der Fachstelle PEP



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=20 Lehrpersonen, welche Materialien der Fachstelle PEP zur Vor- oder Nachbereitung genutzt haben; Mehrfachantworten möglich). Berechnungen BASS / B & A

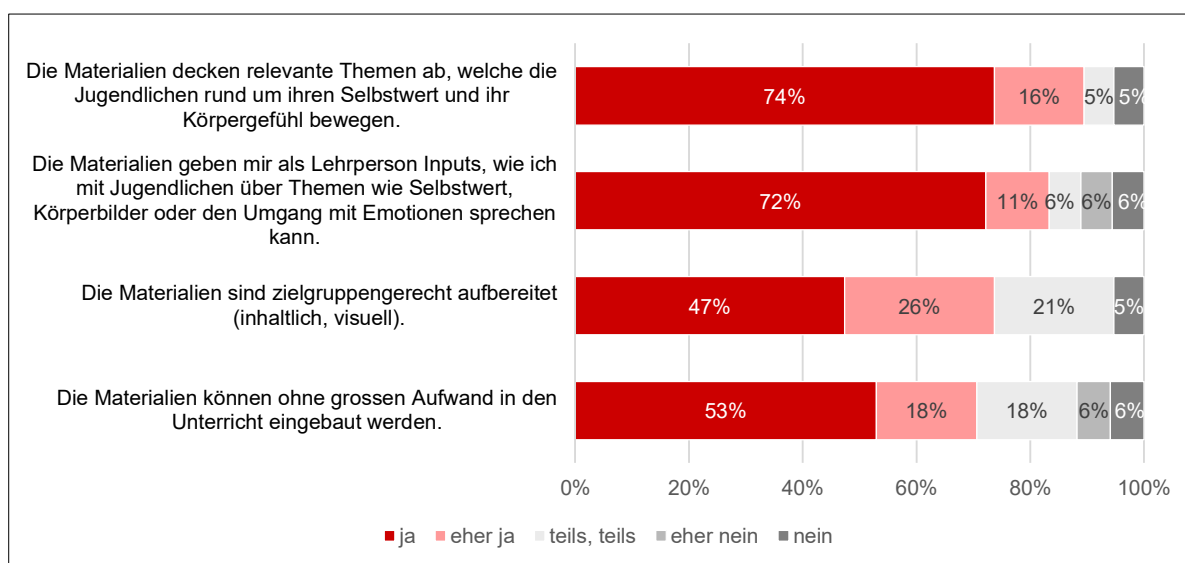
Abbildung 6: Nutzung der «Bausteine für die Arbeit an einem gesunden Selbstwert- und positiven Körpergefühl»



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=11 Lehrpersonen, welche die «Bausteine» genutzt haben; Mehrfachantworten möglich). Berechnungen BASS / B & A

Insgesamt ist eine grosse Mehrheit der Lehrpersonen, welche die Materialien der Fachstelle PEP zur Vor- oder Nachbereitung der Workshops eingesetzt haben, mit den Materialien zufrieden (Anteil sehr / eher zufrieden: 80%). Vereinzelt gibt es jedoch Personen, welche die Materialien eher kritisch bewerten. Dies widerspiegelt sich auch in der Beurteilung verschiedener Aspekte der Materialien, wie **Abbildung 7** zeigt. Über 80% der Antwortenden sind der Ansicht, dass die Materialien relevante Themen abdecken und ihnen als Lehrpersonen Inputs geben, um mit den Jugendlichen über Selbstwert, Körperbilder oder den Umgang mit Emotionen zu sprechen. Etwas zurückhaltender – aber mehrheitlich immer noch positiv – wird die zielgruppengerechte Aufbereitung der Materialien beurteilt; ebenso der Aufwand, um die Materialien in den Unterricht einzubauen.

Abbildung 7: Beurteilung von Qualität und Zweckmässigkeit der Materialien

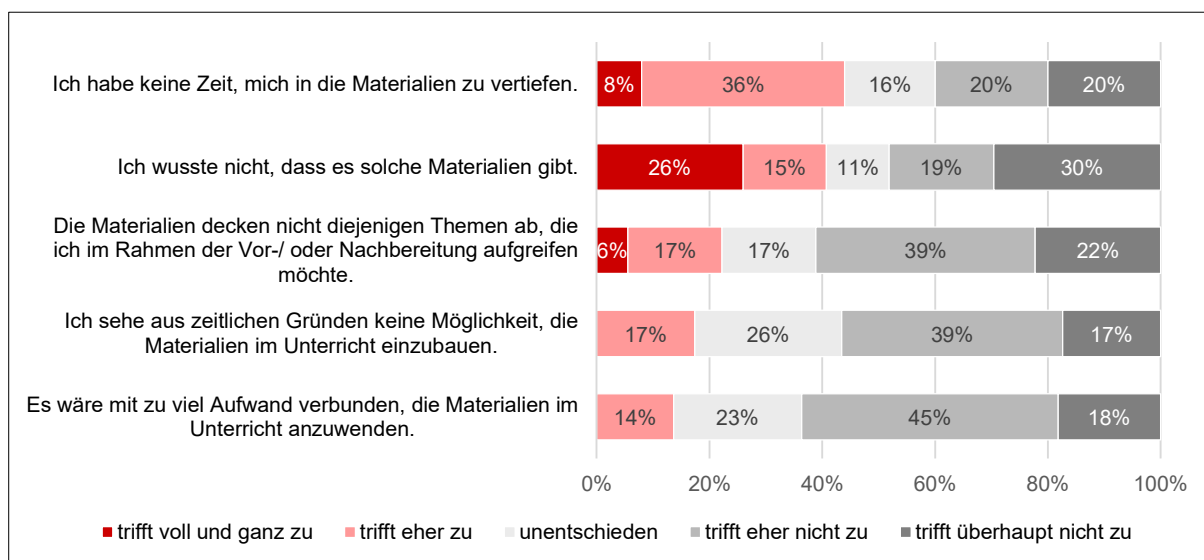


Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=20 Lehrpersonen, welche die Materialien im Rahmen der Vor- oder Nachbereitung der Workshops genutzt haben. Davon jeweils 0–1 «Weiss nicht» und 1–2 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

In den offenen Kommentaren haben einzelne Lehrpersonen auf die Materialien Bezug genommen: Eine Person verweist beispielsweise auf die Überschneidungen zwischen den Bausteinen und dem Workshop – ein entsprechender Hinweis, dass der Workshop nicht zu ausführlich vorbereitet werden soll, wäre aus ihrer Sicht gut gewesen. Eine andere Person regt an, generell im Workshop etwas modernere und zeitgemässere Materialien zu verwenden.

Dass die Materialien der Fachstelle PEP nicht genutzt werden, mag zumindest teilweise damit zusammenhängen, dass Lehrpersonen zur Vor- oder Nachbereitung der Workshops häufig mit eigenen Materialien arbeiten (siehe Abbildung 4 auf S. 15). **Abbildung 8** zeigt, wie die 34 Lehrpersonen, welche die Materialien der Fachstelle PEP nicht genutzt haben, weitere Gründe für die Nicht-Nutzung einschätzen. Demnach spielt mangelndes Wissen über dieses Angebot eine gewisse Rolle, ebenso die fehlende Zeit, sich in die Materialien zu vertiefen (je gut 40% Zustimmung). Weniger ins Gewicht fallen die thematische Ausrichtung¹⁴ oder die zeitlichen Möglichkeiten bzw. der Aufwand, das Material in den Unterricht einzubauen (Anteil «trifft eher / voll zu» zwischen 14 und 22%).

Abbildung 8: Gründe, warum die Materialien der Fachstelle PEP nicht genutzt werden



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=34 Lehrpersonen, welche die Materialien der Fachstelle PEP nicht zur Vor- oder Nachbereitung der Workshops genutzt haben. Davon jeweils 4–13 «Weiss nicht» und 3–5 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Die Fachstelle PEP informiert anlässlich der Workshop-Organisation im Vorfeld systematisch über die Verfügbarkeit von Begleitmaterialien. Dass Lehrpersonen dennoch keine Kenntnisse der Materialien haben, könnte nach Einschätzung der Fachstelle teilweise daran liegen, dass Workshops teilweise nicht von den Lehrpersonen selber gebucht werden (z.B. wenn die Workshops im Rahmen einer Gesundheitswoche stattfinden oder an einem Schulhaus mehrere Workshops durchgeführt werden).

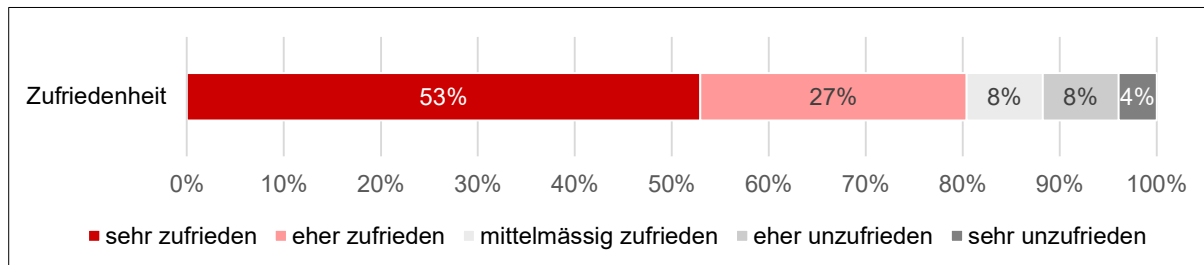
3.5 Gesamtbeurteilung durch die Lehrpersonen

Alles in allem sind 80% der befragten Lehrpersonen mit dem Angebot des Workshops Bodytalk PEP (Vorbereitung, Durchführung, Begleitmaterialien, Beratung etc.) zufrieden, wie **Abbildung 9** zeigt. Einzelne Lehrpersonen (12% der Befragten) äussern sich hingegen kritisch. In offenen Kommentaren

¹⁴ Bei dieser Aussage haben besonders viele (13 von 34 Personen) die Antwort «weiss nicht» gewählt. Personen, welche diesem Punkt voll und ganz oder eher zugestimmt haben, wurden ergänzend um eine Angabe gebeten, welche Themen ihrer Ansicht nach in den Materialien fehlen. Diese Ergänzungsfrage wurde jedoch von keiner Person beantwortet.

zeigen sich Lehrpersonen insbesondere zufrieden mit den Workshop-Leitenden (schneller Zugang zu den Jugendlichen; Fähigkeit, sich den immer wieder anderen Klassen anpassen zu können). Kritische Rückmeldungen betreffen u.a. die Form der Durchführung (z.B. Verhältnis Sprechanteile Schüler/innen und Workshop-Leitung, siehe Kap. 4.1.2).

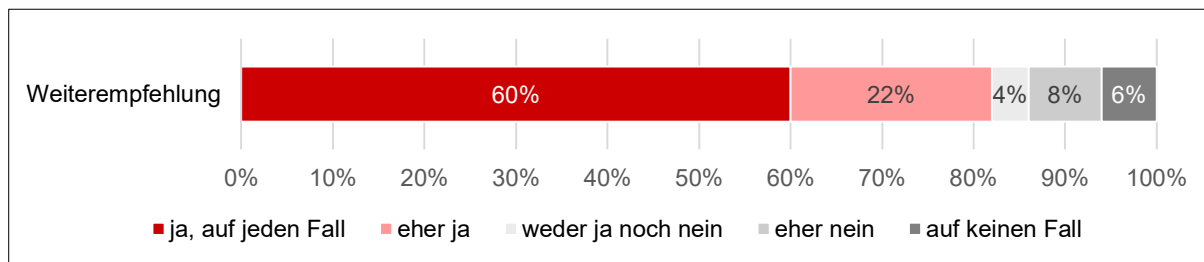
Abbildung 9: Zufriedenheit der Lehrpersonen mit dem Workshop



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=54 Lehrpersonen, davon 2 «Weiss nicht» und 1 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Die Zufriedenheit der Lehrpersonen mit Bodytalk PEP widerspiegelt sich in den Antworten auf die Frage, ob sie den Workshop anderen Lehrpersonen weiterempfehlen würden: 60% würden dies auf jeden Fall tun, 22% eher ja, 8% eher nicht und 6% auf keinen Fall (vgl. **Abbildung 10**).

Abbildung 10: Weiterempfehlung an andere Lehrpersonen



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=54 Lehrpersonen, davon 3 «Weiss nicht» und 1 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A Quelle: Berechnungen BASS

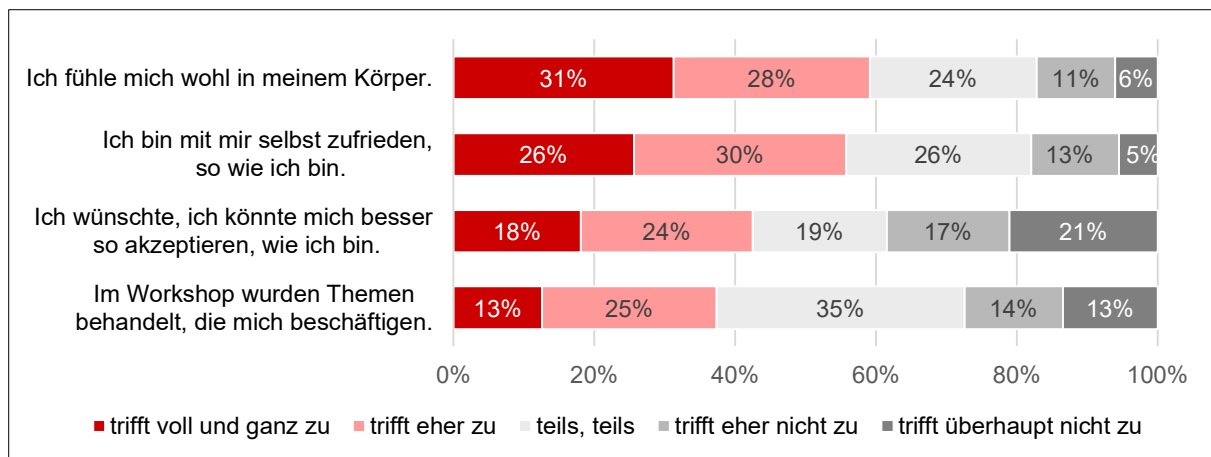
4 Wirkungen der Workshops bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Im Folgenden wird dargestellt, wie die Bodytalk-Workshops bei der Zielgruppe ankommen, was die Jugendlichen und jungen Erwachsenen daraus mitnehmen und inwiefern die Workshop-Teilnahme bei ihnen etwas ausgelöst oder verändert hat. Im Fokus steht die Selbstwahrnehmung der Teilnehmenden (gemäss den beiden Online-Befragungen, vgl. detaillierte Datengrundlagen in Anhang A-2), ergänzend beigezogen werden auch Einschätzungen der Lehrpersonen und Workshop-Leitenden.

In **Abbildung 11** ist zunächst dargestellt, mit welchen Voraussetzungen die Jugendlichen in den Workshop kommen, bzw. inwiefern die Bodytalk-Themen Körper- und Selbstwertgefühl für die Teilnehmenden eine persönliche Relevanz haben. Ein Grossteil der befragten Jugendlichen gibt an, sich im eigenen Körper wohl zu fühlen und mit sich selbst zufrieden zu sein. Für 17 bzw. 18% trifft dies jedoch eher oder überhaupt nicht zu.¹⁵ Eher verbreitet ist der Wunsch, sich selber besser akzeptieren zu können (42% trifft voll / eher zu). 38% der Befragten findet, dass im Workshop Themen behandelt wurden, die sie beschäftigen, für weitere 35% trifft dies zumindest teilweise zu.

