



Faktenblatt 117

Evaluation roundabout mit Fokus auf psychische Gesundheit 2023–2025

Abstract

Roundabout ist ein nationales, niederschwelliges Tanzangebot des Blauen Kreuzes Schweiz für Mädchen und junge Frauen von 8 bis 20 Jahren und zielt darauf ab, die Bewegung, das Selbstbewusstsein und die sozialen Ressourcen der Teilnehmenden zu fördern. Das Angebot besteht seit dem Jahr 2000 und wurde kontinuierlich weiterentwickelt. Die Hochschule für Soziale Arbeit FHNW evaluierte roundabout von 2023 bis 2025 im Auftrag des Blauen Kreuzes Schweiz und von Gesundheitsförderung Schweiz. Die primär formative Evaluation untersuchte die laufende Umsetzung und den Bedarf für die Weiterentwicklung. Ausserdem wurden spezifische Wirkungen von roundabout auf das psychische Wohlbefinden und die körperliche Aktivität der Teilnehmenden erhoben. Die Ergebnisse zeigen, dass roundabout-Teilnehmende eine durchschnittlich höhere psychische Gesundheit aufweisen als gleichaltrige Jugendliche in der Schweiz. Roundabout wirkt sich nach Meinung der überwiegenden Mehrheit der Teilnehmenden positiv auf ihr Wohlbefinden aus, was sie unter anderem auf die guten sozialen Beziehungen, auf den Ausgleich zum Alltagsstress oder auf die Auftrittsmöglichkeiten zurückführen. Neben bewährten Programmelementen (Niederschwelligkeit, Partizipation) identifiziert die formative Evaluation auch Verbesserungspotenziale, insbesondere in Bezug auf die langfristige Bindung von freiwilligen Gruppenleitenden, die Umsetzung des gemütlichen Teils und die Weiterentwicklung des Angebots. Es wird empfohlen, die Förderung der psychischen Gesundheit und der Chancengleichheit konzeptionell klarer zu verankern, die Rollenklärung und Unterstützung der Gruppenleitenden zu fördern sowie das Monitoring zu optimieren.

1 Roundabout – ein niederschwelliges Tanzangebot zur Gesundheitsförderung und Prävention für Mädchen und junge Frauen

Roundabout, ein Tanzangebot für Mädchen (8–11 Jahre) und junge Frauen (12–20 Jahre), ist in mehreren Kantonen und Regionen der Schweiz tätig. Eine Übersicht über die aktuellen Standorte zeigt [Abbildung 1](#). Durch Streetdance-Trainings soll roundabout einen niederschweligen Zugang zu Bewegung schaffen, das Körperbewusstsein fördern und soziale Ressourcen

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|---|
| 1 Roundabout – ein niederschwelliges Tanzangebot zur Gesundheitsförderung und Prävention für Mädchen und junge Frauen | 1 |
| 2 Ausgewählte Ergebnisse | 3 |
| 3 Empfehlungen | 6 |
| 4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise | 7 |
| 5 Literaturverzeichnis | 9 |

