

Abschlussbericht

Förderschwerpunkt Bewegung und Bewegungsförderung

Projektinformationen

Titel des Vorhabens:	Konzept, Umsetzung und Evaluation einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft unter Nutzung kommunaler und regionaler Strukturen
Akronym:	KomRüBer
Förderkennzeichen:	ZMVI1-2519FSB112
Laufzeit:	1.6.2019 – 31.5.2022
Fördersumme:	359.107,00 €

Projektleitung

Name:	Prof. Dr. Andrea Schaller
Ausführende Einrichtung:	Deutsche Sporthochschule Köln
Abteilung:	AG Bewegungsbezogene Präventionsforschung; Institut für Bewegungstherapie und bewegungsbezogene Prävention und Rehabilitation
Straße, Hausnummer:	Am Sportpark Müngersdorf, 6
PLZ und Ort:	50933 Köln
Telefon:	0221 4982-8673
Fax:	0221 4982-8390
E-Mail-Adresse:	a.schaller@dshs-koeln.de

Projektmitarbeitende

Name	Organisation	Kontaktdaten	Verantwortlichkeit, Aufgabe im Projekt
Prof. Dr. Andrea Schaller	Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS)	T: 0221 4982-8673 F: 0221 4982-8390 a.schaller@dshs-koeln.de	<i>Projektleitung; Fachexpertise Bewegungsförderung und Methodenexpertise Evaluation komplexer Interventionen</i>
Carina Hoffmann, M.A.		Tel. 0221 4982-8747 c.hoffmann@dshs-koeln.de	<i>Wissenschaftliche Mitarbeiterin</i>

Verschiedene wiss. Hilfskräfte im Projektverlauf			WHK/WHB
Dr. Birgit Schauerte	Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH (IBGF)	T: 0221 27180-113 F: 0221 27180-100 Birgit.schauerte@bgf-institut.de	<i>Stellvertretende Projektleitung, Management der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft</i>
Carina Hoffmann, M.A.		T: 0221 27180-162 F: 0221 27180-100 Carina.Hoffmann@bgf-institut.de	
Dr. Bert Droste-Franke	IQIB - Institut für qualifizierende Innovationsforschung und -beratung GmbH (ehemals EA European Academy of Technology and Innovation Assessment GmbH)	T: 02641 973-324 F: 02641 973-320 Bert Droste-Franke bert.droste-franke@iqib.de	<i>Soziale Netzwerkanalyse</i>
Gabriele Fohr, Dipl.-Ing.		T: 02641 973-305 F: 02641 973-320 gabriele.fohr@iqib.de	
Dr. Markus Voge		T: 02641 973-304 F: 02641 973-320 markus.voge@iqib.de	<i>Umsetzung des SNA-Tools</i>
David Kühnemann			<i>Studentische Hilfskraft (SHK)</i>

Inhaltsverzeichnis

1	Zusammenfassung	- 1 -
2	Einleitung	- 2 -
3	Erhebungs- und Auswertungsmethodik	- 5 -
4	Durchführung, Arbeits- und Zeitplan	- 10 -
5	Ergebnisse	- 12 -
6	Diskussion der Ergebnisse, Gesamtbeurteilung	- 21 -
7	Gender Mainstreaming Aspekte	- 23 -
8	Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse	- 24 -
9	Verwertung der Projektergebnisse (Nachhaltigkeit / Transferpotential)	- 26 -
10	Publikationsverzeichnis	- 28 -

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Wirkungsmodell (Logic Model) der KomRüBer-Intervention	- 6 -
Abbildung 2: Screenshot des SNA-Tools zur dynamischen Visualisierung des Netzwerks	- 20 -

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 Phasen und Arbeitspakete des KomRüBer-Projektes.....	- 3 -
Tabelle 2 Teilziele und Teilzielindikatoren	- 5 -
Tabelle 3 Eingesetzte Instrumente zur Evaluation des Wirkungsmodells	- 7 -
Tabelle 4 Dateneingabeformat	- 9 -
Tabelle 5 Prozess der Datenverarbeitung. Knotengröße: Anzahl Kontakte (Degree Centrality)	- 10 -
Tabelle 6 Akzeptanz und Nutzung der KomRüBer-Mehrkomponenten-Intervention	- 13 -
Tabelle 7 Visualisierungen der Netzwerkentwicklung zu den einzelnen Messzeitpunkten. Knotengröße: Anzahl Kontakte (Degree Centrality).	- 16 -
Tabelle 8 Kennzahlen für die Zentralität der einzelnen Akteure, ungewichtet und gewichtet. Die Knotengröße gibt den Wert der Kennzahl wider.	- 16 -
Tabelle 9 Kennzahlen für das Gesamtnetzwerk.....	- 18 -

1 Zusammenfassung

Die Grundidee des „KomRüBer“-Projektes basierte auf dem Potential des betrieblichen Settings zur Bewegungsförderung (Pfeifer, Banzer, Ferrari, Füzéki, Geidl, Graf, Hartung, Klamoth, Völker, Vogt, Rütten, Abu-Omar, Burlacu, Gediga, Messing & Ungerer-Röhrich, 2017) und den Potentialen von überbetrieblichen Netzwerken in der Bewegungs- und Gesundheitsförderung (Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V. [DVGS], 2017). Das Projekt baute somit auf dem dritten Handlungsfeld „Überbetriebliche Vernetzung und Beratung“ in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) (Leitfaden Prävention nach §20 Abs. 2 SGB V) auf und verknüpfte dieses Handlungsfeld mit den Potentialen der Bewegungsförderung im Setting Betrieb. Ziel des Projektes war die Konzeption, Umsetzung und Evaluation einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft mit dem Angebot einer Mehrkomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung für Beschäftigte in Klein- und Kleinstunternehmen. Im ersten Schritt (Konzeptionsphase) wurde das überbetriebliche Netzwerk aufgebaut und die Mehrkomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung partizipativ entwickelt. In der Umsetzungsphase wurde die Mehrkomponenten-Intervention realisiert und evaluiert. Für die Auswertung der KomRüBer-Intervention in der Umsetzungsphase wurde ein Wirkungsmodell (Logic Model) entwickelt. Die Evaluation wurde als Mixed-Methods Ansatz durchgeführt. Es wurden quantitative (Querschnitt) und qualitative Methoden (Leitfadeninterviews sowie eine Soziale Netzwerkanalyse (SNA)) durchgeführt. Die quantitative Evaluation wurde als natürliches Design durchgeführt und kombinierte eine retrospektive Bewertung der Akzeptanz, Nutzung und Zufriedenheit am Ende der Maßnahmen sowie zwei Erhebungen, welche die Akzeptanz und Nutzung der gesamten Mehrkomponenten-Intervention, die Erhebung der körperlichen Aktivität sowie der bewegungsbezogenen Gesundheitskompetenz der Beschäftigten im Sinne einer Trendstudie und die Identifizierung von Ansatzpunkten zur Verbesserung der Angebotsstruktur im Sinne des Qualitätsmanagements umfassten. Die qualitative Evaluation umfasste halbstrukturierte Interviews mit Stakeholdern und Stakeholderinnen, um Förderfaktoren / Barrieren bei der Implementierung der Bewegungsnachbarschaft, ihrer Akzeptanz und Nutzung sowie des Mehrwerts durch die Mitarbeit im Projekt und die Bewertung der im Projekt implementierten professionellen Kommunikationsstrategie zu erfassen.

