



Erläuterungen zum Evaluationsfragebogen Wohlbefinden bei Maßnahmen

Grundsätzliches zum Aufbau und Einsatz des Fragebogens

Dieser Fragebogen wurde entwickelt, um Sportorganisationen und –verbänden eine Vorlage zur Verfügung zu stellen, die bei verbandseigenen Maßnahmen zur Evaluation des Wohlbefindens der Teilnehmenden verwendet werden kann (siehe Anforderungen aus dem dsj-Stufenmodell sowie PotAS).

Beim Einsatz des Fragebogens sollten folgende Punkte beachtet werden:

- Der Fragebogen kann im Baukastensystem verwendet werden, also entweder komplett oder lediglich einzelne Abschnitte aus dem Fragebogen.
- Die Fragen sind klar getrennten Themenblöcken zugeordnet. Wenn ein Thema behandelt werden soll, sollten allerdings alle Fragen zu dem jeweiligen Thema übernommen werden.
- Es wird empfohlen, alle Fragen bis einschließlich Frage 6 für eine reguläre Evaluation zu verwenden. Frage 7 (motivationales Klima) ist eine optionale Ergänzung.
- Die Einleitung inkl. Einholung des Einverständnisses (erster Teil des Fragebogens) sollte immer beibehalten werden, da dies in der neuen Datenschutzverordnung der EU so gefordert wird. Gegebenenfalls können die Formulierungen angepasst werden.
- Die gelb und grün markierten Stellen sollten für die jeweilige Maßnahme und Organisation angepasst werden.
- Der Fragebogen ist so gestaltet, dass er auch von Nicht-Wissenschaftlern ausgewertet werden kann. Erklärungen zu den einzelnen Themenblöcken sind weiter unten zu finden.
- Da zum Teil sensible Fragen gestellt werden, ist es hilfreich, eine möglichst hohe Anonymität bei der Beantwortung der Fragen zu gewährleisten. Dies kann z.B. dadurch geschehen, dass ausreichend Platz zwischen den Teilnehmenden beim Ausfüllen ist, so dass die eigenen Antworten nicht eingesehen werden können, und durch die Verwendung eines neutralen Umschlags, in dem alle Fragebögen gesammelt werden.
- Es ist erlaubt, den Fragebogen an das Design der eigenen Organisation anzupassen.
- Dieser Fragebogen ist ausschließlich zur Evaluation von Maßnahmen in gemeinnützigen Sportorganisationen erstellt worden. Eine kommerzielle Nutzung des Fragebogens (oder von Teilen daraus) ist nicht gestattet.
- Der Fragebogen ist geeignet für Personen ab 14 Jahren.
- Diese Erläuterung sollte den Teilnehmenden nicht vorgelegt werden. Sie dient ausschließlich als Hilfe und Unterstützung für diejenigen Personen, die den Einsatz des Fragebogens planen und umsetzen.

Informationen zu den einzelnen Themenblöcken

Demographie (Frage 1 und 2)

- Muss nicht mit abgefragt werden, wenn keine genauere Auswertung der Fragebögen z.B. nach Alter oder Geschlecht geplant ist, ist aber in der Regel nicht störend und u.U. hilfreich für das Verständnis der Antworten.
- Wenn durch diese Fragen bereits die Anonymität der Teilnehmenden verletzt ist (z.B. nur ein männlicher Teilnehmender unter lauter Frauen), sollten sie besser weggelassen werden.
- Es können eigene Fragen ergänzt werden, je nach Kontext (z.B. Sportart, Jahre Erfahrung etc.)

Wohlbefinden (Frage 3)

- Hier wird ein häufig genutzter Kurzfragebogen verwendet, der von der Weltgesundheitsorganisation entwickelt wurde (so genannter WHO-5), in leicht angepasster Form. Er misst das grundsätzliche Wohlbefinden der Person in einem bestimmten Zeitraum.
- Das Wohlbefinden einer Person kann aus den Fragen sehr leicht in Prozent berechnet werden: Bei den Antwortmöglichkeiten stehen Zahlen (20 bis 0). Es werden einfach die jeweiligen Zahlen aufaddiert (also



für jede Antwort „die ganze Zeit“ 20 Punkte, für jede Antwort „meistens“ 16 Punkte, usw). Daraus ergibt sich ein Wohlbefinden von 0% bis 100%. Ein Wohlbefinden unter 50% wird als bedenklich angesehen.

- Werden von einer Person nicht alle fünf Fragen in diesem Teil beantwortet, so sollte keine Berechnung für diese Person erfolgen, da sonst das Wohlbefinden unterschätzt wird.
- Das Wohlbefinden der an der Maßnahme teilnehmenden Personen sollte möglichst nah an 100% liegen.
- Ist das Wohlbefinden vieler Teilnehmender deutlich eingeschränkt, so sollte möglichst mit der gesamten Gruppe über mögliche Gründe gesprochen werden (evtl. ergeben sich Erklärungen allerdings auch aus den anschließend gestellten Fragen)

Beziehungs- und Betreuungsqualität (Frage 4)

- Diese Fragen basieren auf der Session Rating Scale von Johnson et al., 2000 sowie auf der Skala zum Betreuungsbefinden von Kleinert, 2012.
- Idealerweise sollten alle Fragen möglichst weit auf der rechten Seite beantwortet worden sein. Je weiter rechts, desto besser die Beziehungs- und Betreuungsqualität.
- Insbesondere die letzten drei Fragen sind wichtige Voraussetzung für die Motivation der Teilnehmenden. Je besser sich diese fühlen, desto höher die Motivation bei dieser und weiterer Maßnahmen.
- Bewerten viele Teilnehmende die Beziehungs- und Betreuungsqualität auf der linken Seite der Skala, so sollte ein Gespräch mit den für die Maßnahme verantwortlichen Betreuungspersonen über mögliche Gründe für diese Bewertung gesprochen werden. Erhalten die gleichen Betreuungspersonen über mehrere Maßnahmen hinweg keine guten Resultate, so sollten Konsequenzen folgen (z.B. pädagogische Schulung der Betreuungspersonen bis hin zum Austausch der Personen).