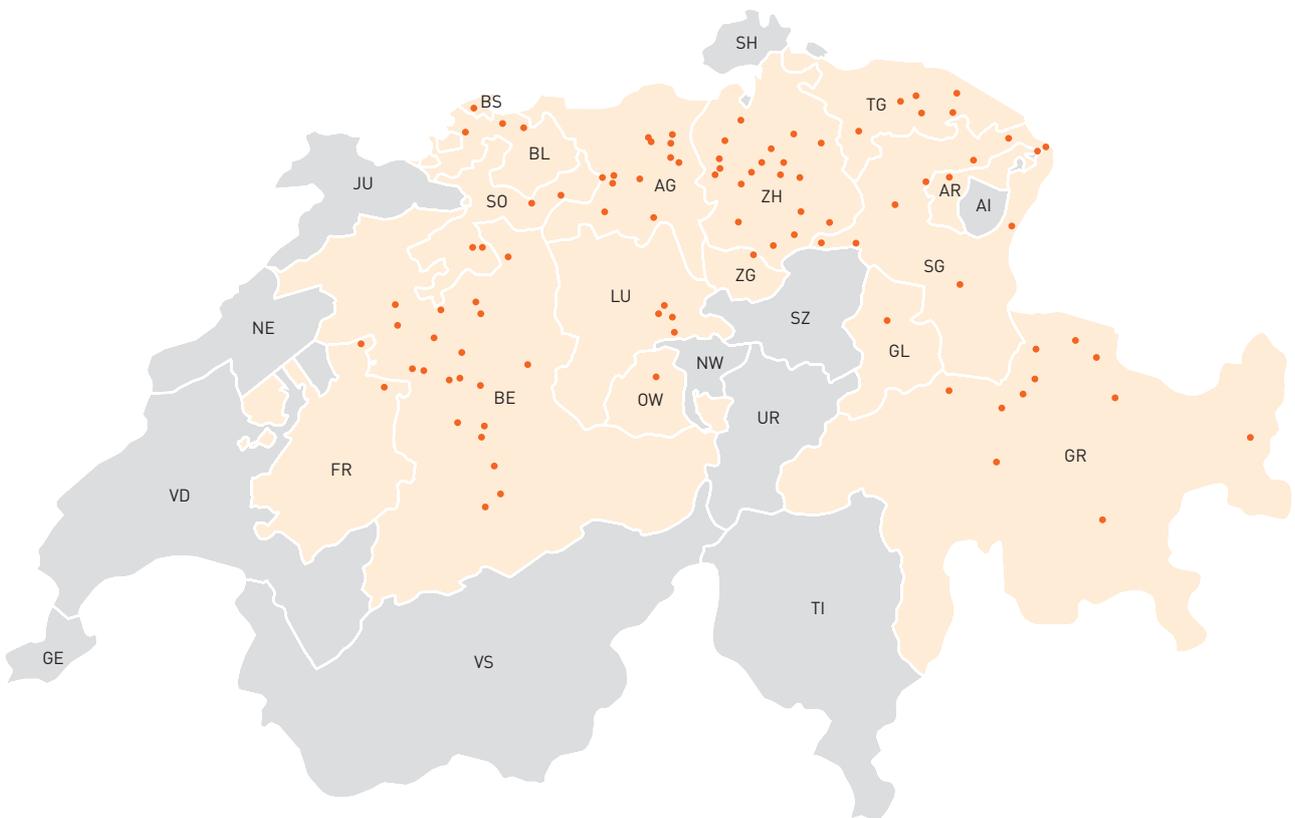
stärken. Der strukturierte Austausch nach bzw. vor dem Training unterstützt die Auseinandersetzung mit Themen wie Selbstwert, Identität und psychische Gesundheit. Roundabout wird durch das Blaue Kreuz getragen und in enger Zusammenarbeit mit lokalen Partnerorganisationen umgesetzt. Das Angebot orientiert sich an den Prinzipien der Salutogenese und soll auch zur Früherkennung von Risikoverhalten beitragen (Blaues Kreuz Schweiz, 2022).

Eine Prä-Post-Evaluationsstudie von 2012, in der Teilnehmende von roundabout mit Gleichaltrigen aus anderen Sportangeboten verglichen wurden, bestätigt die positive Wirkung auf das Gesundheitsverhalten (Zumbrunn et al., 2013): Sie bewegen sich mehr, ernähren sich bewusster und konsumieren weniger Suchtmittel als Gleichaltrige. Durch den Fokus auf psychosoziale Förderung wie Selbstwert und soziale Integration unterscheidet sich roundabout deutlich von leistungsorientierten Tanz- und Freizeitangebo-

ten und erreicht dank niederschweligen Strukturen junge Frauen, die in einem leistungsorientierten Umfeld möglicherweise nicht teilnehmen würden. Aufbauend auf diesen Erkenntnissen nimmt die Evaluation aktuelle Entwicklungen von roundabout in den Blick. Die Evaluation wurde notwendig, weil seit einigen Jahren Entwicklungen zu beobachten sind, die wichtige Fragen aufwerfen. Dazu gehören die zunehmende Schwierigkeit, freiwillige Gruppenleitende zu finden, und der stetige Rückgang der Teilnehmendenzahlen in Youth-Gruppen. Vor diesem Hintergrund haben die nationale Leitung von roundabout und Gesundheitsförderung Schweiz die Hochschule für Soziale Arbeit FHNW beauftragt, das Angebot diesbezüglich zu evaluieren. Das vorliegende Faktenblatt gibt einen Überblick über zentrale Resultate und Folgerungen aus der Evaluation (detaillierte Ergebnisdarstellung in Sepahniya & Zumbrunn, 2025).