Es konnte ein anwendungsorientierter Ansatz zur Bewegungsförderung im überbetrieblichen Setting erprobt und Förderfaktoren sowie Barrieren bei der Implementierung identifiziert werden. Insgesamt wurde deutlich, dass es für eine derartige Verbundbetreuung einer entsprechenden personellen „Management-Rolle“ bedarf, um die Nachhaltigkeit dieses Ansatzes sicherzustellen. In diesem Zusammenhang konnte ein Tätigkeits- und Kompetenzprofil für zukünftige Bewegungsnachbarschaftsmanager und -managerinnen ausgearbeitet werden. Mit dem Leitfaden „Überbetriebliche Bewegungsförderung: Konzeption, Implementierung und Evaluationsansätze“ für Akteure und Akteurinnen der BGF wurde ein wesentliches Instrument dafür geschaffen, Verbundbetreuung mit dem Thema Bewegung auch in anderen Regionen zu realisieren. Mit der Sozialen Netzwerkanalyse wurde methodisch-konzeptionell ein geeigneter Ansatz entwickelt und erprobt. Dieser mündete in der Entwicklung eines digitalen Tools, welches Netzwerkmanager und Netzwerkmanagerinnen die Möglichkeit bietet Strukturen auf der Verhältnisebene zu untersuchen. Die Umsetzungsphase wurde von der Corona-Pandemie stark beeinträchtigt, sodass die Ableitung von Erkenntnissen auf verhaltenspräventiver Ebene nur eingeschränkt

möglich war. Obwohl digitale Angebote von den Beschäftigten in der partizipativen Konzeptionsphase nicht genannt wurden, mussten diese pandemiebedingt im Rahmen der Mehrkomponenten-Intervention integriert werden und erwiesen sich als vielversprechende Erweiterung der Angebote im Kontext der überbetrieblichen Bewegungsförderung.

2 Einleitung

Das betriebliche Setting gilt als vielversprechender Zugangsweg zur Bewegungsförderung bei Erwachsenen (Pfeifer et al., 2017). Insbesondere Mehrkomponentenansätze, welche verhältnisbezogene Maßnahmen auf Struktur- und Prozessebene (z. B. bewegungsfreundliche Umgestaltung betrieblicher Abläufe; Schaffung von bewegungsförderlichen Infrastrukturen) und verhaltensbezogene Maßnahmen (z. B. konkrete Kurs- bzw. Bewegungsangebote) kombinieren, gelten als vielversprechend (Pfeifer et al., 2017). Trotz der seit 2015 stetig steigenden Zahl von Betrieben, die durch die gesetzlichen Krankenkassenversicherungen (GKV) mit BGF unterstützt werden (Ausnahme Pandemiejahr 2020), ist die Gesamtzahl der mit BGF erreichten Beschäftigten immer noch gering (ca. 2.3 Millionen im Jahr 2019) (Bauer, Römer, Geiger & Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e. V., 2019). Nach wie vor steht die BGF - insbesondere in kleineren Unternehmen - vor zahlreichen Herausforderungen. Auch wenn es darum geht, die Potentiale von Bewegung und Bewegungsförderung bekannt zu machen, gelten kleinere Unternehmen als bisher vernachlässigtes Setting.

Das 2014 vom GKV-Spitzenverband eingeführte Handlungsfeld „Überbetriebliche Vernetzung und Beratung“, welches die Verbreitung und Implementierung von BGF durch überbetriebliche Netzwerke zum Ziel hat, erweist sich diesbezüglich als vielversprechend. So machten im Jahr 2019 KKUs einen Anteil von rund 43 % an unternehmensübergreifenden Netzwerken aus - rund 16 % mehr als bei der individuellen Betreuung zur BGF durch die GKV (Bauer et al., 2019).

Aufgrund des betrieblichen Settings als vielversprechenden Ansatz zur Bewegungsförderung und den Potentialen von BGF-Maßnahmen in KKU war es das **Ziel** des geplanten Projektes, eine überbetriebliche Bewegungsnachbarschaft mit dem Angebot einer Mehrkomponenten-Intervention für Beschäftigte in Klein- und Kleinstunternehmen zu konzipieren, zu implementieren und zu evaluieren. Davon ausgehend wurden Transferwege für die Umsetzung in anderen Regionen erarbeitet.

Die Hauptfragestellungen lauteten:

1. Was sind Förderfaktoren und Barrieren bei der Implementierung einer nachhaltigen überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft auf Ebene der Struktur- und Prozessqualität?
2. Wie ist die Akzeptanz und Nutzung einer überbetrieblichen, trägerübergreifenden Mehrkomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung?

Das Projekt war in eine Konzeptionsphase (9 Monate) und eine Umsetzungsphase (27 Monate) gegliedert. Im Rahmen der *Konzeptionsphase* erfolgte die **(1) Konzeption und der Aufbau der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft auf Grundlage einer Betriebsnachbarschaft und eines regional-kommunalen Netzwerkes** sowie die **(2) partizipative Entwicklung der Mehrkomponenten-Intervention unter Nutzung vorhandener betrieblicher, kommunaler und regionaler Strukturen**.

In der *Umsetzungsphase* wurde die **(3) KomRüBer-Mehrkomponenten-Intervention** realisiert. Phasenübergreifend erfolgten die **(4) formative Evaluation der KomRüBer-Intervention** und die **(5) Soziale Netzwerkanalyse der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft**. Tabelle 1 führt die einzelnen Phasen und die entsprechenden Arbeitspakete des KomRüBer-Projektes nochmal gesondert auf.

Als Output waren neben dem Ergebnisbericht, ein Leitfaden zur Konzipierung und Implementierung überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften sowie ein Curriculum zur Multiplikatorschulung für Manager und Managerinnen überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften geplant.

Die *Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS)* koordinierte das Projekt und brachte die Fachexpertise zur Bewegung und Bewegungsförderung sowie zur Entwicklung und Evaluation komplexer (Bewegungs-) Interventionen ein. Das *Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH (IBGF)* trug als Praxispartner die Verantwortung für das Management der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft und besetzte damit gleichzeitig die inhaltlich zentrale Rolle der Bewegungsnachbarschaftsmanager und -managerinnen. Darüber hinaus war das IBGF an der Umsetzung ausgewählter Bewegungsangebote beteiligt. Das *IQIB – Institut für qualifizierende Innovationsforschung und -beratung* verantwortete die Planung, Durchführung und Auswertung der SNA.

Durchgeführt wurde das Projekt in einem Technologiepark in NRW, in dem rund 90 Unternehmen unterschiedlicher Größe und verschiedener Branchen angesiedelt sind. Zu den teilnehmenden Stakeholdern und Stakeholderinnen gehörten ansässige Unternehmen und ihre Beschäftigten, bewegungsorientierte Akteure und Akteurinnen aus der Region sowie unterstützende Partner und Partnerinnen aus dem Netzwerk aus Öffentlichkeit / Politik und Gesellschaft / Wirtschaft.

Tabelle 1 Phasen und Arbeitspakete des KomRüBer-Projektes

Phase	Arbeitspaket (AP)
Konzeptionsphase	AP1: Findungsphase (Leitung: IBGF) Partnersuche, Festlegung von Rollen und Verantwortlichkeiten; Bildung einer Steuerungsgruppe
	AP2: Vorbereitungsphase (Leitung: IBGF) Spezifische Aufgabenverteilung im Netzwerk; partizipative Spezifizierung der Zieldefinition, mehrperspektivische Zielgruppendefinition, Recherchearbeit und Reflexion der Ergebnisse
	AP3: Kooperativer Planungsprozess (Leitung: DSHS) Konkretisierung einzelner Planungsschritte, Maßnahmenplanung und Umsetzungsvorbereitung; detaillierte und projektbezogene Zielgruppen- und Angebotsanalyse, Identifikation von Erfordernissen, Bedarfen und potentiellen Barrieren; Stellungnahme der Ethikkommission; Erstellung eines Datenschutzkonzeptes und entsprechender TN-Unterlagen; Festlegung der Kriterien zur Aufnahme neuer Partner und Partnerinnen; Abstimmung der Erhebungen (Mehrfacherhebungen vermeiden, vorhandene Daten und Synergien nutzen)
Umsetzungsphase	AP4: Umsetzung der Maßnahmen (Leitung: IBGF) Steuerung, Begleitung und Umsetzung der Bewegungsprogramme
	AP5: Sicherung der Nachhaltigkeit (Leitung: IBGF) Projektbezogene Vernetzung und Aspekte der zukünftigen Finanzierung und Trägerschaft

