



Evaluation des Gesundheitstages der Uni Freiburg

Fallseminar Praxis der Arbeits- und Organisationspsychologie

Arbeitsgruppe 5:

Katharina Bauke, Anja Bohnsack, Johanna Freund,
Anja Hoernig, Ava Leicht & Anne-Maria Müller



Transtheoretisches Modell der Verhaltensänderung

(Prochaska & DiClemente 1982/83)

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

Ein Modell welches die Bereitschaft zu Einstellungs/ Verhaltensänderung hinsichtlich eines konkret definierten Problemverhaltens beschreibt

Leitgedanke: Menschen unterscheiden sich darin wie bereit sie für eine Veränderung sind und lassen sich entsprechend einer „stage of change“ zuordnen



Stages of Change des TTM

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- 1.) Precontemplation → Phase der Absichtlosigkeit
- 2.) Contemplation → Phase der Absichtsbildung
- 3.) Preparation → Vorbereitungsstadium
- 4.) Action → Handlungsstadium
- 5.) Maintenance → Aufrechterhaltungsstadium
- 6.) Termination → das Problem existiert nicht mehr

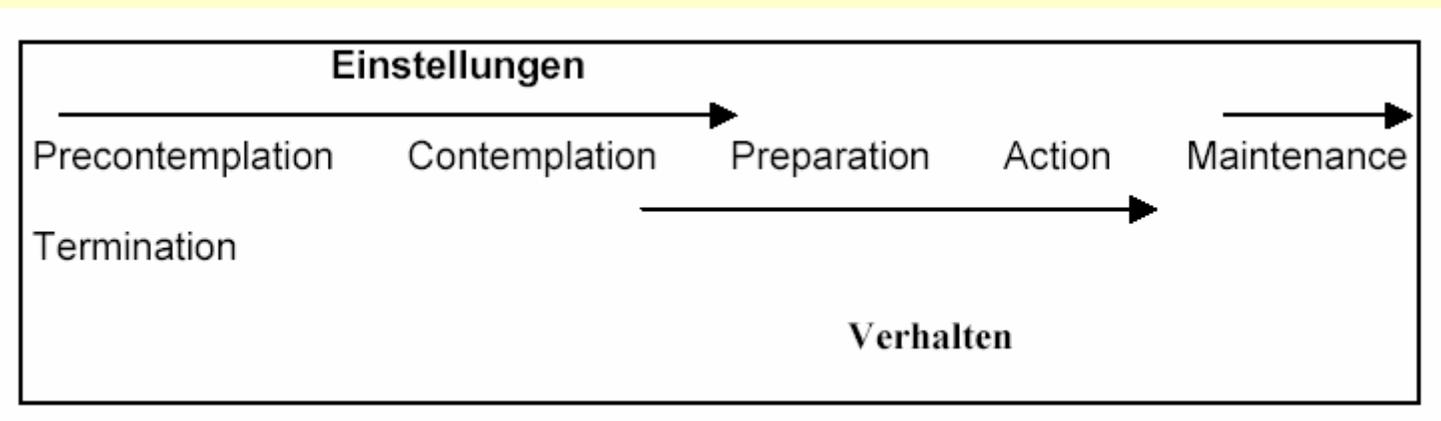


Stages of Change des TTM

Theorie

Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

Integration von Einstellungs- & Verhaltensänderungen





Unser Stand

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

**Der Stand
der
Gesundheit**

**Helfen Sie Albert Ludwig, sein
Gesundheitsangebot zu verbessern!**



Fragebogen

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

Kurzfragebogen im Bereich Veränderungsbereitschaft

- deutsche Version der University of Rhode Island Change Assessment Scale (URICA)
- Fragebogen zur Erfassung der Veränderungsbereitschaft (FEVER)
- Veränderungen passend für das Setting des Gesundheitstages



Fragebogen

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- Evaluation des Gesundheitstages
- Besucher:
 - Häufigkeiten (Wer kommt? → Art der Beschäftigung im universitären Bereich)
 - Wirkung der Veranstaltung (Erfolg?)
 - Welche Themen schlagen besonders ein
 - Wünsche/ Anregungen
- „Fernbleiber“
 - Häufigkeiten
 - Gründe für das Fernbleiben
 - Wünsche/ Anregungen



Veränderungsbereitschaft: Hypothesen

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

Teilnehmer und Nicht-Teilnehmer eines Gesundheitstages unterscheiden sich hinsichtlich Ihrer Veränderungsbereitschaft.

Teilnehmer zeigen eine höhere Veränderungsbereitschaft als Nicht-Teilnehmer.



Explorative Forschungsfragestellung

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- Wer nutzt den Gesundheitstag?
- Wird der Gesundheitstag bloß als Fun-Event wahrgenommen, oder animiert er tatsächlich zur Veränderung?
- Welche Erwartungen hat die Zielgruppe allgemein an Gesundheitsförderungsmaßnahmen der Universität und im speziellen an den Gesundheitstag?



Datenerhebung

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- **Versuchsgruppe I (TN am Gesundheitstag)**
 - 10.00 Uhr Eröffnung durch den Kanzler
 - Ab 11.00 Uhr aktive Kontaktaufnahme mit potenziellen Probanden
 - Bei Interesse und Erfüllen der Kriterien, Erklärung des Projekts
 - Nach Ausfüllen des Fragebogens erhielten die Teilnehmer Kuchen und Saft
 - Ende der Erhebung 16.00 Uhr
 - N = 88



Datenerhebung

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- **Versuchsgruppe II (Nicht-TN am Gesundheitstag)**
 - Ab 7.30 Uhr im Rektorat
 - Jeweils zwei Mitarbeiter des Projektteams an den zwei möglichen Eingängen des Rektorats
 - Kontaktaufnahme mit den eintreffenden Mitarbeitern und Abklärung der Kriterien
 - Bei Interesse Mitgeben des Fragebogens oder direktes Ausfüllen am Tisch
 - Ab 11.00 Uhr Einsammeln der Fragebögen im Gebäude
 - Mitarbeiter hatten auch Möglichkeit den Fragebogen persönlich in unserer Hauptzentrale im Foyer abzugeben
 - N=39



Auswertungsdesign

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- Abhängige Variable: Teilnahme am Gesundheitstag
- Unabhängige Variable: Veränderungsbereitschaft
- Ad hoc-Stichprobe
- Skalenniveau: nicht intervallskaliert
- → nonparametrische Tests:
chi²-Test und U-Test von Mann und Whitney



