

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

Durchführung einer Selbstevaluation

# Praxisbeispiel 1: Ein einzelnes Bewegungsangebot

## 7. Daten auswerten!

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).

## 7. Daten auswerten!

Nachdem die Daten mit verschiedenen Instrumenten erhoben wurden, müssen die **Daten ausgewertet werden**, um die Evaluationsfragen beantworten zu können. Die Frage, welche Daten zu welchem Zweck und auf welche Weise auszuwerten sind, hängt also direkt mit den Evaluationsfragen, den Wirkungszielen, die überprüft werden sollen, und den Indikatoren, die festgelegt wurden, zusammen. Je nach Art der Daten wird unterschieden zwischen der **Auswertung quantitativer Daten** und der **Auswertung qualitativer Daten**.

### Quantitative Daten

Evaluationsfragen mit Wirkungszielen und Indikatoren, die als Zahlen darstellbar sind (z. B. Wie viele Menschen haben im Jahr 2022 an einem Bewegungsangebot in meiner Kommune teilgenommen? Wieviel Prozent von ihnen bewegen sich auch danach noch mehr als vorher?) können durch **quantitative Daten und statistische Auswertungen** beantwortet werden.

#### Möglichkeiten zur Auswertung

Für Daten aus einer Befragung vieler Menschen gibt es beispielsweise besondere Statistikprogramme (z. B. SPSS oder R). Sie sind allerdings teilweise teuer und ohne eine spezifische Schulung nur schwer anwendbar. Eine einfachere Alternative sind Tabellenkalkulationsprogramme (z. B. Excel oder Numbers). Aber auch ihre Nutzung für quantitative Auswertungen ist nicht selbsterklärend und muss erlernt werden.

### Qualitative Daten

Bei der Auswertung **qualitativer Daten** geht es nicht darum, wie viele Menschen mit einer Intervention erreicht wurden oder bei wie vielen von ihnen die angestrebten Wirkungen erreicht wurden. Qualitative Daten sollen vielmehr beantworten, ob überhaupt die richtigen Interventionen umgesetzt wurden, ob sie zu den Bedarfen der Zielgruppe passen oder welche Gründe es dafür gibt, dass Wirkungen nicht wie gewünscht oder besonders gut eingetreten sind.

#### Möglichkeiten zur Auswertung

Um qualitative Daten auswerten zu können, bietet es sich in der Praxis an, eine Tabelle anzulegen, in der z. B. die gestellten Fragen (Fragen eines Interviewleitfadens oder auch Fragen in einem Fragebogen mit freien Antwortmöglichkeiten) die Spalten definieren. Am besten ordnet man den Fragen auch noch die Evaluationsfragestellungen und die Indikatoren zu, auf die sie sich beziehen. In jeder Zeile werden dann in die einzelnen Felder die Antworten einer Person eingetragen. Auf diese Weise entsteht ein gutes Gesamtbild zu den Antworten. Hierdurch lässt sich z. B. relativ schnell erkennen, ob bestimmte Aspekte, Meinungen oder Bewertungen von mehreren Befragten genannt

werden (indem man z. B. ähnliche Aussagen in einer bestimmten Farbe markiert). Da es bei qualitativen Auswertungen aber nicht im eigentlichen Sinne um Häufigkeiten geht, lässt sich auch einfach feststellen, dass manche Äußerungen zwar seltener als andere vorkommen aber vielleicht besonders wichtige Aspekte des Evaluationsgegenstands betreffen oder für ganz bestimmte Personen oder Gruppen von besonders hoher Bedeutung sind.

Es gibt auch spezifische Programme, um qualitative Daten systematisch auszuwerten, wie z. B. MAXQDA oder QCAmap 2020 (letzteres kostenlos). Auch ihre Anwendung braucht eine Schulung und lohnt sich eher, wenn größere Personengruppen qualitativ befragt werden sollen.

### Planungshilfe

**Quantitative Auswertungen** eines Fragebogens mit einem Tabellenkalkulationsprogramm (die bekanntesten sind Excel für Windows-Systeme und Numbers für Apple-Betriebssysteme) sind grundsätzlich nicht schwierig.

- 1.** Zuerst erhält jede Frage des Fragebogens eine Spalte in der Tabelle. Dann wird festgelegt, dass jede der vorgegebenen Antwortmöglichkeiten auf eine Frage eine bestimmte Zahl erhält (z. B. 1 und 2 für Ja und Nein). Diesen Schritt nennt man Codierung der Antworten.
- 2.** Nun tragen Sie für jeden Fragebogen, der ausgefüllt wurde, von links nach rechts in der Tabelle die angekreuzten Antworten mit der festgelegten Zahl in einer Zeile der Tabelle ein. Mit dem nächsten Fragebogen machen Sie das gleiche in der nächsten Zeile, bis Sie alle Fragebögen eingetragen haben.
- 3.** Nun können Sie mit den entsprechenden Funktionen des Programms z. B. ausrechnen lassen, wie häufig welche Antworten auf eine Frage angekreuzt wurden. Für die üblichen Zwecke einer Selbstevaluation reichen solche Häufigkeitsdarstellungen meistens schon aus.