Phasenübergreifend	AP6: Projektbezogene Dokumentation und Datenerhebung (Leitung: DSHS) Konzeptionsphase: Entwicklung eines Dokumentationskonzeptes; Umsetzungsphase: Dokumentation der Umsetzung der Maßnahme
	AP7: Formative projektbezogene Evaluation (Leitung: DSHS) Konzeptionsphase: partizipative Weiterentwicklung des projektbezogenen Ansatzes; Umsetzungsphase: Auswertung
	AP8: Soziale Netzwerkanalyse (SNA) (Leitung: EA) Konzeptionsphase: Konzeptionierung, Planung und Vorbereitung SNA (Überblick über die Datenlage, angestrebte Maße, Methodik, technische Umsetzung prüfen, Fragebogenerstellung, Pretest) Umsetzungsphase: Erhebung (in Zusammenarbeit/ Abstimmung mit AP 6), Auswertung und Visualisierung des Netzwerks im zeitlichen Verlauf, Erarbeitung möglicher Empfehlungen (mit AP7)
	AP9: Dissemination und Vernetzung (Leitung: DSHS) Entwicklung einer projektbezogenen Disseminations-Strategie; Presse- und Öffentlichkeitsarbeit; Vernetzung mit anderen Modellvorhaben; Publikationsarbeit (wiss. & anwendungsbezogen)

Soziale Netzwerkanalyse – Ausgangslage

Die SNA wurde als Methode gewählt, um das betriebliche, organisationale Netzwerk aus teilnehmenden Stakeholdern und Stakeholderinnen (teilnehmende Unternehmen, bewegungsorientierte Agierende sowie weiteren Partnern und Partnerinnen aus dem Netzwerk) inklusive deren Beziehungen untereinander zu untersuchen. Damit zielte die SNA insbesondere auf die verhältnisorientierte Fragestellung des KomRüBer-Projekts zu Förderfaktoren und Barrieren auf Ebene der Struktur- und Prozessqualität.

Betrachtet wurde dementsprechend das überbetriebliche Netzwerk als eine Mesoebene zwischen gesamtgesellschaftlichem Rahmen und Individuen:

- Mesoebene: teilnehmende Stakeholder und Stakeholderinnen, in institutionalisierter Form (auch einzelne selbständig arbeitende Personen, solange in dieser Form tätig), juristische Person; darüber hinaus die Beziehungen, in die die Stakeholder und Stakeholderinnen eingebettet sind,
- Mikroebene: Mitarbeitende, die an den bewegungsfördernden Maßnahmen teilnehmen; Individuum, natürliche Person,
- Makroebene: überregionaler Rahmen, gesellschaftliche Einbettung, Summe anderer Netzwerke und Bereiche (Wirtschaft, Politik, Verwaltung, ...).

Hintergrundannahme der SNA ist, dass individuelles Verhalten nicht nur durch individuelle Eigenschaften, sondern auch durch die Beziehungen zu anderen erklärbar, und möglicherweise auch beeinflussbar ist. Dabei können direkte oder indirekte, fehlende oder vorhandene Beziehungen eine Rolle spielen, die Lage eines Akteurs oder Akteurin innerhalb des Netzwerks, oder die Strukturen, die das umgebende Netzwerk ausbildet.

Dazu wurden während der Konzeptionsphase ein Konzept zur Umsetzung der SNA inklusive Pretests mit den bis zu diesem Zeitpunkt vorliegenden Daten erarbeitet; während der Umsetzungsphase wurden laufend Auswertungen in Form von Visualisierungen und Kennzahlen erstellt und mit den Partnern und Partnerinnen diskutiert. Diese liegen in Form des Feinkonzepts (06/2020), eines eigenen Kapitels zur SNA im Leitfaden für Netzwerkmanager und Netzwerkmanagerinnen und dieses Berichts vor.

Alle Grafiken sind sowohl in Form von svg- als auch von gephi-Dateien nach Tabellen geordnet diesem Bericht beigelegt.

3 Erhebungs- und Auswertungsmethodik

Operationalisierung der Ziele

Tabelle 2 gibt einen Überblick zu den Teilzielen und Indikatoren zur Bewertung der Entwicklung der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft und der darin durchgeführten Mehrkomponenten-Intervention.

Tabelle 2 Teilziele und Teilzielindikatoren

Verhältnisorientierung: Fragestellung: Was sind Förderfaktoren und Barrieren bei der Implementierung einer nachhaltigen überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft auf Ebene der Struktur- und Prozessqualität?	
Teilziele	Teilzielindikatoren
1: Konzeptentwicklung und Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Definition und namentliche Benennung der inner- und überbetrieblichen Bewegungspartnern und -partnerinnen • LOIs aller Partner und Partnerinnen (inkl. konkreter Aufgaben und Verantwortung) • Leitfadenkapitel zu Förderfaktoren und Barrieren einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft
2: Konzeption der träger- und sektorenübergreifenden Mehrkomponenten-Intervention <i>KomRüBer</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Leitfadenkapitel zu Angeboten, Zugangswegen und deren Qualitätsmerkmalen • Leitfadenkapitel zu Merkmalen der Struktur- und Prozessqualität einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft sowie der Mehrkomponenten-Intervention
3: Entwicklung eines Curriculum zur Schulung von Multiplikatoren und Multiplikatorinnen zum Management überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften	<ul style="list-style-type: none"> • Curriculum für Manager und Managerinnen überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften; inkl. Anforderungs- und Qualifikationsprofils sowie Aufgaben und Inhalten • Erstellung eines Konzeptes zur Multiplikator-schulung
4: Identifikation von hemmenden und fördernden Faktoren für überbetriebliche Bewegungsnachbarschaften	<ul style="list-style-type: none"> • Leitfadenkapitel zu Risiken und Förderfaktoren und Barrieren • Ergebnisbericht (soziale Netzwerkanalyse)
Verhaltensorientierung: Fragestellung: Wie ist die Akzeptanz und Nutzung einer überbetrieblichen, trägerübergreifenden Mehrkomponenten-Maßnahme zur Bewegungsförderung (Ergebnisqualität)?	
5. Praktikable Spezifizierung der Zielgruppen für überbetriebliche Bewegungsförderung	<ul style="list-style-type: none"> • Erstellung der spezifischen Zielgruppenbeschreibungen (Ergebnisbericht) • Entwicklung eines praktikablen und theoriebasierten Ansatzes zur Zielgruppenspezifizierung (Leitfaden; Ergebnisbericht)
6. Akzeptanz und Nutzungsanalyse der <i>KomRüBer</i> Maßnahme	<ul style="list-style-type: none"> • Ergebnisbericht

Tabelle 3 Eingesetzte Instrumente zur Evaluation des Wirkungsmodells

Zielparameter	Operationalisierung
Outputvariablen des Wirkungsmodells	
Anzahl der Maßnahmen bzw. Teilnehmenden; Anzahl der Nutzenden von Online-Interventionen; Anzahl der Seitenaufrufe	Häufigkeiten
Kennzahlen zu Größe, Struktur und Zusammensetzung des Netzwerks aus der SNA	Größe: Anzahl der Stakeholder und Stakeholderinnen, Anzahl und Umfang der Maßnahmen Struktur: z.B. Dichte, Zentralitäten, Pfadlänge, Anzahl Triaden (Valente, 2010) Zusammensetzung: Workshops, Maßnahmen
Akzeptanz, Nutzung, Bewertung	selbstformulierte Fragen (maßnahmenspezifisch) Fragebogen zur Wahrnehmung von Website-Inhalten (WWI) (Thielsch, 2008), Wahrgenommene Website-Nutzbarkeit (PWU-G) (Flavián, Guinalú & Gurrea, 2006)
Bewertung Strukturqualität	GKV-Gesundheitskursabschlussfragebogen (GKV-Spitzenverband, 2014)
Outcomevariablen des Wirkungsmodells	
Subjektive Einschätzung der körperlichen Aktivität	EHIS-PAQ (Finger, Tafforeau, Gisle, Oja, Ziese, Thelen, Mensink & Lange, 2015) Fragen zur körperlichen Aktivität aus der DEGS1-Studie (Gößwald, Lange, Kamtsiuris & Kurth, 2012)
Bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz	Sudeck & Pfeifer, 2016
Bewegungswissen	Selbstformulierte Fragen
Netzwerkdynamik (SNA)	Veränderung der Kennzahlen über die Zeit
Weitere Variablen	
Fragen zur Anthropometrie und zur Demografie	Alter, Geschlecht, Größe, Gewicht, Erwerbstätigkeit, Bildungsstand, Familienstand (Robert Koch-Institut, 2017; Statistisches Bundesamt, 1999)
Unternehmensgröße des Arbeitgebers, Schichtarbeit, berufliche Position	selbstformulierte Fragen (projektspezifisch)
Subjektiver Gesundheitszustand	Frage aus Minimum European Health Module (MEHM) (European health expectancy monitoring unit [EHEMU], 2010)

Datenerhebung und Datenauswertung

Die Evaluation der KomRüBer-Intervention wurde, wie im Antrag und Feinkonzept geplant, als Mixed-Methods Ansatz durchgeführt. Es wurden quantitative (Querschnitt) und qualitative Methoden (Leitfadeninterviews sowie die SNA) durchgeführt.

