

Leitfaden zur Selbstevaluation von Maßnahmen der kommunalen Gesundheitsförderung
für den „Impulsgeber Bewegungsförderung“

Durchführung einer Selbstevaluation

Praxisbeispiel 1: Ein einzelnes Bewegungsangebot

1. Den Evaluationsgegenstand bestimmen!

Erstellt durch:

iSPO Institut für Sozialforschung, Praxisberatung und Organisationsentwicklung GmbH

Stand:

Februar 2023

Hintergrund

Der **Leitfaden zur Selbstevaluation von Maßnahmen der kommunalen Gesundheitsförderung** soll Sie dabei unterstützen, die Hinweise und Informationen des Impulsgeber Bewegungsförderung für den Schritt „Evaluation und Streuung der Ergebnisse“ innerhalb des Gesamtprozesses in eigenen Evaluationsvorhaben praktisch umzusetzen.

Wie für den Impulsgeber Bewegungsförderung insgesamt gilt auch für den Leitfaden: Da nicht alle Arten von Kommunen und die in ihnen umgesetzten Angebote, Projekte oder Programme zur Bewegungsförderung gleichermaßen abgebildet werden können, beschreibt auch der Leitfaden zur Selbstevaluation einen idealtypischen Evaluationsprozess.

Der Leitfaden besteht aus zwei Teilen, die Sie unabhängig voneinander nutzen können.

Teil 1 vermittelt Ihnen grundlegendes Wissen über Evaluation und Selbstevaluation. Der Fokus liegt darauf, die Elemente, den Ablauf und die Funktionen einer Evaluation möglichst prägnant und gut verständlich zu erklären.

Teil 2 ist unmittelbar handlungsbezogen. Sie können Schritt für Schritt eine Selbstevaluation Ihres Angebots, Projekts oder Programms zur Bewegungsförderung planen und durchführen. An zwei Praxisbeispielen wird Ihnen hierbei die praktische Umsetzung des jeweiligen Schrittes demonstriert. Ein Planungsheft für die Selbstevaluation gibt Ihnen außerdem die Möglichkeit, alle Schritte Ihrer Selbstevaluation analog zu den Praxisbeispielen zu planen und umzusetzen.

Durchführung einer Selbstevaluation:

1. **Den Evaluationsgegenstand bestimmen!**
2. Die Evaluationsfragen festlegen!
3. Die Wirkungsziele genau formulieren!
4. Die Wirkungslogik klären!
5. Indikatoren zur Wirkungsmessung festlegen!
6. Daten erheben!
7. Daten auswerten!
8. Aus den Ergebnissen lernen!
9. Über die Evaluation und die Ergebnisse berichten!

In jedem Schritt zeigen wir Ihnen anhand eines **Praxisbeispiels**, wie die jeweiligen Aufgaben praktisch umgesetzt werden können. Außerdem haben Sie im Impulsgeber Bewegungsförderung die

Möglichkeit, sich Vorlagen für ein **Planungsheft** zusammenzustellen, so dass Sie die einzelnen Schritte auch gleich auf Ihr Vorhaben übertragen können.

Einleitung

Eine Selbstevaluation durchführen – Schritt für Schritt

Wir möchten Sie dabei begleiten, eine Selbstevaluation Ihres Bewegungsangebotes zu planen und durchzuführen. Unser Ziel ist es, Sie hierbei so durch den Evaluationsprozess zu führen, dass Sie möglichst alle Informationen bekommen, die für die Evaluation Ihres konkreten Vorhabens relevant sind.

Ein wichtiger Hinweis vorab

Eine Evaluation sollte nicht durch eine Einzelperson vollständig allein geplant und durchgeführt werden. Stellen Sie sich ein Team zusammen, das alle relevanten Personen umfasst, die an Ihrem Vorhaben beteiligt sind, gut darüber Bescheid wissen und/oder denen Sie am Ende über die Ergebnisse berichten möchten oder sollen. Wenn von Anfang an verschiedene Perspektiven in die Planung und Umsetzung der Evaluation einbezogen werden, wird sie nicht nur auf höhere Akzeptanz stoßen, sondern auch qualitativ hochwertigere Ergebnisse erzielen!