Auswertung – demographische Daten

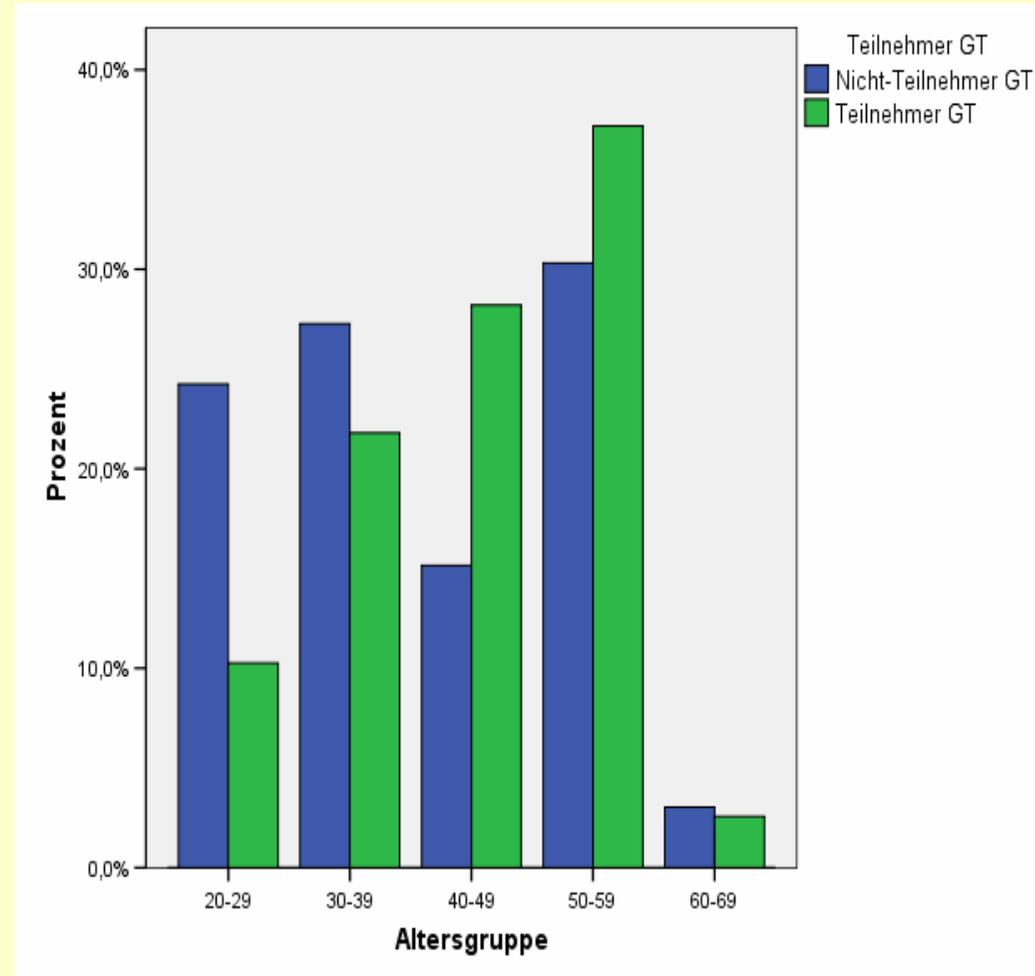
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- Insgesamt 125 Befragte (88 T, 35 NT)
- 41% männlich, 59% weiblich
 - Keine signifikanten Unterschiede zwischen T und NT
- Keine signifikanten Unterschiede hinsichtlich des Schulabschlusses



