

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

Durchführung einer Selbstevaluation

# Praxisbeispiel 1: Ein einzelnes Bewegungsangebot

## 8. Aus den Ergebnissen lernen!

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).

## 8. Aus den Ergebnissen lernen!

**Lernen** ist eine der Hauptfunktionen, die eine Evaluation haben sollte. In dieser Funktion sollen die Ergebnisse einer Evaluation vor allem dazu dienen, Erkenntnisse entweder zur Verbesserung der Intervention selbst während ihrer Umsetzung (*siehe Praxisbeispiel 1, Kapitel 1.*) oder zur Planung nachfolgender, neuer Interventionen zu gewinnen.

Aus den Ergebnissen einer Evaluation lernen kann aber natürlich ebenso bedeuten, dass man zu der Erkenntnis gelangt, dass man eine Intervention aufgrund einer guten Wirksamkeit unverändert weiterführt oder im gegenteiligen Falle, dass man sie ganz beendet. Diese Aspekte des Lernens werden bei Evaluationen allerdings eher unter der Erkenntnisfunktion zusammengefasst (*siehe Leitfaden Selbstevaluation – Wissen zu Evaluation, Kapitel 2.*).

### Planungshilfe

Wenn es darum geht, dass etwas aus einer Evaluation für das laufende oder für zukünftige Vorhaben etwas gelernt werden soll, dann sollten

1. die Auswertungsergebnisse interpretiert und
2. aus ihnen Schlussfolgerungen gezogen werden.

Maßgeblich hierfür sind die Evaluationsfragen, die Sie zu Beginn der Evaluation formuliert haben (*siehe Praxisbeispiel 1, Kapitel 2.*). Der Schwerpunkt liegt aber vor allem auf Fragen, die mit Gründen für das bessere oder schlechtere Erreichen von Wirkungszielen zu tun haben.

Leitende Fragen hierfür sollten bereits in der Planung der Evaluation als Evaluationsfragen festgelegt werden. Diese sind z. B.:

- Welche Aspekte einer Intervention leisten einen besonders positiven Beitrag zur angestrebten Wirkung?
- Welche Gründe lassen sich finden, warum Wirkungen nicht so wie erwartet eingetreten sind?
- Welche Aspekte oder Merkmale haben es bei Personen der Zielgruppe eher erleichtert oder erschwert, dass Wirkungen erzielt wurden?
- Können die Erkenntnisse auf andere Situationen oder Gegebenheiten übertragen werden oder sind sie nur unter ganz bestimmten Bedingungen gültig?

Diese Fragen sollten so beantwortet werden, dass gesagt werden kann:

1. Ich weiß jetzt, was ich an meiner Intervention verändern kann, um noch bessere Wirkungen zu erzielen.
2. Ich weiß, welche äußeren Rahmenbedingungen für meine angestrebten Wirkungen eher nachteilig sind. Ich kann diese Information an andere weitergeben, die diese Rahmenbedingungen vielleicht verändern können.
3. Ich kann anderen, die ähnliche Projekte planen, empfehlen, auf welche (förderlichen oder hinderlichen) Aspekte sie achten sollten.

#### **Hinweis**

Auch in dieser Phase ist es sehr wichtig, andere Personen miteinzubeziehen und die Projektauswertungen gemeinsam zu interpretieren!

#### **Zum Weiterlesen**

Weitere Informationen erhalten Sie im Leitfaden Selbstevaluation – Wissen zu Evaluation, Kapitel 4.7.

## Szenario für das gemeinsame Interpretieren von Auswertungsergebnissen und das Ziehen von Schlussfolgerungen

Sie haben nun in Ihre Auswertungstabellen jeweils die Ergebnisse zu den Indikatoren eingetragen. Am besten nehmen Sie jetzt nochmal die Liste der Evaluationsfragen (*siehe Praxisbeispiel 1, Kapitel 2.*) und ordnen die Ergebnisse den Fragen zu.

Nun überlegen Sie, mit wem Sie über die Ergebnisse diskutieren könnten. Wenn es möglich ist, fragen Sie für die Auswertung Personen an, die:

- an der Planung Ihres Projekts (und/oder der Evaluation) mitbeteiligt waren (z. B. andere Mitarbeitende der Gemeinwesenarbeit) oder
- Ihr Projekt mitfinanziert haben (z. B. Vertreterin/Vertreter des Gesundheitsamts) oder
- woanders ein ähnliches Projekt umsetzen (z. B. aus einem Sportverein) oder
- die Zielgruppen und deren Lebenssituation gut kennen (z. B. jemand aus einer Moscheegemeinde oder einem Kulturverein) oder
- selbst zur Zielgruppe gehören (also ältere Personen allgemein und/oder Teilnehmende am Angebot) oder
- Expertinnen/Experten für das Thema des Projekts und/oder die Zielgruppe sind (z. B. Ärztinnen und Ärzte mit Schwerpunkt Gesundheitsprävention/Geriatrie).

Im günstigsten Fall können Sie aus jeder dieser Gruppen Personen finden, die bereit sind, sich mit Ihnen gemeinsam an den wichtigsten Leitfragen entlang aus jeweils eigener Perspektive und Erfahrungen zu überlegen, wie die Ergebnisse zu interpretieren sind und welche Schlussfolgerungen für Ihr Projekt und vielleicht zukünftige Projekte gezogen werden können.

Wenn dieses Treffen so organisiert und gut dokumentiert wird, haben Sie die Lernfunktion der Evaluation schon zum größten Teil erfüllt.