Es wurden drei Mitarbeitenden-Befragungen als Online-Surveys durchgeführt (Oktober 2019: Konzeptionsphase; April 2021: Zwischenerhebung; März 2022: Abschlusserhebung). Ziel der Surveys war die

Erhebung der Akzeptanz und Nutzung der verhaltens- und verhältnisbezogenen Maßnahmen, die Erhebung der körperlichen Aktivität sowie der bewegungsbezogenen Gesundheitskompetenz der Beschäftigten im Sinne einer Trendstudie und die Identifizierung von Ansatzpunkten zur Verbesserung der Angebotsstruktur im Sinne des Qualitätsmanagements.

Für die Beschreibung der Stichprobe wurden Mittelwerte und Standardabweichungen für kontinuierliche Variablen und Häufigkeitstabellen für kategoriale Variablen berechnet. Weiterhin wurden deskriptive Analysen (Mittelwerte, Standardabweichungen, Häufigkeiten und Prozentwerte) für alle weiteren Dimensionen durchgeführt (Akzeptanz, Nutzung, Zielgruppenerreichung, Förderfaktoren, Barrieren, Kommunikationsstrategie, körperliche Aktivität, Bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz, Bewegungswissen).

Mehrwöchige verhaltensbezogene Maßnahmen (Kurse, Schrittzählerwettbewerb) wurden am Ende der jeweiligen Maßnahme auf Output- und Outcome-Ebene evaluiert (Mittelwerte, Standardabweichungen, Häufigkeiten und Prozentwerte). Verhältnisbezogene Maßnahmen (z.B. QR-Code Aktionen,) und alle weiteren Online-Interventionen wurden nach den Maßnahmen hinsichtlich des Outputs (vgl. Tab. 3) ausgewertet (Häufigkeiten). Jede Maßnahme (Activity) wurde unabhängig bewertet.

Geschlechtsspezifische Unterschiede in den Outputvariablen der einzelnen Maßnahmen wurden untersucht, sofern vorhanden. Je nach Datenverteilung wurden parametrische oder nichtparametrische statistische Tests verwendet, um Gruppenunterschiede in den Outputvariablen zu bewerten.

Ziel der Leitfadeninterviews war die Erfassung der Förderfaktoren / Barrieren bei der Implementierung der Bewegungsnachbarschaft, des Mehrwerts durch die Mitarbeit im Projekt und der Akzeptanz und Nutzung einer Bewegungsnachbarschaft. Ergänzend erfolgte im Rahmen der Interviews eine Bewertung der professionellen Kommunikationsstrategie inklusive der Förderfaktoren und Barrieren für die Kommunikation von bewegungsbezogenen BGF-Angeboten in einem unternehmensübergreifenden Netzwerk. Die Auswertung der Leitfadeninterviews erfolgte nach der strukturierten Inhaltsanalyse (Kuckartz, 2014). Die Transkription erfolgte nach den Regeln von Dresing und Pehl (2018).

Konzeptionelle Abweichungen in der Erhebungs- und Auswertungsmethodik zur geplanten Vorgehensweise im Antrag / Feinkonzept:

- Output-Parameter zur Evaluation der Online-Interventionen wurden ergänzt.
- An Stelle einer Fokusgruppe mit Unternehmensvertretenden wurden Leitfadeninterviews durchgeführt.
- Aufgrund der Corona-Pandemie konnte das partizipative Photomapping mit den Beschäftigten nicht umgesetzt werden.

Soziale Netzwerkanalyse – Datenerhebung, -aufbereitung, -verarbeitung und -auswertung

Im Fokus der SNA standen die teilnehmenden Unternehmen und weitere Stakeholder und Stakeholderinnen, die über ihre Teilnahme an Veranstaltungen das überbetriebliche Netzwerk bilden. Datengrundlage bildeten die Teilnehmendenlisten der Veranstaltungen.

Definiert wurden zunächst Organisationen und Veranstaltungen als Knoten. Dazu wurde ein Two-Mode-Netzwerk bestehend aus zwei Arten von Knoten („Organisation“ und „Veranstaltung“) eingeführt.

Die in Form einer Tabelle der Praxispartner und -partnerinnen (Organisation, Gruppe von Stakeholdern und Stakeholderinnen, weitere Notizen) vorliegenden Daten wurden dazu wie folgt aufbereitet:

Tabelle 4 Dateneingabeformat

Organi- sation	Gruppe von Sta- kehol- dern und Stake- holderin- nen	Teilnahme an Veranstaltung						
		Letter of Intent (t0)	Vor-Ort- Informa- tion (t1)	Work- shop mit Stake- holdern und Sta- keholde- rinnen (t2)	Pla- nungs- work- shop (t3)	Digitales Treffen Steu- rungs- gruppe (t4)	Digitaler Arbeits- kreis (t5)	Digitale Ab- schluss- veran- staltung (t6)
xx	y	1	0	1	0	1	0	1
xy	x	1	0	1	1	1	1	1
yy	z	0	1	1	1	0	0	0

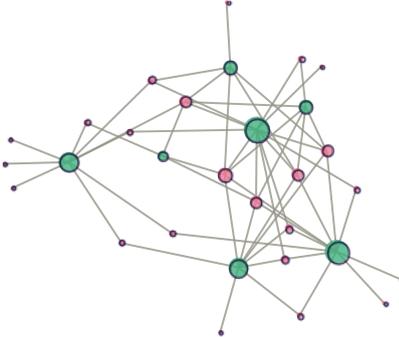
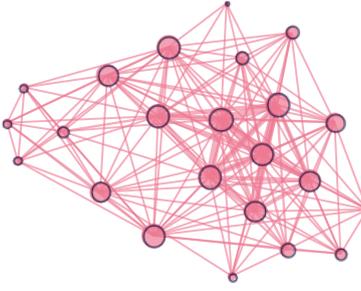
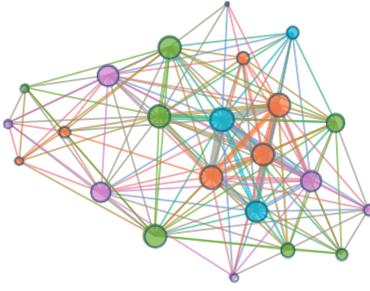
Die Datenmatrix mit Organisationen und Veranstaltungen bildete das Eingabeformat für die Auswertung.

In einem zweiten Schritt wurden anschließend die Veranstaltungen auf die Kanten projiziert, um ein One-Mode-Netzwerk zu erhalten, das aus nur einer Art Knoten besteht, d.h. die gemeinsame Teilnahme an einer Veranstaltung verbindet die Organisationen direkt miteinander. Dies macht die Vergleichbarkeit der Knoten untereinander, und damit die Berechnung spezifischer Kennzahlen möglich. Die Kennzahlen können in der Folge interpretiert werden und damit Hinweise z.B. auf mögliche fehlende Verbindungen, Schlüsselpositionen oder geeignete Multiplikatoren und Multiplikatorinnen geben (Valente, 2010).

Auf diese Weise konnten die einzelnen, aufeinander aufbauenden Schritte der Konzeptionsphase und Umsetzungsphase nachvollzogen und zusammengeführt werden.

Die Projektion der Veranstaltungen auf die Kanten erfolgte zunächst in Gephi, einer frei verfügbaren SNA-Software. Tabelle 5 zeigt den Prozess beispielhaft an dem Netzwerk zu Zeitpunkt t6 (Digitales Abschlusstreffen, 03/2022).