Respektvoller Umgang miteinander (Frage 5 und 6)

- Diese Fragen wurden erstellt auf der Grundlage des Fragebogens der Studie »Safe Sport« (Allroggen et al., 2017).
- Frage 5 behandelt mehrere Formen von Gewalt, die zwischen einzelnen Personen oder Personengruppen stattfinden kann und in einer Organisation bzw. einem Verband nicht geduldet werden sollte.
- Frage 5a behandelt psychologische bzw. emotionale Gewalt, 5b körperliche Gewalt und die Fragen 5c bis 5e sexualisierte Gewalt. Alle diese Gewaltformen können für die Betroffenen schwerwiegende und zum Teil lebenslange Folgen haben, daher sollten auch vermeintlich „leichte“ Fälle von Mobbing oder Ausschluss aus einer Gruppe ernst genommen werden.
- Sind laut Fragebogen eine oder mehrere Personen von Vorfällen betroffen, so empfehlen wir eine möglichst sofortige Rücksprache mit der zuständigen Ansprechperson (z.B. für Kinderschutz) in Ihrer Organisation. Falls Ihnen diese Person nicht bekannt sein sollte, wenden Sie sich **an...**
- Es wird empfohlen, alle Fragen in diesem Abschnitt zu stellen. Insbesondere bei diesen Fragen ist es wichtig, dass eine Anonymität aller Personen gewährleistet ist, siehe auch die grundsätzlichen Anmerkungen zu Beginn (unter Umständen lieber Alter und Geschlecht nicht abfragen, wenn z.B. eine Person ein anderes Alter oder Geschlecht als die anderen hat).
- Frage 6 muss nicht gestellt werden, wenn es im eigenen Verband/der eigenen Organisation keinen Ansprechpartner für Vorfälle dieser Art gibt. Es wird jedoch dringend empfohlen, mindestens eine zentrale Person für Beschwerden zu haben, die auch allen Teilnehmenden bekannt ist (siehe **xxx**).
- Der Abschlusstext (nach Frage 6) zu den Hilfsangeboten sollte in jedem Falle beibehalten werden, auch wenn nur einzelne Fragen aus diesem Block verwendet werden sollen.



Motivationales Klima (Frage 7)

- Beim motivationalen Klima geht es darum, ein für die Teilnehmenden positives Lernklima zu schaffen, um sie bestmöglich zu motivieren. In der pädagogischen Psychologie kennt man hierzu sechs verschiedene wichtige Aspekte, das so genannte TARGET-Programm (Woolfolk, 2012). TARGET ist ein Acronym aus den Bereichen:
 - T „Task“ = Aufgabe: Aufgaben sollten so gestellt werden, dass sie für alle Teilnehmenden eine angemessene Herausforderung darstellen
 - A „Autonomy“ = Entscheidungsfreiheit: die Teilnehmenden sollten ein gewisses Maß an Entscheidungsfreiheit und eigener Gestaltungsmöglichkeit bekommen sowie in wichtige Entscheidungen eingebunden werden
 - R „Recognition“ = Wahrnehmung/Anerkennung: alle Teilnehmenden sollten möglichst die gleiche Menge Aufmerksamkeit von den Betreuungspersonen bekommen, um sich optimal entwickeln zu können
 - G „Group“ = Gruppenarbeit: Arbeits- und Übungsgruppen sollten immer wieder neu zusammengestellt werden und verschiedene Fähigkeiten durchmischt werden, damit alle Teilnehmenden immer wieder neue Anregungen erhalten
 - E „Evaluation“ = Bewertung/Regeln: Bewertungsrichtlinien und Regeln sollten zu Beginn klar kommuniziert werden und anschließend auch für alle Personen gleichermaßen gelten und konsequent eingehalten werden
 - T „Timing“ = Zeitplanung: alle Teilnehmenden sollten ausreichend Zeit bekommen, sich mit den Übungen und Aufgaben auseinanderzusetzen
- Die hier verwendeten Fragen beziehen sich auf diese sechs Aspekte in der hier genannten Reihenfolge.
- Die Teilnehmenden sollten die Fragen möglichst auf allen Bereichen weit rechts, also „genau richtig“ beantworten.
- Bewerten viele Teilnehmende das motivationale Klima auf der linken Seite der Skala, so sollte ein Gespräch mit den für die Maßnahme verantwortlichen Betreuungspersonen über mögliche Gründe für diese Bewertung gesprochen werden. Erhalten die gleichen Betreuungspersonen über mehrere Maßnahmen hinweg keine guten Resultate, so werden angemessene Konsequenzen empfohlen (z.B. zunächst pädagogische Schulung der Betreuungspersonen bis hin zum Austausch des Betreuungspersonals).