

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

Durchführung einer Selbstevaluation

Praxisbeispiel 2: Programm zur Mobilitäts- und Bewegungsförderung

5. Indikatoren zur Wirkungsmessung festlegen!

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!

Programm zur Mobilitäts- und Bewegungsförderung

Unter einem Programm der Bewegungsförderung ist in diesem Leitfaden ein umfangreicheres Vorhaben einer Kommune, eines Verbandes oder eines anderen größeren Trägers gemeint, welches sich in der Regel durch folgende Hauptmerkmale kennzeichnen lässt: Es...

- wird ein Bündel unterschiedlicher Maßnahmen in einem gemeinsamen programmatischen Rahmen umgesetzt.
- gibt eine Mischung bzw. Kombination aus verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen.
- findet in einem größeren räumlichen Zusammenhang statt (Gemeindeverbund, Stadt, Landkreis, Region).
- wird von mehreren Organisationen/Institutionen konzipiert und umgesetzt.
- gibt eine übergeordnete Gesamtkonzeption, in die die Einzelmaßnahmen mit ihren spezifischen Konzepten eingebettet sind.
- gibt übergeordnete Programmziele und spezifischere Wirkungsziele der Einzelmaßnahmen.

→ gibt eine Gesamtkoordination und Programmsteuerung, die in der Regel bei dem übergeordneten Programmträger liegt.

5. Indikatoren zur Wirkungsmessung festlegen!

Indikatoren helfen dabei, festzustellen („zu messen“), ob Wirkungsziele erreicht wurden. Mit ihnen wird festgelegt, welche Informationen (Daten) gebraucht werden, um Wirkungen erfassen zu können.

Planungshilfe

Sie haben Ihre Wirkungsziele „SMART“ formuliert (*siehe Praxisbeispiel 2, Kapitel 3.*) und die Wirkungslogik anhand der Wirkungstreppe (*siehe Praxisbeispiel 2, Kapitel 4.*) vervollständigt.

Damit ist die Grundlage gegeben, mithilfe von Indikatoren konkret festzulegen, was Sie in der Evaluation konkret messen wollen, um Ihre Evaluationsfragen zu beantworten.

Auch hier ist die einfachste Möglichkeit, eine Tabelle anzulegen, in der alle Wirkungsziele aus dem Wirkungsmodell enthalten sind. Zu den Wirkungszielen ordnen Sie dann jeweils zu, anhand welchen beobachtbaren oder erfragbaren Sachverhalten, also welchen Indikators, festgestellt werden könnte, ob das jeweilige Wirkungsziel erreicht wurde oder nicht.

Tipp

Am besten legen Sie für jede Wirkungsebene (d. h. jede Stufe der Wirkungstreppe) eine eigene Indikatoren-Tabelle an.

Zum Weiterlesen

Weitere Informationen zu den verschiedenen Indikatoren erhalten Sie im Impulsgeber Bewegungsförderung im Leitfaden Selbstevaluation – Wissen zu Evaluation, Kapitel 4.4.

Planungsblatt

A. Für die verhaltenspräventiven Maßnahmen des Programms

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Output-Ebene: Leistungen werden den Zielgruppen zur Verfügung gestellt	
Bis zum Ende des zweiten Umsetzungsjahres wird in jedem Stadtteil der Städte des Kreises und in jeder Gemeinde mindestens ein niedrigschwelliges Bewegungsangebot durchgeführt.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der niedrigschwelligen Bewegungsangebote in jedem Stadtteil der Städte des Kreises und in jeder Gemeinde → Anzahl der durchgeführten Durchführungstermine bei den Angeboten
In den niedrigschwelligen Angeboten erhalten die Teilnehmenden auch eine Beratung und Kompetenzvermittlung für Bewegungsmöglichkeiten im Alltag.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der Beratungen → Inhalte der Beratungen → Inhalte der Kompetenzvermittlungen
Beratungs- und Informationsangebote zu Bewegungsmöglichkeiten im Alltag werden durch das Gesundheitsamt bereitgestellt.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der Angebote → Inhalte der Angebote
Informationsveranstaltungen in den Stadtteilen und Gemeinden werden durch das Gesundheitsamt angeboten.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der Informationsveranstaltungen → Orte der Informationsveranstaltungen → Verteilung in der Fläche des Landkreises

