

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

Durchführung einer Selbstevaluation

# Praxisbeispiel 1: Ein einzelnes Bewegungsangebot

## 4. Die Wirkungslogik klären!

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).

## 4. Die Wirkungslogik klären!

### Planungshilfe

Besonders wenn eine Evaluation etwas über die Effektivität einer Maßnahme aussagen soll, ist es notwendig zu klären, ob und wie die Maßnahme mit der angestrebten Wirkung zusammenhängt (Evaluationsfrage: „Bewirkt eine Maßnahme das, was sie bewirken soll?“). Zu diesem Zweck wird in einem Evaluationsprozess eine **Wirkungslogik** (auch Wirklogik genannt) erstellt.

Ein geeignetes Hilfsmittel, um eine Wirkungslogik zu erstellen, ist die Nutzung der **Wirkungstreppe**. Mit ihrer Hilfe lässt sich ein Wirkungsmodell für jeden Evaluationsgegenstand entwickeln.

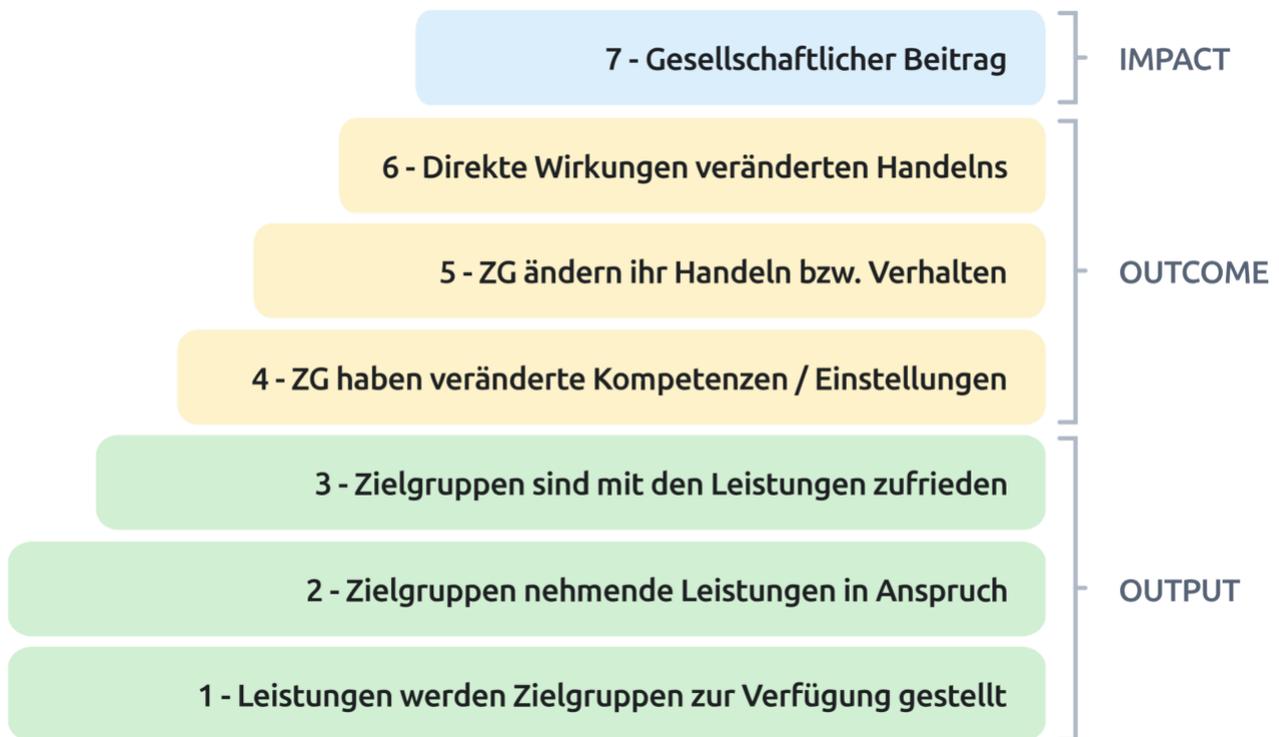


Abbildung 1: Wirkungstreppe\*

\* Modifiziert nach: Kurz, B.; Kubek, D. (2013). Kursbuch Wirkung. Das Praxishandbuch für alle, die Gutes noch besser tun wollen. Berlin: Phineo. Link zum Download: <http://www.phineo.org/publikationen>

Nachdem Sie Ihre Wirkungsziele „SMART“ formuliert haben, nehmen Sie die Wirkungstreppe zur Hand und versuchen Sie, die Wirkungsziele den richtigen Treppenstufen zuzuordnen.

Einfacher geht dies, wenn Sie die Treppenstufen (= Wirkungsebenen) in eine Tabelle übertragen, wobei jede Stufe einer Zeile entspricht.

### **Zum Weiterlesen**

Weitere Informationen zu den einzelnen Stufen der Wirkungstreppe erhalten Sie im Impulsgeber Bewegungsförderung im Leitfaden Selbstevaluation – Wissen zu Evaluation, Kapitel 4.3.

## Planungsblatt

### Hinweis

Wenn die - z. B. in einem Projektkonzept formulierten - Wirkungsziele den einzelnen Treppenstufen der Wirkungstreppe zugeordnet werden, ist es häufig der Fall, dass auffällt, dass manche der Treppenstufen gar nicht besetzt sind. D. h. es wurden noch gar nicht für alle Ebenen eines Wirkungsmodells passende Ziele formuliert. Die Wirkungslogik ist somit noch nicht vollständig.

Da dies in der Evaluationspraxis (egal ob Fremd- oder Selbstevaluation) sehr häufig vorkommt, ist auch das Praxisbeispiel so angelegt. Die nachfolgende Tabelle, in der die bestehenden Wirkungsziele den verschiedenen Wirkungsstufen zugeordnet werden, hat also noch Lücken.

Titel des Angebots: <i>Wir bleiben in Bewegung in Beispielhausen-Nord! Sport und Bewegung im Alltag für Seniorinnen und Senioren</i>	
Wirkungsstufe	Wirkungsziele
Gesellschaftliche/sozialpolitische Bedeutung	→
Direkte Wirkungen des veränderten Verhaltens	→ Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an dem Angebot können keine weiteren altersbedingten Bewegungseinschränkungen bei den Teilnehmenden festgestellt werden. → Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an dem Angebot bessern sich die altersbedingten Bewegungseinschränkungen der Teilnehmenden.
Zielgruppen ändern ihr Verhalten/Handeln	→ Die Teilnehmenden bewegen sich durch das Angebot (also während der Teilnahme) mehr als vorher.

	→ Die Teilnehmenden bewegen sich auch außerhalb der Angebotstermine bzw. nach Beendigung der Teilnahme in ihrem Alltag mehr als vorher.
<b>Zielgruppen haben veränderte Kompetenzen, Einstellungen, Wissen, Motivation</b>	→
<b>Zielgruppen sind mit den Leistungen zufrieden</b>	→
<b>Zielgruppen nehmen die Leistungen in Anspruch</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Spätestens drei Monate nach Beginn des Angebots ist es gelungen, Menschen mit Migrationshintergrund im Stadtteil zu erreichen und bezüglich einer Teilnahme anzusprechen.</li> <li>→ Spätestens sechs Monate nach Beginn des Angebots ist es gelungen, dass ältere Menschen mit Migrationshintergrund aus dem Stadtteil an dem Angebot teilnehmen.</li> <li>→ Der Zahl der Teilnehmenden mit Migrationshintergrund erhöht sich jährlich.</li> <li>→ Spätestens zum Ende des ersten Umsetzungsjahres ist es gelungen, einsame ältere Menschen im Stadtteil zu erreichen und bezüglich einer Teilnahme anzusprechen.</li> <li>→ Bis zum Ende des ersten Umsetzungsjahres ist es gelungen, dass einsame ältere Menschen aus dem Stadtteil an dem Angebot teilnehmen.</li> <li>→ Die Zahl der Teilnehmenden aus der Gruppe der älteren, einsamen Menschen erhöht sich jährlich.</li> </ul>
<b>Leistungen werden den Zielgruppen zur Verfügung gestellt</b>	→ 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

	<p>Ansprache und Information von Moscheegemeinden, Kirchengemeinden, Migrations- und Kulturvereinen etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ 1 x pro Woche Durchführung des Angebots in der Schulturnhalle im Stadtteil (je 90 Minuten)</li> <li>→ 1 x pro Monat ein Spaziergang im Quartier (im Sommer mit Sport im Quartierspark)</li> <li>→ Begleitende Beratung und Informationen zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag</li> </ul>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Erläuterung zu der hier abgebildeten Wirkungslogik:

Mit Blick auf die Tabelle fallen zwei Dinge auf: Erstens, dass es zwei Schwerpunktsetzungen in den Zielen des Projekts gibt:

- Es sollen ältere Menschen beziehungsweise bestimmte Gruppen älterer Menschen überhaupt zur Teilnahme bewogen werden und
- bei denen, die teilnehmen, sollen konkrete Verhaltensveränderungen in Richtung mehr Bewegung und nachfolgend ein besserer Gesundheitszustand bewirkt werden.

Und zweitens fällt auf, dass zwischen diesen Wirkungsebenen eine Lücke besteht. Bei der Ausarbeitung des Wirkungsmodells sollte es das Ziel sein, diese Lücken zu schließen, damit zwischen den Aktivitäten und Leistungen des Angebots sowie den angestrebten Wirkungen ein nachvollziehbarer Zusammenhang besteht.

Vervollständigt könnte die Wirkungstabelle folgendermaßen aussehen:

Vervollständigung der Wirkungstabelle (*Ergänzungen in Rot*)

Titel des Angebots: <i>Wir bleiben in Bewegung in Beispielhausen-Nord! Sport und Bewegung im Alltag für Seniorinnen und Senioren</i>	
Wirkungsstufe	Wirkungsziele
Gesellschaftliche/sozialpolitische Bedeutung	→ <i>Das Angebot leistet einen Beitrag zur Gesundheitsprävention älterer Menschen und damit zu einem Hin- auszögern oder Vermeiden altersbedingter gesundheitlicher Einschränkungen.</i>
Direkte Wirkungen des veränderten Verhaltens	→ Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an dem Angebot können keine weiteren altersbedingten Bewegungseinschränkungen bei den Teilnehmenden festgestellt werden. → Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an dem Angebot bessern sich die altersbedingten Bewegungseinschränkungen der Teilnehmenden.
Zielgruppen ändern ihr Verhalten/Handeln	→ Die Teilnehmenden bewegen sich durch das Angebot (also während der Teilnahme) mehr als vorher. → Die Teilnehmenden bewegen sich auch außerhalb der Angebotstermine bzw. nach Beendigung der Teilnahme in ihrem Alltag mehr als vorher.
Zielgruppen haben veränderte Kompetenzen, Einstellungen, Wissen, Motivation	→ <i>Die Teilnehmenden sind motiviert, sich auch außerhalb des Bewegungsangebots mehr zu bewegen.</i> → <i>Die Teilnehmenden haben neue Kenntnisse über Bewegungsmöglichkeiten im Alltag erworben.</i> → <i>Die Teilnehmenden haben alltagstaugliche Übungen kennengelernt.</i>
Zielgruppen sind mit den Leistungen zufrieden	→ <i>Die Teilnehmenden bewerten die Umsetzung des wöchentlichen Angebots und des monatlichen Spaziergangs im Quartier positiv.</i> → <i>Die Teilnehmenden fühlen sich in die Gruppe gut integriert.</i>

	<p>→ <i>Die Teilnehmenden fühlen sich gut und bedarfsgerecht beraten.</i></p>
<p><b>Zielgruppen nehmen die Leistungen in Anspruch</b></p>	<p>→ Spätestens drei Monate nach Beginn des Angebots ist es gelungen, Menschen mit Migrationshintergrund im Stadtteil zu erreichen und bezüglich einer Teilnahme anzusprechen.</p> <p>→ Spätestens sechs Monate nach Beginn des Angebots ist es gelungen, dass ältere Menschen mit Migrationshintergrund aus dem Stadtteil an dem Angebot teilnehmen.</p> <p>→ Der Zahl der Teilnehmenden mit Migrationshintergrund erhöht sich jährlich.</p> <p>→ Spätestens zum Ende des ersten Umsetzungsjahres ist es gelungen, einsame ältere Menschen im Stadtteil zu erreichen und bezüglich einer Teilnahme anzusprechen.</p> <p>→ Bis zum Ende des ersten Umsetzungsjahres ist es gelungen, dass einsame ältere Menschen aus dem Stadtteil an dem Angebot teilnehmen.</p> <p>→ Die Zahl der Teilnehmenden aus der Gruppe der älteren, einsamen Menschen erhöht sich jährlich.</p>
<p><b>Leistungen werden den Zielgruppen zur Verfügung gestellt</b></p>	<p>→ 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.</p> <p>→ 1 x pro Woche Durchführung des Angebots in der Schulturnhalle im Stadtteil (je 90 Minuten)</p> <p>→ 1 x pro Monat ein Spaziergang im Quartier (im Sommer mit Sport im Quartierspark)</p> <p>→ Begleitende Beratung und Informationen zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag</p>