Altersstruktur der Befragten

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

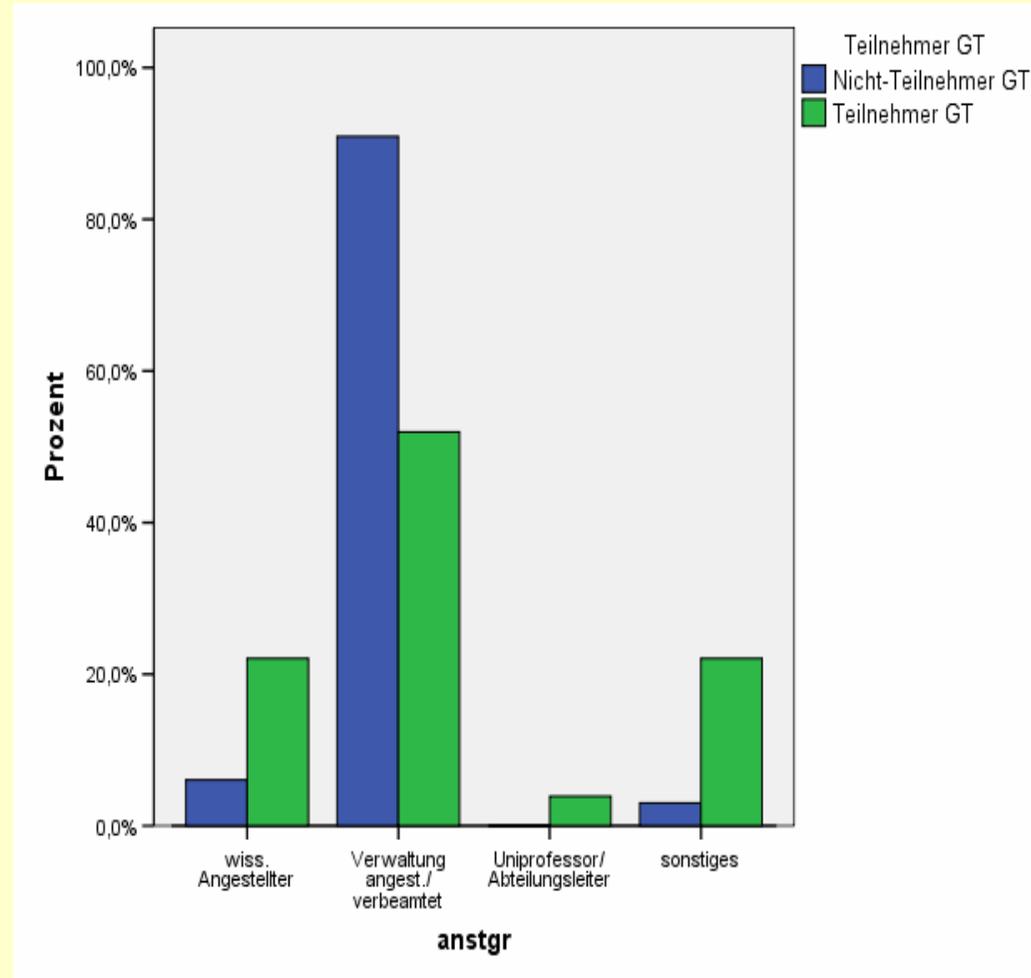


- Keine sign. Unterschiede zwischen T und NT



Art der Anstellung

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion



- Keine sign. Unterschiede zwischen T und NT

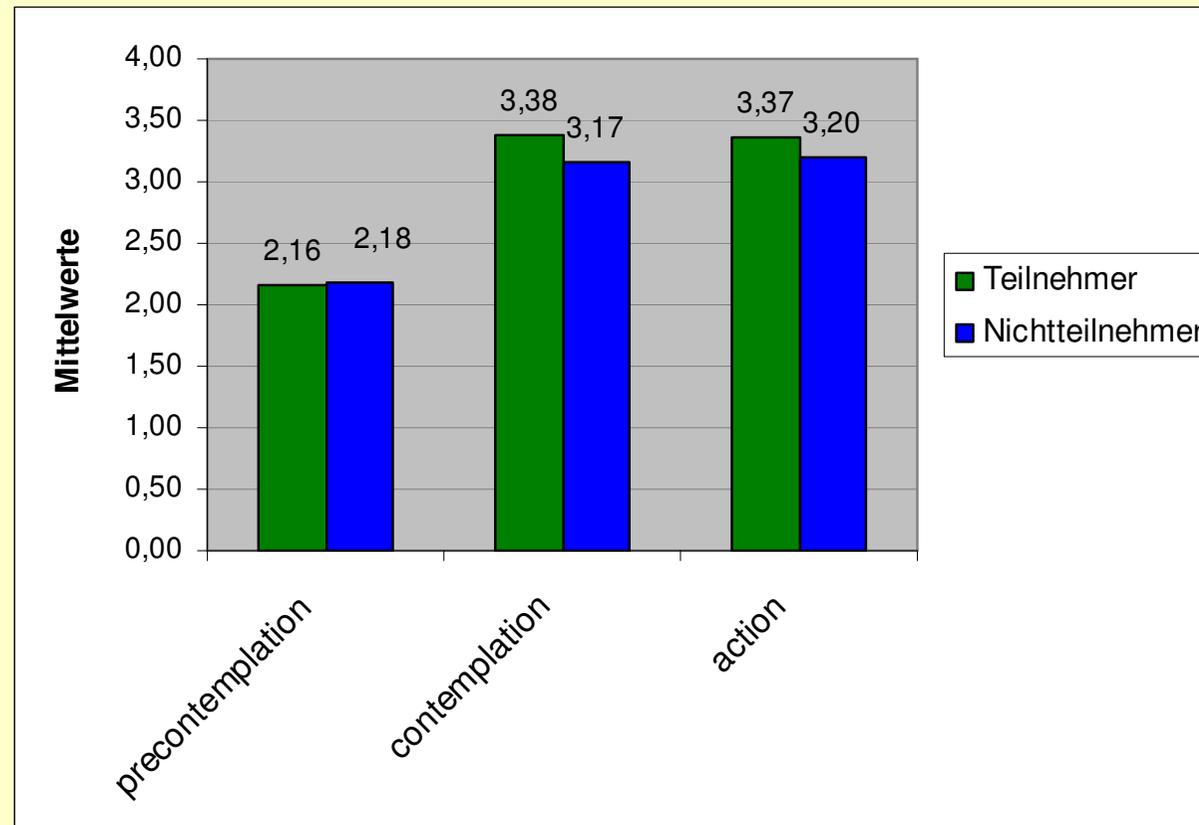


Veränderungsbereitschaft

Vergleich der Skalen-Mittelwerte
zwischen Teilnehmern und Nichtteilnehmern

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

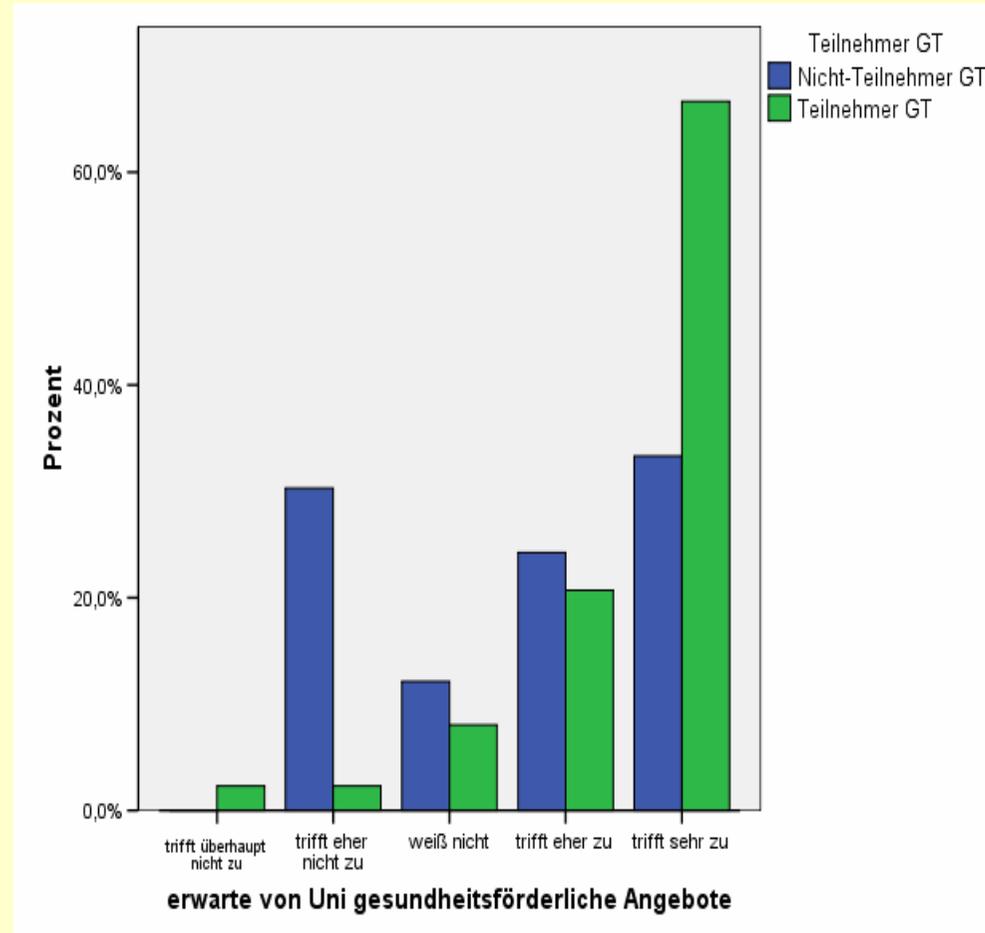
- Teilnehmer haben im Mittel höhere Werte auf den „weiter entwickelten“ Skalen Contemplation und Action
- Unterschiede sind nicht signifikant





Signifikante Unterschiede zwischen T und NT

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

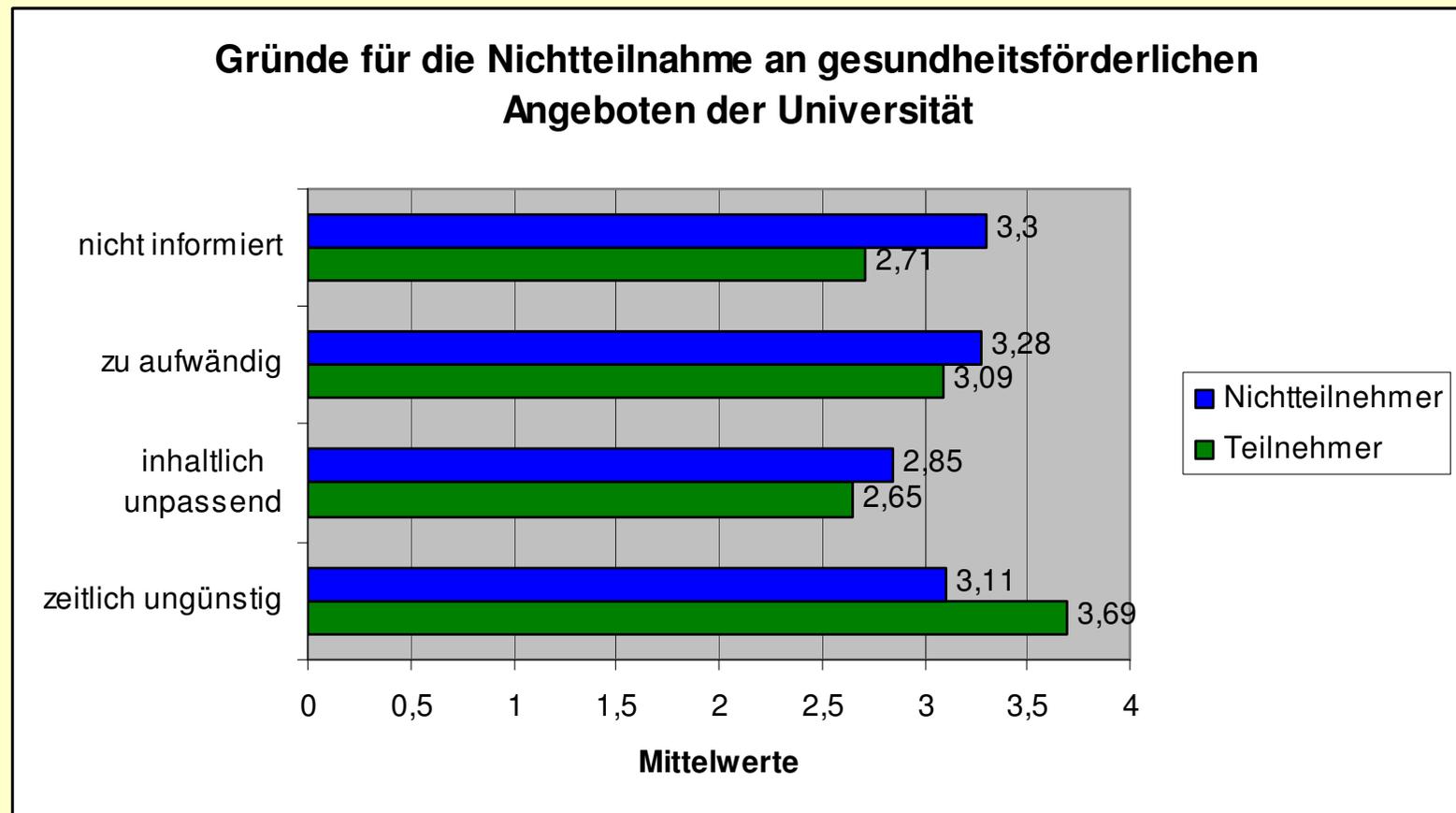


- Teilnehmer des Gesundheitstages erwarteten signifikant häufiger als Nichtteilnehmer gesundheitsförderliche Angebote von der Uni als Arbeitgeber ($p < 0,001$)



