



Ergänzung zum Praxisleitfaden Ergebnisse der summativen Evaluation des Projektes „Bewegungsparcours für mehr Gesundheit im Alter“

Wie bereits im Praxisleitfaden angekündigt, erfolgt nun in Form dieser Anlage die Veröffentlichung der Ergebnisse der summativen Evaluation zur Umsetzung des Projektes „Bewegungsparcours für mehr Gesundheit im Alter“. Die Angaben in diesem Dokument basieren auf der Auswertung des Fragebogens „Ergebnisevaluation (summative Evaluation): Fragebogen zur Wirksamkeit der Ideenumsetzung im Projekt“ (siehe Anhang 8 im Praxisleitfaden), und den Erkenntnissen, die aus dem telefonischen Follow-Up-Workshop in der Einrichtung gewonnen werden konnten, der vier Monate nach dem offiziellen Projektabschluss stattgefunden hat.

Ergebnisse des Fragebogens zur Wirksamkeit der Ideenumsetzung im Projekt

Der Fragebogen wurde etwa vier Monate nach Abschluss der letzten Veranstaltung/Schulung im Rahmen der Projektumsetzung an die Mitglieder des Steuerungsgremiums in den Einrichtungen ausgeteilt. Die Auswertung zur Ergebnisevaluation erfolgte projekt- und handlungsfeldübergreifend sowie nach folgenden übergreifenden Kategorien, die durch die Gruppierung der Fragen aus dem „Fragebogen zur Wirksamkeit der Ideenumsetzung im Projekt“ (siehe Anhang 10 im Praxisleitfaden) gebildet wurden:

1. Veränderung gesundheitsrelevanter Parameter (Fragen 2, 3, 4, 5, 8)
2. Compliance & Partizipation (Fragen 1, 11, 12)
3. Kompetenzentwicklung (Fragen 7,21)
4. Tatsächlicher Praxistransfer (Fragen 9, 10, 16)
5. Organisations- und Strukturentwicklung (Fragen 13, 14, 15, 24)
6. Evaluationsarbeit (Fragen 17, 18, 19)
7. Projektzufriedenheit (Fragen 25, 26, 27)
8. Ergebniseinschätzung (Fragen 6, 20, 22, 23)

In Hinsicht auf alle Kategorien sind durch die Projektumsetzung positive Effekte zu verzeichnen. Die besten Ergebnisse konnten in den Kategorien Projektzufriedenheit und Kompetenzentwicklung bei den Mitarbeitenden erzielt werden. Außerdem konnte in den Einrichtungen im Durchschnitt 50 - 75 % der Bewohnenden durch die Projekte und deren Maßnahmen erreicht werden. Dies kann als Erfolg verzeichnet werden!

Erfolgsfaktoren und Stolpersteine

Im Rahmen der Follow-Up-Workshops wurde die Einrichtung zudem noch einmal nach wichtigen fördernden und hemmenden Faktoren für eine erfolgreiche Projektumsetzung befragt. Folgende Punkte konnten, ergänzend zu den Erkenntnissen im Praxisleitfaden in Kapitel F. „Was war hilfreich und was nicht?“, identifiziert werden:

ERFOLGSFAKTOREN

- Um die Teilnahme möglichst vieler Bewohnender an den Angeboten am Bewegungsparcours zu ermöglichen ist es wichtig, bei der Auswahl der Übungen und ggf. Anschaffung von Trainingsgeräten/Hilfsmitteln darauf zu achten, dass diese an unterschiedliche Körpergrößen und unterschiedliche Durchführungsvarianten und -intensitäten anpassbar sind.
- Um flexibler auf Witterungsbedingungen reagieren und den Projektablauf aufrechterhalten zu können, ist es sehr förderlich auch Alternativübungen und ggf. -geräte für den Innenbereich zu entwickeln sowie Übungsstationen für den Innenbereich der Einrichtung anzulegen und einzubinden, an denen das Training weitergeführt werden kann.
- Durch den Austausch der am Projekt beteiligten Bereiche untereinander können das gegenseitige Verständnis bzw. die Perspektivübernahme sowie die Wertschätzung füreinander und für die Arbeit der anderen Bereiche gesteigert werden. Dies beeinflusst die gesamte Arbeitsatmosphäre in der Einrichtung positiv.
- Wichtig ist auch eine hohe (intrinsische) Motivation der Mitarbeitenden zur Teilnahme an Schulungen und zur Durchführung von Maßnahmen für die Bewohnenden. Dies entscheidet letztendlich über die Qualität der Maßnahmenumsetzung, die eng mit dem Projekterfolg zusammenhängt. Grundlage ist es, dass auch Einrichtungsleitung und Führungskräfte das Projekt von Beginn an authentisch und motiviert vermitteln und unterstützen.
- Generell sollten die Präventionsangebote auf Freiwilligkeit und Partizipation der Bewohnenden setzen. So sollten diese eine Auswahl treffen und Ideen zu Ablauf und Inhalten einbringen können. Dies ist essentiell für ein Gefühl der Selbstwirksamkeit und Sinnhaftigkeit, wodurch wiederum die Resilienz gesteigert werden könnte.
- Die Motivation der Mitarbeitenden kann gesteigert werden, wenn sie sehen, dass sich das Wohlbefinden der Bewohnenden durch die durch sie angebotenen Maßnahmen sichtlich verbessert.