<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 etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl verteilter Flyer → Anzahl der Orte, an denen Flyer ausgelegt wurden → Art der Orte, an denen Flyer ausgelegt wurden → Information auf der Webseite des Gesundheitsamts vorhanden → Informationen auf der Website des Gesundheitsamts ist gut sichtbar → Mitteilung im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung veröffentlicht → Mitteilung im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung ist gut sichtbar

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Output-Ebene: Zielgruppen nehmen die Leistungen in Anspruch	
<p>Pro Angebot nehmen im Durchschnitt mindestens 10 Personen über 60 Jahren an den Bewegungsangeboten des Programms teil.</p>	<p>→ Anzahl der Teilnehmenden pro Angebot (Berechnung des Durchschnitts)</p>

Jährlich sind im Durchschnitt aller Angebote 20 % der Teilnehmenden neue Teilnehmende.	→ Anteil (in Prozent) neuer Teilnehmender an der Gesamtzahl der Teilnehmenden pro Angebot (Berechnung des Durchschnitts)
--	--

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Output-Ebene: Zielgruppen sind mit den Leistungen zufrieden	
Die Teilnehmenden bewerten die Umsetzung der niedrigschwelligen Bewegungsangebote positiv.	→ Anteil der Teilnehmenden, die die Umsetzung der niedrigschwelligen Bewegungsangebote auf einer 5-stufigen Skala von 1 – sehr schlecht – bis 5 – sehr gut – mit mindestens 4 bewerten
Die Teilnehmenden fühlen sich gut und bedarfsgerecht hinsichtlich Bewegungsmöglichkeiten im Alltag beraten.	→ Anteil der Teilnehmenden, die äußern, dass sie sich gut und bedarfsgerecht beraten fühlen

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Outcome-Ebene: Zielgruppen haben veränderte Kompetenzen, Einstellungen, Wissen, Motivation	
Die Teilnehmenden sind motiviert, sich auch außerhalb der Bewegungsangebote mehr zu bewegen.	→ Anteil der Teilnehmenden, die äußern, dass sie aufgrund der Teilnahme an einem Angebot beabsichtigen, sich auch im Alltag mehr zu bewegen

Die Teilnehmenden haben neue Kenntnisse über Bewegungsmöglichkeiten im Alltag erworben.	→ Anteil der Teilnehmenden, die mindestens drei Kenntnisse über Bewegungsmöglichkeiten im Alltag benennen, die ihnen bis dahin nicht bekannt waren
Die Teilnehmenden haben alltagstaugliche Übungen kennengelernt.	→ Die Alltagstauglichkeit der vermittelten Übungen ist durch wissenschaftliche Erkenntnisse belegt → Anteil der Teilnehmenden, die mindestens drei alltagstaugliche Übungen benennen, die ihnen bis dahin nicht bekannt waren

Ziel/Wirkung	Indikatoren
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
Die Teilnehmenden an dem Angebot bewegen sich auch außerhalb der Angebotstermine bzw. nach Beendigung der Teilnahme in ihrem Alltag mehr als vorher.	→ Anteil der Teilnehmenden, die sich (nach Selbstauskunft und/oder Fremdauskunft) in ihrem Alltag mehr als vorher bewegen → Anteil der Teilnehmenden, die konkrete Übungen und Bewegungsmöglichkeiten nennen, die sie im Angebot erlernt haben und in ihrem Alltag ausüben

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Outcome-Ebene: Direkte Wirkungen des veränderten Verhaltens	
Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an einem 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
Innerhalb eines Jahres nach Beginn der Teilnahme an einem 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