Bewegungsangebot

Mit einem einzelnen Bewegungsangebot sind z. B. Sportkurse oder ein Bewegungsparcours gemeint.

Hauptmerkmale des Angebotes sind in der Regel: Es ...

- richtet sich an eine relativ fest eingegrenzte Zielgruppe.
- ist eher lokal statt regional ausgerichtet.
- findet an einem Ort (z. B. Turnhalle einer Schule) bzw. an wenigen festen Orten zu festgelegten Zeiten statt.
- ist in der Regel entweder verhaltens- oder verhältnispräventiv ausgerichtet.
- hat ein sehr spezifisches Konzept, in dem einzelne oder wenige konkrete Wirkungsziele mit einzelnen oder wenigen konkreten Interventionen verbunden sind (z. B. Prävention von Bandscheibenerkrankungen durch Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur).
- wird von nur einer Organisation/Institution konzipiert und umgesetzt (z. B. einem Sportverein).

1. Den Evaluationsgegenstand bestimmen!

Planungshilfe

Unter einer Evaluation ist die **systematische Überprüfung und Bewertung** einer Maßnahme, eines Angebots, Projektes oder auch eines umfassenderen Programmes zu verstehen. Aus der Perspektive einer Evaluation bezeichnet man die verschiedenen Formen dessen, was evaluiert wird als „**Evaluationsgegenstand**“. Das sind beispielsweise **Strukturen, Prozesse oder Ergebnisse von zielorientierten Aktivitäten sowie deren Planung und verschiedene Kontextbedingungen**. Der **Gegenstand (einer Evaluation)**, also „das, was evaluiert wird“ bestimmt sich aus der Gesamtheit aller Elemente, mit denen eine Maßnahme, ein Angebot, Projekt oder Programm vollständig beschrieben werden kann. Die konkrete Umsetzung bezeichnet man allgemein als **Intervention**.

Übersetzt in Fragen setzt sich der Evaluationsgegenstand aus folgenden Elementen zusammen:

- Auf welche Bedarfe soll die Intervention ausgerichtet sein?
- Wer ist die Zielgruppe des Programms?
- Welche Wirkungsziele werden verfolgt?
- Welche Aktivitäten (= Interventionen) werden umgesetzt, um diese Ziele zu erreichen?
- Unter welchen Rahmenbedingungen findet die Intervention statt (v. a. hinsichtlich der eingesetzten finanziellen und personellen Ressourcen, aber auch räumliche oder zeitliche Rahmenbedingungen können hier relevant sein)?
- Wer sind die handelnden Akteurinnen und Akteure, welche die Intervention umsetzen?
- Wer hat noch mit der Intervention zu tun (etwa Beteiligte bei der Planung, verantwortliche Person für die Steuerung in einer Organisation, Fördermittelgebende etc.)?

Praxisbeispiel

Der Evaluationsgegenstand in unserem Praxisbeispiel ist ein quartiersbezogenes Bewegungsangebot für ältere Menschen 60+.

Das Angebot „*Wir bleiben in Bewegung in Beispielhausen-Nord! Sport und Bewegung im Alltag für Seniorinnen und Senioren*“ wird in einem Stadtteil der *Stadt Beispielhausen* durchgeführt. Beispielhausen ist die Kreisstadt des Landkreises *Musterkreis*.

Die Umsetzung des niedrigschwelligen Bewegungsangebots erfolgt in der Verantwortung der lokalen Einrichtung der Gemeinwesenarbeit im Stadtteil. Die Trägerschaft der Gemeinwesenarbeit liegt bei einem kirchlichen Träger der freien Wohlfahrtspflege.

Das Angebot „*Wir bleiben in Bewegung in Beispielhausen-Nord!*“ ist eine von zahlreichen verhaltenspräventiven Maßnahmen, die im Rahmen des kommunalen Bewegungsprogramms des *Landkreis Musterkreis „aktiv60plus“* gefördert und umgesetzt werden. Das gesamte kommunale Bewegungsprogramm wird als zweites Praxisbeispiel im Leitfaden Selbstevaluation bearbeitet.