Gesundheitsförderliche Angebote der Universität

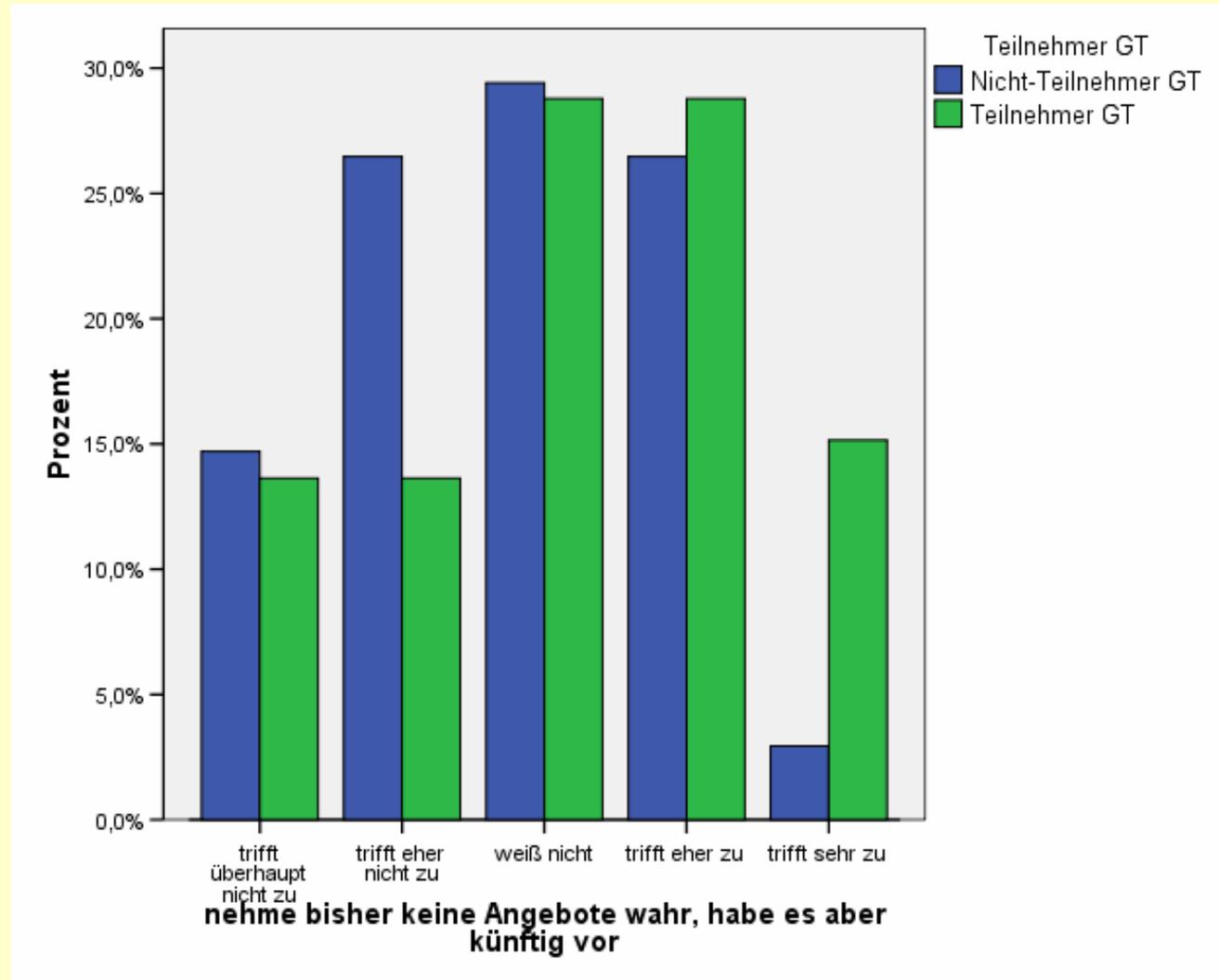
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Gesundheitsförderliche Angebote der Universität

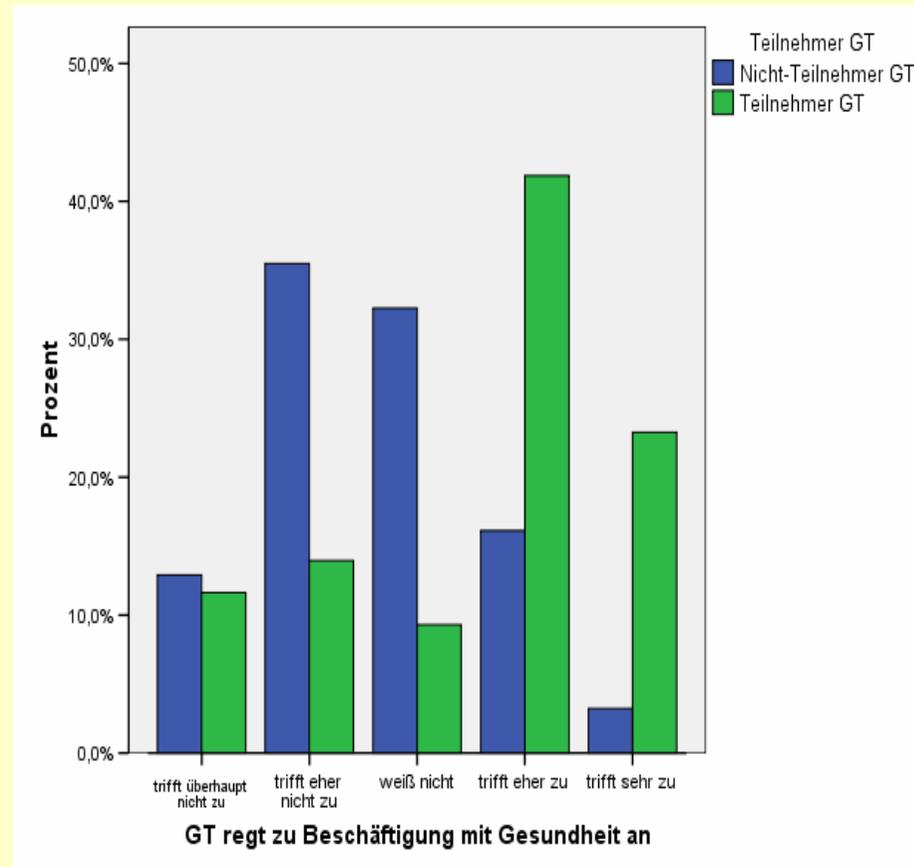
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Signifikante Unterschiede zwischen T und NT

