

Evaluation und Herausforderungen

Erkenntnisse aus den feel-ok.ch-Workshops mit 64 Fachpersonen

Januar 2026

Dr. phil. Oliver Padlina, MPH
Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX
Pfingstweidstrasse 10
8005 Zürich
padlina@radix.ch

Download

feel-ok.ch/infos-berichte

Die Teilnehmenden

Im Jahr 2025 wurden insgesamt sieben zweistündige Workshops durchgeführt, an deren Evaluation 64 Fachpersonen vorwiegend aus dem schulischen Bereich teilnahmen. Die Teilnehmerschaft setzte sich zu 82% aus Frauen und zu 18% aus Männern zusammen, die primär in den Kantonen Aargau, Thurgau, Solothurn, Schwyz, Luzern und St. Gallen tätig sind.

Hinsichtlich der Altersstruktur bildeten die 36- bis 45-Jährigen mit 38% die grösste Gruppe, gefolgt von den 46- bis 55-Jährigen mit 27%. Beruflich waren insbesondere die Schulsozialarbeit (30%) sowie Lehrpersonen der Sekundarstufe 1 (19%) vertreten. Zudem nahmen Expert*innen aus Fachstellen (11%), Primarlehrpersonen (10%) und Jugendarbeitende (6%) teil. Weitere Berufskategorien waren Schulleitungen, Heilpädagogik, Sozialpädagogik in Heimen/Wohnen, Ernährungsberatung, Erwachsenenbildung sowie Personal aus Brückenangeboten.

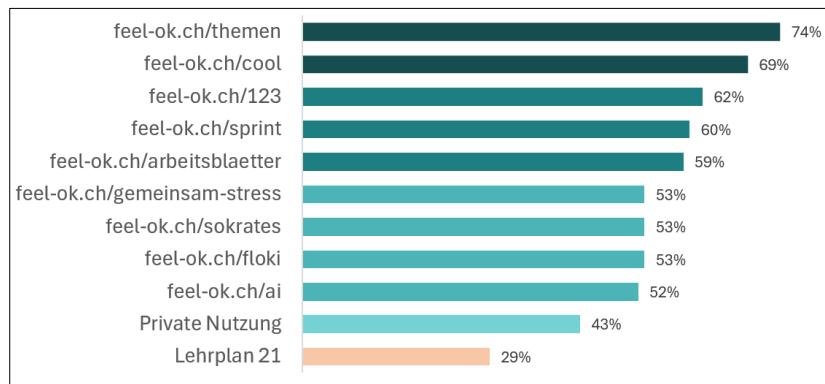
Beurteilung der Workshop-Qualität

Die Resonanz auf die Workshops war durchweg positiv: 63% der Teilnehmenden bewerteten die Veranstaltung als „sehr positiv“, weitere 28% als „positiv“. 88% der Befragten gaben an, nach dem Workshop besser zu verstehen, wie feel-ok.ch mit Jugendlichen eingesetzt werden kann. Jeweils 71% der Fachpersonen empfanden das Gelernte als nützlich für ihre Praxis und sprachen eine Weiterempfehlung aus.

Interesse an bestehenden und künftigen Angeboten

Die Workshops boten Raum, um die vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten von feel-ok.ch kennenzulernen. Die folgende Abbildung zeigt, wie viele der Teilnehmenden Interesse an den vorgestellten Angeboten hatten.

Besonders grosse Aufmerksamkeit erzielt dabei die Orientierungsseite «[Alle Themen](#)» (74%), welche Fachpersonen eine umfassende Übersicht über didaktische Instrumente und Unterstützungsangebote der Plattform bietet. Auch die jugendspezifische Landingpage «[Cool](#)» (69%) sowie das Gruppenspiel «[1.2.3!](#)» (62%), das Umfragetool [SPRINT](#) (60%) und die klassischen [Arbeitsblätter](#) (59%) werden geschätzt.