ABBILDUNG 1

Übersicht der Standorte von roundabout (Stand 2023)



2 Ausgewählte Ergebnisse

2.1 Positive Auswirkungen von roundabout auf das psychische Wohlbefinden und die körperliche Aktivität

Laut Einschätzung der Teilnehmenden fördert roundabout das psychische Wohlbefinden: Die grosse Mehrheit (83%) gibt an, dass sich roundabout positiv beziehungsweise eher positiv auf ihr Wohlbefinden auswirkt. Dies deckt sich mit den Aussagen der Gruppenleitenden. Aus ihrer Sicht stärken das Tanzen und die Trainings das Selbstwertgefühl der Teilnehmenden, verbessern ihr Wohlbefinden und fördern die Entwicklung eines positiven Körpergefühls. Das Tanzen empfindet die überwiegende Mehrheit der Teilnehmenden als Ausgleich zum Alltagsstress und als Ort, um Probleme zu vergessen. Auch wenn sich aufgrund des Evaluationsdesigns kein direkter Zusammenhang zum Angebot herstellen lässt, ist festzuhalten, dass Teilnehmende von roundabout insgesamt über ein besseres psychisches Wohlbefinden bzw. ein positiveres Körperbild verfügen als Gleichaltrige in der Schweiz. Zudem berichten 61% der Teilnehmenden, dass sich ihre Alltagsaktivität seit der Teilnahme an roundabout erhöht hat, was

darauf hinweist, dass keine Verlagerung von einem Bewegungsangebot auf ein anderes stattgefunden hat.

«Roundabout ist und war ein super tolles Angebot, geleitet von sehr engagierten Leiterinnen. Ich konnte dieses Hobby ausführen aufgrund des günstigen Preises. Ich bin überzeugt, dass für mich das Tanzen mit einer Gruppe Frauen von ganz unterschiedlichem Alter mein Selbstbewusstsein bedeutend gestärkt hat.»

Ehemalige Teilnehmerin

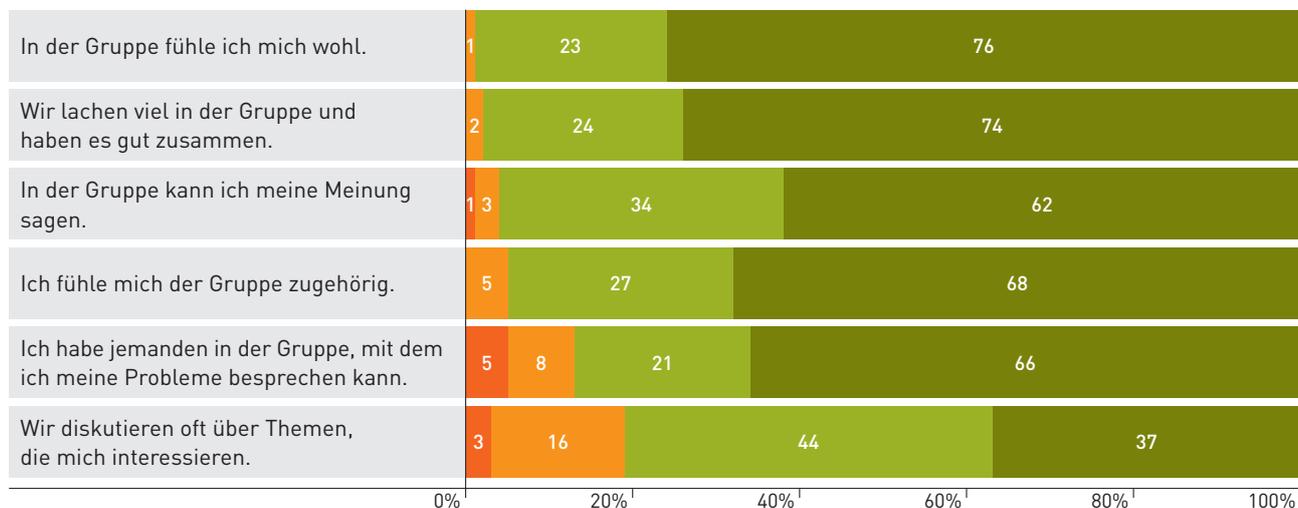
Eine wesentliche Rolle spielen wertschätzende und unterstützende soziale Beziehungen innerhalb von roundabout (Abbildung 2). Fast alle Teilnehmenden bestätigen, sich in der Gruppe (eher) wohlfühlen und viel zusammen zu lachen (99%). Die überwiegende Mehrheit gibt an, ihre Meinung in der Gruppe äussern zu können (96%). Sie fühlen sich der Gruppe zugehörig (95%) und haben die Möglichkeit, sich mit einer Vertrauensperson innerhalb der Gruppe über persönliche Probleme auszutauschen (87%). 81%