B. Für die verhältnispräventiven Maßnahmen des Programms

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Output-Ebene: Leistungen werden den Zielgruppen zur Verfügung gestellt	
Jährlich werden im Kreisgebiet mindestens fünf verhältnispräventive Maßnahmen umgesetzt.	→ Anzahl der niedrigschwelligen Bewegungsangebote im Kreisgebiet (pro Jahr).
Die Umsetzung erfolgt in mindestens drei verschiedenen Gemeinden bzw. Stadtteilen.	→ Anzahl der Gemeinden/Stadtteile, in denen niedrigschwellige Bewegungsangebote durchgeführt werden (pro Jahr).
Mindestens zwei der jährlich umgesetzten Maßnahmen betreffen die Reduzierung bewegungshemmender Barrieren (z. B. unsichere Straßenübergänge, hohe Bordsteine, zu kurze Ampelschaltungen, keine Sitzgelegenheiten zum Ausruhen etc.).	→ Anteil der Maßnahmen, welche die Reduzierung bewegungshemmender Barrieren betreffen, an allen umgesetzten Maßnahmen (pro Jahr).
Mindestens zwei der jährlich umgesetzten Maßnahmen betreffen Maßnahmen, die Älteren einen direkten Anreiz zur Bewegung geben (z. B. begleitete Spaziergänge im Quartier, kurze Ausflugsfahrten in die Natur, Kennzeichnung von Rundwegen durch Grünanlagen mit Kennzeichnung der Streckenlängen etc.).	→ Anteil der Maßnahmen, welche direkte Anreize zur Bewegung geben, an allen umgesetzten Maßnahmen (pro Jahr).
Informationsveranstaltungen in den Stadtteilen und Gemeinden zu Bewegungsmöglichkeiten im öffentlichen Raum werden durch das Gesundheitsamt durchgeführt.	→ Anzahl der Informationsveranstaltungen → Orte der Informationsveranstaltungen

	<ul style="list-style-type: none"> → Verteilung in der Fläche des Landkreises
Informationen werden auf der Webseite des Gesundheitsamts, über Mitteilungen in örtlichen Anzeigenblättern und Stadtteilzeitungen etc. bereitgestellt.	<ul style="list-style-type: none"> → Information auf der Webseite des Gesundheitsamts vorhanden → Information auf der Webseite des Gesundheitsamts ist gut sichtbar → Mitteilung im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung veröffentlicht → Mitteilung im örtlichen Anzeigenblatt und der Stadtteilzeitung ist gut sichtbar
Bürgerbeteiligungsverfahren (z. B. Workshops) zur Planung verhältnispräventiver Maßnahmen in Stadtteilen und Gemeinden des Kreises werden durchgeführt.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der Bürgerbeteiligungsverfahren → Formate der Bürgerbeteiligungsverfahren → Orte der Veranstaltungen → Verteilung in der Fläche des Landkreises

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Output-Ebene: Zielgruppen nehmen die Leistungen in Anspruch	
Menschen aus der Zielgruppe sowie andere Bewohnerinnen und Bewohner nehmen an Informationsveranstaltungen in den Stadtteilen und Gemeinden zu Bewegungsmöglichkeiten im öffentlichen Raum teil.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der Teilnehmenden an den Informationsveranstaltungen → Altersverteilung der Teilnehmenden → Geschlechtsverteilung der Teilnehmenden
Informationen auf der Webseite des Gesundheitsamts, Mitteilungen in örtlichen Anzeigenblättern und Stadtteilzeitungen etc. werden wahrgenommen.	<ul style="list-style-type: none"> → Aufrufe der Webseite des Gesundheitsamts → Informationsquellen der Teilnehmenden
Menschen aus der Zielgruppe sowie andere Bewohnerinnen und Bewohner nehmen an den Bürgerbeteiligungsverfahren (z. B. Workshops) zur Planung verhältnispräventiver Maßnahmen in Stadtteilen und Gemeinden des Kreises teil.	<ul style="list-style-type: none"> → Anzahl der Teilnehmenden an den Bürgerbeteiligungsverfahren → Altersverteilung der Teilnehmenden → Geschlechtsverteilung der Teilnehmenden

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Output-Ebene: Zielgruppen sind mit den Leistungen zufrieden	
Die Umgestaltung von Wegen und die Einrichtung von Sitzgelegenheiten zum Ausruhen werden von der Zielgruppe als bedarfsgerecht bewertet.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass die Umgestaltung von Wegen und die Einrichtung von Sitzgelegenheiten zum Ausruhen ihren Bedarfen entsprechend umgesetzt wurde
Die Zielgruppe des Programms bewertet die Beteiligungsmöglichkeiten positiv.	<ul style="list-style-type: none"> → Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass die Beteiligungsmöglichkeiten zu günstigen Uhrzeiten angeboten wurden → Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass die Beteiligungsmöglichkeiten an Orten stattfanden, die für sie gut erreichbar waren → Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass die Beteiligungsmöglichkeiten in einem für sie gut geeigneten Format stattfanden → Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass sie anderen Personen aus der Zielgruppe die Teilnahme an einem Beteiligungsangebot empfehlen werden
Die Informationen zu den Maßnahmen sind zielgruppengerecht und ansprechend.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass die Inhalte der Informationen für sie gut verständlich sind