Etwa die Hälfte der Teilnehmenden hat sich für die Aktivitätensammlung «[Gemeinsam · Weniger Stress im Leben](#)», das neue Tool «[Sokrates](#)», den KI-Chatbot «[FLOKI](#)» und das Programm «[Abenteuerinsel – Stärkung von Lebenskompetenzen](#)» interessiert.

Ein zukunftsweisendes Ergebnis ist die breite Zustimmung zu folgender geplanten Erweiterung: 89% der Teilnehmenden befürworten die Entwicklung und Integration des suchtpräventiven Angebots «Gemeinsam stärker als die Sucht» auf feel-ok.ch. Erste Aktivitäten sind für das Jahr 2026 geplant.

Methodik der Gesundheitsförderung in der Praxis

Die Workshops bieten die Gelegenheit, von den Anwesenden zu lernen, wie sie Gesundheitsthemen mit Jugendlichen behandeln. Zu diesem Zweck wurde die Frage gestellt: «*Wenn du ein Gesundheitsthema mit Jugendlichen vertiefen möchtest, wie gehst du dabei vor?*».

Die Rückmeldungen der Teilnehmenden verdeutlichen, dass ein erfolgreicher Einstieg in Gesundheitsthemen bei den Jugendlichen selbst ansetzt. Ein zentraler Aspekt ist die vorgängige Klärung von aktuellen Bedürfnissen, Interessen und dem bereits vorhandenen Vorwissen der Zielgruppe. Oft wird empfohlen, Themen aufzugreifen, die in der Lebenswelt der Jugendlichen akut sind, um als "Aufhänger" die Motivation zu wecken. Ein partizipativer Ansatz, bei dem den Jugendlichen aktiv zugehört wird, sie ernst genommen und in die Erarbeitung einbezogen werden, bildet für viele die Basis der Vertiefungsarbeit.

Den Befragten zufolge geht einer fundierten Umsetzung eine sorgfältige eigene Vorbereitung voraus. Dies umfasst die Recherche in Fachliteratur und verlässlichen Internetquellen, um die Inhalte altersadäquat aufzubereiten. Dabei wurden spezifische Angebote wie feel-ok.ch sowie kantonale Fachstellen explizit als wichtige Ressourcen genannt.

Die interne und externe Vernetzung spielt ebenfalls eine entscheidende Rolle: Der fachliche Austausch im Team, die enge Absprache mit Lehrpersonen zur gemeinsamen Planung von

Präventionseinheiten im Klassenverband oder – je nach Setting – die Einbeziehung der Eltern sind gängige Vorgehensweisen zur Qualitätssicherung.

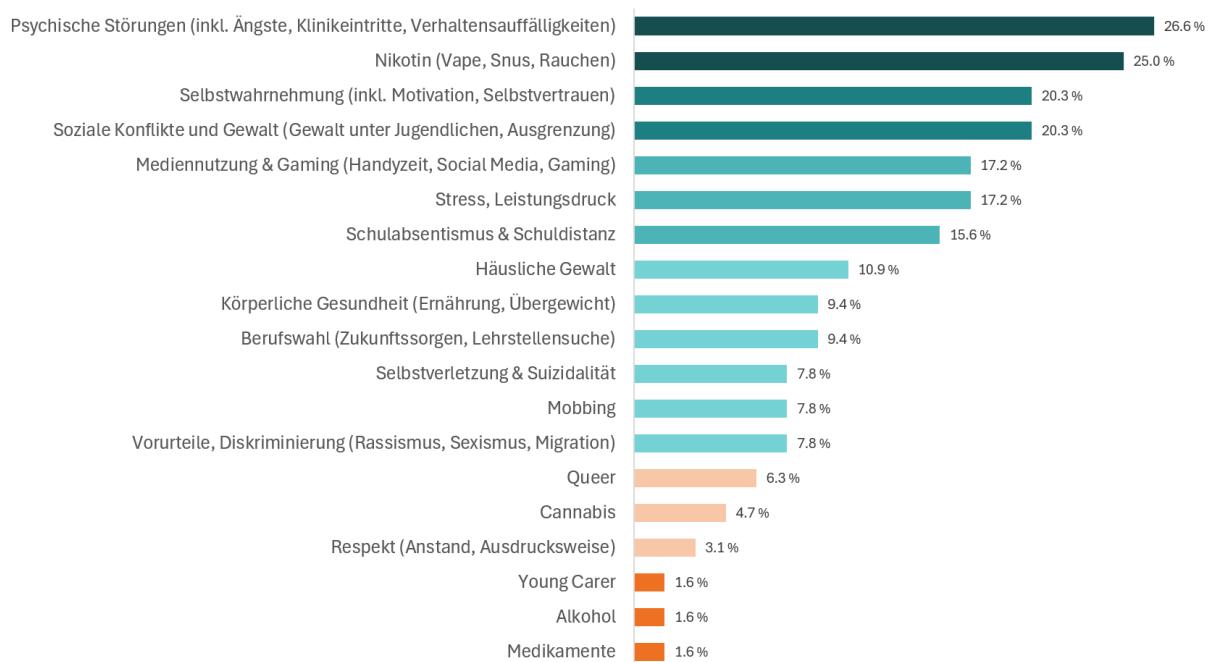
In der praktischen Durchführung setzen die Fachpersonen auf Methodenvielfalt und Interaktion, um unterschiedliche Zugänge zu ermöglichen. Das Spektrum reicht von diskursiven Formaten wie Pro-und-Contra-Diskussionen im Plenum über Gruppenarbeiten bis hin zu handlungsorientierten Methoden wie Rollenspielen.