ABBILDUNG 2

Zugehörigkeitsgefühl und Wahrnehmung der sozialen Beziehungen

Teilnehmenden-Befragung, n=235–241

● stimmt nicht ● stimmt eher nicht ● stimmt eher ● stimmt



geben an, dass in der Gruppe über Themen diskutiert wird, die für sie von Interesse sind. Die grosse Mehrheit der Teilnehmenden erlebt auch die Gruppenleitenden als unterstützend (92%) und schätzt deren Vorbildrolle (76%). Diese Ergebnisse zeigen, dass roundabout für die grosse Mehrheit der Teilnehmenden einen Ort darstellt, an dem sie sich willkommen und integriert fühlen. Die positiven Einschätzungen haben im Vergleich zur Evaluation von 2012 nochmals zugenommen.

«Die Zeit bei roundabout hat mich als Teilnehmerin sowie als Leiterin sehr positiv geprägt. Ich durfte Verantwortung übernehmen, wurde dabei gut begleitet und konnte viele unvergessliche Erfahrungen machen.»

Ehemalige Teilnehmerin und Gruppenleiterin

«Ich liebe es, ein Teil der roundabout-Family zu sein.»

Aktuelle Teilnehmerin

2.2 Rolle der freiwilligen Gruppenleitenden in Bezug auf Früherkennung und -intervention

Gruppenleitende und Teilnehmende waren auch bei der Interpretation der Resultate beteiligt. Die Ergebnisse zur Umsetzung von roundabout wurden mit ihnen im Synthese-Workshop reflektiert, ergänzt und gewichtet. Als zentrales Thema der Prozessevaluation gingen die Rolle und die Aufgaben der Gruppenleitenden hervor. Es wurde deutlich, dass diese ihre Rolle bei roundabout nicht nur als organisierend, sondern auch als begleitend und unterstützend verstehen. Laut Online-Befragung sehen 92% der Gruppenleitenden die Schaffung eines positiven Gruppenklimas und 81% die Bewältigung von Konflikten als klare Aufgaben. 60% erachten es ebenfalls als ihre Verantwortung, zu erkennen, wenn es einer Teilnehmenden nicht gut geht. Diese Ergebnisse zeigen, dass nach dem Selbstverständnis der Gruppenleitenden die Früherkennung von psychischen Belastungen und Problemlagen der Teilnehmenden eine ihrer zentralen Aufgaben ist. Weniger klar ist das Rollenverständnis im Bereich der Prävention und Frühintervention: Nur 30% der Gruppenleitenden betrachten die Vermittlung von Inputs zur psychischen Gesundheit deutlich als Teil ihrer Aufgabe und nur 16% sehen sich klar dafür zuständig,

Unterstützung bei psychischen Problemen zu leisten. Auch zur allfälligen Kontaktaufnahme mit Eltern oder Lehrpersonen sowie zum Besprechen von Teilnehmenden-Problemen mit der kantonalen Leitung bestehen unterschiedliche Auffassungen.

In Bezug auf ihre Kompetenzen schätzen sich die Gruppenleitenden bei gruppenbezogenen Aufgaben als relativ sicher ein: 67% sehen sich vollumfänglich kompetent in der Gestaltung eines positiven Gruppenklimas, bei der Konfliktbewältigung sind es 51%. In Bezug auf die spezifischen Aufgaben im Bereich der Frühintervention schätzen sie ihre Kompetenzen jedoch deutlich tiefer ein – zum Beispiel 24% bei der Unterstützung im Fall von persönlichen Problemen und 37% beim Durchführen von Inputs zur psychischen Gesundheit.