Tabelle 5 Prozess der Datenverarbeitung, Knotengröße: Anzahl Kontakte (Degree Centrality)

<p>Two-Mode Netzwerk aus Veranstaltungen (grün) und teilnehmenden Stakeholder und Stakeholderinnen (rot).</p>	<p>One-Mode = Projektion der Veranstaltungen auf die Kanten Netzwerk aus Akteuren und Akteurinnen, das sich über die Teilnahme an den Veranstaltungen gebildet hat.</p>	<p>One-mode, typisiert Netzwerk aus Agierenden nach Typ: bewegungsorientierte Agierende (lila), teilnehmendes Unternehmen (grün), Personen aus dem Netzwerk Politik und Gesellschaft (orange) sowie Wirtschaft (blau).</p>
		

4 Durchführung, Arbeits- und Zeitplan

Das Projekt startete planmäßig am 1.6.2019. Im weiteren Projektverlauf ergaben sich im Vergleich zum ursprünglichen Arbeits- und Zeitplan keine inhaltlichen oder zeitlichen Änderungen in den Arbeitspaketen (AP) und Meilensteinen (M) des Antrags.

Die Arbeitspakete der Konzeptionsphase (AP1–AP3) und die damit verbundenen Meilensteine (M1: Gründung des Netzwerkes; M2: Präsentation des Feinkonzeptes inkl. Dokumentations- und Evaluationskonzept (nur schriftlich)) konnten inhaltlich und zeitlich wie geplant durchgeführt werden, wobei die Abgabe des Feinkonzeptes seitens des Förderers für alle Projekte vom 29.2.2020 auf den 30.4.2020 verschoben wurde. Somit erfolgten der Aufbau, die Strukturierung der Bewegungsnachbarschaft und die Entwicklung der Mehrkomponenten-Intervention (Konzeptionsphase) inhaltlich und zeitlich wie geplant. Die Entwicklung des Nachhaltigkeitskonzeptes (AP5) konnte ebenfalls mit dem entsprechenden Meilenstein (M4) wie geplant erfolgen.

Auch wenn die Umsetzungsphase (AP4; M3) und die damit verbundenen Datenerhebungen (AP6, AP7, AP8) aufgrund der Corona-Pandemie inhaltlich modifiziert werden mussten, konnten die im Antrag terminierten Meilensteine (M5: Ende der projektbezogenen Dokumentation und Datenerhebung (AP 6); M6: Ende der projektbezogenen Evaluation (AP 7); M7: Fertigstellung SNA (AP8)) zeitlich wie geplant im I. und II. Quartal 2022 erreicht werden. Auch AP9 (Dissemination und Vernetzung) verlief inhaltlich und zeitlich planmäßig.

Die Corona-Pandemie bedingten inhaltlichen Modifikationen der Maßnahmenumsetzungen beinhalten konkret den Ausfall der Auftaktveranstaltung (März 2020), und die Tatsache, dass überwiegend Online-Angebote und digitale Steuerungsgruppentreffen umgesetzt werden konnten. Dennoch ergaben

sich daraus keine Verzögerungen im Arbeits- und Zeitplan. Inhaltliche Modifikationen der Maßnahmenumsetzung bezogen sich auch darauf, dass einzelne Interventionskomponenten flexibel an die vorherrschende Pandemie-Situation angepasst werden mussten. So konnte die aufgrund der Pandemie geplante frühzeitigere Umsetzung verhältnispräventiver Angebote z.T. nicht realisiert werden, da strikte Zugangsvoraussetzungen und Hygienevorschriften im betrieblichen Setting herrschten. Durch diese Faktoren war auch ein Nachholen der Auftaktveranstaltung nicht möglich, was die Zielgruppenerreichung im Setting über den Projektverlauf deutlich erschwert hat. Auch das Evaluationskonzept wurde - da wo notwendig - an die Pandemie-Situation angepasst (vgl. Kap.3).

Die im Projekt definierten Ziele und Teilziele 1-4 (vgl. Tabelle 2, Kap. 3) konnten in der Laufzeit planmäßig erreicht werden). Die vorherrschenden pandemiebedingten Einschränkungen stellten in der Umsetzungsphase - insbesondere hinsichtlich der Rekrutierung der Zielgruppe – jedoch eine besondere Herausforderung dar (Home-Office, Zugangsbeschränkungen zum Setting etc.) was sich wesentlich auf die Zielerreichung in den Teilzielen 5-7 (vgl. Tabelle 2, Kap. 3) auswirkte und die Beantwortung der Forschungsfrage auf verhaltensorientierter Ebene erschwerte (vgl. hierzu Kapitel 5, 6).

5 Ergebnisse

Die Darstellung der Ergebnisse erfolgt nachfolgend in Anlehnung an die formulierten Teilziele (vgl. Tab. 3, Kap. 3) und Hauptfragestellungen des Projektes (vgl. Kap. 2).

1. **Was sind Förderfaktoren und Barrieren bei der Implementierung einer nachhaltigen überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft auf Ebene der Struktur- und Prozessqualität? (Verhältnisprävention)**

Teilziel 1 und 4 (Konzeptentwicklung und Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft, Identifikation von hemmenden und fördernden Faktoren für überbetriebliche Bewegungsnachbarschaften):

Die überbetriebliche Bewegungsnachbarschaft setzte sich bis zum Schluss aus **sieben Unternehmen, sechs bewegungsorientierten Agierenden sowie acht unterstützende Netzwerkpartner und -partnerinnen aus Öffentlichkeit / Politik und Gesellschaft / Wirtschaft zusammen**. Zwei der teilnehmenden Unternehmen und ein bewegungsorientierter Akteur oder eine Akteurin waren gleichzeitig auch in der Funktion eines Netzwerkpartners bzw. einer Netzwerkpartnerin beteiligt.

Identifizierte Förderfaktoren:

- Aktives Management
- Rollenklärung
- Einbindung der Geschäftsführenden
- Multiplikatoren und Multiplikatorinnen
- Breites Netzwerk aus Partnern und Partnerinnen
- Persönliche Treffen vor Ort
- Systematische Kommunikation

Barrieren und Hemmnissen waren:

- fehlende Ressourcen seitens der Stakeholder und Stakeholderinnen
- Vorrang anderer Themen

Eine detaillierte praxisnahe Ausarbeitung für Beteiligte der Prävention findet sich im Leitfaden beschrieben (3.1.3 / 3.1.4).

Teilziel 2 (Konzeption der träger- und sektorenübergreifenden Mehrkomponenten-Intervention KomRüBer):

Die finale KomRüBer-Mehrkomponenten-Intervention umfasste **19 verhaltens- und verhältnisorientierte Angebote (inklusive Online-Angebote)** (vgl. Feinkonzept). Abgesehen von der Auftakt- und Abschlussveranstaltung, der Aktionstage vor Ort sowie der Implementierung eines Trimm-Dich-Pfads (hier erfolgte lediglich die Konzeptentwicklung) konnten alle Angebote in der Nachbarschaft (überwiegend in Form von Online-Interventionen) offeriert werden. Das RVfit Programm der Rentenversicherung wurde vorgestellt, es erfolgte jedoch keine direkte Umsetzung eines Bewegungsakteurs vor Ort. Im Leitfadenkapitel 3.2.2 sowie 4.1 wurden die **Angebote und Qualitätsmerkmale** sowie **Zugangswege** für die Praxis aufbereitet (inklusive Merkmale der Struktur- und Prozessqualität).

Teilziel 3 (Entwicklung eines Curriculums zur Schulung von Multiplikatoren und Multiplikatorinnen zum Management überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften):

Für die zentrale Rolle der Bewegungsnachbarschaftsmanagers oder der -managerin wurde eine **Rollenbeschreibung** (Curriculum) entwickelt, welche neben den Zielen und den Schnittstellen auch das Tätigkeits- und Kompetenzprofil eines Bewegungsnachbarschaftsmanagers oder -managerin beschreibt. Im Leitfaden wurde hierzu ein gesondertes Kapitel (Kapitel 2 „Die Schlüsselrolle in einer Bewegungsnachbarschaft – der/die BNM“) erstellt.

2. Wie ist die Akzeptanz und Nutzung einer überbetrieblichen, trägerübergreifenden Mehrkomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung?

Teilziel 5 (Praktikable Spezifizierung der Zielgruppen für überbetriebliche Bewegungsförderung):

Aufgrund der geringen Datenbasis in der Umsetzungsphase - bedingt durch die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Rekrutierungsschwierigkeiten -, lies sich eine praktikable Spezifizierung der Zielgruppen für überbetriebliche Bewegungsförderung nicht wie gewünscht vornehmen.