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

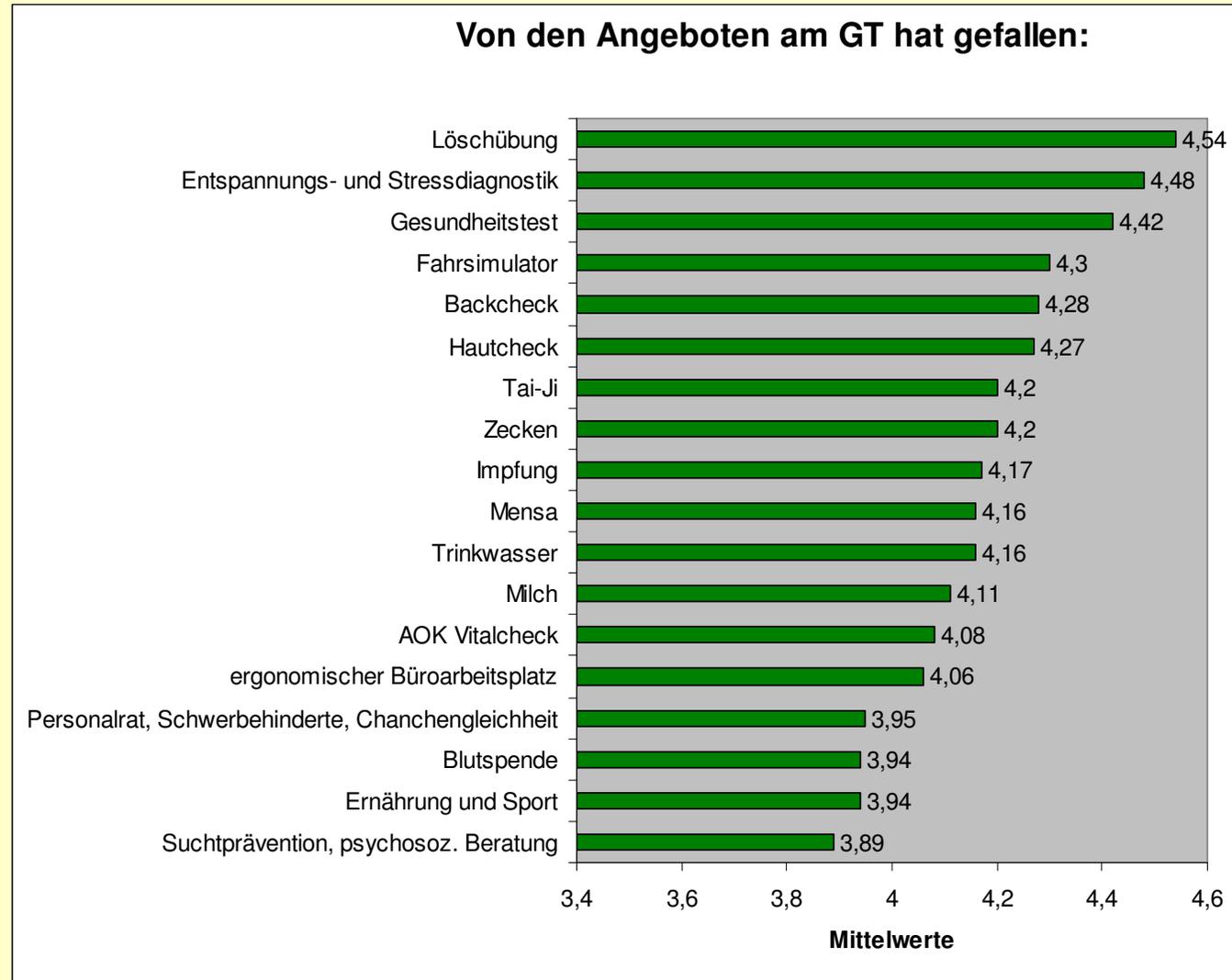


- Teilnehmer des Gesundheitstages waren signifikant häufiger als Nichtteilnehmer der Meinung, daß der Gesundheitstag zur Beschäftigung mit der eigenen Gesundheit anregt ($p < 0,001$)



Highlights des GTs aus Sicht der Teilnehmer

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Beim GT hätte ich mir noch mehr Angebote gewünscht:

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- Ernährungsberatung (3)
- mehr Aktivitätsangebote (2)
- längere Öffnungszeiten (2)
- Herzkreislauferkrankung (2)
- Rückenschule (2)
- Standplan mit Kurzinfo (2)
- Zuckertest/Diabetes (2)
- Fitness/Ausdauertraining (2)
- Salatbuffet (1)
- mehr Musik und Tanz (1)
- Stoppuhr für Puls (1)
- Drucker für Ergebnisse beim Backcheck (1)
- mehr Beiträge des Rektorats (1)
- Personalrat anwesenheit (1)
- positiver Zugang zur Gesundheit (1)
- Gesundheitsorientierung: (1)
- Erfolg, Spaß (1)
- Venendruckmessung (1)
- Osteopathie (1)
- Organspendeausweis (1)
- Homöopathie (1)
- Schwerbehindertenberatung (1)



Beim Gesundheitstag hat mir nicht so gut gefallen:

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- lange Wartezeiten (5)
- Mangelhafte Beratung/Präsentation (4)
- fehlende Intimsphäre (3)
- Mangelhafte Organisation: Stände & Werbung (3)
- Mangelhafte Örtlichkeit (3)
- Oberflächlichkeit der Angebote (2)
- Zeckenstand (1)
- wenig Beteiligung (1)
- Rede des Kanzlers (1)
- Ort für Tai-Ji (1)



Zusätzliche Statements:

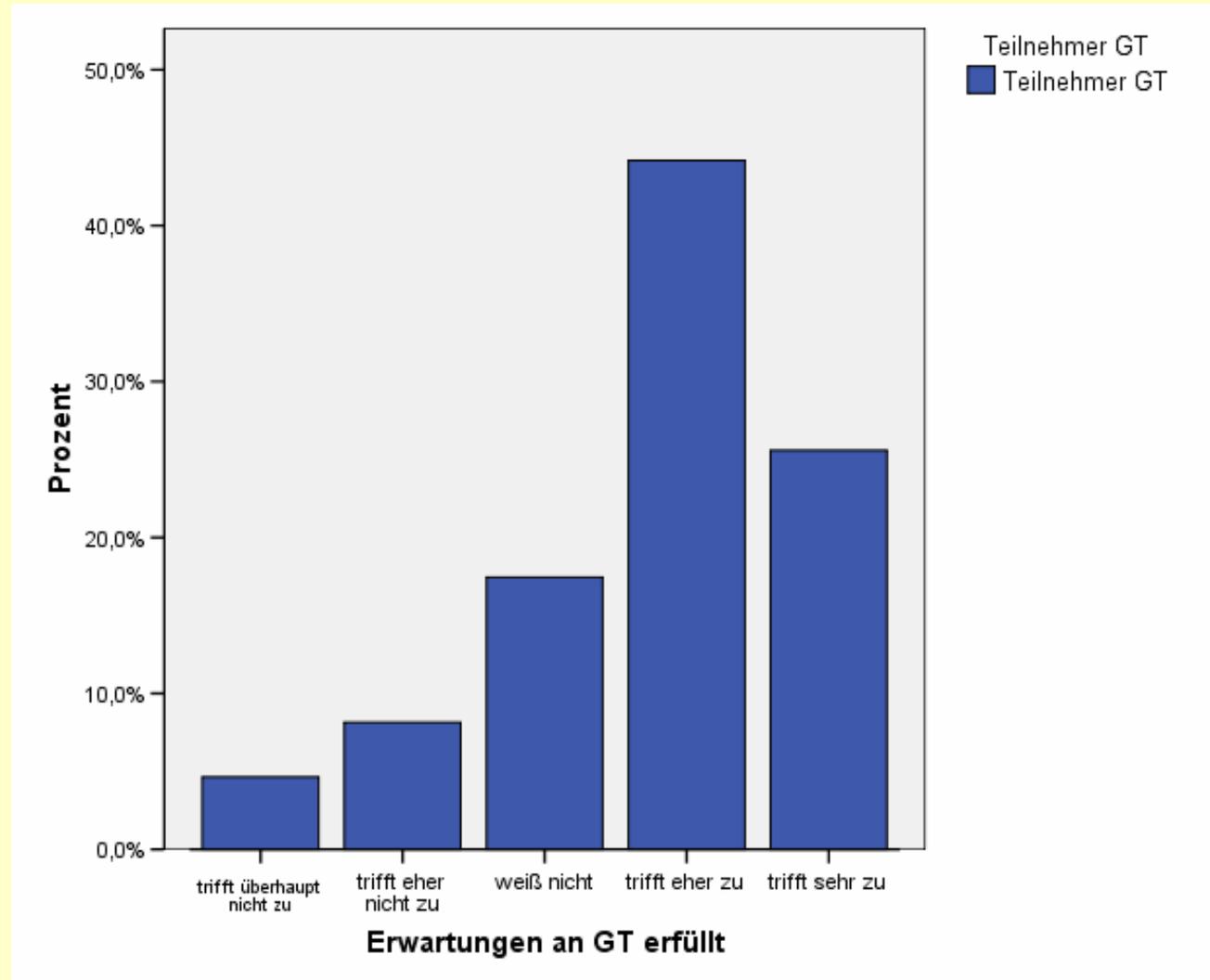
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- Rundum gut gefallen (10)
 - gute Idee
 - tolle Angebote
 - viel Neues ausprobiert