Die Evaluation zeigt auch, dass zentrale Herausforderungen insbesondere im Aufbau tragfähiger Beziehungen zu Teilnehmenden bestehen. Gruppenleitende stehen hierbei vor einem Balanceakt: Sie müssen zugleich als Vertrauensperson und Autoritätsperson agieren, unterschiedlichen Gruppenbedürfnissen gerecht werden (z.B. Leistungsniveau, Alter, Belastungen der Teilnehmenden) und auf herausfordernde Themen adäquat reagieren. Ein Teil der Gruppenleitenden fühlt sich hierfür nicht ausreichend qualifiziert und wünscht sich mehr Unterstützung (Schulungen, Materialien, Gespräche).

2.3 Motivation der Gruppenleitenden und der Teilnehmenden für eine langfristige Beteiligung

Die langfristige Beteiligung von Gruppenleitenden und Teilnehmenden ist ein zentrales Thema für die zukünftige Gestaltung von roundabout. Der Hauptgrund für den Ausstieg bei den ehemaligen Gruppenleitenden und Teilnehmenden ist Zeitmangel aufgrund beruflicher oder schulischer Verpflichtungen (76% der ehemaligen Gruppenleitenden und 54% der ehemaligen Teilnehmenden). Auf diese externen Faktoren hat roundabout wenig Einfluss. Weitere Gründe umfassen familiäre Veränderungen bei den ehemaligen Gruppenleitenden (18%), vereinzelt wurden auch negative Erfahrungen (8%) mit dem Angebot genannt (Abbildung 3). Bei den ehemaligen Teilnehmenden wurden zudem ein zu niedriges Leistungsniveau (20%) und der Wechsel zu anderen Angeboten (15%) als Gründe für das Aufhören genannt (Abbildung 4).

ABBILDUNG 3

Die drei häufigsten Gründe für das Aufhören als Gruppenleitende

Mehrfachantworten möglich; ehemalige Gruppenleitende, n=89

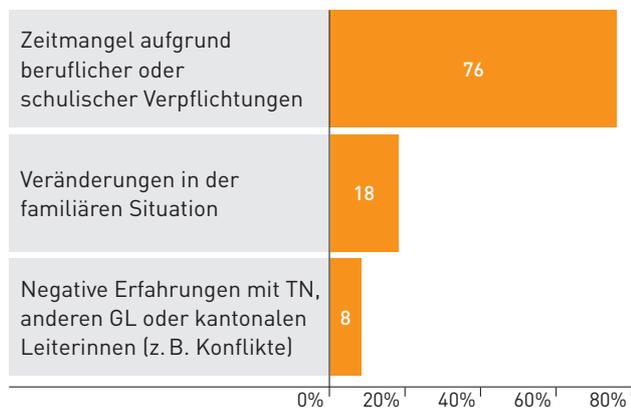
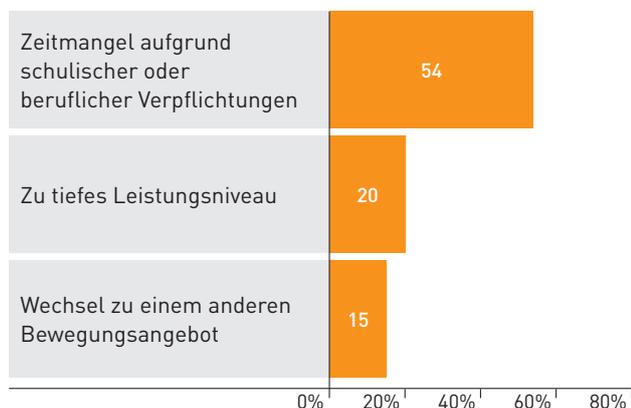


ABBILDUNG 4

Die drei häufigsten Gründe für das Aufhören als Teilnehmende

Mehrfachantworten möglich; ehemalige Teilnehmende, n=84



Eine Herausforderung für roundabout besteht somit darin, dass sich die Gruppenleitenden in einer dynamischen Lebensphase befinden, in der berufliche, schulische und familiäre Verpflichtungen oft Vorrang haben. Neben den persönlichen Gründen wie Zeitmangel spielen aber auch angebotsspezifische Faktoren wie beispielsweise ein als zu niedrig empfundenes Leistungsniveau bei den Teilnehmenden oder negative Erfahrungen bei den Gruppenleitenden und Teilnehmenden eine Rolle.