Teilziel 6 und 7 (Akzeptanz und Nutzungsanalyse der KomRüBer Maßnahme, Identifikation von hemmenden und fördernden Faktoren zur Teilnahme und Aufrechterhaltung von Bewegung)

Die Analyse der Akzeptanz und Nutzung der KomRüBer-Intervention erfolgte angelehnt an das Wirkungsmodell (vgl. Abb. 1, Kap. 3).

Tabelle 6 zeigt die Nutzung der Mehrkomponenten-Intervention. Dargestellt werden die Komponenten, die trotz der Pandemie umgesetzt werden konnten und bei denen eine Anmeldung im Vorfeld erforderlich war.

Tabelle 6 Akzeptanz und Nutzung der KomRüBer-Mehrkomponenten-Intervention

Verhaltensbezogene Maßnahmen	Anzahl der umgesetzten Maßnahmen	Anzahl der Teilnehmenden
• Schrittzählerwettbewerb als „Home-Office Challenge“	1 (August-Oktober 2020)	53
• Kursangebote (digital Umsetzung) / Outdoor-Angebote	5 Outdoor-Kurs (Oktober 2020) Rückenkurs 1 (März 2021) Rückenkurs 2 (März 2021) Progressive Muskelrelaxation (April 2021) Outdoor-Fitness Krafttraining (August 2021)	56 5 20 15 16 0
• Bewegungspausen (digitale Umsetzung, je ein Monat)	3 45-minütige Einheiten (Juni 2020) 10-minütige Einheiten (November 2020) 45-minütige Einheiten (März 2021)	41 2 5 34

Verhaltensbezogene Maßnahmen	Anzahl der umgesetzten Maßnahmen	Anzahl der Teilnehmenden
<ul style="list-style-type: none"> Impulsvorträge und Workshops 	3 Vortrag Faszientraining (Dezember 2020) Vortrag Immunsystem (März 2021) Vortrag Zeitmanagement für Eltern (März 2021)	47 4 39 4
<ul style="list-style-type: none"> Arbeitsplatzbezogene Rückenschulen / Ergonomie-Beratungen 	2 Rückencoaching (digital) (Juni 2020) Ergonomieberatungen (digital) (November 2020)	9 6 3

Darüber hinaus wurden den Beschäftigten über die Projektwebsite **32 weitere Bewegungsangebote** offeriert bei denen keine Anmeldung erforderlich war (z.B. Verweise auf Bewegungsangebote regionaler Partner und Partnerinnen, Angebote zur Wissensvermittlung zur Bewegung etc).

Hier verzeichneten ein Rückenkurs (475 in 40), bewegte Pausen (Energietankstellen) (381 in 37 Tagen) und ein Vortrag zur Stärkung des Immunsystem (377 in 27 Tagen) die meisten Seitenaufrufe

Auf **verhältnispräventiver Ebene** konnten durch einen regionalen Partner **vier Spazierwege** rund um den Technologiepark ausgearbeitet werden, die den Beschäftigten auf der KomRüBer-Website zum Download bereitgestellt wurden. Diese Seite wurde insgesamt 136mal innerhalb von 20 Monaten (622 Tagen) aufgerufen.

Im Herbst 2021 konnten die **QR-Code basierte digitale Treppenhausaktion** implementiert werden. Insgesamt wurden hier 40 QR-Codes in sieben Treppenhäusern des Technologieparks verteilt. Insgesamt wurden die QR-Codes 19mal innerhalb von 6,5 Monaten (187 Tagen) aufgerufen.

Die Schulungen für **Multiplikatoren und Multiplikatorinnen** zu Bewegungs-Scouts musste aus pandemiebedingten Gründen abgesagt werden.

Im Leitfaden werden die Rekrutierungsansätze (Kap. 4.1), Ansätze zur Akzeptanzsteigerung (Kap. 4.2) und die Optimierung von Zugangswegen zu vulnerablen Gruppen für Beteiligte aus der Praxis beschrieben (Kap. 4.3).

Soziale Netzwerkanalyse – Ergebnisse

Output der SNA sind Grafiken und netzwerkspezifische Kennzahlen. Beide geben einen Überblick über das Netzwerk als Ganzes wie z.B. Größe des Netzwerks (nach Anzahl der Knoten und Kanten) und Zusammensetzung nach Stakeholder- und Stakeholderinnentypen, über Teile des Netzwerks, oder über einzelne Agierende. Darüber hinaus wurde im Rahmen des Projekts ein spezifisches Tool entwickelt, mit dem die Netzwerkmanager und Netzwerkmanagerinnen die Analysen auf Basis ihrer oder seiner Daten eigenständig durchführen kann.

Die Ergebnisse für das vorliegende Projekt lauten zusammengefasst wie folgt: Das Gesamtnetzwerk hat sich – gemessen an der Anzahl der Akteure und Akteurinnen bzw. Knoten und Kontakte bzw. Kanten – über die einzelnen Zeitschritte hinweg vergrößert: mehr Akteure und Akteurinnen und mehr Kontakte sind hinzugekommen (s. Metriken, Tabelle 9). Tabelle 7 zeigt die Entwicklung des Netzwerks zu den

einzelnen Messzeitpunkten anhand von Visualisierungen in jeweils beiden Modi (two-mode und one-mode).

Im Zeitverlauf bilden sich stärker miteinander verknüpfte Untergruppen heraus. Das kann eine zentrale oder mehrere verteilte Gruppen sein, die dichter miteinander verbunden sind als ihre Umgebung. Dies gilt bereits zu Zeitpunkt t2 (Workshop mit Stakeholdern und Stakeholderinnen), an dem ein Unternetzwerk aus sieben Knoten gut erkennbar ist, das durch stärkere Kanten miteinander verbunden ist. Dieses bleibt im Laufe der Zeit im Kern erhalten, wenn auch mit leichten Variationen und Erweiterungen. Die Zusammensetzung dieser Untergruppe nach Stakeholder- und Stakeholderinnentypen ist bunt gemischt, wobei die Partner und Partnerinnen aus dem Netzwerk Politik und Gesellschaft sowie Wirtschaft als besonders zentrale Beteiligte vertreten sind.

Die einzelnen Akteure und Akteurinnen weisen in der Netzwerkstatistik jeweils spezifische Werte auf. Die Werte können in den Grafiken anhand der Knotengrößen wiedergegeben werden. Wichtige Kennzahlen sind z.B. die Anzahl der direkten Kontakte oder andere Zentralitäts- oder Dichtemaße, die Hinweis darauf geben, dass bestimmte Akteure und Akteurinnen bestimmte Aufgaben innerhalb des Netzwerks übernehmen können. Dies ist z.B. bei Akteuren und Akteurinnen mit einer hohen Anzahl direkter Kontakte der Fall, die sich als Multiplizierende eignen, bei Akteuren und Akteurinnen mit einer hohen Eigenvektorzentralität, als Meinungsführer und Meinungsführerinnen in Untergruppen, oder mit einer hohen Betweennesszentralität, um weniger zentrale Akteure und Akteurinnen innerhalb des Netzwerks zu erreichen. Die Grafiken lassen den direkten visuellen Vergleich eines Akteurs oder einer Akteurin mit einem anderen, sowie eines Zeitschritts mit einem anderen, und damit eine Bewertung im Sinne der Netzwerkentwicklung zu.

Die Ergebnisse der Visualisierungen, die Berechnung der Metriken und zur Entwicklung eines einfach handhabbaren, spezifischen Tools im Einzelnen:

Visualisierungen:

Aufbau und Implementierung des Netzwerks über die Zeit hinweg sind mithilfe der SNA visuell gut lesbar und auf besondere Weise interpretierbar.

Das Gesamtnetzwerk ist bis zum Zeitpunkt t6 (Abschlussveranstaltung) auf 23 Knoten und 155 Kanten angewachsen. Von der reinen Anzahl her dominieren bewegungsorientierte Akteure und Akteurinnen und teilnehmende Unternehmen (jeweils 30,43%) gegenüber Partner und Partnerinnen aus dem Netzwerk Politik und Gesellschaft (26,09%) und Wirtschaft (13,04%). Besonders aktiv (nach Anzahl der Kontakte) und gut vernetzt (nach Kontakthäufigkeit und dementsprechend zentraler Position) sind aber letztere. Darüber hinaus ist in ab Zeitpunkt t2 ein Unternetzwerk aus sechs Knoten gut erkennbar, das durch stärkere Kanten miteinander verbunden ist und v.a. aus Partner und Partnerinnen aus dem Netzwerk Politik und Gesellschaft sowie Wirtschaft und nur einer weiteren bewegungsorientierten agierenden Person besteht.