Die Beschreibung des Bewegungsangebots „*Wir bleiben in Bewegung in Beispielhausen-Nord!*“ kann anhand der für eine Evaluation relevanten Merkmale folgendermaßen aussehen:

Planungsblatt

Titel des Angebots: <i>Wir bleiben in Bewegung in Beispielhausen-Nord! Sport und Bewegung im Alltag für Seniorinnen und Senioren</i>
Auf welche Bedarfe soll das Angebot reagieren?
→ Allgemein: Bewegungsmangel älterer Menschen mit (vermeidbaren) Folgeerkrankungen
→ Spezifisch: Ältere Menschen mit Migrationshintergrund und alleinlebende, einsame ältere Menschen werden von Bewegungsangeboten bisher nicht gut erreicht.
Wer ist die Zielgruppe des Angebots?
→ Allgemein: Ältere Menschen ab 60 Jahren
→ Schwerpunkt: Ältere Menschen mit Migrationshintergrund
→ Schwerpunkt: Alleinlebende, ältere Menschen, die sich zurückgezogen haben (Alterseinsamkeit)
Welche Wirkungsziele werden verfolgt?
→ Ältere Menschen erhalten Gelegenheit, sich mehr zu bewegen.

- Sie erhalten Tipps und Hinweise, wie sie sich auch in ihrem Alltag mehr bewegen können.
- Sie erlangen wieder mehr Beweglichkeit und Fitness zurück.
- Weil sie sich wieder gesünder und fitter fühlen, nehmen sie wieder mehr am gesellschaftlichen Leben im Stadtteil teil.

Welche Aktivitäten werden umgesetzt, um diese Ziele zu erreichen?

- Information/Werbung zum Angebot erfolgt durch Flyer (z. B. bei Ärztinnen/Ärzten), auf der Webseite des Gesundheitsamts, durch Mitteilungen im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung, durch gezielte Ansprache und Information von Moscheegemeinden, Kirchengemeinden, Migrations- und Kulturvereinen etc.
- 1 x pro Woche Durchführung des Angebots in der Schulturnhalle im Stadtteil
- Gruppengröße: mindestens 5, höchstens 20
- Zeitlicher Umfang: je 90 Minuten
- 1 x pro Monat ein Spaziergang im Quartier (im Sommer mit Sport im Quartierspark)
- Begleitende Beratung und Informationen zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag
- Kosten für die Teilnehmenden: keine
- Zeitlicher Umfang des Gesamtprojekts: Kontinuierlich (vorbehaltlich Weiterfinanzierung durch Stadt)

Rahmenbedingungen?

- Finanzielle Ressourcen: Finanzierung durch den Landkreis für ein Jahr mit Option der Weiterförderung auf Grundlage der Ergebnisse einer Selbstevaluation
- Personelle Ressourcen: Honorarkraft mit sportwissenschaftlicher, gesundheitstherapeutischer oder vergleichbarer Ausbildung; Begleitung durch sozialpädagogische Fachkraft der offenen Altenarbeit im Quartier

Stakeholder (Evaluationsrelevante Institutionen oder Personen)

- Projektverantwortliche:
 - Träger: Einrichtung der Gemeinwesenarbeit im Stadtteil (kirchlicher Träger der freien Wohlfahrtspflege)
 - Fördermittelgebende: Landkreis Musterkreis, Dezernat Soziales und Gesundheit, Gesundheitsamt

→ Evaluierende:

- Honorarkräfte der Projektdurchführung, sozialpädagogische Fachkräfte der Gemeinwesenarbeit

→ Datengebende:

- Teilnehmende an den Angeboten
- Ggf. Familienangehörige der Teilnehmenden
- Honorarkräfte der Projektdurchführung

→ Nutzende der Evaluation:

- Landkreis
- Trägerorganisationen (z. B. Vereine, Kirchengemeinden, Einrichtungen der Gemeinwesenarbeit)