Um die anspruchsvolle Rolle kompetent und motiviert auszuüben, wünschen sich Gruppenleitende:

- spezifische Schulungen (z. B. ENSA) und niederschwellige Unterstützungsangebote (z. B. Vorlagen, Gesprächsleitfäden, Online-Austauschformate), insbesondere für den gemütlichen Teil;
- Entlastung bei schwierigen Themen durch Co-Leitungsmodelle, intensivere Begleitung durch kantonale Leiterinnen und klare Ansprechpersonen;
- administrative Entlastung, etwa durch zentrale Kommunikationsplattformen, flexiblere Rahmenbedingungen und gezielte Förderung von Nachwuchsleitenden;
- Wertschätzung in Form von Weiterbildungsmöglichkeiten, fachlichem Austausch und einer fairen finanziellen Honorierung.

Diese strukturellen und inhaltlichen Unterstützungsmöglichkeiten werden von den Gruppenleitenden als zentrale Voraussetzungen genannt, um in ihrer Rolle wirksam zu bleiben – und langfristig motiviert.

3 Empfehlungen

Die Evaluation von roundabout zeigt eindrucksvoll die positiven Effekte des Angebots auf die Teilnehmenden und Gruppenleitenden auf. Gleichzeitig

werden Verbesserungspotenziale identifiziert, die durch gezielte Massnahmen adressiert werden können. Basierend auf den Evaluationsergebnissen wurden die in [Tabelle 1](#) genannten Empfehlungen abgeleitet.

TABELLE 1

Empfehlungen für die Weiterentwicklung von roundabout

| Bereich | Empfehlung |
|--|--|
| Förderung der psychischen Gesundheit und Chancengleichheit | <ul style="list-style-type: none"> • Wirkpfade im Wirkungsmodell konzeptuell verankern • Die Angebotsziele schärfen, überprüfbar und transparent machen |
| Ausbau der Unterstützung der GL | <ul style="list-style-type: none"> • Die GL durch Möglichkeiten wie Co-Leitungsmodelle und Entlastung durch die kantonalen Leiterinnen stärker unterstützen • Didaktische Materialien für den gemütlichen Teil laufend erweitern und aktualisieren • Austausch unter GL fördern (z.B. durch niederschwellige und flexible Austauschgefässe) |
| Rollenklärung als GL | <ul style="list-style-type: none"> • Klären, welche Aufgaben primär zur Rolle der GL gehören • Gewisse Aufgaben an andere Akteur*innen wie speziell ausgebildete GL oder externe Fachpersonen delegieren • Ein Coaching-System aufbauen, bei dem erfahrene GL oder kantonale Leitungen unterstützend wirken |
| Stärkung der Zielgruppenorientierung und der Bindung | <ul style="list-style-type: none"> • Eine engere Zusammenarbeit mit Partnerorganisationen und Schulen eingehen • Frage der finanziellen Entschädigungen überdenken • Schulungsinhalte an gesellschaftliche Entwicklungen sowie an die Bedürfnisse der GL anpassen |
| Monitoring | <ul style="list-style-type: none"> • Monitoring-Prozesse automatisieren, sodass laufend die Kennzahlen wie Anzahl Teilnehmende und GL und die Fluktuationszahlen innerhalb des Programms sichtbar sind |

GL: Gruppenleitende

4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise

Zur Beantwortung der Evaluationsfragestellungen wurden verschiedene methodische Ansätze kombiniert (Tabelle 2). Die Evaluation umfasste eine Online-Befragung von 243 aktuellen und 84 ehemaligen Teilnehmenden sowie 122 aktuellen und 89 ehemaligen Gruppenleitenden. Zusätzlich wurden Fokusgruppen mit den Gruppenleitenden durchgeführt und ein Synthese-Workshop mit Vertreterinnen der Angebotsleitenden, Gruppenleitenden und Teilnehmenden organisiert. Zuletzt wurde auch eine Standortanalyse durchgeführt, für welche die

Postleitzahlen der roundabout-Standorte mit statistischen Daten zu Bevölkerungs- und Umgebungsmerkmalen verknüpft wurden. Diese multiperspektivische Vorgehensweise ermöglicht eine fundierte Einschätzung der Erreichbarkeit, Wirkung und Umsetzung des Angebots. Dennoch sind die Ergebnisse mit Vorsicht zu interpretieren. Das Mitwirken der Teilnehmenden und Gruppenleitenden an der Befragung erfolgte nicht zufällig, sondern basierte auf freiwilliger Selbstselektion. Dies könnte dazu geführt haben, dass insbesondere Personen mit starken Meinungen – sowohl positiven als auch negativen – teilgenommen haben.