STOLPERSTEINE

- Hinderlich ist vor allem der Faktor Personalknappheit. Durch fehlende Zeit bzw. Ressourcen bei den umsetzenden Mitarbeitenden, Krankheitswellen, Personalmangel oder starke Fluktuation kann die Umsetzung des Projektes stark behindert und der Erfolg gemindert werden. Es ist wichtig, dass in der Einrichtung ausreichende Personalressourcen für die Umsetzung zur Verfügung stehen. Zudem darf für die an der Umsetzung beteiligten Mitarbeitenden keine zusätzliche Arbeitsbelastung entstehen, sondern die projektbezogenen Aufwände sind in Kombination mit den alltäglichen Aufgaben zu betrachten. Zentrale Faktoren sind deshalb insgesamt ein gutes Ressourcenmanagement, eine vorausschauende Planung, sowie eine gute Projektkommunikation.
- Des Weiteren ist dieses Projekt sehr jahreszeitenabhängig. Eine schlechte Witterung insbesondere im Herbst und Winter erschwert die Nutzung der Stationen im Freien und kann die nachhaltige Implementierung der Angebote am Bewegungsparcours erschweren.
- Einen hemmenden und zugleich fördernden Faktor stellt die Zielgruppe des Projektes dar. Durch das Angebot des Bewegungsparcours fühlen sich zunächst vor allem die „fitteren“ Bewohnenden einer Einrichtung angesprochen. Dadurch entsteht die Möglichkeit, auch diese Gruppe noch weiter zu fördern und ein körperlich anspruchsvolleres Angebot zu schaffen. Dennoch sollte es auch das Ziel sein, mobil und körperlich stärker bis stark eingeschränkte Bewohnende anzusprechen.

Die Nachbesprechung des Projektes hat nochmal verdeutlicht wie wichtig es ist, auch Alternativstationen für den Innenbereich der Einrichtung von Beginn an mitzudenken, um das Angebot möglichst ganzjährig umsetzen zu können.

Außerdem wurden als A und O für gewinnbringende Angebote am Bewegungsparcours eine strukturierte Planung sowie Vor- und Nachbereitung identifiziert. Nur so kann sichergestellt werden, dass mögliche Fehler bzw. Stolpersteine umgangen und Erfolgsfaktoren genutzt werden. Für diesen Prozess ist es hilfreich, langfristig verantwortliche Ansprechpersonen zu benennen.

Effekte und Chancen

Zusätzlich zu den explizit verfolgten Projektzielen konnten durch die Umsetzung des Projektes „Bewegungsparcours für mehr Gesundheit im Alter“ in der Pflegeeinrichtung weitere positive Effekte erzeugt und Chancen in Bezug auf die Zielgruppen Bewohnende, Mitarbeitende, Angehörige und die Einrichtung selbst generiert werden, die nicht von Beginn an vorgesehen waren. Hier werden nun alle positiven Effekte, sowohl die geplanten als auch die zusätzlich erzielten, vorgestellt:

BEWOHNENDE

Bei den teilnehmenden **Bewohnenden** konnte eine deutliche Steigerung der Mobilität festgestellt werden. Sie zeigen viel Freude an der Bewegung und sind sehr motiviert die Übungen auszuprobieren und direkt umzusetzen. Die durch das Angebot erzeugten Emotionen können zudem als positive Effekte auf die Psyche und das allgemeine Wohlbefinden gewertet werden. Der Parcours im Garten entwickelte sich als neuer gemeinsamer Treffpunkt der Bewohnenden und fördert somit zugleich den sozialen Kontakt untereinander.

MITARBEITENDE

Auf Seiten der **Mitarbeitenden** zeigte sich große Motivation bei der Durchführung der Angebote am Bewegungsparcours, insbesondere die Freude der Bewohnenden übertrug sich auf die Mitarbeitenden. Des Weiteren profitierten alle Mitarbeitenden von der Kompetenzerweiterung durch die Teilnahme am Kurzworkshop zum Thema „Bewegung/Mobilität im Alter“, was die Integration von mehr Bewegung in den Pflegealltag berufsgruppenübergreifend ermöglicht. Zudem konnten die Mitarbeitenden, nicht nur in Bezug auf die Bewohnenden, für das Thema „Bewegung“ sensibilisiert werden. Dadurch wurde ein Impuls gesetzt, auch die eigene Bewegung zu fördern.

ANGEHÖRIGE

Es besteht die Chance und das Potenzial, das Interesse und die Partizipation der **Angehörigen** weiter zu steigern. Schon jetzt nutzen sie den Garten mit und führen dort z. T. bereits gemeinsame Aktivitäten mit den Bewohnenden durch, was weiter gefördert wird. Durch den offenen Zugang zum Parcours kann das Bewegungsangebot zu jeder Zeit gemeinsam aktiv genutzt werden. Angehörige können die Bewohnenden in der Durchführung unterstützen und es als Medium für mehr Kommunikation untereinander nutzen.

