Master-Thesis , Hochschule Fulda, Fachbereich Oecotrophologie, Wintersemester 2012/13

„Qualitative Evaluation von gesundheitsfördernden Projekten am Beispiel von „FiduS – Fit durchs Studium“- Bewegungspausen in Vorlesungen an der Hochschule Fulda“

Cordula Springer, Dipl. oec. troph.(FH)

ZUSAMMENFASSUNG

Hintergrund und Fragestellung: Gesundheitsfördernde Projekte innerhalb ei-nes Settings fördern verhältnisorientiert die gesundheitlichen Ressourcen aller Teilnehmenden. Das Projekt „FiduS – Fit durchs Studium“ der Hochschule Fulda setzt im Setting Hochschule diesen Grundgedanken um: kurze Bewegungspau-sen innerhalb von Lehrveranstaltungen erzielen durch körperliche Bewegung eine Vielzahl an Effekten. Ziel der vorliegenden Arbeit war die Erfassung von intendierten und nicht-intendierten Wirkungen, um anhand der Ergebnisse die Weiterführung des Projektes mit entsprechender Qualität umzusetzen und gleichzeitig Zielindikatoren für weitere Erhebungen zu erhalten.
Methode: Nach Abschluss der Pilotphase der Bewegungspause wurden zur Da-tenerhebung qualitative, problemzentrierte Interviews bei teilnehmenden Lehren-den mittels teilstrukturieren Leitfäden durchgeführt. Zusätzlich wurden erste Er-gebnisse einer parallel durchgeführten Online-Befragung der Studierendengrup-pe zu Angaben von Verbesserungswünschen hinzugezogen. Nach regelgeleite-ter Transkription wurde eine Analyse anhand der strukturierten, qualitativen In-haltsanalyse nach Mayring durchgeführt, die für diese Erhebung leicht modifiziert wurde.
Ergebnisse: Intendierte wie auch nicht-intendierte Wirkungen konnten in positi-ven und negativen Wirkungswahrnehmungen festgestellt werden. Zusätzlich wurden neue Wirkungspfade deutlich, die in der Planungsphase schwer antizipierbar, und durch die Erhebung klar dargestellt werden konnten. Wesentli-che Faktoren zur Wirksamkeit der Bewegungspausen waren Wirkungswahrneh-mungen zur Partizipation und der Motivatoren für Bewegung, sowie die Ermitt-lung von Möglichkeiten diese Ergebnisse innerhalb des bestehenden Projektes einzubinden.
Schlussfolgerung: Die recht neue Methode der qualitativen Evaluation im Rah-men einer formativen Evaluation eignet sehr gut zur Erhebung intendierter und nicht-intendierter Wirkungen. Gerade für den Bereich der nicht-intendierten Wir-kungen, wie auch der Erfassung von neuen Wirkungspfaden, hat diese Methode klare Vorteile zu vergleichbaren quantitativen Erhebungen bewiesen, um die Art und Weise von Wirkungen und konkreten Handlungen der Teilnehmer zu erfas-sen. Gleichzeitig bietet sie somit Ergebnisse zur Nivellierung von Zielindikatoren wie auch programmorganisatorischer Umsetzungshinweise.