TABELLE 2

Überblick über die Datenerhebungen der Evaluation von roundabout

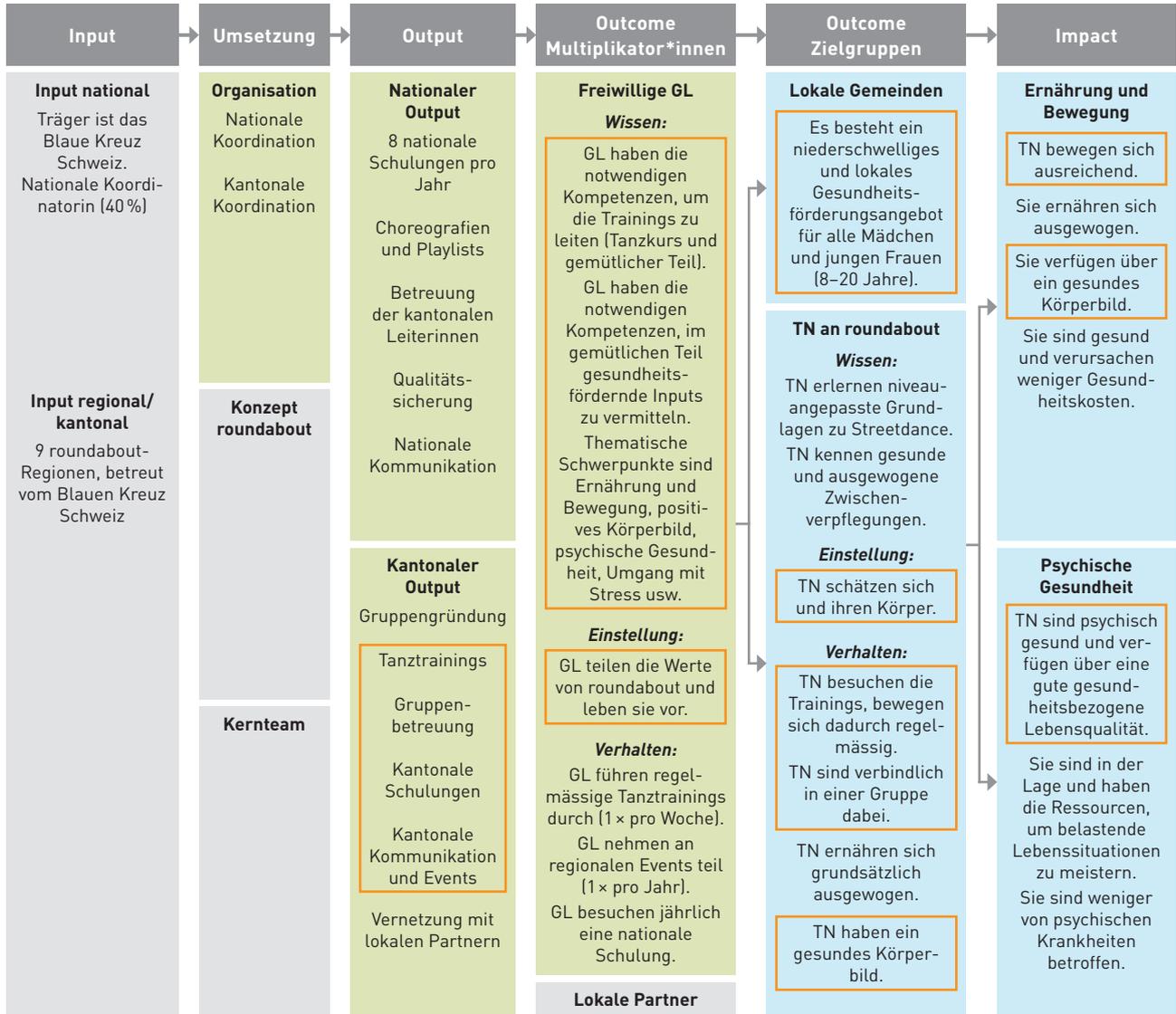
| Datenerhebung | Inhalt | Zeitraum | Fallzahlen |
|------------------------------------|---|-----------------------|-----------------------------------|
| Fokusgruppen mit GL | Diskussion über Erfahrungen, Herausforderungen und Verbesserungsvorschläge | Februar 2024 | 2 Fokusgruppen mit insgesamt 9 GL |
| Online-Befragung der GL | Einschätzung zu Umsetzung, Schulungen und Motivation | Mai–Juni 2024 | 122 GL |
| Online-Befragung der ehemaligen GL | Gründe für den Austritt, Motivation, Bewertung der Erfahrung mit roundabout und Verbesserungsvorschläge | August–September 2024 | 89 GL |
| Online-Befragung der TN | Psychisches Wohlbefinden, Zugehörigkeitsgefühl, Bewegungsverhalten | Mai–Juni 2024 | 243 TN |
| Online-Befragung der ehemaligen TN | Gründe für den Austritt, Bewertung der Erfahrung mit roundabout | August–September 2024 | 84 TN |
| Workshop zur Synthese | Diskussion der Ergebnisse und Entwicklung von Empfehlungen mit TN, GL und Angebotsleitenden | November 2024 | 14 TN |
| Standortanalyse | Verknüpfung und Analyse der Projektstandorte mit statistischen Informationen zu Bevölkerungs- und Umgebungsmerkmalen aus der Datenbank von Stamm & Fischer (2023) | Stand 2023 | 97 Standorte |