Erwartungen an den Gesundheitstag

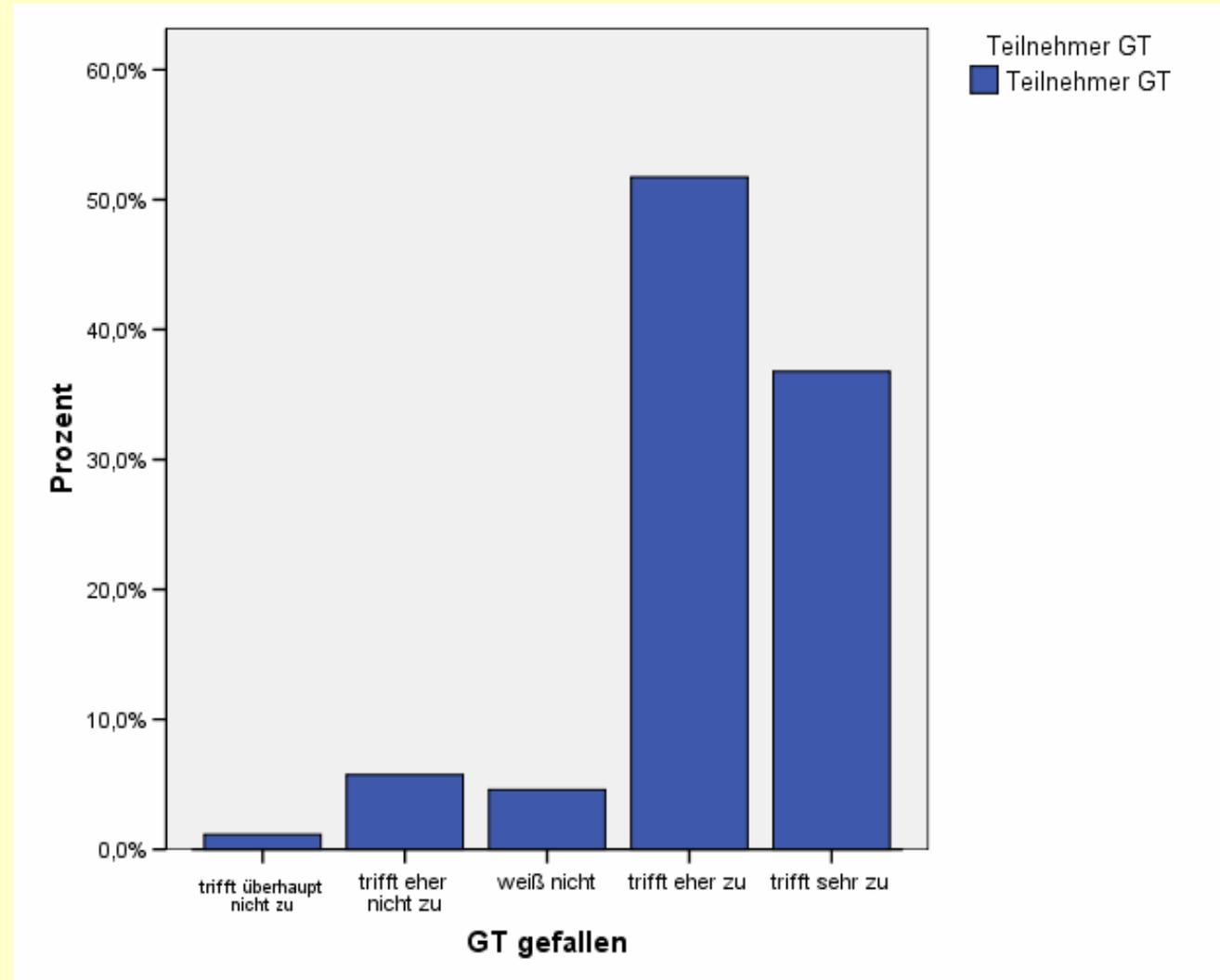
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Bewertung des Gesundheitstages