	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass die Informationen in einer Form präsentiert wurden, die ihr Interesse geweckt hat
--	---

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Outcome-Ebene: Zielgruppen haben veränderte Kompetenzen, Einstellungen, Wissen, Motivation	
Die Menschen der Zielgruppe kennen die Orte und Wege, die von ihnen sicher genutzt werden können.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, über die barrierefrei umgestalteten Orte und Wege in ihrer Lebenswelt informiert zu sein
Die Menschen der Zielgruppe kennen die Orte und Wege, die ihnen besondere Anreize und Möglichkeiten zur aktiven Bewegung bieten.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, über die bewegungsfreundlich umgestalteten Orte und Wege in ihrer Lebenswelt informiert zu sein
Die Menschen der Zielgruppe sind motiviert, sich im öffentlichen Raum wieder mehr zu bewegen.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass sie beabsichtigen, sich in Zukunft (wieder) mehr im öffentlichen Raum zu bewegen
Ängste und Unsicherheiten hinsichtlich der Nutzung öffentlicher Wege und Orte sind abgebaut.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass Ängste und Unsicherheiten hinsichtlich der Nutzung öffentlicher Wege und Orte bei ihnen abgenommen haben

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Outcome-Ebene: Zielgruppen ändern ihr Verhalten/Handeln	
Ältere Menschen bewegen sich mehr auf den Wegen und an den Orten, an denen barrierereduzierende Maßnahmen umgesetzt wurden, als vor der Umgestaltung.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass sie Wege und Orte in ihrer Lebenswelt, an denen barrierereduzierende Maßnahmen umgesetzt wurden, wieder mehr nutzen als vor der Umgestaltung
Insgesamt mehr ältere Menschen bewegen sich auf den Wegen und an den Orten, an denen barrierereduzierende Maßnahmen umgesetzt wurden, als vor der Umgestaltung.	→ Anzahl der Menschen der Zielgruppe, die Orte und Wege <u>vor</u> der Umsetzung barrierereduzierender Maßnahmen nutzen → Anzahl der Menschen der Zielgruppe, die Orte und Wege <u>nach</u> der Umsetzung barrierereduzierender Maßnahmen nutzen
Ältere Menschen bewegen sich mehr auf den Wegen und an den Orten, an denen Maßnahmen umgesetzt wurden, die Älteren einen direkten Anreiz zur Bewegung geben sollen, als vor der Umgestaltung.	→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass sie Wege und Orte in ihrer Lebenswelt, an denen Maßnahmen umgesetzt wurden, um Älteren einen direkten Anreiz zur Bewegung zu geben, mehr nutzen als vor der Umgestaltung
Insgesamt bewegen sich mehr ältere Menschen auf den Wegen und an den Orten, an denen Maßnahmen umgesetzt wurden, die Älteren einen direkten Anreiz zur Bewegung geben sollen, als vor der Umgestaltung.	→ <u>Vor dem Programm:</u> Anzahl der älteren Menschen, die Orte und Wege nutzen, an denen Maßnahmen umgesetzt

	<p>wurden, die Älteren einen direkten Anreiz zur Bewegung geben sollen</p> <p>→ <u>ein Jahr/zwei Jahre/etc. nach dem Start des Programms:</u> Anzahl der älteren Menschen, die Orte und Wege nutzen, an denen Maßnahmen umgesetzt wurden, die Älteren einen direkten Anreiz zur Bewegung geben sollen</p>
--	---

Ziel/Wirkung	Indikatoren
Outcome-Ebene: Direkte Wirkungen des veränderten Verhaltens	
<p>Der allgemeine Gesundheitszustand, die Fitness und die Selbständigkeit der älteren Menschen in Musterkreis, die die umgesetzten verhältnispräventiven Maßnahmen für mehr Bewegung im öffentlichen Raum nutzen, bessern sich oder bleiben zumindest länger erhalten.</p>	<p>→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass sich ihr allgemeiner Gesundheitszustand und ihre Fitness durch die verstärkte Nutzung der umgestalteten Orte und Wege insgesamt verbessert haben oder zumindest stabil geblieben sind</p> <p>→ Anteil der älteren Menschen, die äußern, dass sie Alltagsaufgaben (wie z. B. Einkaufen) wieder selbständiger erledigen können</p>