EINRICHTUNG

Die **Einrichtung** als Ganzes profitierte besonders davon, dass das Thema Gesundheit präsenter geworden ist. Wertvoll ist zudem der Kompetenzgewinn der Mitarbeitenden zum Thema Bewegungsförderung, was einen allgemein „bewegteren“ Alltag begünstigt. Des Weiteren ging mit der Nutzung des Outdoorparcours eine stärkere Nutzung des Gartens einher, der in den wärmeren Monaten nun mehr in den Mittelpunkt der Einrichtung gerückt wird. Zusätzlich zu nennen sind die Chance zur Verbesserung des Qualitätsmanagements im Sinne der Ergänzung der Einrichtungsstandards, die die Umsetzung des Projektes bietet, die generelle Möglichkeit die gesundheitsförderliche Organisationsentwicklung voranzutreiben sowie durch sichtbares Engagement über das Muss hinaus das Image der Einrichtung zu verbessern.

Tipps und Motivation für die Selbstevaluation

Die im Vorherigen dargestellten, wertvollen Erkenntnisse konnten nur mit Hilfe der Evaluationsarbeit der Projektbeteiligten in der Einrichtung gewonnen werden. Es lohnt sich also!

Eine kontinuierliche Evaluation der Angebote am Bewegungsparcours trägt zu einer ständigen Verbesserung aller Abläufe bei und ermöglicht es, auf Wünsche und Anregungen der Projektbeteiligten einzugehen. Es empfiehlt sich, zukünftig in regelmäßigen Abständen (z. B. quartalsweise) sowohl die Erfolgsfaktoren, als auch die Stolpersteine zu besprechen sowie in den Austausch zu gehen, wie zufrieden die Mitarbeitenden mit der Umsetzung waren und welche Erkenntnisse und Vorgehensweisen sie zukünftig in die Durchführung der Angebote integrieren wollen.



WEITERE TIPPS FÜR IHRE EVALUATIONSARBEIT ÜBER DEN PROJEKTZEITRAUM HINAUS

- Überprüfen Sie regelmäßig den Erfolg und die Wirkung der durchgeführten Maßnahmen und Angebote.
- Definieren Sie dazu langfristige Ziele und leiten davon geeignete Kennzahlen und Wirkungsindikatoren für Ihre Einrichtung ab (quantitative Evaluation). Das kann z. B. die Anzahl der Bewohnenden sein, die an den Angeboten teilnehmen. Auf qualitativer Ebene können Sie auch ermitteln, ob sich die Angebote positiv auf das Wohlbefinden der Bewohnenden auswirken. Anzustreben sind immer auch die strukturelle Verankerung und die gesundheitsfördernde Entwicklung Ihrer gesamten Pflegeeinrichtung.
- Definieren oder erstellen Sie ggf. geeignete Messinstrumente zur Überprüfung des Erfolgs. Dies kann z. B. ein selbst erstellter Fragebogen sein, ggf. eignen sich hier auch Aufzeichnungen, die Sie im Rahmen Ihrer Pflegedokumentation erstellen.
- Diskutieren Sie, wie eine qualitative Bewertung des Projektes und der langfristig umgesetzten Maßnahmen erfolgen kann (qualitative Evaluation), z. B. in Form von Interviews oder stichprobenartigen Befragungen von Bewohnenden und Mitarbeitenden. Wichtig ist es vor allem im Austausch zu bleiben, sowohl mit den Bewohnenden als auch mit den Mitarbeitenden. Es sollte ermittelt werden, ob durch die Maßnahmen für die Bewohnenden, die Mitarbeitenden und möglichst die gesamte Einrichtung ein Mehrwert entsteht.
- Legen Sie fest, in welchen Intervallen und durch wen die Bewertung der Maßnahmen erfolgt und wie genau die Ergebnisse genutzt werden sollen.
- Denken Sie immer mit, ob und wie die Ergebnisse ins Qualitätsmanagement und die Organisation der gesamten Einrichtung einfließen können.

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit bewusst auf das Thema Evaluation. Denn so können Sie nicht nur Ihre Maßnahmen und Ihr Vorgehen kontinuierlich verbessern, sondern ggf. auch personelle und finanzielle Ressourcen sparen!

Ein Satz zum Schluss

Mit „Bewegungsparcours für mehr Gesundheit im Alter“ sind der Einrichtung die Durchführung eines erfolgreichen Projektes zur nachhaltigen Gesundheitsförderung aller Beteiligten und die Steigerung der Mobilität der teilnehmenden Bewohnenden gelungen. Die Angebote am Bewegungsparcours konnten strukturell in der Einrichtungsorganisation verankert werden und die Bewegungsförderung erhielt, u.a. durch die Schulung, Einzug in den gesamten Pflegealltag. Alle Beteiligten zeigten große Motivation und Freude bei der Durchführung des Projektes! Zukünftig sollen weitere Mitarbeitende für die Durchführung der Angebote geschult werden, um die Partizipation weiter zu erhöhen und die Umsetzungsqualität zu sichern.