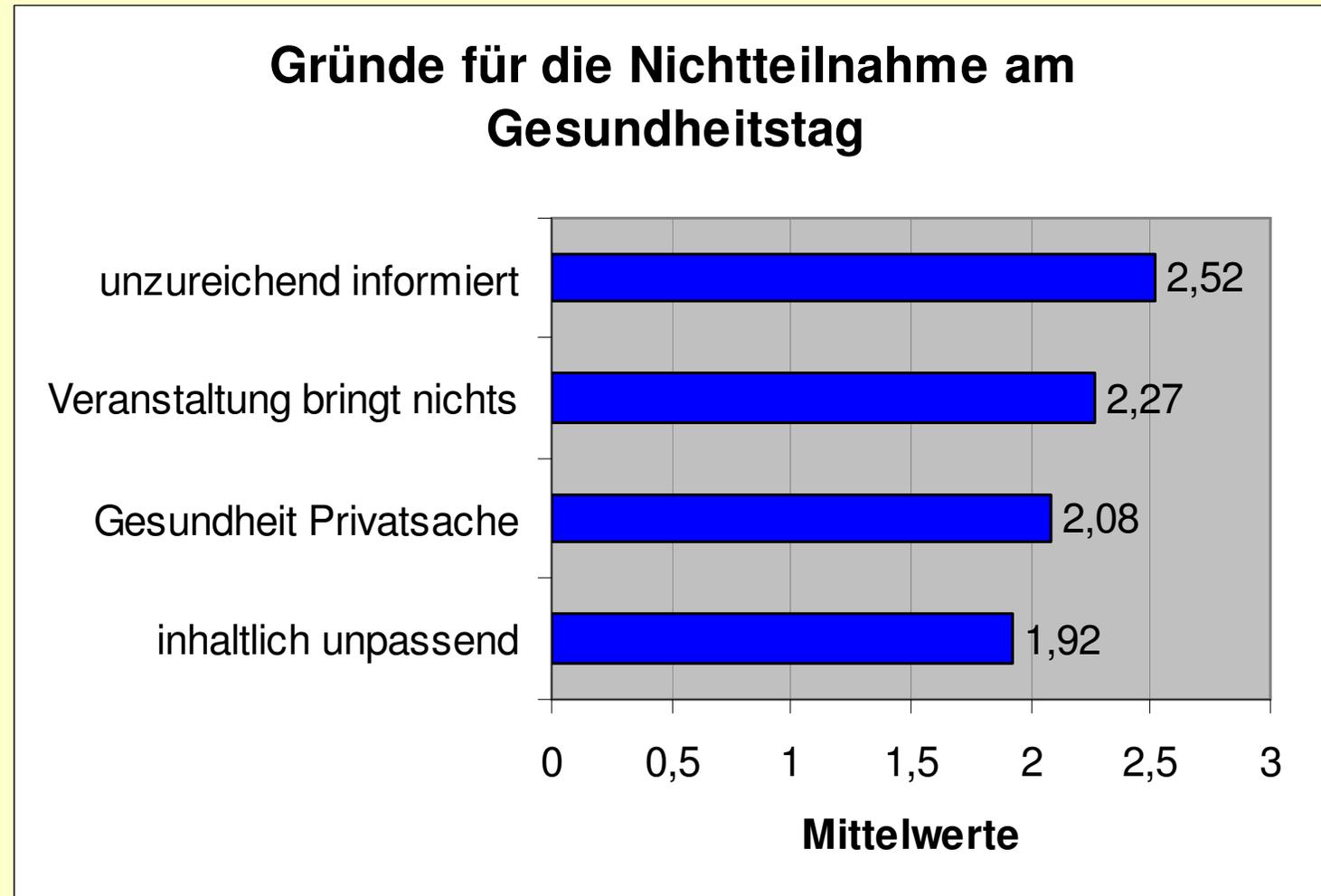
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Argumente der Fernbleiber

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Gründe für Nichtteilnahme

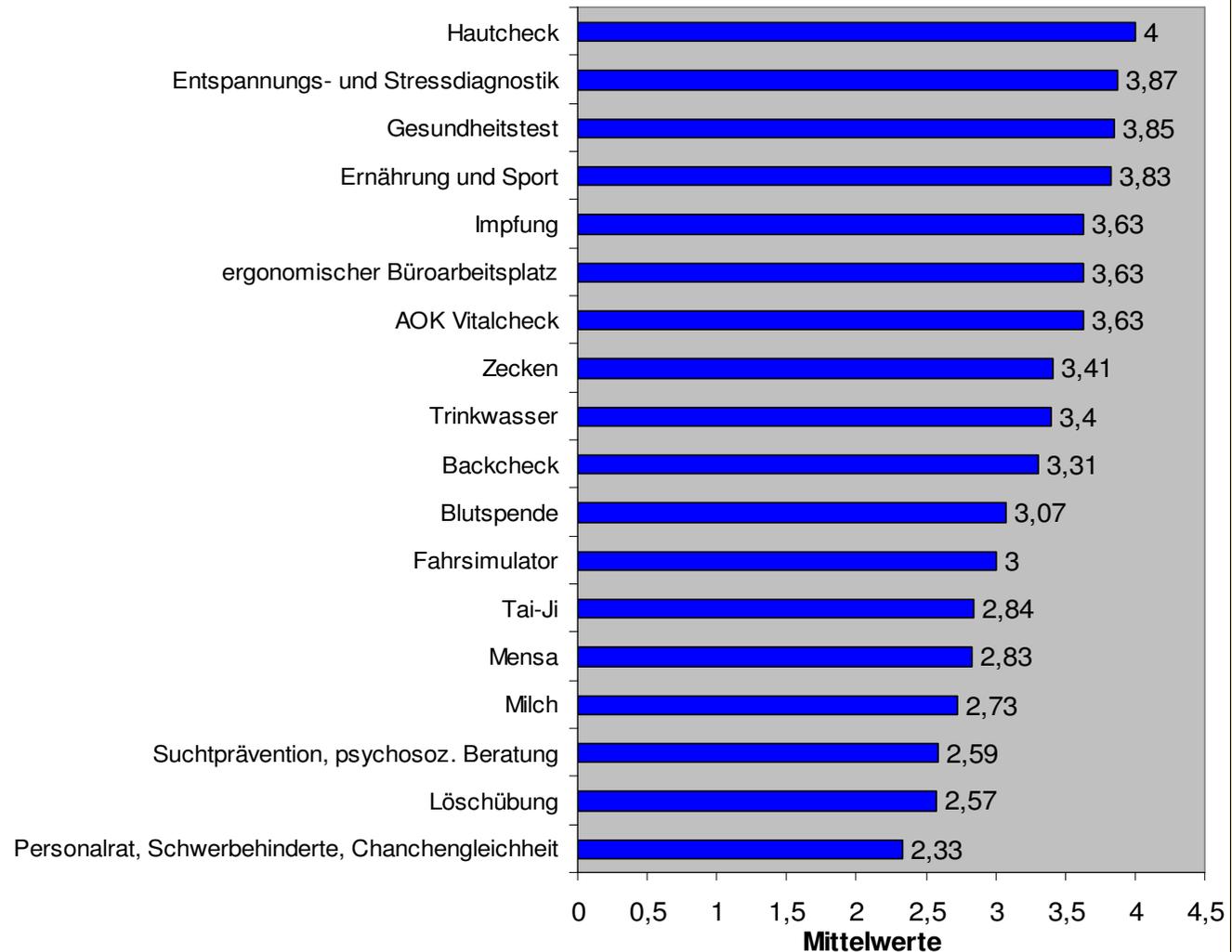
Theorie		
Unser Stand		
Fragebogen		
Hypothesen		
Datenerhebung		
Ergebnisse		
Diskussion		
	Zeitmangel	(6)
	Termine (privat/beruflich)	(7)
	viel Arbeit (u.a. Festwochen/ Semesterende)	(3)
	verhindert (u.a. aus dienstlichen Gründen)	(3)
	Urlaub	(1)
	erst seit kurzem beschäftigt	(1)
	„sowieso chronisch erkrankt“	(1)
	als Sportler ausreichend aktiv und informiert	(1)