Die Visualisierungen in Tabelle 7 zeigen diese Entwicklung zu den einzelnen Messzeitpunkten, jeweils in beiden Modi. Die Veränderung der Werte und die relative Position jedes einzelnen Knotens im Netzwerk sind hier anschaulich und nachvollziehbar gemacht.

Tabelle 7 Visualisierungen der Netzwerkentwicklung zu den einzelnen Messzeitpunkten. Knotengröße: Anzahl Kontakte (Degree Centrality)

	Letter of Intent (t0)	Vor-Ort-Information (t0-t1)	Workshop mit Stakeholder und Stakeholderinnen (t0-t2)	Planungsworkshop (t0-t3)	Digitales Treffen Steuerungsgruppe (t0-t4)	Digitaler Arbeitskreis (t0-t5)	Abschlussveranstaltung (t0-t6)
Two-mode							
One-Mode							

Individuelle agierende Personen lassen sich vor allem durch ihre Zentralität gut beschreiben. Tabelle 8 gibt einen Überblick über die Visualisierungsmöglichkeiten verschiedener Zentralitätsmaße. Die Knotengröße entspricht der gewählten Kennzahl.

Tabelle 8 Kennzahlen für die Zentralität der einzelnen agierenden Personen, ungewichtet und gewichtet. Die Knotengröße gibt den Wert der Kennzahl wieder.

	Anzahl Kontakte (Degree Centrality)	Betweenness Centrality	Closeness Centrality	Eigenvector Centrality
Ungewichtet				
Gewichtet (Weighted)				

In besonderer Weise ausdrucksstark sind dabei die gewichteten Metriken, welche die Kantenstärke bei der Berechnung mit einbeziehen. Dies ist insofern gewünscht, als dass angenommen wird, dass häufigere Kontakte im Rahmen der Veranstaltungen das gegenseitige Vertrauen und das Vertrauen in das Netzwerk fördern.

Metriken:

Neben den Visualisierungen stellen Netzwerkmetriken ein weiteres wichtiges Analyseergebnis dar. Diese liegen in Form statistischer Kennzahlen vor, die weitgehend für die SNA spezifisch sind. Tabelle 9 fasst diese Kennzahlen für das Gesamtnetzwerk zu allen Auswertungszeitpunkten zusammen.

Insgesamt verändern sich die Metriken über den Zeitverlauf hinweg. Dies liegt vor allem daran, dass die Teilnahmen aufsummiert werden. Darüber hinaus zeigen sich aber interessante Variationen:

- *Anzahl der Knoten und Kanten* Die Anzahl der Knoten und Kanten steigt bis zum Zeitpunkt t4 kontinuierlich an. Danach stagnieren die Werte; lediglich zu t6 entstehen noch einmal zwei neue direkte Kontakte zwischen den Partnern und Partnerinnen.
- *Durchschnittliche Anzahl der Kontakte gewichtet* Der Wert der durchschnittlichen gewichteten Anzahl der Kontakte nimmt kontinuierlich zu.
- *Entfernungsmaße* Die durchschnittliche Pfadlänge bewegt sich um die 1,4, d.h. eine agierende Person braucht durchschnittlich 1,4 Schritte zu einem anderen, was ein guter Wert ist, d.h. eine relativ kurze Distanz respektive eine relativ große Nähe.
- *Dichte- und Clusteringmaße* Die Netzwerkdichte stabilisiert sich bei einem Wert von rund 0,6. Durchschnittlicher Clusteringkoeffizient und Anzahl der Triaden fallen bzw. steigen kontinuierlich an (bis auf die von t4 zu t5 gleichbleibenden Werte).

Von Zeitpunkt t4 (Digitales Treffen) bis t5 (Digitaler Arbeitskreis) findet kaum noch eine Veränderung in den Kennzahlen statt, mit einer Ausnahme: der gewichteten Anzahl der Kanten. Dies liegt darin begründet, dass die teilnehmenden Akteure und Akteurinnen schon vorher Veranstaltungen besucht und zu den anderen Teilnehmenden Kontakte geknüpft hatten, d.h. weder neue Knoten noch neue Kanten entstehen; allein die Kantenstärke erhöht sich, und damit die gewichtete Anzahl der Kanten. Auch zum Zeitpunkt t6 (Abschlussveranstaltung) kommen keine weiteren Knoten, aber zwei neue Kontakte hinzu.

Tabelle 9 Kennzahlen für das Gesamtnetzwerk

	Auswertungszeitpunkt						
Kennzahl	Letter of Intent (t0)	Vor-Ort-Information (t0-t1)	Workshop mit Stakeholder und Stakeholderinnen (t0-t2)	Planungsworkshop (t0-t3)	Digitales Treffen Steuerungsgruppe (t0-t4)	Digitaler Arbeitskreis (t0-t5)	(Digitale) Abschlussveranstaltung (t0-t6)
Anzahl Knoten	9	17	20	22	23	23	23
Anzahl Kanten	36	72	106	148	153	153	155
Durchschn. Anzahl Kanten (Average Degree)	8	8,471	10,6	13,455	13,304	13,304	13,478
Durchschn. Anzahl Kanten gewichtet (Average weighted-Degree)	8	8,471	12,7	17,545	18,087	19,391	19,913
Netzwerkdurchmesser	1	2	2	2	2	2	2
Durchschn. Pfadlänge	1,0	1,4	1,442	1,359	1,395	1,395	1,378
Netzwerkdichte	1,000	0,529	0,558	0,641	0,605	0,605	0,613
Durchschn. Clusteringkoeffizient	1,000	0,969	0,915	0,854	0,848	0,848	0,842
Anzahl Triaden	84	168	305	528	538	538	549

SNA-Tool und dynamische Visualisierung:

Die dynamische Visualisierung der zeitlichen Entwicklung des Netzwerks wurde mithilfe eines digitalen Tools realisiert, das speziell für KomRüBer entwickelt wurde. Mithilfe des digitalen, onlinebasierten Tools können Daten ausgewertet und dynamisch visualisiert werden. Das Tool ist verfügbar über die Internetadresse <https://komrueber.iqib.de>.

Der Bedarf für dieses Tool war im Laufe des Projekts entstanden. Die Daten sollten auf möglichst einfache Weise ausgewertet werden können – zum einen, um den Aufbau des Netzwerks zeitnah visualisieren zu können, zum anderen sollte das Tool idealerweise auch den Netzwerkmanagern und -managerinnen für eigene Analysen zur Verfügung stehen. Dies wäre mit der Software Gephi, die für den Pretest verwendet worden war, nicht möglich gewesen, da diese ein relativ hohes Maß an Vorkenntnissen voraussetzt.

Die leichte Zugänglichkeit und Anwendbarkeit wird durch ein Tool gewährleistet, das webbasiert ist und in einem Webbrowser ausgeführt werden kann. So muss für seine Nutzung keine spezielle Software installiert werden und das Tool ist plattformunabhängig auf jedem Rechner mit Internetanschluss nutzbar. Die Umsetzung erfolgte im Webanwendungsframework „R Shiny“.

Zur Nutzung des Tools wird eine Excel-Datei im Format der Eingabetabelle (s. Tabelle 1) eingelesen und daraus eine Netzwerkvisualisierung generiert. Die Tabelle kann dabei eine beliebige Anzahl Spalten, entsprechend einer beliebigen Anzahl Veranstaltungen, enthalten. Die Verwendung externer Daten in einer Excel-Datei hat den Vorteil, dass nur während der Nutzung des Tools Daten auf dem Server gespeichert werden, die danach wieder gelöscht werden, so dass die App datenschutzrechtlich unbedenklich ist.