Um die Jugendlichen auch emotional zu erreichen, werden Medien wie Videos, Bilder oder digitale Abstimmungstools eingesetzt. Einigen Teilnehmenden ist es zudem wichtig, durch das Teilen eigener Erfahrungen eine persönliche Verbindung herzustellen und eine lösungsorientierte Haltung zu fördern, die über eine rein problemzentrierte Sichtweise hinausgeht.

Aktuelle Herausforderungen im schulischen Umfeld

Präventionsprogramme dienen dazu, Fachpersonen (aus dem schulischen Bereich) Instrumente für ihre Herausforderungen in der Arbeit mit Jugendlichen zur Verfügung zu stellen. Die Workshops bieten daher auch die Chance, zu erfahren, mit welchen Schwierigkeiten oder Problemen Jugendliche konfrontiert sind.

Zu diesem Zweck wurde die Frage gestellt: «*Welche Herausforderungen beschäftigen derzeit deine Schule und die Jugendlichen, die du betreust?*». Der prozentuale Wert gibt an, wie viele der Teilnehmenden die entsprechende Herausforderung spontan genannt haben.



Die Ergebnisse sind nicht einfach zu interpretieren, da oft Stichwörter als Antwort gegeben werden, die Spielraum für verschiedene Interpretationen zulassen.

Die Auswertung der Workshops verdeutlicht dennoch, dass psychische Belastungen einschliesslich Ängsten und Verhaltensauffälligkeiten von den Teilnehmenden am häufigsten als Herausforderung im Umfeld der Jugendlichen genannt werden, dicht gefolgt vom Nikotinkonsum

in Form von Vaping, Snus oder Rauchen. Ergänzt werden diese Erkenntnisse durch Unsicherheiten in der Selbstwahrnehmung sowie durch soziale Konflikte und Gewalt.

Darüber hinaus beschäftigen Themen wie die Mediennutzung und Gaming sowie Stress und Leistungsdruck den Alltag der Jugendlichen. Auch Schulabsentismus stellt für die Fachpersonen ein ernstzunehmendes Phänomen dar.

Ergänzt wird das breite Spektrum der genannten Herausforderungen durch häusliche Gewalt, Fragen zur körperlichen Gesundheit sowie zur Berufswahl. Auch Selbstverletzung, Suizidalität, Mobbing und Vorurteile sind relevante Phänomene, die Aufmerksamkeit und Unterstützung benötigen.

Insgesamt spiegeln die Rückmeldungen ein vielschichtiges Belastungsgefüge wider, das eine umfassende Unterstützung der Jugendlichen in verschiedenen Lebensbereichen notwendig macht.