Highlights des GTs aus Sicht der Nichtteilnehmer

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

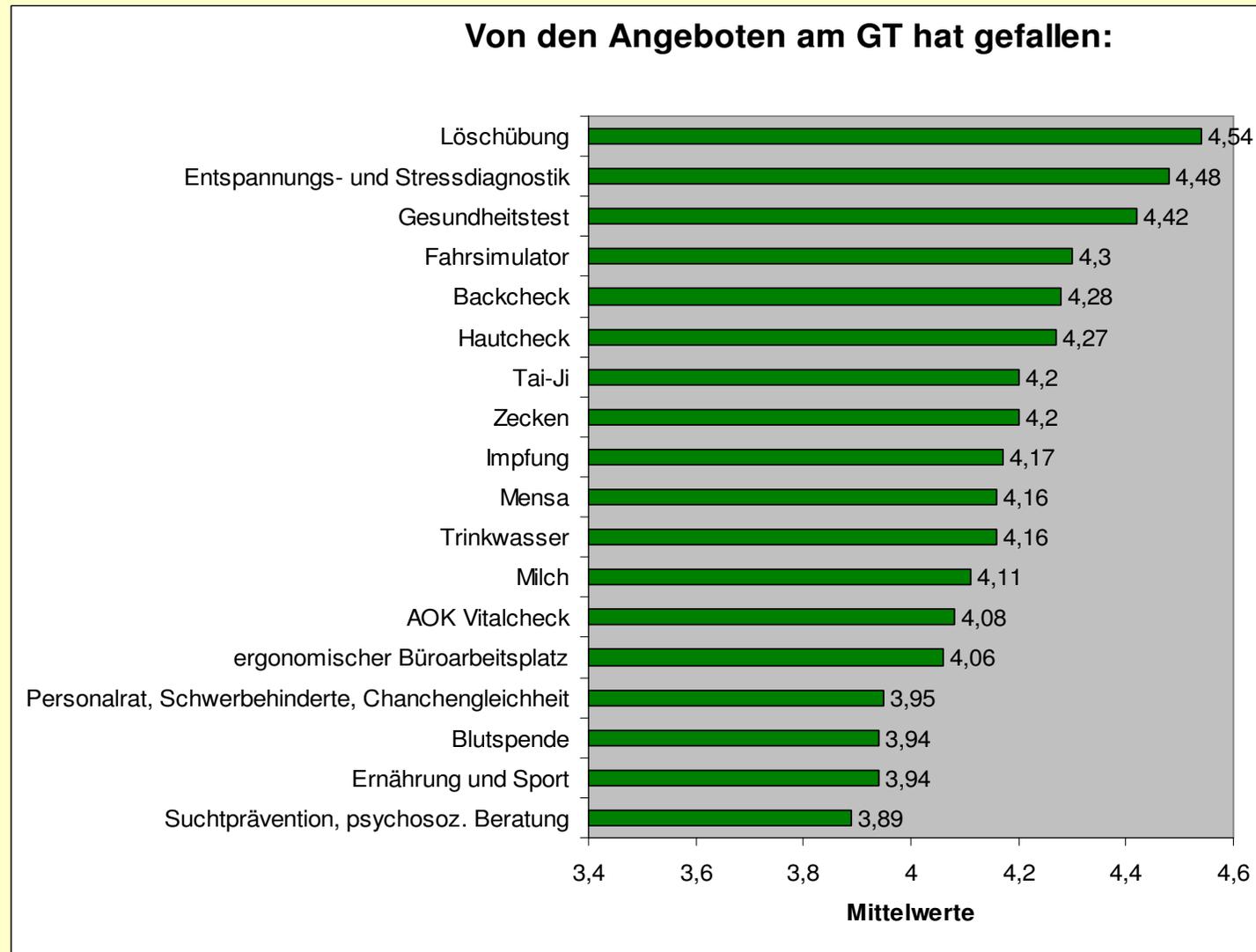
von den Angeboten am GT hätte interessiert:





Highlights des GTs aus Sicht der Teilnehmer

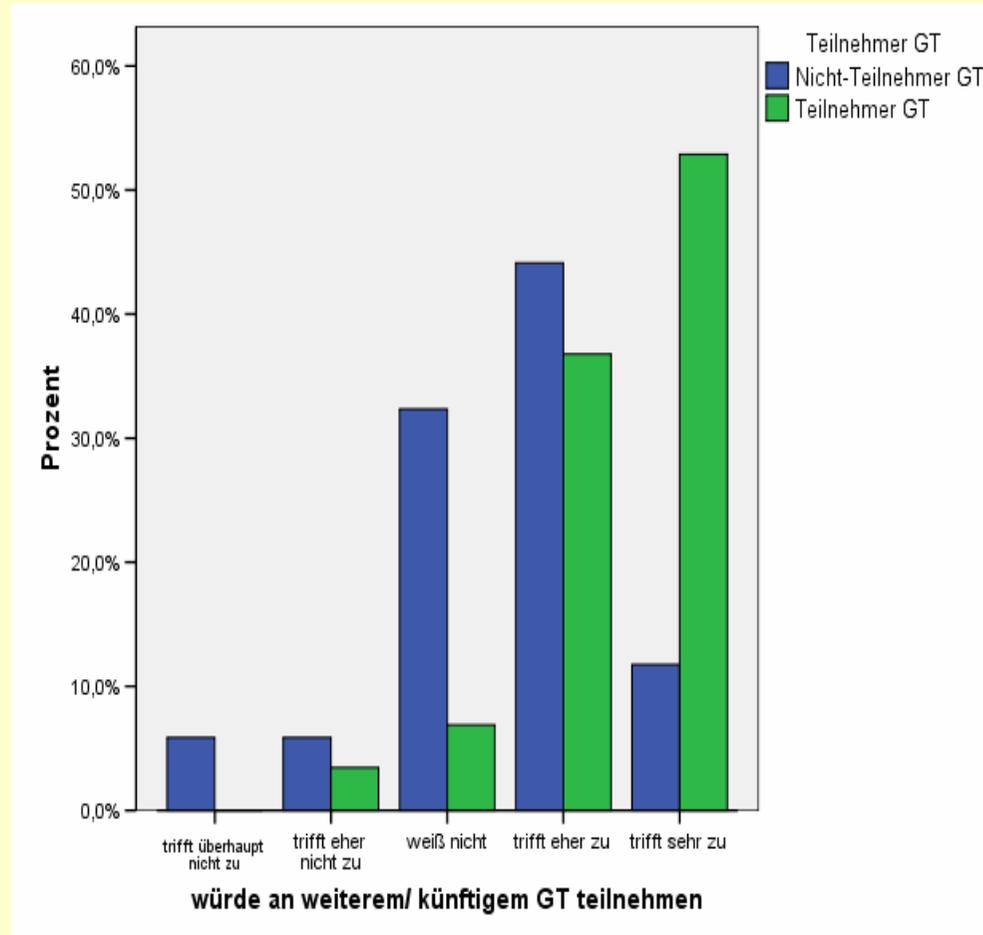
Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion





Teilnahmebereitschaft an künftigen Gesundheitstagen

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion



- Keine sign. Unterschiede zwischen T und NT



Diskussion

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- Hypothese der Veränderungsbereitschaft nicht bestätigt
 - Zum gegenwärtigen Zeitpunkt hat die Veränderungsbereitschaft keine Auswirkungen auf die Teilnahme oder Nicht-Teilnahme am Gesundheitstag
 - Mögliche Gründe:
 - Unwissen
 - Zeitmangel
 - Zuständigkeit der Universität für private Gesundheit



Anregungen - Organisatorisch

Theorie
Unser Stand
Fragebogen
Hypothesen
Datenerhebung
Ergebnisse
Diskussion

- Andere Raumaufteilung
- Andere Lokalität („Studentenplage“)
- Nummerierung der Stände
- Anderer Zeitpunkt (Semesterende)
- Einladendere Stände
- Ansprechpartner waren oftmals nicht an den Ständen
- Anonymität (Mobbing, Hautscreening)
- Bessere technische Ausstattung (Backcheck-Drucker)



Anregungen - Inhaltlich

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- Psychosoziale Aspekte (Arbeitsplatzgestaltung) berücksichtigen
→ Verhältnisänderung
- Eventuell mit Mitarbeiterbefragung verbinden
- Schwerpunkt weg von „Fun-Event“ hin zu individueller Beratung und Anregung zu Verhaltensänderung
- Ziele und Indikatoren benennen, nach denen GT gestaltet, nach außen kommuniziert und evaluiert werden kann



Ziele

Theorie

Unser Stand

Fragebogen

Hypothesen

Datenerhebung

Ergebnisse

Diskussion

- Beschäftigte vor arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren schützen
- Physisches, psychisches, soziales Wohlbefinden fördern
- Handlungskompetenz und Engagement fördern
- Gesundheitszustand dauerhaft erhöhen
- Wirtschaftlichkeit erhöhen
- Ergebnisse von Forschung und Lehre erhöhen
- Wettbewerbsfähigkeit der Uni stärken