

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

Durchführung einer Selbstevaluation

Praxisbeispiel 1: Ein einzelnes Bewegungsangebot

6. Daten erheben!

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).

6. Daten erheben!

Nachdem mit Indikatoren (*siehe Praxisbeispiel 1, Kapitel 5.*) bestimmt wurde, welche Daten gebraucht werden, um die Evaluationsfragen zu beantworten, stellt sich als nächstes die Frage, wie diese Informationen gewonnen werden können. Es geht also um Datenquellen und Instrumente zur **Datenerhebung**.

Grundsätzlich wird zwischen **Dokumentationsinstrumenten** sowie **quantitativen und qualitativen Instrumenten zur Datenerhebung** unterschieden.

Methoden, um Daten zu gewinnen, die qualitative und quantitative Elemente enthalten können, sind z. B. direkte Beobachtungen oder kreative Methoden wie etwa die Zielscheibenmethode in Gruppenkontexten.

Tipp

Im Impulsgeber Bewegungsförderung finden Sie in der „Ist-Analyse“ verschiedene Methoden zur Datenerhebung.

Häufig unterschätzt wird die **Bedeutung von Dokumentationsinstrumenten** für eine Evaluation. Dabei sind sie insbesondere dafür wichtig, Projektverläufe und Prozesse möglichst lückenlos abzubilden. Sie sollten deshalb bereits in der Planung einer Intervention mitgedacht werden, damit sie zu Beginn der Umsetzung bereits vorliegen und genutzt werden können.

Wichtig für die Entwicklung geeigneter Dokumentationsinstrumente ist weniger ihre Form (z. B. als Excel-Tabelle oder als Dokumentationsblatt auf Papier), sondern dass sie systematisch aufgebaut sind. Sie sollten alle Indikatoren abbilden, die nicht mit Daten aus Befragungen oder Beobachtungen von Personen einer Zielgruppe gefüllt werden können, sondern aus dem Umsetzungsprozess selbst generiert werden (z. B. die Anzahl verteilter Flyer zur Bewerbung einer Maßnahme). In der nachfolgenden Vorlage einer Datenerhebungstabelle wird dies jeweils unter dem Namen „Projektdokumentation“ aufgeführt.

Planungshilfe

Die Umsetzung der Datenerhebungen sollte in vier Schritten erfolgen:

1. Art der notwendigen Daten festlegen (Sekundärdaten oder selbsterhoben, qualitativ oder quantitativ)
2. Datenerhebungsinstrumente auswählen

3. Datenerhebungsinstrumente entwickeln
4. Datenerhebungen durchführen

Die bereits angelegte Tabelle mit den Wirkungszielen und Indikatoren (*siehe Praxisbeispiel 1, Kapitel 5., Planungsblatt*) können Sie hierfür weiternutzen als **Datenerhebungstabelle**.

Sie tragen zu den Indikatoren zusätzlich ein, ob es sich um vorhandene Sekundärdaten oder selbst zu erhebende Daten handelt und ob es jeweils qualitative oder quantitative Daten sind.

Zudem erweitern Sie die Tabelle um eine Spalte, in der Sie eintragen, wie oder von wem Sie die notwendigen Daten zu Ihren Indikatoren erhalten können.

Zum Weiterlesen

Weitere Informationen zu den verschiedenen Instrumenten der Datenerhebung und Dokumentation erhalten Sie im Impulsgeber Bewegungsförderung im Leitfaden Selbstevaluation – Wissen zu Evaluation, Kapitel 4.5.

Planungsblatt
Datenerhebungstabelle

Ziele/Wirkung	Indikatoren	Ausprägung (quantitativ/qualitativ)	Datenquelle/Erhebungsinstrumente
Output-Ebene: Leistungen werden den Zielgruppen zur Verfügung gestellt			
Information/Werbung zum Angebot durch Flyer (z. B. bei Ärztinnen/Ärzten), Information auf der Webseite des Gesundheitsamts, Mitteilung im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung, gezielte Ansprache und Information von Moscheegemeinden, Kirchengemeinden, Migrations- und Kulturvereinen etc.	→ Anzahl verteilter Flyer	→ quantitativ	Projektdokumentation
	→ Anzahl Orte ausgelegte Flyer	→ quantitativ	
	→ Art der Orte, an denen Flyer ausgelegt wurden	→ qualitativ	
	→ Information auf der Webseite des Gesundheitsamts sind vorhanden	→ quantitativ	
	→ Informationen auf der Website des Gesundheitsamts ist gut sichtbar	→ qualitativ	
	→ Mitteilung im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung veröffentlicht	→ quantitativ	
	→ Anzahl der Moscheegemeinden, Kirchengemeinden, Migrations- und Kulturvereinen etc., die gezielt angesprochen und informiert wurden	→ quantitativ	

Leitfaden zur Selbstevaluation – Durchführung einer Selbstevaluation:

Praxisbeispiel 1: Einzelnes Bewegungsangebot: 6. Daten erheben!

1 x pro Woche Durchführung des Angebots in der Schulturnhalle im Stadtteil (je 90 Minuten)	→ Anzahl der durchgeführten Termine	→ quantitativ	Projektdokumentation (z. B. durch Kursleitung)
	→ Anzahl der ausgefallenen Termine	→ quantitativ	
	→ Gründe für das Ausfallen von Terminen	→ qualitativ	
	→ Anzahl der Termine, zu denen die Schulturnhalle zur Verfügung stand	→ quantitativ	
1 x pro Monat ein Spaziergang im Quartier (im Sommer mit Sport im Quartierspark)	→ Anzahl der durchgeführten Termine	→ quantitativ	Projektdokumentation (z. B. durch Kursleitung)
	→ Anzahl der ausgefallenen Termine	→ quantitativ	
	→ Gründe für das Ausfallen von Terminen	→ qualitativ	
Begleitende Beratung und Informationen zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag	→ Anzahl der im Angebot weitergegebenen Informationsmaterialien	→ quantitativ	Projektdokumentation durch Kursleitung
	→ Anzahl der Beratungsgespräche	→ quantitativ	
	→ Inhalte der Beratungsgespräche	→ qualitativ	

Ziele/Wirkung	Indikatoren	Ausprägung (quantitativ/qualitativ)	Datenquelle/Erhebungsinstrumente
Output-Ebene: Zielgruppen nehmen die Leistungen in Anspruch			
Spätestens drei Monate nach Beginn des Angebots ist es gelungen, Menschen mit Migrationshintergrund im Stadtteil zu erreichen und bezüglich einer Teilnahme anzusprechen.	→ Anzahl der drei Monate nach Projektbeginn angesprochenen, älteren Menschen mit Migrationshintergrund im Stadtteil	→ quantitativ	Projektdokumentation (z. B. durch Kursleitung)
Spätestens sechs Monate nach Beginn des Angebots ist es gelungen, dass ältere Menschen mit Migrationshintergrund aus dem Stadtteil an dem Angebot teilnehmen.	→ Anzahl der Menschen mit Migrationshintergrund, die sechs Monate nach Projektbeginn am Angebot teilnehmen	→ quantitativ	Projektdokumentation (z. B. durch Kursleitung)
Der Zahl der Teilnehmenden mit Migrationshintergrund erhöht sich jährlich.	→ Differenz zwischen der Anzahl an Teilnehmenden mit Migrationshintergrund im Jahr 2022 im Vergleich zu 2021	→ quantitativ	Projektdokumentation (z. B. durch Kursleitung)

Ziele/Wirkung	Indikatoren	Ausprägung (quantitativ/qualitativ)	Datenquelle/Erhebungsinstrumente
Output-Ebene: Zielgruppen sind mit den Leistungen zufrieden			
Die Teilnehmenden bewerten die Umsetzung des wöchentlichen Angebots und des monatlichen Spaziergangs im Quartier positiv.	→ Anteil der Teilnehmenden, die das wöchentliche Angebot auf einer 5-stufigen Skala von 1 – sehr schlecht – bis 5 – sehr gut – mit mindestens 4 bewerten	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
Die Teilnehmenden (mit Migrationshintergrund oder einsame Teilnehmende) fühlen sich in die Teilnehmendengruppe gut integriert.	→ Anteil der Teilnehmenden (mit Migrationshintergrund oder einsame Teilnehmende), die äußern, dass sie sich in der Teilnehmendengruppe gut integriert fühlen	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
Die Teilnehmenden fühlen sich in ihrer individuellen Lebenssituation wertgeschätzt.	→ Anteil der Teilnehmenden, die angeben, dass die Durchführenden des Angebots sich nach ihrer individuellen Lebenssituation informiert haben	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
	→ Anteil der Teilnehmenden, die angeben, dass in der Angebotsumsetzung auf	→ qualitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende

	individuelle Interessen, Wünsche und Einschränkungen eingegangen wird		→ Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
Die Teilnehmenden fühlen sich gut und bedarfsgerecht beraten.	→ Anteil der Teilnehmenden, die angaben, dass Beratungsinhalte und Hinweise zur Bewegung im Alltag die individuellen Lebensumstände der Teilnehmenden berücksichtigen	→ qualitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)

Ziele/Wirkung	Indikatoren	Ausprägung (quantitativ/qualitativ)	Datenquelle/Erhebungsinstrumente
Outcome-Ebene: Zielgruppen haben veränderte Kompetenzen, Einstellungen, Wissen, Motivation			
Die Teilnehmenden sind motiviert, sich auch außerhalb des Bewegungsangebots mehr zu bewegen.	→ Anteil der Teilnehmenden, die äußern, dass sie durch die Teilnehmenden an dem Angebot beabsichtigen, Bewegungstipps für den Alltag auch umzusetzen	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
Die Teilnehmenden haben neue Kenntnisse über	→ Anteil der Teilnehmenden, die mindestens drei Kenntnisse über	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende

Bewegungsmöglichkeiten im Alltag erworben.	Bewegungsmöglichkeiten im Alltag benennen, die ihnen bis dahin nicht bekannt waren		→ Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
Die Teilnehmenden haben alltagstaugliche Übungen kennengelernt.	→ Die Alltagstauglichkeit der vermittelten Übungen ist durch wissenschaftliche Erkenntnisse belegt	→ qualitativ	→ Sekundärdatenanalyse (wissenschaftliche Literatur suchen und auswerten)
	→ Anteil der Teilnehmenden, die mindestens drei alltagstaugliche Übungen benennen, die ihnen bis dahin nicht bekannt waren	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)

Ziele/Wirkung	Indikatoren	Ausprägung (quantitativ/qualitativ)	Datenquelle/Erhebungsinstrumente
Outcome-Ebene: Zielgruppen ändern ihr Verhalten/Handeln			
Die Teilnehmenden an dem Angebot bewegen sich durch das Angebot (also während der Teilnahme) mehr als vorher.	→ Anteil der Teilnehmenden, die das Angebot zusätzlich zu anderen bereits vorher genutzten Angeboten nutzen	→ quantitativ	→ Ggf. Frage bei Anmeldung eines/einer Teilnehmenden: „Haben Sie bis jetzt an einem anderen Angebot teilgenommen, das Sie nun nicht mehr besuchen

			<p>werden?“ – dann Aufnahme in Projektdokumentation</p> <ul style="list-style-type: none"> → Fragebogen für Teilnehmende → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
<p>Die Teilnehmenden an dem Angebot bewegen sich auch außerhalb der Angebotstermine bzw. nach Beendigung der Teilnahme in ihrem Alltag mehr als vorher.</p>	<ul style="list-style-type: none"> → Anteil der Teilnehmenden, die sich (nach Selbstauskunft und oder Fremdauskunft) in ihrem Alltag mehr bewegen als vorher → Anteil der Teilnehmenden, die konkrete Übungen und Bewegungsmöglichkeiten nennen, die sie im Angebot erlernt haben und in ihrem Alltag ausüben 	<ul style="list-style-type: none"> → quantitativ 	<ul style="list-style-type: none"> → Fragebogen für Teilnehmende → Ggf. kleiner Fragebogen für Angehörige → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)

Ziele/Wirkung	Indikatoren	Ausprägung (quantitativ/qualitativ)	Datenquelle/Erhebungsinstrumente
Outcome-Ebene: 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.	→ Anteil der Teilnehmenden (und/oder ihrer Angehörigen), die beschreiben, dass sich keine weiteren Bewegungseinschränkungen seit der Teilnahme am Angebot ergeben haben	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Ggf. kleiner Fragebogen für Angehörige → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)
Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an dem Angebot bessern sich die altersbedingten Bewegungseinschränkungen der Teilnehmenden.	→ Anteil der Teilnehmenden (und/oder ihrer Angehörigen), die beschreiben, dass sich zu Beginn bestehende Bewegungseinschränkungen seitdem verbessert haben	→ quantitativ	→ Fragebogen für Teilnehmende → Ggf. kleiner Fragebogen für Angehörige → Optional bei kleiner Teilnehmendenzahl: Leitfadeninterview (dann nur qualitative Daten)