¹⁵ Eine Pilotstudie aus dem Jahr 2015 kam zum Schluss, dass zwischen 5 und 20% der Jugendlichen als besonders vulnerabel für ein ungesundes / negatives Körperbild einzustufen sind (Schär & Weber, 2015).

Abbildung 11: Persönlicher Bezug zu Bodytalk-Themen (Betroffenheit zum Zeitpunkt des Workshops)



Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 8–16 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Insgesamt haben 60% der Befragten bei mindestens einer Aussage eine Antwortmöglichkeit gewählt, die auf eine gewisse Betroffenheit von Bodytalk-Themen schliessen lässt.¹⁶ Bei allen vier Items zeigen sich signifikante geschlechtsspezifische Unterschiede: während 69% der weiblichen Jugendlichen mindestens eine Aussage entsprechend beantwortet hat, sind es bei den männlichen Jugendlichen 46%. Jugendliche aus Gymnasien, Berufs- und Mittelschulen geben im Vergleich zur Gruppe der Sekundarstufe I deutlich häufiger an, dass der Workshop Themen behandelt, die sie beschäftigen (70 bzw. 68% vs. 55%).

4.1 Akzeptanz und Zweckmässigkeit der Intervention

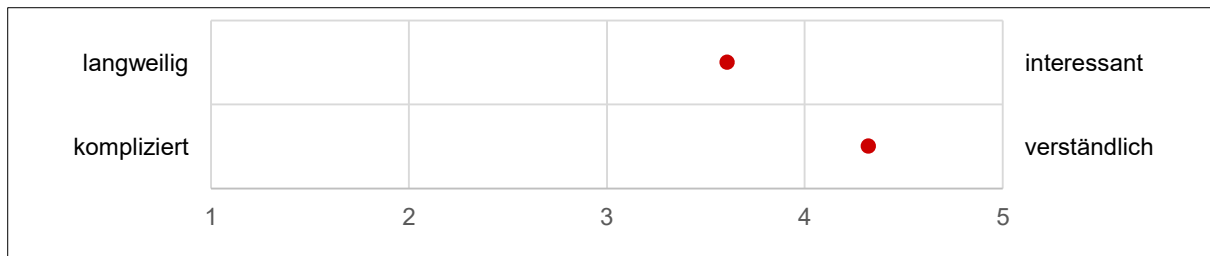
Voraussetzung für die Wirkungsentfaltung einer Intervention wie Bodytalk PEP ist die Akzeptanz der Zielgruppen für die gebotenen Anregungen, Denkanstösse und Informationen. Nachfolgend wird aufgezeigt, wie die Workshops von Jugendlichen, Lehrpersonen und Workshop-Leitenden diesbezüglich beurteilt werden.

4.1.1 Resonanz der Workshops bei den Jugendlichen

Langweilig oder interessant? Die befragten Jugendlichen bewerten die Workshops durchschnittlich als teilweise bis eher interessant (Mittelwert: 3.6), wie **Abbildung 12** zeigt. Etwas besser wird die Verständlichkeit des Workshops beurteilt (Mittelwert: 4.3). Die statistischen Analysen zeigen, dass weibliche Jugendliche und solche, die selber von Bodytalk-Themen betroffen sind, den Workshop signifikant häufiger als interessant und verständlich beurteilen. Schülerinnen und Schüler in Gymnasialklassen sowie in Berufs- und Mittelschulen beurteilen die Verständlichkeit des Workshops besser als Jugendliche auf der Sekundarstufe I.

¹⁶ 26% der Befragten haben bei 1 Aussage, 19% bei 2 Aussagen, 8% bei 3 Aussagen und 6% bei sämtlichen Aussagen entsprechend geantwortet.

Abbildung 12: Beurteilung des Workshops (Interesse und Verständlichkeit)

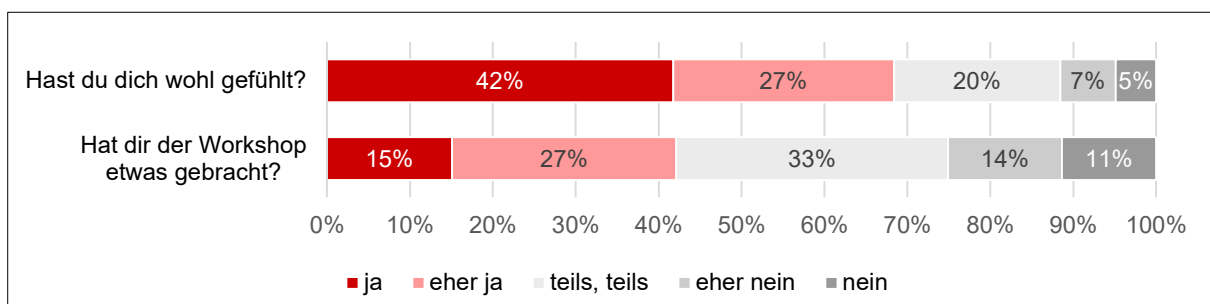


Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 2–19 ohne Angaben). Skala jeweils von 1 («sehr langweilig / kompliziert» bis 5 («sehr interessant / verständlich»). Berechnungen BASS / B & A

Da in den Workshops sensible und persönliche Themen besprochen werden, wurde auch erhoben, ob sich die Jugendlichen wohl gefühlt haben. Dies ist bei gut zwei Dritteln der Befragten der Fall, 12% haben sich hingegen (eher) nicht wohl gefühlt und 20% nur teilweise (**Abbildung 13**). Dass der Workshop etwas gebracht hat, finden 42% der Befragten, weitere 33% stimmen dieser Aussage teilweise zu. Ein Viertel der befragten Jugendlichen gibt hierzu eine kritische Einschätzung ab.

Jüngere Teilnehmende (unter 15 Jahren) sowie Jugendliche aus Gymnasialklassen, Berufs- und Mittelschulen gaben häufiger an, dass sie sich am Workshop wohlgefühlt haben, als ältere Jugendliche bzw. als Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I. Den Jugendlichen, die stärker vom Thema betroffen sind, hat der Workshop eher etwas gebracht als anderen. In der Tendenz scheinen auch weibliche Jugendliche dem Workshop öfter einen Nutzen zuzuschreiben.

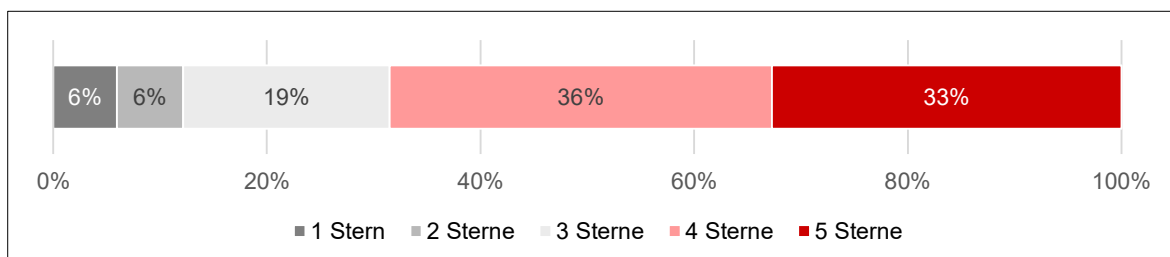
Abbildung 13: Beurteilung des Workshops (Atmosphäre, Nutzen)



Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 8–16 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Insgesamt werden die Bodytalk-Workshops von einer grossen Mehrheit der Jugendlichen gut bis sehr positiv bewertet (**Abbildung 14**). Ein Drittel vergibt die maximale Punktzahl (5 Sterne), im Mittel wird der Workshop mit 3.8 Sternen bewertet. Knapp drei Viertel der Befragten würde Freundinnen und Freunden den Workshop weiterempfehlen.

Abbildung 14: Gesamtbeurteilung (maximal 5 Sterne)



Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon 91 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

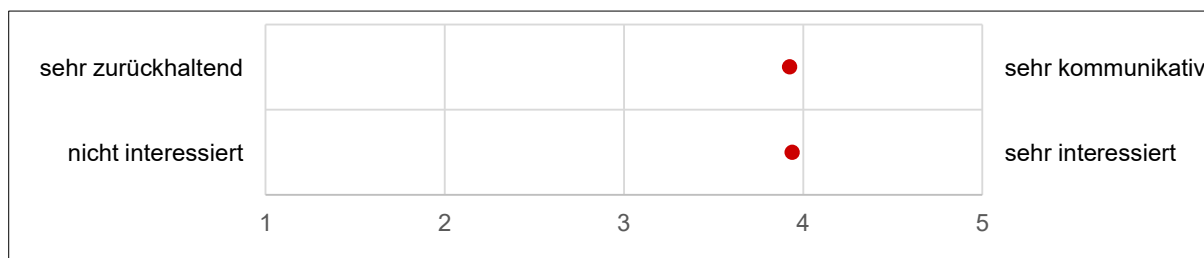
Auch aus den offenen Kommentaren am Ende der Befragung geht hervor, dass die Workshops von sehr vielen Jugendlichen auf positive Resonanz stossen. Bei 56% der insgesamt 165 Antworten geben die Jugendlichen gute Rückmeldungen, z.B. dass der Workshop spannend war und Spass gemacht hat, dass sie es wichtig finden, diesen Themen Aufmerksamkeit zu schenken, oder dass sie mit der Workshop-Leitung zufrieden waren. Einzelne Jugendliche verweisen explizit auf positive Auswirkungen (z.B. Neues gelernt über die Rolle der Medien; Motivation sich selber mehr zu akzeptieren). In klar negativen Äusserungen (17%) fällt mehrmals das Stichwort «unnötig», die Fragen wurden als unpassend / unangenehm empfunden oder der Workshop als langweilig erlebt. Weitere 16% der Antwortenden verweisen darauf, dass sie allgemein nicht am Thema interessiert waren oder dass sie einiges schon gewusst haben und sich daher streckenweise gelangweilt hätten.

Mehrere Antworten beinhalten spezifische Anliegen, z.B. dass man allgemein gerne mehr Zeit gehabt hätte, um sich in die Thematik zu vertiefen, zusätzliche Themen interessant fände (z.B. Fitnessindustrie, psychische Probleme, Essstörungen, Body dysmorphia) oder dass der Workshop eher zu viel Zuhören und zu wenig Diskussion untereinander beinhaltet habe. Einzelne Jugendliche verweisen auf ihr Unwohlsein am Workshop – aufgrund der sehr persönlichen Fragen, des geschlechtergemischten Settings, der eigenen Betroffenheit vom Thema («Workshop hat mich extrem getriggert») oder des heteronormativen Blicks auf die Thematik.

4.1.2 Einschätzungen von Workshop-Leitenden und Lehrpersonen

In **Abbildung 15** ist dargestellt, wie die Workshop-Leitenden die jeweiligen Klassen hinsichtlich Offenheit / Beteiligung am Workshop erlebt und wie interessiert sie die Teilnehmenden wahrgenommen haben. Aus dem Mittelwert (zweimal rund 3.9) lässt sich schliessen, dass die Workshops bei Jugendlichen gemäss Einschätzung der Workshop-Leitung überwiegend auf positive Resonanz stösst und dass sie auch bereit sind, sich auf Bodytalk-Themen einzulassen. Es gibt nur vereinzelt Workshops, in denen die Teilnehmenden ausgesprochen zurückhaltend bzw. desinteressiert waren (3 bzw. 6% von insgesamt 67 Workshops).

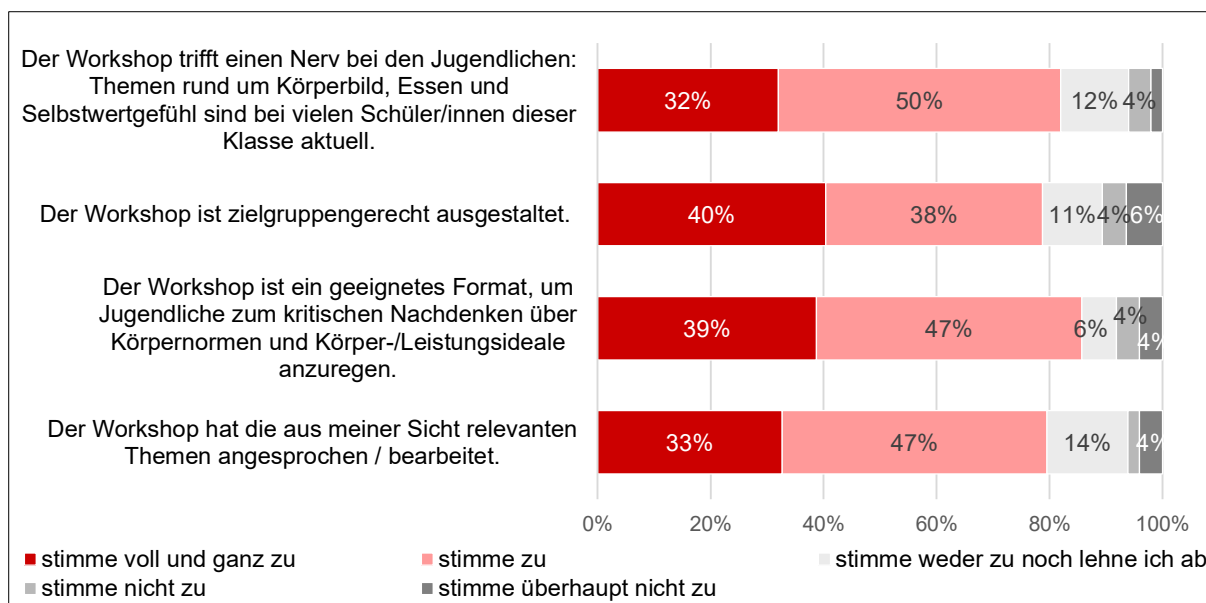
Abbildung 15: Einschätzung Offenheit und Interesse der Jugendlichen durch Workshop-Leitende



Quelle: Feedbackformulare Workshop-Leitende, 2022 (n=67 Workshop-Leitende). Berechnungen BASS / B & A

Die befragten Lehrpersonen sind grossmehrheitlich der Ansicht, dass die Bodytalk-Workshops einen Themenkomplex aufgreifen, der die Jugendlichen beschäftigt, dass sie zielgruppengerecht und sowohl in formaler als auch inhaltlicher Hinsicht zweckmässig ausgestaltet sind (**Abbildung 16**).

Abbildung 16: Beurteilung der Relevanz und Zweckmässigkeit des Workshops durch Lehrpersonen



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=54 Lehrpersonen, davon jeweils 1–6 «Weiss nicht» und 1–3 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

In offenen Kommentaren benennen einzelne Lehrpersonen Optimierungspotenzial bei der Durchführung der Workshops: weniger Theorie und Sprechzeit der Workshop-Leitung, mehr Einbezug der Schülerinnen und Schüler; weniger Gespräche im Plenum, mehr Interaktion / Gruppenaktivitäten (damit die Jugendlichen interessiert bleiben und sich auch Personen beteiligen können, die dies in der grossen Runde nicht wollen oder können). Angeregt wird auch, die Workshop-Materialien zu aktualisieren – es habe sich in diesem Bereich in letzter Zeit einiges getan (Stichworte *body shaming* / *body positivity*). Einige Lehrpersonen beschreiben, dass die Jugendlichen toll mitmachen, sich abgeholt und verstanden fühlen, und dass es der Workshop-Leitung gut gelingt, die Umsetzung situativ der jeweiligen Klasse anzupassen. In einer Einzelnennung werden grundsätzliche Bedenken an Inhalt und Form des Workshops geäussert (ungeeignet für die nachhaltige Bearbeitung der Thematik, stereotype Fragen, zu sehr Referat, nicht adäquates / nicht in einen sicheren Rahmen eingebettetes Ansprechen auf intime Sachverhalte).

4.2 Unmittelbare Wirkungen

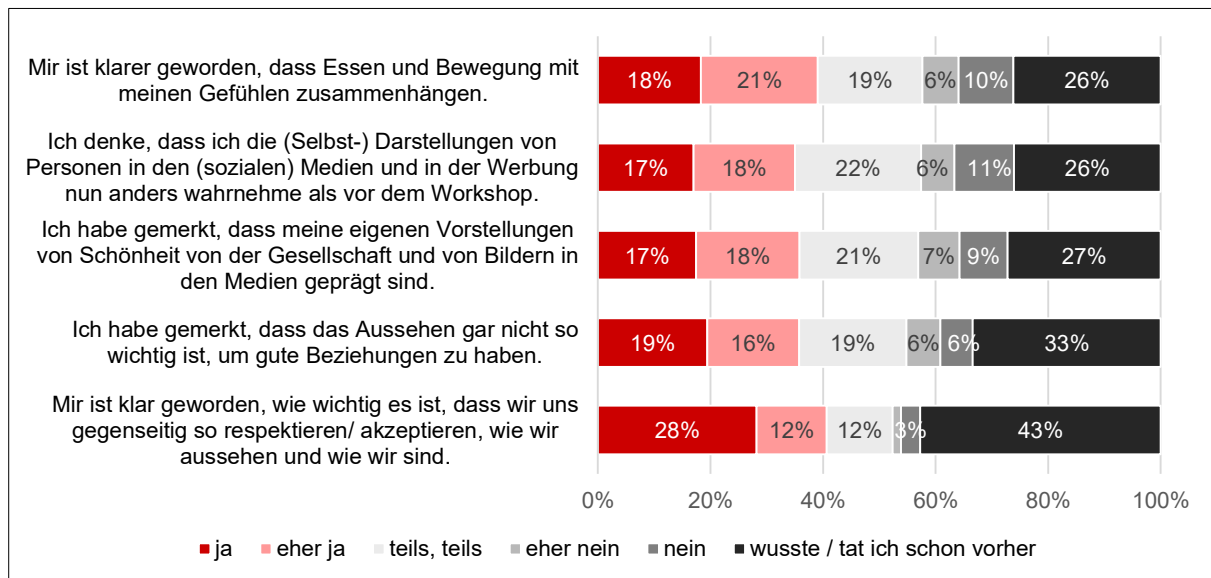
In der ersten Befragung der Jugendlichen unmittelbar im Anschluss an den Workshop wurde erhoben, inwiefern Lernziele auf der Wissensebene (Sensibilisierung) erreicht wurden und ob die Jugendlichen durch den Workshop für Einstellungs-, Wahrnehmungs- oder Verhaltensänderungen motiviert wurden (Veränderungsabsicht).

4.2.1 Sensibilisierung für Bodytalk-Themen

Zwischen 35 und 40% der Jugendlichen attestieren dem Workshop, bei ihnen etwas auf der Wissensebene ausgelöst zu haben, z.B. über den Zusammenhang zwischen Essen, Bewegung und Gefühlen oder die gesellschaftliche Prägung von Schönheitsidealen (**Abbildung 17**). Gleichzeitig geben zwischen 26 und 43% der Befragten an, dass diese Lerninhalte für sie nichts Neues waren. Am stärksten ausgeprägt sind diese beiden Pole beim letzten Item, dem Kernelement der Bodytalk-Haltung bzw. Methodik (Akzeptanz von Vielfältigkeit bei sich und anderen): 40% der Befragten bejahen die

Aussage, dass ihnen durch den Workshop klar geworden ist, wie wichtig gegenseitiger Respekt und Akzeptanz sind. Etwas mehr (43%) gibt an, dies schon vor dem Workshop gewusst zu haben.

Abbildung 17: Einschätzung Jugendliche zur Erreichung der Lernziele auf Ebene Wissen



Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 7–24 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Vertiefend wurde untersucht, ob das Geschlecht, das Alter, die Schulstufe, die Betroffenheit von Bodytalk-Themen sowie die Einbettung im Unterricht einen Einfluss darauf haben, ob die Jugendlichen dem Workshop Auswirkungen auf der Wissens- / Bewusstseinsebene zuschreiben (Antworten «ja» und «eher ja»)¹⁷. Teilnehmende, die selber von Bodytalk-Themen betroffen sind, stellen bei allen Items signifikant häufiger eine Veränderungen fest. Schwach signifikante geschlechts- und altersspezifische Effekte (90%-Niveau) zeigen sich bei der Wahrnehmung der (Selbst-)Darstellung von Personen in den (sozialen) Medien und dem Thema Akzeptanz (weibliche und jüngere Teilnehmende unter 15 Jahren stimmen diesen beiden Aussagen häufiger zu). Schülerinnen und Schüler auf Sekundarstufe I geben deutlich häufiger als Jugendliche anderer Schulstufen an, dass die Bedeutung der äusserlichen Erscheinung sich durch den Workshop relativiert hat. Keinen messbaren Effekt auf die Erreichung der Lernziele im Bereich Wissen / Sensibilisierung hat die Einbettung im Unterricht (Vor- und/oder Nachbereitung durch die Lehrperson).

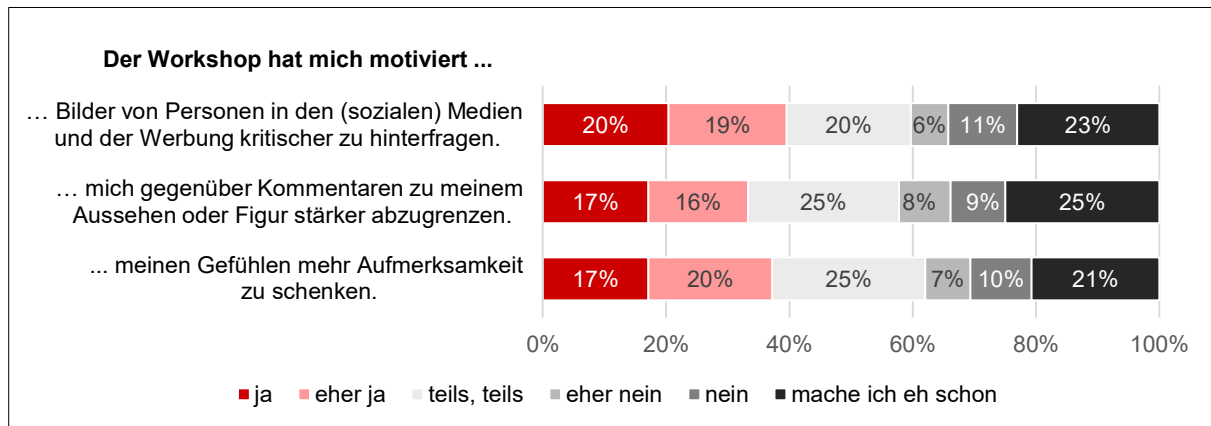
4.2.2 Veränderungsabsicht

Zu den angestrebten Einstellungsveränderungen von Bodytalk PEP gehört es, Jugendliche zum konstruktiven Umgang mit **Einflussfaktoren auf Körperbild und Selbstwert** zu motivieren und in ihnen den Wunsch zu wecken, sich gegen unrealistische Körper- und Leistungsideale abzugrenzen (vgl. Wirkungsmodell in Kap. 2.1). Wie **Abbildung 18** zeigt, geben 33 bis 39% der Befragten an, dass der Workshop diesbezüglich bei ihnen etwas bewirkt hat. Rund halb so viele (17%) wurden nicht zu Einstellungsveränderungen motiviert, zwischen 21 und 23% geben an, unabhängig vom Workshop Medienbilder kritisch zu hinterfragen, sich gegenüber Kommentaren zu ihrem Aussehen abzugrenzen und ihren Gefühlen Aufmerksamkeit zu schenken. In allen drei Punkten stellen Teilnehmende, die selber von Bodytalk-Themen betroffen sind, signifikant häufiger einen Effekt des Workshops fest. Mit Ausnahme des letzten Items (Gefühlen mehr Aufmerksamkeit schenken) trifft dies auch auf weibliche

¹⁷ Dafür wurden jeweils logistische Regressionen gerechnet.

Jugendliche eher zu als auf männliche. Ältere Jugendliche (ab 15 Jahren) sowie Teilnehmende aus Berufs- und Mittelschulen wurden durch den Workshop häufiger motiviert, ihren Gefühlen mehr Aufmerksamkeit zu schenken, als Jugendliche unter 15 Jahren bzw. Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I.

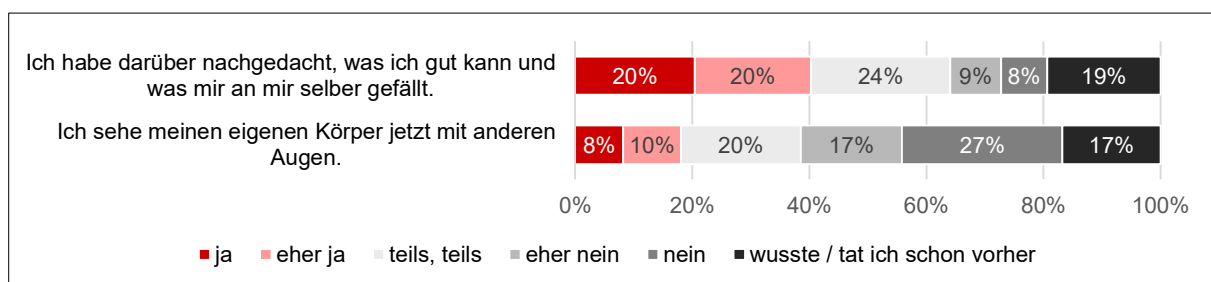
Abbildung 18: Einstellungsveränderungen (Einflussfaktoren auf Körperbild und Selbstwert):



Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 12–25 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Auf der Einstellungs- und Verhaltensebene zielt das Angebot Bodytalk PEP ausserdem darauf, dass Jugendliche eine realistische, positive **Selbstwahrnehmung** entwickeln und die eigenen Stärken und Fähigkeiten anerkennen. Wie **Abbildung 19** zeigt, geben 40% der Teilnehmenden an, dass der Workshop sie zu einer positiven Selbstreflexion angeregt hat, bei weiteren 24% war dies teilweise der Fall. Nur bei einer Minderheit der Jugendlichen (18%) hat der Workshop jedoch eine grössere Veränderung in der körperbezogenen Selbstwahrnehmung ausgelöst («sehe meinen Körper jetzt mit anderen Augen»). Wiederum zeigen die Vertiefungsanalysen, dass Teilnehmende, die selber von Bodytalk-Themen betroffen sind, eher einen Effekt des Workshops feststellen. Bei der Selbstreflexion (erstes Item) zeigt sich ein schwach signifikanter Zusammenhang mit der Schulstufe (Teilnehmende aus Gymnasialklassen geben seltener eine Veränderung an als solche aus der Sekundarstufe I); jüngere Jugendliche (unter 15 Jahren) berichten häufiger als ältere, dass sie ihren Körper nach dem Workshop mit anderen Augen sehen. Geschlechtsspezifische Unterschiede im Antwortverhalten gibt es keine.

Abbildung 19: Wirkungen des Workshops auf die Selbstwahrnehmung

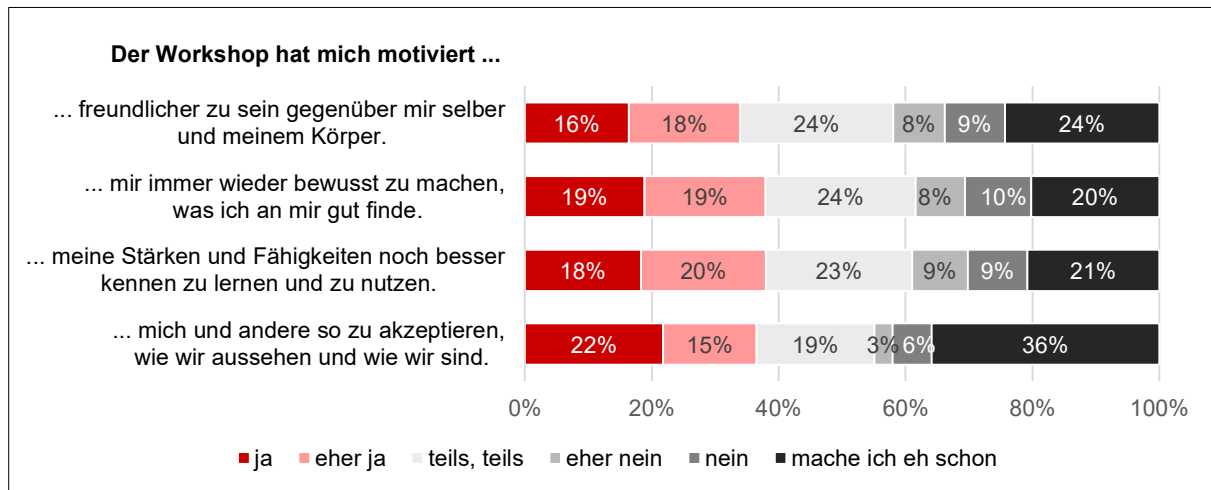


Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 7–24 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

In **Abbildung 20** ist dargestellt, inwiefern der Workshop die Teilnehmenden dazu motiviert hat, bei der Selbstwahrnehmung sowie im Umgang mit sich selbst und anderen etwas zu verändern. Auch hier zeigt sich – analog zu den Items in Abbildung 18 –, dass der Workshop bei einem guten Drittel der Befragten eine positive Veränderungsabsicht bewirkt hat (34 bis 38% «ja» oder «eher ja»), bei rund halb

so vielen (eher) nicht. Das Kernelement der Bodytalk-Haltung (Akzeptanz von sich und anderen) wird bei einem grossen Teil der Jugendlichen bereits unabhängig vom Workshop anerkannt und umgesetzt (36% «mache ich eh schon»).

Abbildung 20: Einstellungsveränderungen (Selbstwahrnehmung und Akzeptanz)

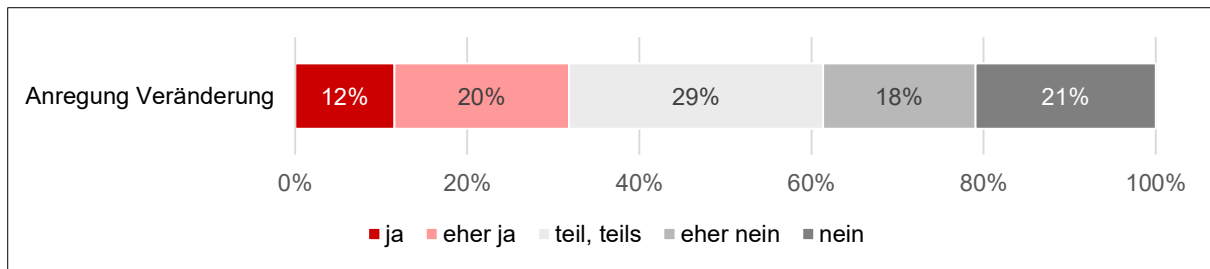


Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon jeweils 18–24 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Die Vertiefungsanalysen zu den Einflussfaktoren Geschlecht, Alter, Schulstufe und Betroffenheit von Bodytalk-Themen zeigen, dass insbesondere der Faktor «Betroffenheit» eine Rolle spielt. Teilnehmende, die selber von Bodytalk-Themen betroffen sind, stimmen sämtlichen 4 Aussagen deutlich häufiger zu. Auch jüngere Jugendliche (bis 15 Jahre) werden – mit Ausnahme des Items «Stärken und Fähigkeiten besser kennenlernen und nutzen» – häufiger als ältere Jugendliche vom Workshop zu Einstellungsänderungen motiviert. Geschlechtsspezifische Unterschiede sind schwach signifikant und nur bezüglich der Wahrnehmung / Nutzung eigener Stärken und Fähigkeiten festzustellen (weibliche Jugendliche sehen häufiger einen Effekt des Workshops als männliche). Unterschiede nach Schulstufe zeigen sich primär beim letzten Item (Akzeptanz): hier berichten Teilnehmende von Berufs- und Mittelschulen häufiger als Schülerinnen und Schüler auf Sekundarstufe I, dass der Workshop sie zu Einstellungsveränderungen motiviert hat.

Abbildung 21 zeigt die Gesamtbeurteilung der Jugendlichen hinsichtlich der Frage, ob der Workshop sie dazu angeregt hat, in ihrem Alltag etwas zu verändern. Dies ist für 22% der Befragten der Fall, weitere 29% nehmen vom Workshop zumindest teilweise eine Veränderungsabsicht mit. Knapp 40% der Teilnehmenden wurden vom Workshop (eher) nicht zu Veränderungen angeregt. Bei den untersuchten Einflussfaktoren hatte nur die eigene Betroffenheit von Bodytalk-Themen einen Einfluss auf die Veränderungsabsicht. Die Einbettung im Unterricht (Vor- und/oder Nachbereitung) scheint sich nur indirekt auszuwirken: Wird dieser Faktor als Kontrollvariable berücksichtigt, zeigen sich Unterschiede nach Schulstufen, d.h. Teilnehmende aus Gymnasialklassen, Berufs- und Mittelschulen geben eher an, dass der Workshop sie dazu angeregt hat, etwas zu verändern.

Abbildung 21: Anregung durch den Workshop, im Alltag etwas zu verändern

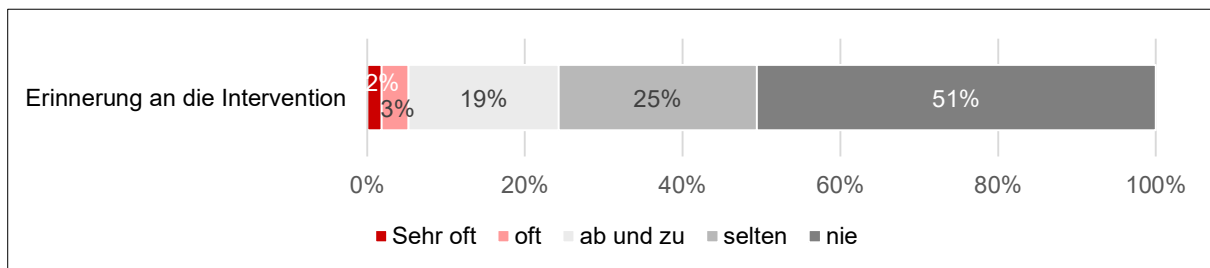


Quelle: Befragung Teilnehmende T1 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=831 Teilnehmende, davon 24 ohne Angaben).
Berechnungen BASS / B & A

4.3 Längerfristige Wirkungen

In der zweiten Befragung (rund 3 Monate nach dem Workshop) wurde zunächst danach gefragt, ob bzw. wie häufig die Jugendlichen seit dem Workshop an das zurückgedacht haben, was dort besprochen wurde (**Abbildung 22**). Nur 5% der Befragten haben oft oder sehr oft an den Workshop gedacht, weitere 19% ab und zu. Die grosse Mehrheit hat jedoch nie (51%) oder nur selten (25%) an das Besprochene zurückgedacht.

Abbildung 22: Erinnerung an die Intervention

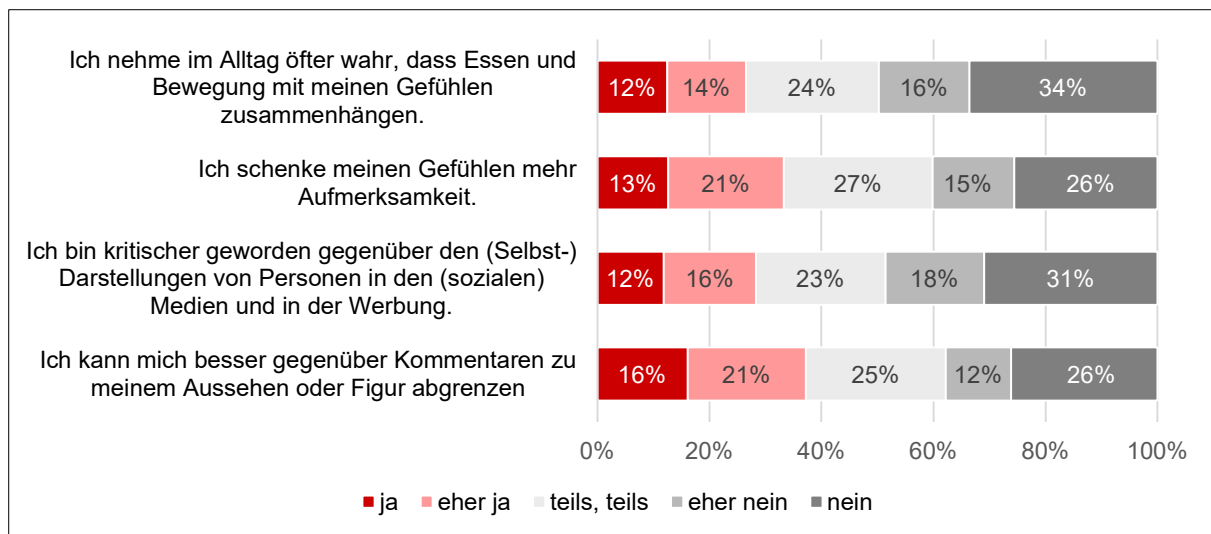


Quelle: Befragung Teilnehmende T2 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=619 Teilnehmende, davon 14 ohne Angaben).
Berechnungen BASS / B & A

Statistische Vertiefungsanalysen zeigen, dass weibliche Teilnehmende und Jugendliche der Sekundarstufe I eher an Besprochenes aus dem Workshop gedacht haben als männliche Teilnehmende und Jugendliche aus Gymnasialklassen. Zudem deuten die Vertiefungsanalysen darauf hin, dass sich Teilnehmende bei einer Einbettung des Workshops im Unterricht (Vor- und/oder Nachbereitung) eher an den Workshop erinnern.

Im Anschluss daran wurden die Jugendlichen zu spezifischen Veränderungen befragt («Hat sich seit dem Workshop etwas bei dir verändert?»). Obwohl der Workshop nur einer Minderheit der Befragten präsent geblieben ist, geben zwischen 26 und 37% der Befragten an, dass sich seit dem Workshop in ihrer Wahrnehmung (Zusammenhänge zwischen Essen, Bewegung und den eigenen Emotionen, Aufmerksamkeit für die eigenen Gefühle), ihrer Einstellung gegenüber Bildern in den (sozialen) Medien oder der Fähigkeit, sich gegenüber Kommentaren zum äusseren Erscheinen abzugrenzen, etwas verändert hat (vgl. **Abbildung 23**). Weitere 23 bis 27% geben an, teilweise solche Veränderungen wahrzunehmen. 38 bis 50% der Befragten stellen (eher) keine Veränderung fest. Zu beachten ist dabei die relativ hohe Anzahl der Befragten, welche keine Angaben machen konnte («Weiss nicht»).

Abbildung 23: Einschätzung zu Wahrnehmungs-, Einstellungs- und Verhaltensänderungen



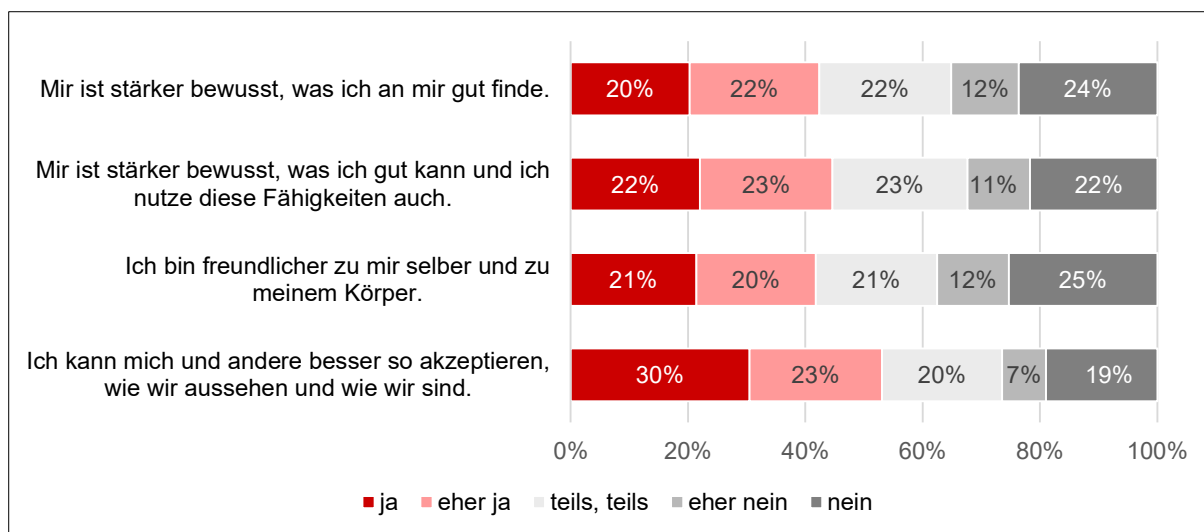
Quelle: Befragung Teilnehmende T2 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=619 Teilnehmende, davon 11–13 ohne Angaben und 69–111 mit der Antwort «weiss nicht»). Berechnungen BASS / B & A

Vertiefend wurde untersucht, ob das Geschlecht, das Alter, die Schulstufe, die Betroffenheit von Bodytalk-Themen sowie die Einbettung im Unterricht einen Einfluss darauf haben, inwiefern die Jugendlichen entsprechende Veränderungen wahrnehmen. Bei drei von vier Items zeigen sich geschlechtsspezifische Unterschiede: weibliche Jugendliche geben häufiger an als männliche, dass sie ihren Gefühlen stärker Aufmerksamkeit geben, dass sie kritischer geworden sind gegenüber Bildern in den (sozialen) Medien und dass sie sich besser gegen Kommentare abgrenzen können. Jugendliche, die zum Befragungszeitpunkt selber von Bodytalk-Themen betroffen sind¹⁸ – stellen ebenfalls häufiger Wahrnehmungs- und Verhaltensänderungen fest. Bei der Schulstufe zeigen sich keine klaren Effekte (teils stimmen Teilnehmende aus Gymnasialklassen, Berufs- und Mittelschulen den Aussagen eher zu als Jugendliche der Sekundarstufe I, teils ist es umgekehrt). Keinen messbaren Effekt hat die Einbettung im Unterricht (Vor- und/oder Nachbereitung durch die Lehrperson).

Aus **Abbildung 24** geht hervor, dass ein substanzieller Anteil der befragten Jugendlichen rund 3 Monate nach dem Workshop eine veränderte Selbstwahrnehmung und einen anderen Umgang mit sich selbst und anderen feststellt (wiederum gilt es zu beachten, dass relativ viele Befragungsteilnehmende hierzu keine Angaben machen konnten). 42 bzw. 45% (Anteile «ja» / «eher ja») geben an, dass sie sich ihrer positiven Eigenschaften und Fähigkeiten stärker bewusst sind. 41% der Befragten pflegen einen freundlicheren Umgang mit sich selber und über die Hälfte gibt an, dass sie sich und andere besser akzeptieren können so, wie sie sind. 26 bis 37% der Befragten stellen (eher) keine Veränderung fest.

¹⁸ Siehe Abbildung 28 in Anhang A-4.

Abbildung 24: Veränderungen in der Selbstwahrnehmung sowie im Umgang mit sich und anderen

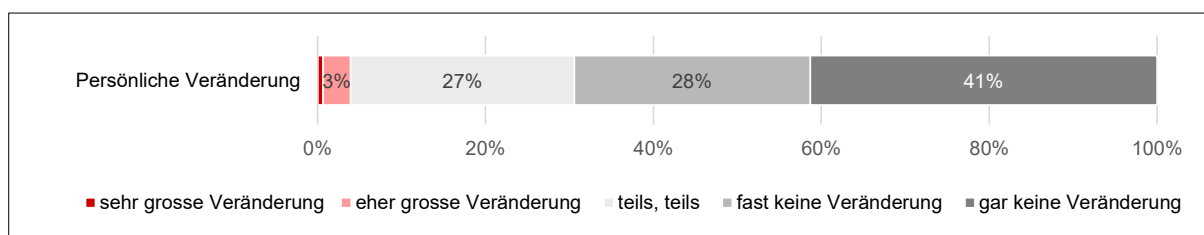


Quelle: Befragung Teilnehmende T2 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=619 Teilnehmende, davon 10–15 ohne Angaben und 71–91 mit der Antwort «weiss nicht»). Berechnungen BASS / B & A

Bezüglich der untersuchten Einflussfaktoren zeigen die Vertiefungsanalysen Unterschiede nach Alter, Betroffenheit und Schulstufe: Jugendliche unter 15 Jahren, Personen, die stärker vom Thema betroffen sind, sowie Schülerinnen und Schüler in Gymnasialklassen, Berufs- und Mittelschulen berichten häufiger von Veränderungen. Geschlechtsspezifische Unterschiede gibt es lediglich beim letzten Item: weibliche Jugendliche geben eher an als männliche, dass sie sich und andere seit dem Workshop besser akzeptieren können. Wiederum hat die Einbettung im Unterricht (Vor- und/oder Nachbereitung durch die Lehrperson) bei keinem der Items einen messbaren Effekt.

Bei der übergeordneten Einschätzung der Jugendlichen dazu, wie sehr der Workshop bei ihnen persönlich etwas verändert hat, zeigt sich ein ähnliches Muster wie bei der Erinnerung an die Intervention (siehe Abbildung 22 oben): Nur ein kleiner Anteil der Befragten nimmt eine sehr oder eher grosse Veränderung war, bei 27% ist dies teilweise der Fall. Die überwiegende Mehrheit (69%) stellt fast oder gar keine Veränderung fest.

Abbildung 25: Gesamtbeurteilung persönliche Veränderung



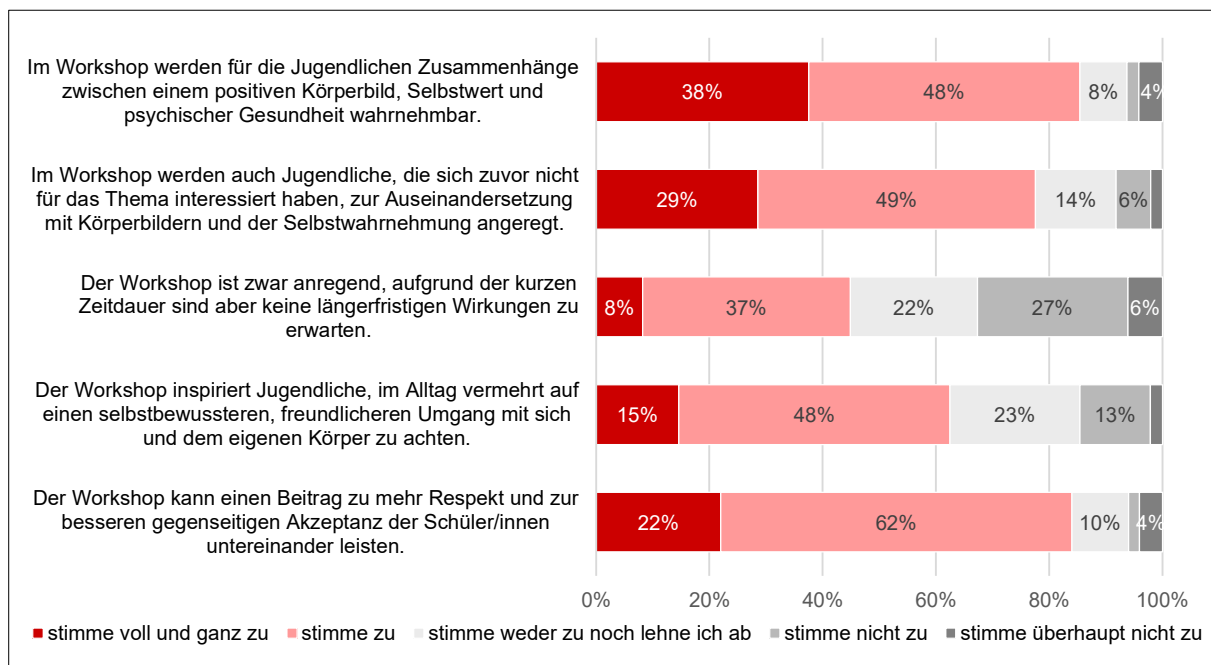
Quelle: Befragung Teilnehmende T2 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=619 Teilnehmende, davon 14 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

Bei weiblichen Teilnehmenden hat der Workshop gemäss statistischen Analysen eher zu persönlichen Veränderungen geführt als bei männlichen Teilnehmenden. Hinsichtlich des Alters zeigt sich, dass Jugendliche unter 15 Jahren eher Veränderungen angeben als ältere Jugendliche. Die Betroffenheit, die Schulstufe sowie die Einbettung im Unterricht (Vor- und/oder Nachbereitung durch die Lehrperson) bleiben ohne eindeutige Effekte auf die Gesamtbeurteilung der Workshops.

4.4 Einschätzung des Wirkungspotenzials durch Lehr- und Fachpersonen

In **Abbildung 26** ist dargestellt, wie die befragten Lehrpersonen die unmittelbaren und (potenziellen) längerfristigen Wirkungen des Workshops beurteilen. Die Antworten zeigen, dass die Workshops aus Sicht der Lehrpersonen die Lernziele auf der Sensibilisierungsebene gut erreichen: Die Befragten sind grossmehrheitlich der Ansicht, dass im Workshop die Zusammenhänge zwischen einem positiven Körperbild, Selbstwert und psychischer Gesundheit wahrnehmbar werden (85% Zustimmung), und dass auch Jugendliche, die sich zuvor nicht für Bodytalk-Themen interessiert haben, zu einer Auseinandersetzung mit Körperbildern und Selbstwahrnehmung angeregt werden (78%). Die Einschätzungen zu längerfristigen Wirkungen fallen heterogen aus: Einerseits sieht eine Mehrheit der Befragten ein Potenzial für Einstellungs- und Verhaltensänderungen (freundlicherer Umgang mit dem eigenen Körper, mehr Respekt und gegenseitige Akzeptanz, vgl. die untersten beiden Items in Abbildung 26). 45% der Befragten erwarten aufgrund der kurzen Zeitdauer des Workshops insgesamt aber keine nachhaltigen Effekte (Abbildung 26, drittes Item), während 33% dieses Wirkungspotenzial nicht ausschliessen (Anteile «stimme nicht zu» / «Stimme überhaupt nicht zu»).

Abbildung 26: Einschätzung des Wirkungspotenzials durch Lehrpersonen



Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=54 Lehrpersonen, davon jeweils 1–6 «Weiss nicht» und 1–3 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

In den Vertiefungsgesprächen mit Programmverantwortlichen, Beteiligten und weiteren Fachpersonen wurde auf das Wirkungspotenzial von Bodytalk-PEP-Workshops im Bereich der Verhältnisprävention hingewiesen. So würden Jugendliche, die über ein gesundes Körperbild verfügen (nicht direkt «betroffen» sind von der Thematik) dafür sensibilisiert, dass ihr Verhalten – z.B. Kommentare über das Aussehen von jemandem – bei anderen Personen etwas auslösen kann. Dies ist zusätzlich zur Akzeptanz und zum gegenseitigen Respekt, welche als zentrale Werte den Workshops zugrunde liegen, ein wichtiges Element, um bei betroffenen Jugendlichen die Entwicklung eines positiven Selbst- und Körperbilds zu unterstützen.

Faktoren, welche die Wirkungsentfaltung beeinflussen

Übereinstimmend bezeichnen die befragten Fachpersonen die Einbettung der Workshops im Unterricht bzw. das wiederholte Aufgreifen von Themen rund um Körperbild, Selbstwert und Emotionsregulation als entscheidend für die nachhaltige Wirkungsentfaltung bzw. für die Erreichung der Wirkungsziele von Bodytalk-PEP. Dies nicht nur, weil das Körperbild ein relativ stabiles Konstrukt ist («hohe Persistenz und Lösungsresistenz», vgl. Forrer, 2023). Jugendliche stünden in ihrer Reflexion der Themen Körperbild, Selbstwert etc. ausserdem an sehr unterschiedlichen Punkten: Bei manchen falle der Workshop bereits auf fruchtbaren Boden, bei anderen könne es sein, dass sich «Aha-Momente» (Bewusstseinswerdung, Einstellungsveränderungen) erst bei einer nochmaligen Thematisierung der Workshop-Inhalte einstellen. Vor diesem Hintergrund wurden im Vertiefungsworkshop Möglichkeiten zur systematischen Vertiefung der Workshop-Inhalte besprochen. Die Erweiterung des Angebots zu einer mehrteiligen Intervention (z.B. Durchführung von Folge-Workshops 1 Jahr später, standardisierte Vor- und Nachbereitungsmodule einige Monate vor und nach dem Workshop) werden zwar durchaus als wünschenswert, jedoch als organisatorisch komplex eingestuft, insbesondere aber als zu wenig niederschwellig und damit hinderlich für die Verbreitung des Angebots beurteilt. Hier zeigt sich ein Zielkonflikt zwischen der Nachhaltigkeit und der breiteren Implementierung von Interventionen wie Bodytalk PEP, welcher auch in der internationalen Literatur thematisiert wird (vgl. Alleva et al., 2015).

Nebst der Vor- oder Nachbereitung (z.B. mit den von der Fachstelle PEP bereitgestellten Materialien) werden von erfahrenen Fachpersonen auch situative inhaltliche Bezüge zu den Workshop-Themen als wichtig erachtet, sei es im Unterricht selber, sei es in der Klasse oder mit einzelnen Personen (z.B. wenn sich zeigt, dass jemand Körperbild-bezogene Schwierigkeiten hat). Idealerweise sollten Themen wie Körperbild, Selbstwert und Emotionsregulation Bestandteil alltäglicher Gefässe und Situationen werden: um Veränderungen herbeizuführen, brauche es Wiederholungen und alltagstaugliche Übungen. Für eine gute Einbettung der Workshops sei daher auch die Haltung der Lehrperson – aber auch der Schule insgesamt – entscheidend (welche Bedeutung wird dem Thema zugemessen, wie hoch ist die Bereitschaft sich darauf einzulassen). Diese Ebene lasse sich durch das Angebot Bodytalk PEP kaum beeinflussen, ebenso wenig die anderen Rahmenbedingungen, welche gemäss den durchgeführten Interviews die Einbettung der Workshops durch die Lehrpersonen behindern: der allgemeine Zeitmangel und die zahlreichen Ansprüche, welche an die Schule herangetragen werden. Die vorhandenen Materialien seien bereits ideal auf die Bedürfnisse der Lehrpersonen zugeschnitten (kostenlos, ohne grossen Aufwand einsetzbar).

Im Rahmen des Vertiefungsmoduls wurde zur Diskussion gestellt, inwiefern die Verwendung dieser Materialien bzw. die Einbettung im Unterricht stärker gefördert werden könnte. Bestrebungen, die Verwendung dieser Materialien stärker zu forcieren (z.B. indem die Workshops grundsätzlich an die Bedingung der Vor- oder Nachbereitung gekoppelt werden), werden allerdings nicht als zielführend erachtet: dies würde die Attraktivität und Niederschwelligkeit von Bodytalk PEP beeinträchtigen. Mögliche Lösungsansätze sehen Fachpersonen in einer stärkeren / expliziteren Anbindung von Bodytalk PEP an den Lehrplan 21 (wobei auch in der Kommunikation mit Schulen und Lehrpersonen zu betonen wäre, dass der Workshop einen Teil des Lehrplans abdeckt). Auch mit einer besseren Anerkennung dessen, was Schulen und Lehrpersonen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention bereits leisten, wäre nach Ansicht der Fachpersonen wichtig, um Multiplikator/innen im Schulsetting für entsprechende Anliegen zu gewinnen (Botschaft, dass das Aufgreifen der Bodytalk-Themen nicht ein neues Zusatzanliegen, sondern eine Ergänzung des bestehenden Engagements darstellt).

Für die nachhaltige Wirkungsentfaltung bzw. die Zielerreichung der Workshops sehen Fachpersonen nicht nur die Einbettung an den Schulen, sondern auch die familiäre Lebenswelt als zentrales

Handlungsfeld. Ein Entwicklungspotenzial für die Sensibilisierung von Eltern und Bezugspersonen zum Thema Körperbild / Selbstwert / Emotionsregulation wird bei Elternabenden oder Veranstaltungen des Elternrats gesehen. In einem Vertiefungsgespräch wurde ausserdem angeregt, über eine Ansprache der Jugendlichen auch ausserhalb des Schulsettings nachzudenken (z.B. Videos oder Beiträge auf Social Media), um die Zielgruppe ergänzend auf anderen Kanälen zu erreichen.

Vor dem Hintergrund der geschlechtsspezifischen Unterschiede bei der Resonanz und den Wirkungen der Workshops (grössere Resonanz und häufigere berichtete Wirkungen bei weiblichen Teilnehmenden) und den Rückmeldungen einzelner Jugendlicher, welche im geschlechtergemischten Setting Unbehagen empfanden, wurde im Vertiefungsmodul diskutiert, inwiefern die Ausgestaltung des Workshops geeignet ist, um die angestrebten Wirkungen bei beiden Geschlechtern zu erzielen. Zum einen zeige die Erfahrung in der Praxis, dass Mädchen und junge Frauen vielfach direkter vom Thema und von der Art des Workshops angesprochen sind, Jungs und junge Männer teilweise etwas länger brauchen, jedoch durchaus auch abgeholt werden. Inwiefern die Workshops bei männlichen Teilnehmenden resonieren, käme auch auf allgemeine Klassendynamik und die situativen Bedingungen an, auf die es die Workshop-Leitenden ohnehin möglichst anzupassen versuchen. Die Chance der gemischtgeschlechtlichen Durchführung bestehe dabei v.a. darin, dass Mädchen und Jungen sich darüber austauschen, wie sie von gemeinsamen oder auch unterschiedlichen Stereotypen und Schönheitsidealen betroffen und geprägt sind. Mit den übergeordneten Themen des Workshops – Emotionsregulation, Identitätsbildung – werde die gesamte Altersgruppe unabhängig vom Geschlecht angesprochen.¹⁹ Gleichwohl wird vonseiten Fachpersonen angeregt, bei der Weiterentwicklung des Angebots die Frage zu vertiefen, inwiefern mit Anpassungen am Workshop die bisher nicht so gut erreichten Subgruppen besser angesprochen werden könnten. Dabei empfehle sich eine partizipative Vorgehensweise, um spezifisch auf die Anliegen und Bedürfnisse der Zielgruppen eingehen zu können.

5 Wirkungen bei Multiplikatorinnen und Multiplikatoren

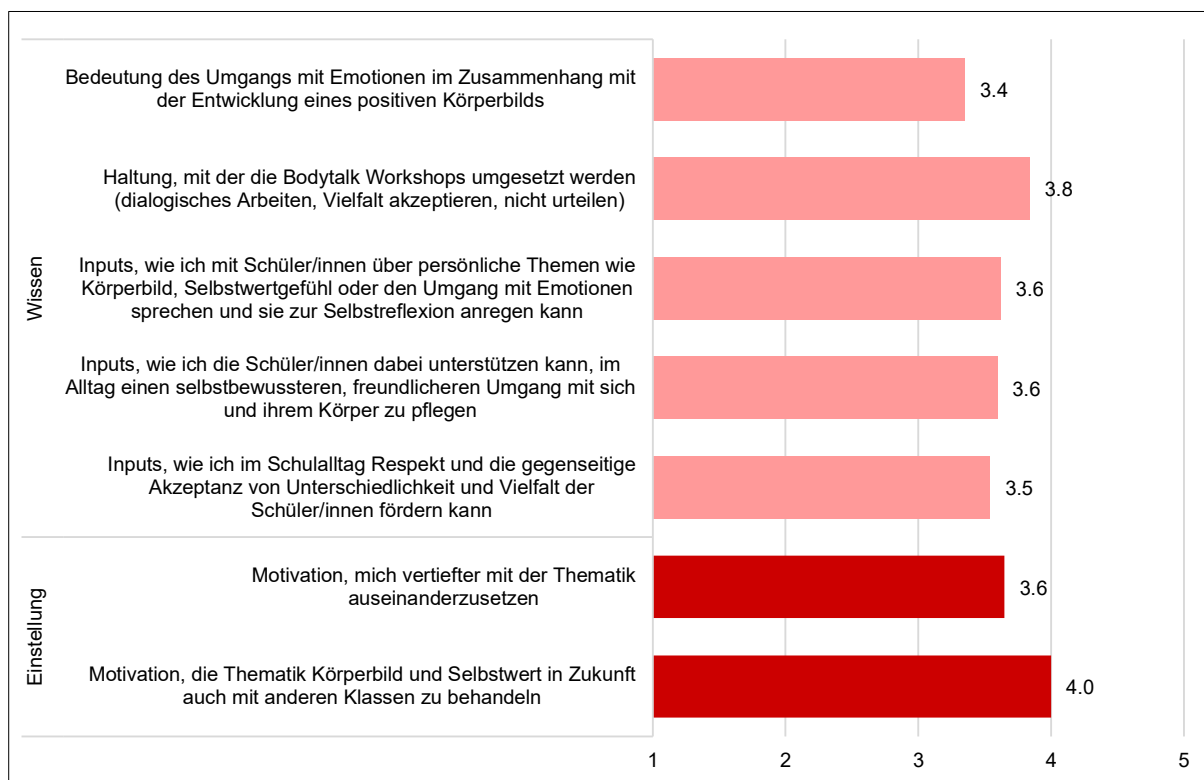
Die angestrebten Wirkungen von Bodytalk PEP auf Lehrpersonen und weitere Multiplikator/innen sind einerseits auf der Wissensebene angesiedelt und umfassen nebst der **Sensibilisierung** für Bodytalk-Themen und der Vermittlung der Bodytalk-PEP Haltung auch die **Befähigung** der Lehrpersonen, mit Jugendlichen dialogisch zu arbeiten, sie zur Selbstreflexion anzuregen und Jugendliche (individuell und kollektiv) bei der Integration von Bodytalk Inhalten in ihrem Alltag zu unterstützen. Darüber hinaus soll das Angebot Bodytalk PEP Lehrpersonen **motivieren**, sich weiterhin mit Bodytalk-Themen auseinanderzusetzen und dieses in ihrer Arbeit mit den Jugendlichen zu verankern (vgl. Wirkungsmodell in Kap. 2.1, Spalte «Outcome Multiplikator/innen»).

Abbildung 27 zeigt, wie gross die befragten Lehrpersonen den Beitrag des Workshops (inkl. allfälliger Vor- bzw. Nachbereitung) zu verschiedenen Aspekten der Wissens- und Einstellungsebene einschätzen. Gezeigt werden die Mittelwerte der 5-er-Antwortskala (1=geringer Beitrag, 5=grosser Beitrag). Besonders gut scheint es im Workshop zu gelingen, den Lehrpersonen die Haltung zu vermitteln, mit der die Bodytalk-Workshops umgesetzt werden (dialogisches Arbeiten, Vielfalt akzeptieren, nicht urteilen: Mittelwert 3.8), sowie sie zu motivieren, die Thematik Körperbild und Selbstwert in Zukunft auch mit anderen Klassen zu behandeln (Mittelwert 4.0). Etwas weniger bedeutsam eingeschätzt wird der Beitrag des Workshops zur Befähigung der Lehrpersonen, mit Jugendlichen über Bodytalk-Themen zu

¹⁹ Der Wunsch nach geschlechtergetrennten Workshops wird bei der Fachstelle PEP regelmässig vorgebracht und diskutiert. Aus Sicht der Fachstelle gibt es zwar viele Vorteile eines solchen Settings, die Argumente für eine gemischtgeschlechtliche Durchführung aber überwiegen. Der Aspekt, dass die übergreifenden Themen des Workshops unabhängig vom Geschlecht für die Jugendlichen relevant sind, wurde auch von weiteren Fachpersonen vorgebracht.

sprechen und die Entwicklung eines positiven körperbezogenen Selbstwerts zu unterstützen (Mittelwerte 3.5 bis 3.6). Insgesamt attestieren die befragten Lehrpersonen dem Workshop einen mittleren bis positiven Beitrag zur Erreichung der angestrebten Outcomeziele; nur eine Minderheit von 7 bis 15% ist jeweils der Ansicht, dass der Workshop hierzu kaum etwas beiträgt (Antwort 1 oder 2, in der Abbildung nicht dargestellt).

Abbildung 27: Wirkungen des Workshops auf Ebene Wissen und Einstellungen (Lehrpersonen)



Frage: Inwiefern hat der Workshop (inkl. allfälliger vor-/Nachbereitung) Ihnen die folgenden Inhalte vermittelt bzw. bewusst gemacht? Quelle: Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022 (n=54 Lehrpersonen, davon 4–8 «Weiss nicht» und 3–6 ohne Angaben). Berechnungen BASS / B & A

6 Diskussion und Schlussfolgerungen

Im Folgenden werden die zentralen Evaluationsergebnisse zusammenfassend dargestellt und in den Forschungsstand eingebettet, Bilanz zu den Resultaten und Wirkungen des Programms Bodytalk PEP gezogen und Empfehlungen für die Weiterentwicklung und Verankerung des Angebots formuliert.

6.1 Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Programms

Akzeptanz und Zweckmässigkeit

Die Workshops Bodytalk PEP werden von einer grossen Mehrheit der befragten Jugendlichen positiv aufgenommen, sie können inhaltlich gut folgen und zeigen auch Bereitschaft, sich auf die Themen einzulassen. Die offenen Rückmeldungen aus der Online-Befragung zeigen, dass viele Jugendliche den Workshop spannend finden, Spass haben und es auch wichtig finden, den besprochenen Themen Aufmerksamkeit zu schenken. In der Gesamtbeurteilung vergibt ein Drittel der befragten Jugendlichen die maximale Punktzahl (5 Sterne), im Mittel wird der Workshop mit 3.8 Sternen bewertet. Knapp 75% würden ihren Freundinnen und Freunden den Workshop weiterempfehlen.

Die befragten Lehrpersonen sind mehrheitlich der Ansicht, dass die Bodytalk-Workshops einen Themenkomplex aufgreifen, der die Jugendlichen beschäftigt, dass die Intervention zielgruppengerecht und sowohl in formaler als auch inhaltlicher Hinsicht zweckmässig ausgestaltet ist. Damit bestätigen sich die Resultate der Evaluation von Bolliger Salzmann & Abel (2012), welche zum Schluss gekommen war, dass Aufbau und Inhalte der Workshops Bodytalk PEP altersgerecht ausgestaltet sind und die Intervention von den Jugendlichen gut aufgenommen wurde. Das Thema Körperbild im Kontext von Selbstwertgefühl und psychischer Gesundheit ist seit längerem aktuell. Die besonderen Vulnerabilitäten junger Menschen haben sich im Zuge der Covid-19-Pandemie jedoch noch einmal verschärft gezeigt (Jäggi et al., 2022; Stocker et al., 2023).

Eine wichtige Gelingensbedingung für die Akzeptanz und Resonanz der Workshops ist die Fähigkeit der Workshop-Leitenden, Ablauf und Inhalte jeweils situativ auf die Teilnehmenden (Gruppendynamiken, Interesse, Offenheit, Betroffenheit etc.) anzupassen und auf die Jugendlichen einzugehen. Auch in dieser Hinsicht stehen die Ergebnisse der vorliegenden Evaluation in Einklang mit Bolliger Salzmann & Abel (2012), wonach die einfühlsame, fachkompetente und offene Art der Workshop-Leitenden aus Sicht von Multiplikator/innen als entscheidender Erfolgsfaktor gilt.

Eine Minderheit der Jugendlichen fühlt sich von den Workshops etwas weniger gut angesprochen. Die Evaluationsergebnisse zeigen, dass insbesondere männliche Jugendliche und solche, die nicht selber von Bodytalk-Themen betroffen sind, signifikant häufiger zu dieser Gruppe gehören. Inwiefern diese (und allenfalls weitere) Subgruppen mit methodischen oder inhaltlichen Anpassungen an den Workshops allenfalls besser erreicht werden könnten oder ob es sich – bei einem Angebot, das für die Schulen zwar freiwillig ist, für die Jugendlichen hingegen nicht – kaum vermeiden lässt, dass sich eine Minderheit nicht bzw. weniger angesprochen fühlt, müsste im Rahmen der Weiterentwicklung des Angebots vertieft geprüft werden. Zu den konkreten Vorschlägen, die Jugendliche, Lehrpersonen und weitere Fachpersonen in den durchgeführten Erhebungen im Hinblick auf den Workshop generell formuliert haben, gehören ein Ausbau der interaktiven Elemente (weniger Plenum, mehr Partizipation der Jugendlichen) und eine Aktualisierung der Inhalte (z.B. heteronormative Stereotypen / LGBTIQ+-Thematik; Body Positivity; Body Neutrality).

Unmittelbare und längerfristige Wirkungen auf Jugendliche

Die Lerninhalte der Bodytalk-Workshops sind zwar für gut ein Viertel der Jugendlichen an sich nichts Neues, bei 35 bis 40% der Befragten findet jedoch eine Sensibilisierung zum Thema statt, z.B. über den Zusammenhang zwischen Essen, Bewegung und Gefühlen oder der gesellschaftlichen Prägung von Schönheitsidealen. In diesem Rahmen liegt auch der Anteil der Befragten, welche nach dem Workshop motiviert sind, etwas zu verändern oder auf bestimmte Dinge mehr zu achten. Nach Einschätzung der befragten Lehrpersonen werden die Lernziele auf der Sensibilisierungsebene gut erreicht. Sie sind mehrheitlich auch der Ansicht, dass Jugendliche, die sich zuvor nicht für Bodytalk-Themen interessiert haben, zu einer Auseinandersetzung mit Körperbildern und Selbstwahrnehmung angeregt werden.

Vertiefungsanalysen zeigen, dass die Workshops vor allem bei denjenigen Jugendlichen etwas auslösen, die selber Schwierigkeiten haben mit Körperbild / Selbstakzeptanz («Betroffenheit» von Bodytalk-Themen). Zu dieser Gruppe gehören häufiger Mädchen und junge Frauen; in der gesamten Stichprobe haben 60% der Befragten bei mindestens 1 von 4 Items eine Antwortmöglichkeit gewählt, die auf eine gewisse Betroffenheit von Bodytalk-Themen schliessen lässt (vgl. Abbildung 11 in Kap. 4). In der Tendenz sind es auch eher weibliche Jugendliche sowie die jüngeren Teilnehmenden (unter 15 Jahren), bei denen die Workshops auf Ebene der Sensibilisierung und Veränderungsabsicht etwas

bewirken. Die festgestellten geschlechtsspezifischen Unterschiede stehen in Einklang mit internationalen Wirkungsanalysen zum Workshop *Dove confident me*²⁰, wonach weibliche Jugendliche unmittelbar nach dem Workshop häufiger über Einstellungs-, Wahrnehmungs- und Verhaltensänderungen berichten als männliche (Diedrichs et al., 2015).

Nach drei Monaten berichtet nur eine kleine Minderheit der Jugendlichen, dass der Workshop bei ihnen noch nachklingt (5% denken oft oder sehr oft an den Workshop zurück, 19% ab und zu). In der Gesamtbewertung sind ebenfalls nur wenige Jugendliche der Ansicht, dass der Workshop bei ihnen persönlich etwas verändert hat. Bei den Fragen nach spezifischen Veränderungen auf der Wissens-, Einstellungs- und Verhaltensebene geben jedoch zwischen 26 und 53% der Jugendlichen an, dass sie seit dem Workshop einen Unterschied feststellen. Besonders deutlich ist der Effekt der Workshops auf die Selbstwahrnehmung (vgl. Abbildungen 23 und 24 in Kap. 4.3). Auch hier zeigt sich, dass die längerfristigen Wirkungen häufiger von Jugendlichen berichtet werden, welche von Bodytalk-Themen persönlich betroffen sind (wobei die «Betroffenheit» als Einflussfaktor etwas weniger ausgeprägt scheint als zum Zeitpunkt des Workshops). Wiederum geben jüngere und weibliche Teilnehmende eher an, dass sich bei ihnen etwas verändert hat.

Das Wirkungspotenzial eines 90-minütigen Workshops ist primär bei der Sensibilisierung zu Bodytalk-Themen anzusiedeln. Entsprechende Effekte konnten bereits in der vorgängigen Evaluation von Bodytalk PEP nachgewiesen werden (z.B. Sensibilisierung für das Erkennen der Motivation zum Essen; Erkennen, dass die Persönlichkeit den eigenen Freundinnen und Freunden wichtiger ist als das Aussehen, vgl. Bolliger Salzmann & Abel, 2012; Fässler et al., 2014). Sowohl die Ergebnisse von Bolliger Salzmann & Abel (2012) wie auch internationale Studien zu vergleichbaren Interventionen zeigen, wie schwierig es ist, direkte Auswirkungen einer punktuellen Präventionsmassnahme wie Bodytalk PEP auf relativ stabile Persönlichkeitseigenschaften wie das Körperbild nachzuweisen (Yager et al., 2013).

Vor diesem Hintergrund sind aus Sicht der befragten Fachpersonen die Befragungsergebnisse und damit der Wirkungsgrad der Workshops positiv zu bewerten. Mit den Workshops im Umfang von 2 Lektionen gelingt es, trotz einer hohen Präsenz dieser Thematik unter Jugendlichen eine zusätzliche Sensibilisierung zu erzielen und sie zu Veränderungen zu motivieren. Auch die dokumentierten längerfristigen Wirkungen werden von Fachpersonen als gutes Resultat eingeschätzt. Die Ergebnisse reflektieren aus ihrer Sicht, dass Veränderungen in kleinen Schritten passieren und der – bewusst niederschwellig gehaltene – Workshop die Grundlage für allmähliche Bewusstseins- und Verhaltensänderungen legt. Die Fachpersonen betonen daher, dass der Workshop als «erster Schritt» zu betrachten ist und die nachhaltige Unterstützung der Jugendlichen in der Entwicklung eines positiven Körper- und Selbstbilds ein wiederholtes Aufgreifen der Bodytalk-Themen erfordert.

Einbettung der Workshops

In vielen Schulen werden regelmässig Bodytalk-Workshops durchgeführt und/oder ist Bodytalk PEP Bestandteil des schulischen Präventionskonzepts. Bei rund 75% der Workshops findet eine Vor- und/oder Nachbereitung durch die Lehrperson statt. Dabei nutzen Lehrpersonen häufiger eigene Materialien als diejenigen der Fachstelle PEP. Nach dem Workshop werden insbesondere auch Materialien des Dove-Projekts für mehr Selbstwertgefühl eingesetzt. Basierend auf den verfügbaren Datengrundlagen (Nutzungsdaten, Befragungsergebnisse) lassen sich keine eindeutigen Schlüsse ziehen, welche Bedeutung die Begleitmaterialien für die Umsetzung der Workshops haben. Diejenigen Lehrpersonen, welche mit den Materialien der Fachstelle PEP arbeiten, sind damit insgesamt sehr zufrieden.

²⁰ Wie erwähnt ist Bodytalk PEP eine Adaptation der von Dove entwickelten Workshops.

Die Vor- und Nachbereitung der Workshops bzw. das wiederholte Aufgreifen der Kernthemen rund um Körperbild, Selbstwert und Emotionsregulation sind nach Einschätzung von Fachpersonen (sowie gemäss Befunden und Empfehlungen aus der Literatur) zentral, um nachhaltige Wirkungen auf die Entwicklung eines gesunden Körper- und Selbstwertgefühls zu erzielen. In den für die Evaluation erhobenen Daten bzw. den statistischen Analysen hat sich die Einbettung der Workshops in den Unterricht indes nicht als bedeutender Einflussfaktor auf die Nachhaltigkeit der Intervention erwiesen. Dies mag allenfalls damit zu tun haben, dass die aus fachlicher Sicht entscheidenden Haltungsfragen von Lehrpersonen und das alltägliche / situative Aufgreifen von Bodytalk-Themen in der Befragung nicht erfasst wurde. In der internationalen Forschungsliteratur gibt es hingegen Hinweise, dass das mehrfache Aufgreifen der Bodytalk-Themen die Zielerreichung bzw. die Nachhaltigkeit der Workshops begünstigt. So stellen Diedrichs et al. (2015) unmittelbar im Anschluss an einen Dove-Workshop²¹ (*Dove confident me*) gewisse positive Veränderungen fest, z.B. ein höheres Bewusstsein für den Einfluss sozialer und gesellschaftlicher Körpernormen auf das eigene Körperbild. Mehrere Wochen nach der Intervention waren diesbezüglich jedoch keine Wirkungen mehr nachweisbar. Mehrteilige Interventionen scheinen dagegen stärkere Effekte zu erzielen (Alleva et al., 2015; Sharpe et al., 2018). Hier besteht bei der Ausrichtung entsprechender Angebote ein Spannungsfeld zwischen der Reichweite (möglichst viele Jugendliche sollen erreicht werden, was für ein einmaliges / niederschwelliges Angebot spricht) und der Nachhaltigkeit der Intervention (möglichst hohe Wirkung bei den Teilnehmenden, was für ein mehrteiliges Angebot spricht, vgl. Alleva et al., 2015). Die Fachstelle PEP ist sich dieses Spannungsfelds bewusst. Der niederschwellige Ansatz ist aufgrund der zeitlichen und finanziellen Ressourcen der Kantone und Schulen das geeignetere Format, um Jugendliche zu erreichen. Gleichzeitig wird versucht, die Voraussetzungen für eine nachhaltige Wirkungsentfaltung wenn möglich zu begünstigen.

Wirkungsebene Multiplikator/innen

Alles in allem sind 80% der befragten Lehrpersonen mit dem Angebot des Workshops Bodytalk PEP (Vorbereitung, Durchführung, Begleitmaterialien, Beratung etc.) zufrieden. Die Befragung der zuständigen Lehrpersonen zeigt, dass es mit der Beteiligung am Workshop (Teilnahme und/oder Einbettung in den Unterricht) gelingt, wichtige Wirkungsziele auf Ebene Multiplikator/innen zu erreichen (Vermittlung der Bodytalk-Haltung: dialogisches Arbeiten, Vielfalt akzeptieren, nicht urteilen). Etwas weniger bedeutsam eingeschätzt wird der Beitrag des Workshops zur Befähigung der Lehrpersonen, mit Jugendlichen über Bodytalk-Themen zu sprechen und die Entwicklung eines positiven körperbezogenen Selbstwerts zu unterstützen.

Lehrpersonen und weitere Multiplikator/innen werden primär über die Teilnahme an Bodytalk-Workshops und die (allfällige) Nutzung der Materialien erreicht. Die übrigen Angebote (Schulungen, Weiterbildungen für Lehrpersonen; Veranstaltungen für Eltern) werden nur vereinzelt nachgefragt. Die im Evaluationszeitraum durchgeführten Aktivitäten richteten sich grösstenteils an künftige Multiplikator/innen (Lehrpersonen in Ausbildung sowie angehende Fachpersonen Betreuung). Die Sensibilisierung für Bodytalk-Themen und die Schulung von Lehrpersonen bereits während der Ausbildung ist als wichtiger Ansatzpunkt einzustufen. Generell scheint auf der Verhältnisebene (schulisches und familiäres Umfeld) jedoch noch weiteres Entwicklungspotenzial zu liegen, um die nachhaltige Wirkungsentfaltung der Workshops zu begünstigen. Wie die Angebote für Multiplikator/innen bekanntgemacht und verbreitet werden und welche Wirkungen sie entfalten, stand nicht im Fokus der vorliegenden Evaluation. Bei der Weiterentwicklung von Bodytalk PEP stellt sich dennoch die Frage, welchen Stellenwert die Verhältnisebene innerhalb des Gesamtangebots künftig einnehmen soll, bzw. welche

²¹ Bodytalk PEP beruht teilweise auf Inhalten des Dove Projekts für mehr Selbstwertgefühl bzw. ist eine Adaptation der von Dove entwickelten Workshops.

Einflussmöglichkeiten Bodytalk PEP in diesem Bereich realistischerweise hat. Auf die Schwierigkeit der Zielgruppenerreichung (vielbeschäftigte Lehrpersonen, Teilnahme an Elternveranstaltungen hauptsächlich durch Personen, die bereits sensibilisiert sind) wurde sowohl in der vorgängigen Evaluation (Bolliger Salzmänn & Abel, 2012) wie auch in den vorliegend durchgeführten Erhebungen hingewiesen.

6.2 Fazit und Empfehlungen

Bodytalk PEP zielt auf Sensibilisierung, Einstellungs- und Wahrnehmungsveränderungen im Bereich der Schutz- und Risikofaktoren, welche für die Entwicklung eines gesunden Körperbilds (und damit auch für die psychische Gesundheit ganz allgemein) zentral sind. Mit der hohen Akzeptanz des Workshops Bodytalk PEP bei den Zielgruppen scheinen die Voraussetzungen für die Wirkungsentfaltung des Angebots gegeben. Jugendliche, die selber Schwierigkeiten haben mit Körperbild / Selbstakzeptanz (und damit von Bodytalk-Themen «betroffen» sind), werden von Bodytalk PEP sehr gut erreicht: Sie werden niederschwellig und auf nicht stigmatisierende Weise angesprochen und berichten signifikant häufiger von Einstellungs-, Wahrnehmungs- und Verhaltensänderungen. Zudem sind es eher weibliche Jugendliche sowie die jüngeren Teilnehmenden (unter 15 Jahren), bei denen die Workshops kurz- und längerfristig etwas bewirken. Der Wirkungsgrad des Workshops als einmalige Intervention ist basierend auf den Befragungsergebnissen als sehr gut ausgeschöpft einzustufen. Für die nachhaltige Wirkungsentfaltung bzw. die Fortsetzung der Sensibilisierungs-, Einstellungs- und Verhaltensänderungen, welche mit dem Workshop angeregt werden sollen, ist die wiederholte Auseinandersetzung mit Bodytalk-Themen wesentlich. Hier befindet sich das Angebot im Spannungsfeld zwischen der Nachhaltigkeit und Niederschwelligkeit der Intervention, wobei die Einbettung der Workshops durch die Lehrpersonen vom Angebot Bodytalk PEP nur begrenzt beeinflusst werden kann.

Gestützt auf die Evaluationsergebnisse werden für die Weiterentwicklung und Implementierung des Angebots PEP folgende Empfehlungen abgeleitet:

Empfehlung 1: Angebot beibehalten und Zugang sicherstellen

Bodytalk PEP adressiert mit den Themen Körperbild und Selbstwertgefühl wichtige Risiko- und Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit im Jugendalter. Die Themen sind seit längerem aktuell und die Erfahrungen der Pandemie haben das Bewusstsein für die besonderen Vulnerabilitäten junger Menschen und für die Bedeutung präventiver Angebote in diesem Bereich zusätzlich geschärft. Das Angebot zeigt Wirkungen im Bereich der Sensibilisierung und motiviert Jugendliche für Verhaltensänderungen. Vor diesem Hintergrund wird empfohlen, das Angebot aufrechtzuerhalten und möglichst vielen Jugendlichen den Zugang zu den Workshops zu ermöglichen. Um die Kontinuität zu gewährleisten, bietet sich eine Verstetigung und weitere Verankerung innerhalb der bewährten Gefässe der kantonalen Aktionsprogramme an.

Empfehlung 2: In die Weiterentwicklung des Angebots investieren

Bodytalk PEP wird von den Zielgruppen insgesamt positiv bewertet und schöpft sein Wirkungspotenzial bereits gut aus. Dennoch zeigen die Rückmeldungen auch, dass das Angebot mit einer Revision der Workshopmodule, -modalitäten und Arbeitsmaterialien noch optimiert werden könnte. Angeregt wird, aktuelle Trends und Themen in die Workshop-Module zu integrieren, um sicherzustellen, dass Jugendliche in ihrer Lebensrealität «abgeholt» werden. Dazu gehören etwa die heteronormative Prägung von Schönheitsidealen (stärkerer Fokus auf LGBTIQ+-Themen) oder Konzepte wie Body Positivity / Body Neutrality. Auch die sozialen Medien und deren Wirkungsweise auf die psychische

Gesundheit (Stichwort «toxic beauty content») könnte allenfalls vertieft werden.²² Im Rahmen der inhaltlichen Weiterentwicklung ist zu prüfen, inwiefern gewisse Subgruppen (z.B. männliche Jugendliche) mit der thematischen Ausrichtung der Workshops besser angesprochen werden könnten. Auch die Begleitmaterialien zur Vor- und Nachbereitung der Workshops sollten entsprechend den genannten Themen überarbeitet werden. Für die Revision der Workshop-Module und Materialien wird angeregt, die jeweiligen Zielgruppen partizipativ einzubinden (z.B. betroffene und nicht-betroffene Jugendliche, LGBTIQ+ Personen, unterschiedliche Altersgruppen, Mädchen und Jungs; ggf. auch Lehrpersonen, welche die Einsetzbarkeit der Materialien unter dem Aspekt des Zeitmangels beurteilen) und auch methodische Anpassungen bei den Workshops zu prüfen, bzw. Elemente einzubauen, welche die Workshops interaktiver gestalten und die Partizipation der Jugendlichen fördern.

Empfehlung 3: Die Einbettung der Workshops unterstützen

Die Einbettung der Workshops sowie die wiederholte Auseinandersetzung mit Bodytalk-Themen standen zwar nicht im Zentrum der Evaluation, das Aufgreifen von Bodytalk-Themen und die Haltung dazu im schulischen und familiären Umfeld werden jedoch als grundsätzlich wichtige Elemente für die nachhaltige Wirkungsentfaltung erachtet. Im Rahmen der Weiterentwicklung von Bodytalk PEP wird aus diesem Grund empfohlen zu überprüfen, welche Bedeutung die Angebote für Multiplikator/innen innerhalb von Bodytalk PEP künftig einnehmen sollen. Wird entschieden, das Entwicklungspotenzial in diesem Bereich stärker auszuschöpfen, ist zu analysieren, welche Massnahmen, Ressourcen und Prozesse dafür erforderlich sind (z.B. Verdeutlichen der Bezüge von Bodytalk PEP zum Lehrplan 21; Hinweise auf Begleitmaterialien möglichst direkt an die zuständige Lehrperson; gezielte Verbreitungsmassnahmen für Multiplikator/innen-Workshops oder Promotion von Elternanlässen; noch stärkere Integration der Themen in den Pädagogischen Hochschulen etc.). Zusätzlich wird angeregt, die Entwicklung von Begleitmaterialien zu prüfen, welche sich direkt an Jugendliche richten (z.B. Videos oder Social-Media-Beiträge, welche zur Sensibilisierung und/oder Nachbereitung der Workshops eingesetzt werden könnten).

²² Siehe dazu etwa die neuesten Forschungsergebnisse aus dem Umfeld des Dove-Projekts für mehr Selbstwertgefühl (Mental Health Europe, 2023).

Literaturverzeichnis

- Ackermann, G., Amstad, F., et al. (2022). *Orientierungsliste KAP 2022*. Bern und Lausanne: Gesundheitsförderung Schweiz.
- BFS – Bundesamt für Statistik (2022). *Bevölkerung – Stand und Entwicklung* [Website]. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/stand-entwicklung.html>
- BFS – Bundesamt für Statistik (2023). *Armut und Deprivation, 2021* [Infografik]. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/wirtschaftliche-soziale-situation-bevoelkerung/soziale-situation-wohlbefinden-und-armut.html>
- Bolliger Salzmänn, H., & Abel, K. (2012). *Evaluation des Essstörungen-Präventionsprogramms Body-Talk PEP*. Bern: Institut für Sozial- und Präventivmedizin.
- Departement Gesundheit und Soziales Kanton Aargau (DGS AG) (Hrsg.) (2018). *Das Körperbild der Kinder und Jugendlichen im Kanton Aargau – eine Bestandesaufnahme mit Handlungsempfehlungen*. Aarau.
- Diedrichs, P. C., Atkinson, M. J., Steer, R. J., Garbett, K. M., Rumsey, N., & Halliwell, E. (2015). Effectiveness of a brief school-based body image intervention ‘Dove Confident Me: Single Session’ when delivered by teachers and researchers: Results from a cluster randomised controlled trial. *Behaviour research and therapy*, 74, 94–104. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.09.004>
- Fachstelle PEP (2022). *Factsheet Bodytalk PEP*. https://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/Bodytalk-PEP/Factsheet-und-FAQ_Bodytalk-PEP_2022.pdf
- Fachstelle PEP (Hrsg.) (2014). *Bodytalk PEP. Bausteine für die Arbeit an einem gesunden Selbstwert und positiven Körpergefühl*. Bern.
- Fachstelle PEP (o.D.). *Ich bin ich*. Leporello für Jugendliche. https://www.pepinfo.ch/media/docs/Fachstelle-PEP/Info-Sens/ich-bin-ich_Jugend.pdf
- Fässler, S., Laubereau, B., & Balthasar, A. (2014). *Wirkungsanalyse ausgewählter Modulprojekte der Kantonalen Aktionsprogramme Gesundes Körpergesicht. Zusammenfassung zuhanden von Gesundheitsförderung Schweiz* (Gesundheitsförderung Schweiz, Arbeitspapier 21). Bern und Lausanne: Gesundheitsförderung Schweiz.
- Forrer, F. (2023). *Psychische Gesundheit und BES/LOC bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Schweiz: Klinische Implikationen aus der i-BEAT Studie* [Präsentation]. Mitgliederversammlung SGES, Juni 2023. Zürich.
- Gesundheitsamt Graubünden und Fachstelle PEP (Hrsg.) (2016). *Fühl dich wohl – Ergänzende Arbeitsblätter zum Lehrmittel*. Chur/Bern.
- Jäggi, J., Stocker, D., Liechti, L., Schläpfer, D., & Künzi, K. (2022). *Der Einfluss der Covid-19 Pandemie auf die psychische Gesundheit der Schweizer Bevölkerung. Aktualisierte Übersichtsstudie*. Bern: Bundesamt für Gesundheit.
- Mental Health Europe (2023, 8 May). *Dove and Mental Health Europe call for a safer social media environment to protect children’s mental health* [Website / Medienmitteilung]. <https://www.mhe-sme.org/dove-mental-health-europe-kids-online-safety/>
- Peter, C. Tuch, A. & Schuler, D. (2023). *Psychische Gesundheit – Erhebung Herbst 2022. Wie geht es der Bevölkerung in der Schweiz? Sucht sie sich bei psychischen Problemen Hilfe?* (Obsan Bericht 03/2023). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

- Schär, M., & Weber, S. (2015). *Das gesunde Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung* (Gesundheitsförderung Schweiz, Arbeitspapier 35). Bern und Lausanne: Gesundheitsförderung Schweiz.
- Sharpe, H., Schober, I., Treasure, J., & Schmidt, U. (2013). Feasibility, acceptability and efficacy of a school-based prevention programme for eating disorders: Cluster randomised controlled trial. *British Journal of Psychiatry*, 203(6), 428–435. doi:10.1192/bjp.bp.113.128199
- Stocker, D., Jäggi, J., Genin, F., & Pucci-Meier, L. (2023). Psyche der Jugend in der Krise. *Schweizerische Ärztezeitung* 103(10), 37–40.
- Thorshaug, K., Schwegler, C. & Müller, F. (2021). *Wie erheben wir Geschlecht, Migrationshintergrund und sozioökonomischen Status? Methodische Ansätze zur Evaluation der Zielgruppenerreichung* (Gesundheitsförderung Schweiz, Arbeitspapier 59). Bern und Lausanne: Gesundheitsförderung Schweiz.
- Verein PEP (2018–2022). *Jahresberichte* [Downloads via Website]. <https://www.pepinfo.ch/de/fachstelle-pep/verein-pep/index.php>
- Weber, D. (2020). *Chancengleichheit in der Gesundheitsförderung und Prävention in der Schweiz, Begriffsklärungen, theoretische Einführung, Praxisempfehlungen*. Grundlagenbericht. Bern: GFCH, BAG, GDK.
- Yager, Z., Diedrichs, P. C., Ricciardelli, L. A., & Halliwell, E. (2013). What works in secondary schools? A systematic review of classroom-based body image programs. *Body image*, 10(3), 271–281. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.04.001>

Anhang

A-1 Evaluationsfragestellungen

Die Gruppierung der Fragestellungen orientiert sich an den Ebenen und Elementen des Wirkungsmodells (vgl. Abbildung 1 in Kap. 2.1).

A – Konzept / Wirkungsmodell Bodytalk PEP

Wie lässt sich die Wirkungslogik des Präventionsprogramms Bodytalk PEP beschreiben (Ziele und Zielgruppen, Angebote und Aktivitäten zur Erreichung der Programmziele, Organisationsstrukturen und Ressourcen zur Programmumsetzung, relevante Kontextfaktoren)?

Welche Akteure sind in welcher Rolle an der Umsetzung und an der Verbreitung des Angebots beteiligt?

B – Bodytalk PEP Workshops für Jugendliche: Output

Wie viele Bodytalk PEP Workshops werden im Evaluationszeitraum durchgeführt? An wie vielen Schulen/Institutionen (total, nach Kanton, Art der Schule/Institution)?

Wie viele und welche Jugendliche nehmen an einem Bodytalk PEP Workshop teil (total, nach Alter, Geschlecht, Schulstufe/Schultyp)?

In welchem Unterrichts-Setting finden die Workshops statt (z.B. regulärer Unterricht, Projektwoche; mit/ohne Beteiligung Lehrperson)?

Welche Themen bzw. Bausteine werden an den Workshops behandelt?

Inwiefern findet eine Vor- und/oder Nachbereitung der Workshops durch die Lehrperson statt?

Inwiefern ist die Durchführung der Workshops breiter eingebettet (z.B. Umsetzung im Rahmen der Kampagne «vergiss niä», Begleitveranstaltungen für Lehrpersonen und Eltern)?

Wie ist das Angebot an den Schulen verankert (z.B. Bestandteil des Präventionskonzepts, der Jahresplanung, Durchführung bei Bedarf / ad hoc)?

Wie wird die Intervention von den Jugendlichen beurteilt (Relevanz des Themas, Akzeptanz der Intervention, Zufriedenheit)?

Wie wird die Intervention von den Lehrpersonen beurteilt (Relevanz, Qualität und Zweckmässigkeit der Intervention, Zufriedenheit)?

C – Bodytalk PEP Materialien: Output

Welche Bodytalk PEP Materialien werden im Evaluationszeitraum wie häufig bezogen?

Inwiefern sind die Bodytalk PEP Materialien / Tools den Lehrpersonen bekannt und werden von diesen eingesetzt?

Wie werden die Materialien von den Lehrpersonen beurteilt (Qualität, Nutzen)?

D – Weitere PEP-Angebote mit Bezug zu Bodytalk PEP: Output

Wie viele und welche Veranstaltungen für Multiplikator/innen werden im Evaluationszeitraum durchgeführt (total, nach Kanton, Art der Veranstaltung, Berufsgruppe, etc.)?

Wie viele und welche Multiplikator/innen nehmen an den Veranstaltungen teil (total, nach Kanton, Art der Veranstaltung, Berufsgruppe, etc.)?

Wie viele und welche Veranstaltungen für Eltern/Bezugspersonen werden im Evaluationszeitraum durchgeführt (total, nach Kanton, Art der Veranstaltung)?

Wie viele Eltern/Bezugspersonen nehmen an den Veranstaltungen teil (total, nach Kanton, Art der Veranstaltung, etc.)?

E – Wirkungen bei Multiplikator/innen: Zuständige Lehrpersonen mit Teilnahme an WS

Inwiefern gelingt es, die zuständigen Lehrpersonen über Bodytalk PEP-Inhalte zu sensibilisieren?

Inwiefern werden die Lehrpersonen dazu befähigt, mit Jugendlichen dialogisch zu arbeiten, einen Austausch über die Themen von Bodytalk PEP zu pflegen und sie zur Selbstreflexion anzuregen?

Inwiefern werden die Lehrpersonen darin gestärkt, Jugendliche bei der Integration von Bodytalk-PEP-Inhalten in ihren Alltag zu unterstützen?

F – Wirkungen bei den Jugendlichen (Teilnehmende Bodytalk PEP Workshops)

Inwiefern werden die Lernziele auf Ebene Wissen erreicht? (>> gemäss Wirkungsmodell)

Inwiefern werden die Lernziele auf Ebene Einstellungen erreicht? (>> gemäss Wirkungsmodell)

Inwiefern werden die Lernziele auf Ebene Verhalten erreicht? (>> gemäss Wirkungsmodell)

Welche Faktoren begünstigen aus Sicht der Lehrpersonen und Programmbeteiligten eine nachhaltige Wirkungsentfaltung der Intervention bei den Jugendlichen (Übertragung auf den Alltag)?

G – Fazit und Ausblick

Welche Resultate und Wirkungen sind mit dem Programm Bodytalk PEP verbunden?

Wie wird das Wirkungspotenzial des Bodytalk PEP Angebots (Workshops, Materialien) von den Programmverantwortlichen, Programmbeteiligten, durchführenden Institutionen und Fachpersonen beurteilt?

Welche Faktoren begünstigen / behindern aus Sicht von Programmverantwortlichen, Programmbeteiligten, durchführenden Institutionen und Fachpersonen eine nachhaltige Wirkungsentfaltung bei den Jugendlichen?

Wo liegen Ansatzpunkte, um den Wirkungsgrad der Angebote von Bodytalk PEP insgesamt zu erhöhen?

A-2 Datengrundlagen

Planungsliste der Fachstelle PEP

Die Liste wird von der Fachstelle für die Organisation der Workshops und für das Reporting genutzt. Das Evaluationsteam hat das bestehende Planungsinstrument ergänzt und überarbeitet, sodass die für die Evaluation interessierenden Kennzahlen einheitlich erfasst und die Daten (via Workshop-Nummer) mit den weiteren Erhebungen verknüpft werden konnten. Die Umstellung auf das angepasste Instrument erfolgte per April 2022; für das erste Quartal 2022 liegen Angaben zu den durchgeführten Workshops teilweise in weniger detaillierter Form vor.

Online-Erhebungen

Detaillierte Evaluationsgrundlagen wurden grundsätzlich für alle Workshops, die im Zeitraum Juni bis Dezember 2022 durchgeführt wurden, erhoben. Insgesamt wurden 74 Workshops durchgeführt, wovon für 6 Workshops keine Befragungsdaten und / oder keine Angaben zu Teilnehmer/innen vorliegen (Netto-Stichprobe: 68 Workshops). **Tabelle 7** gibt eine Übersicht zu den Datengrundlagen der einzelnen Erhebungen (Stichproben und Rücklaufquoten auf Ebene Workshop und Ebene Teilnehmende).

Tabelle 7: Teilnehmende und Rückläufe der einzelnen Erhebungen

	Anzahl Workshops	Anzahl Teilnehmende
Total durchgeführt	74	1152
Ohne Angaben Anzahl TN / keine Befragungsdaten	6	
Feedback-Formulare Workshop-Leitende		
Nettostichprobe	68	68
Abgeschlossen	67	67
Rücklauf in %	99%	99%
Befragung Lehrpersonen		
Nettostichprobe*	47	57
Abgeschlossen	42	54
Rücklauf in %	89%	95%
Befragung Jugendliche T1		
Nettostichprobe	68	1117
Abgeschlossen	59	831
Rücklauf in %	87%	74%
Befragung Jugendliche T2		
Nettostichprobe	68	1117
Abgeschlossen	48	619
Rücklauf in %	71%	55%

* Workshops mit Teilnahme einer Lehrperson.

Quellen: Planungsliste PEP, 2022; Feedbackformulare Workshop-Leitende, 2022; Befragung Lehrpersonen zu Bodytalk PEP, 2022; Befragungen Teilnehmende zu Bodytalk PEP T1 und T2, 2022/23. Darstellung BASS / B & A

Feedbackformulare der Workshop-Leitenden

Im Anschluss an die Workshops füllen die Workshop-Leitenden ein kurzes Online-Formular aus, in dem einerseits Kennzahlen zu den Teilnehmenden erfasst werden (Anzahl der effektiv Teilnehmenden nach Geschlecht, An- oder Abwesenheit von Lehrpersonen oder anderen Multiplikator/innen) sowie eine Beurteilung der Organisation und des Workshops vorgenommen werden (inkl. Einschätzung, wie zurückhaltend oder kommunikativ bzw. wie interessiert die Teilnehmenden waren). Während des Evaluationszeitraums wurde zusätzlich erhoben, welche Themen (Module) behandelt wurden.

Vertiefungsworkshop und -gespräche

Zusätzlich zum Vertiefungsworkshop (12. Juni 2023) wurden Einzelgespräche mit Fachpersonen zur Diskussion und Einordnung der Evaluationsergebnisse geführt.

Tabelle 8: Teilnehmende Vertiefungsworkshop bzw. Interviewpartnerinnen Vertiefungsgespräche

Name	Institution	Funktion
Désirée Aebersold*	Roundabout / Blaues Kreuz Schweiz	Nationale Koordination Roundabout
Karin Baumgartner	Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern (GSI)	Operative Leitung KAP Module A und C
Lucas Gross	Gesundheitsförderung Kanton Zürich	Programmleiter KAP Module A und C
Nicole Heuberger	Fachstelle PEP	Operative Leitung und Workshop-Leiterin Bodytalk PEP
Daniela Rösch Ried*	Real- und Sekundarschule Kaiseraugst AG	Lehrperson
Renate Wälchli	Schulhaus Säli, Schönenwerd SO	Schulsozialarbeiterin
Andrea Wyssen*	Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, UPD Bern	Chefpsychologin

Anmerkung: Mit den mit *bezeichneten Personen wurden Einzelgespräche geführt, mit den anderen ein Online-Workshop. Darstellung BASS / B & A

A-3 Bodytalk-PEP Materialien

«Bodytalk PEP. Bausteine für die Arbeit an einem gesunden Selbstwert- und Körpergefühl»

(Fachstelle PEP, 2014) mit Hintergrundinformationen zu den Inhalten und Themen von Bodytalk PEP sowie einer Materialsammlung, unterteilt in (a) Workshop-Bausteine und (b) ergänzende Bausteine zur Nachbereitung und Vertiefung der am Workshop angesprochenen Themen. Auf den letzten Seiten finden sich Literaturhinweise zu weiterführenden Materialien. Die Broschüre steht auf der Webseite der Fachstelle kostenlos als Download zur Verfügung. Im April 2021 wurde der Baustein «**Fragekarten**» aktualisiert. Die neue Version der Fragekarten können (inkl. Anleitung) separat von der Webseite heruntergeladen werden.

«**Fühl dich wohl**» – **Acht Karten für ein positives Körperbild**: Das Kartenset soll Multiplikator/innen ermöglichen, Jugendliche zum Nachdenken, zu einer Auseinandersetzung und zum Austausch zum Thema Körperbild anzuregen. Das Kartenset kann zum Preis von 15 CHF bei der Fachstelle bestellt werden.

«**Fühl dich wohl**» – **Ergänzende Arbeitsblätter zum Lehrmittel** (Gesundheitsamt Graubünden und Fachstelle PEP, 2016): Die Aufträge und Anregungen aus dem Kartenset stehen in Form von A4-Arbeitsblättern als Download zur Verfügung.

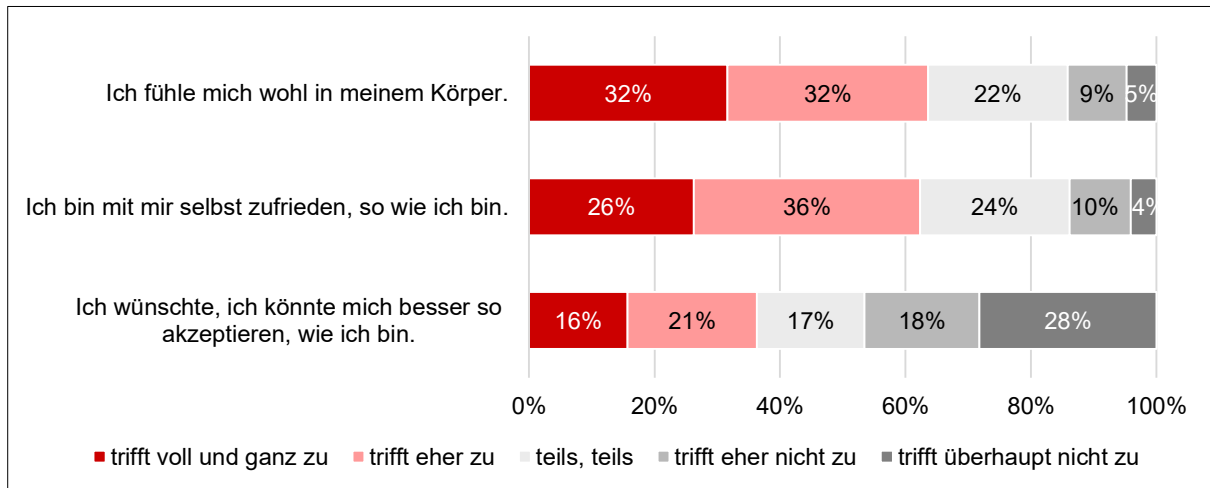
Kampagne «Vergiss niä» – Informationen und Materialien: Die Kampagne enthält Bodytalk-PEP-Inhalte und soll eine vertiefte Auseinandersetzung der Jugendlichen mit sich und dem eigenen Körper über eine längere Zeit, über unterschiedliche inhaltliche Zugänge und verschiedene methodische Herangehensweisen ermöglichen. Die Kampagne kann durch die Schule/Lehrpersonen selber umgesetzt werden; auf Wunsch begleiten und unterstützen Fachpersonen aus dem Bodytalk PEP Team die Vorbereitung / Umsetzung. Informationen zum Inhalt der Kampagne, Kampagnenvorlagen sowie Arbeitsunterlagen zur Umsetzung der Kampagne (u.a. Plakate, Foliensatz für Intro-Referat) stehen auf der Webseite der Fachstelle als Download zur Verfügung.

Leporello «Ich bin Ich»: Faltblätter im Kreditkartenformat mit Denkanstössen und Informationen zu Körperbild und Essstörungen (unterschiedliche Versionen für Jugendliche und für Erwachsene). Die Leporellos sind ein Angebot der Fachstelle PEP allgemein (d.h. nicht Bodytalk-PEP-Materialien im

engeren Sinne) und können entweder im A4-Format heruntergeladen oder bei der Fachstelle PEP bestellt werden.

A-4 Ergänzende Befragungsergebnisse

Abbildung 28: Persönlicher Bezug zu Bodytalk-Themen (Betroffenheit zum Zeitpunkt T2)



Quelle: Befragung Teilnehmende T2 zu Bodytalk PEP, 2022 (n=619 Teilnehmende, davon 6–13 ohne Angaben).
Berechnungen BASS / B & A