Auch eine Auswertungstabelle, mit der man **qualitative Daten auswerten** kann, ist im Prinzip ähnlich angelegt wie eine Tabelle zur quantitativen Auswertung. Der größte Unterschied ist, dass die eingetragenen Informationen (z. B. Aussagen von Befragten in Interviews oder Freitext-Antworten in einem Fragebogen) v. a. inhaltlich angeschaut und bewertet werden und es weniger wichtig ist, wie häufig die Befragten bestimmte Meinungen vertreten oder Bewertungen abgeben. Der Schwerpunkt liegt vor allem darauf, ob eine Antwort für eine Evaluationsfrage relevant ist. Dies kann auch bedeuten, dass z. B. nur eine Person eine bestimmte Meinung äußert oder Gründe für die Bewertung eines Projekts angibt, dabei aber einen besonders wichtigen Aspekt anspricht, der für die Evaluation von Bedeutung ist, obwohl keine andere der befragten Personen dies erwähnt hat.

Anhand unseres Praxisbeispiels zeigen wir Ihnen, wie man eine Auswertungstabelle für qualitative Daten anlegen kann.

### Zum Weiterlesen

Weitere Informationen zur Auswertung von Daten erhalten Sie im Impulsgeber  
Bewegungsförderung im Leitfaden Selbstevaluation – Wissen zu Evaluation, Kapitel 4.6.

Planungsblatt  
Muster für eine qualitative Auswertungstabelle

Evaluationsfrage: Wurden die Wirkungsziele des Angebots erreicht?				
Befragte Person	Indikator 1	Förderliche/hinderliche Gründe zum Erreichen des Wirkungsziels (Indikator 1)	Indikator 2	Förderliche/hinderliche Gründe zum Erreichen des Wirkungsziels (Indikator 2)
	Teilnehmende beschreiben, dass sich zu Beginn bestehende Bewegungseinschränkungen seitdem nicht verschlechtert oder verbessert haben.		Teilnehmende bewegen sich (nach Selbstauskunft und oder Fremdauskunft) in ihrem Alltag mehr als vorher.	
	Bitte beschreiben Sie kurz, wie Sie sich bewegen konnten, bevor Sie mit dem Kurs begonnen haben. Worin waren Sie besonders eingeschränkt? Hat sich daran etwas geändert, seit Sie an dem Kurs teilnehmen?	<p><b>Bezogen auf die gegebene Antwort:</b></p> <p>Aus welchen Gründen hat sich für Sie trotz der Teilnahme am Kurs nichts verbessert?</p> <p><b>Oder:</b></p> <p>Welche sind für Sie die wichtigsten Gründe, warum der Kurs Ihnen so gut geholfen hat?</p>	Bewegen Sie sich, seitdem Sie mit dem Kurs begonnen haben, insgesamt mehr als vorher? Zuhause? Sind Sie auch mehr draußen zu Fuß unterwegs?	<p><b>Wenn Ja:</b> Beschreiben Sie bitte etwas genauer, was sich verändert hat. Hat das nur mit der Teilnahme am Kurs zu tun oder gibt es noch andere Gründe?</p> <p><b>Wenn Nein:</b> Warum ist das so?</p>
<b>Aussage Person 1</b>	<i>Nein. Leider nicht, aber ich war oft auch nicht dabei.</i>	<i>Für mich ist es schon schwierig, überhaupt zur Turnhalle zu kommen.</i>	<i>Ich versuche schon manchmal die Übungen zuhause zu</i>	<i>So alleine zuhause macht das nicht viel Spaß.</i>

		<i>Deshalb war ich oft nicht da. Da kann sich dann ja nicht so viel verbessern.</i>	<i>machen, die sie uns erklärt haben. Aber eher selten.</i>	
<b>Aussage Person 2</b>	<i>Ja, ich bin schon wieder viel mobiler geworden, seitdem ich mitmache.</i>	<i>Das sind richtig gute Übungen für mich in dem Kurs. Gut ist vor allem, dass nicht jeder die gleichen Übungen macht, sondern jeweils solche, die bei ihm am besten passen.</i>	<i>Ja, das ist ja das Schöne für mich. Ich traue mich wieder längere Wege zu gehen und sehe wieder Menschen. Vorher habe ich viel mehr alleine in der Wohnung gesessen, weil ich nach ein paar Schritten draußen schon so erschöpft war.</i>	<i>Für mich ist schon der Kurs der wichtigste Grund. Weil die Übungen so gut passen, fühle ich mich wieder kräftiger und gehe deshalb auch wieder mehr aus dem Haus.</i>
<b>Aussage Person 3</b>	<i>Ach, wirklich viel hat sich nicht geändert. Aber ich gehe trotzdem gerne hin, wenn es geht, weil ich da andere treffen kann.</i>	<i>Mir sind die Übungen oft zu anstrengend. Dann mach ich nicht richtig mit und halte lieber ein Schwätzchen.</i>	<i>Nein, eigentlich nicht.</i>	<i>Ach, ohne Gesellschaft fehlt mir der Antrieb, mich mehr zu bewegen.  Für mich wäre es gut, ich könnte jeden Tag irgendwo hingehen, wo man vielleicht ein paar einfache Übungen macht und sich ansonsten mit anderen unterhalten kann.</i>