GL: Gruppenleitende

TN: Teilnehmende

ABBILDUNG 5

Wirkungsmodell von roundabout (eigene vereinfachte Darstellung der Autor*innen)



Hinweis: Grün hinterlegte Felder beziehen sich auf die Prozessevaluation, blau hinterlegte Felder auf die summative Evaluation. Orange umrandete Stellen verweisen auf Befunde aus der Evaluation; zu den übrigen Feldern sind keine Aussagen möglich.

GL: Gruppenleitende
TN: Teilnehmende

5 Literaturverzeichnis

Blaues Kreuz Schweiz (2022). *Konzept Version 2022. roundabout – ein Tanzangebot zur Gesundheitsförderung und Prävention für Mädchen und junge Frauen.*

Sepahniya, S. & Zumbrunn, A. (2025). *Evaluation roundabout mit Fokus psychische Gesundheit.* Evaluationsstudie im Auftrag von Blaues Kreuz Schweiz und Gesundheitsförderung Schweiz. Hochschule für Soziale Arbeit FHNW.

Stamm, H. & Fischer, A. (2023). *Schlussbericht zum Projekt «Soziales Profil von Projektstandorten».* Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG.

Zumbrunn, A., Rösch, C. & Schmid, H. (2013). *Ausserschulische Gesundheitsförderung bei jungen Frauen. Evaluation der Wirksamkeit des Streetdance-Angebotes «roundabout».* *Prävention und Gesundheitsförderung*, 8(4), 261–266.

Impressum

Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

Projektleitung Evaluation

Gesundheitsförderung Schweiz

Dr. Ran Grünenfelder, Projektleiter Wirkungsmanagement, Grünenfelder Zumbach GmbH

Projektverantwortliche Gesundheitsförderung Schweiz

Anja Nowacki, Projektleiterin Psychische Gesundheit Kinder und Jugendliche

Autorinnen

- Samin Sepahniya, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW
- Prof. Dr. phil. Andrea Zumbrunn, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW

Evaluationsbericht

Sepahniya, S. & Zumbrunn, A. (2025). [*Evaluation roundabout mit Fokus psychische Gesundheit.*](#) Evaluationsstudie im Auftrag von Blaues Kreuz Schweiz und Gesundheitsförderung Schweiz. Hochschule für Soziale Arbeit FHNW.

Fotonachweis Titelbild

iStock

Reihe und Nummer

Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 117

© Gesundheitsförderung Schweiz, Juni 2025

Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz
Wankdorfallée 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04

office.bern@promotionsante.ch

www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen