I am good enough.

Stark durch vielfältige Körperbilder

01/2022 – 12/2023

Fördergeber*in
Gefördert aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung des Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz und des Fonds Gesundes Österreich

Ziele

queraum und die Wiener Gesundheitsförderung setzten gemeinsam das Projekt „I am good enough. Stark durch vielfältige Körperbilder“ um. Außerdem waren das Wiener Programm für Frauengesundheit (MA 24) sowie die Magistratsabteilung Bildung und Jugend (MA 13) in ausgewählte Meilensteine involviert. Das Projekt sollte maßgeblich dazu beitragen, dass Bodyshaming, Diskriminierung, negative Körper(selbst)bilder etc. keinen Platz in verschiedenen jugendrelevanten Settings haben. „I am good enough.“ griff diese Themen entlang eines ressourcenorientierten Ansatzes mit den Jugendlichen auf und fokussierte dabei die Vielfältigkeit unserer Körper. Folgende Aktivitäten wurden durchgeführt:

- Jugendliche setzten sich kritisch und selbstbestimmt-kreativ mit medial vermittelten Schönheitsidealen und Körpernormen auseinander.
- Jugendliche reflektierten die Bedeutung von (Selbst-)Akzeptanz in aller Vielfalt und wurden für den Zusammenhang zwischen (Körper-)Selbstbild und Wohlbefinden sensibilisiert (Gesundheitskompetenz).
- Jugendlichen wurde das Konzept von Body Positivity und Body Neutrality vermittelt, damit sie es für ihre Lebenswelt übersetzen können.
- Ältere Jugendliche gestalteten als Projektbegleiter*innen das Projekt wesentlich mit (Partizipation) und setzten sich auf diese Weise nicht nur mit dem Thema Körperbilder konstruktiv auseinander, sondern erlebten sich dabei als kompetent und selbstwirksam (Empowerment).
- Erwachsene Bezugspersonen sowie Multiplikator*innen wurden für die Bedeutung von (medialen) Körperbildern für die psychische Gesundheit von jungen Menschen informiert und sensibilisiert (Capacity Building).
- Über die aktiven Projektteilnehmer*innen hinaus, erreichte das Projekt durch eine Informations- und Sensibilisierungkampagne weitere Jugendliche und Erwachsene, die auf diese Weise für die Projektthemen sensibilisiert wurden.

Umsetzung

queraum setzte das Projekt gemeinsam mit der Wiener Gesundheitsförderung um. In partizipativ mit älteren Jugendlichen (15-19 Jahre) entwickelten Workshops setzten sich jüngere Jugendliche (12–14 Jahre) mit dem Thema Körper(selbst)bild kritisch auseinander und entwickelten dabei ein Kreativprojekt. Darüber hinaus wurde ein Weiterbildungsangebot für erwachsene Bezugspersonen (z. B. Eltern) und Multiplikator*innen (z. B. Pädagog*innen, Jugendarbeiter*innen) entwickelt. Weitere Dialoggruppen wurden durch eine Informations- und Sensibilisierungskampagne zum Thema erreicht.

Ihr*e Ansprechpartner*in
Elisabeth Mayr, E-Mail: mayr@queraum.org, Tel.: +43-1-958 09 11



https://iamgoodenough.at