Zunächst wird das Netzwerk selbst als Graph mit Knoten und Kanten visualisiert, wobei ausgewählt werden kann, ob die Teilnahme der Organisationen an den Veranstaltungen („two-mode network“), die Interaktion der Organisationen („one-mode network“) – d.h. gemeinsame Teilnahme an einer Veranstaltung schafft eine Verbindung – oder beides gleichzeitig dargestellt werden soll. Dabei ist die App so umgesetzt worden, dass bereits zu Beginn der Nutzung alle wesentlichen Rechenschritte durchgeführt werden. Dadurch kann bei der Visualisierung praktisch ohne Zeitverzögerung interaktiv zwischen den Zeitschritten hin und her gesprungen werden. Die berechneten Maße enthalten sowohl globale Netzwerkmaße, die den gesamten Graphen betreffen, als auch lokale Netzwerkmaße zu jedem Knoten einzeln, die jeweils in einer Tabelle dargestellt werden. Ergänzend erfolgt eine Visualisierung des zeitlichen Trends des jeweils ausgewählten Maßes in einem Diagramm sowie einem Streudiagramm. Das Streudiagramm kann für jedes beliebige Maß als .png- oder .jpeg-Datei exportiert werden. Außerdem können die Netzwerkdaten im .graphml-Format exportiert und dann mit der Spezialsoftware Gephi geöffnet werden.

Die Netzwerk-Visualisierung kann beliebig vergrößert, verkleinert und verschoben werden. Bei Änderung der Einstellungen, etwa des Zeitschritts, bleibt der eingestellte Ausschnitt des Netzwerks erhalten. Auf diese Weise kann sehr gut die dynamische Entwicklung des Netzwerks, z.B. wann welche Knoten oder Kanten neu hinzukommen, verfolgt werden. Außerdem werden für den jeweils ausgewählten Knoten die direkten Kontakte farblich hervorgehoben. Gleichzeitig erscheint die entsprechende Tabelle mit den lokalen Knotenmaßen und der zeitliche Verlauf des Maßes als Linie im Streudiagramm.

Die weiteren Einstellmöglichkeiten umfassen neben der Auswahl des darzustellenden Zeitschritts über einen Schieberegler die Auswahl des Maßes, dessen Werte als Knotengröße und ihr zeitlicher Verlauf im Streudiagramm dargestellt werden sollen. Zur Verfügung stehen Degree-, Betweenness-, Closeness- und Eigenvektor-Centrality sowie der Clustering-Koeffizient und die Anzahl der Triaden. So können beispielsweise die aktivsten Knoten im Sinne der meisten Verbindungen (höchste Degree-Centrality) identifiziert werden, oder die Knoten gefunden werden, die als "Brückenbauer" entfernte Communities verbinden könnten (höchste Betweenness-Centrality) (s.a. oben). Außerdem kann ausgewählt werden, ob bei der Berechnung der Maße die Kantengewichte (Häufigkeit der Interaktion, also der gemeinsamen Teilnahme an Events) berücksichtigt werden sollen.

Abbildung 2 zeigt einen Screenshot der Tool-Oberfläche bei seiner Benutzung.

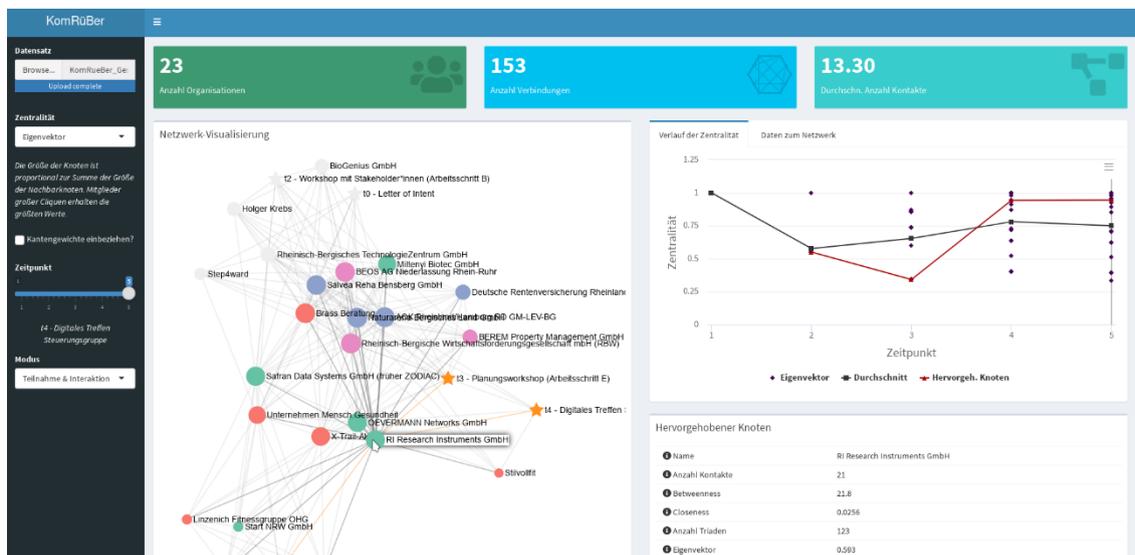


Abbildung 2: Screenshot des SNA-Tools zur dynamischen Visualisierung des Netzwerks

Insgesamt wurde ein Tool entwickelt, mithilfe dessen sich sowohl die erhobenen Daten unmittelbar auswerten und anzeigen ließen und das Grundlage für laufende gemeinsame Interpretationen im Projekt war. Zudem können mit ihm nach Projektende die Entwicklungen im Bereich sozialer Netzwerkanalyse im Projekt für die Entwicklung weiterer Bewegungsnetzwerke flexibel genutzt werden. Dazu sind vorbereitend lediglich die entsprechenden Daten im Format der Eingabetabelle – jeweils Organisation, Akteur bzw. Akteurinnentyp und Teilnahmen an den Veranstaltungen – einzutragen (s. Tabelle 1). Das Tool ermöglicht dann die Visualisierung und Analyse und unterstützt damit ein Monitoring der zeitlichen Entwicklung des entstehenden sozialen Netzwerks von Organisationen während des Aufbaus des Bewegungsnetzwerks. So kann leicht ein Überblick über die Aktivität der Akteure und Akteurinnen in Bezug auf ihre Teilnahme an den Veranstaltungen und damit ihrem Engagement im Netzwerk gewonnen werden. Die Zuordnung zu Akteur bzw. Akteurinnentypen ermöglicht zudem einen Überblick darüber, ob alle relevanten Typen ausreichend im entstehenden Netzwerk vertreten sind. Neben der dynamischen Darstellung auf dem Bildschirm können über Export-Funktionen zusätzlich Materialien wie Bilder für Berichte und Präsentationen erstellt werden.

6 Diskussion der Ergebnisse, Gesamtbeurteilung

Das **übergeordnete Ziel** des Projektes, die Konzeption, Implementierung und Evaluation einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft mit dem Angebot einer Multikomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung für Beschäftigte in Klein- und Kleinstunternehmen konnte im Projektzeitraum **erreicht** werden.

Teilziel 1 (Konzeptentwicklung und Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft): erreicht

Die Konzeptentwicklung und der Aufbau der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft erfolgten planmäßig. Auch wenn der überbetriebliche Netzwerkansatz insbesondere für Klein- und Kleinstunternehmen gedacht ist, erwies es sich im Projekt als förderlich auch mittelständische Unternehmen als Motor in die Bewegungsnachbarschaft einzubeziehen. Insbesondere bei Kleinstunternehmen stellten persönliche Ressourcen ein wesentliches Hindernis dar. Konsequenzen für den weiteren Projektverlauf ergaben sich daraus nicht. Eine Teilnahme an den Angeboten war auch für Beschäftigte von nicht-teilnehmenden Unternehmen möglich. Hinsichtlich des Partnernetzwerkes erwies sich eine breite Akteursgruppe (über das Themenfeld Bewegung hinaus) als hilfreich.

Teilziel 2 (Konzeption der träger- und sektorenübergreifenden Mehrkomponenten-Intervention KomRüBer): erreicht

Auch das zweite Teilziel konnte planmäßig erreicht werden. Der partizipative Ansatz bei der Entwicklung der Mehrkomponenten-Intervention erwies sich auch für den Zusammenhalt des Netzwerkes als förderlich. Um ein möglichst breites Meinungsbild zu erhalten und den zeitlichen Aufwand für die Unternehmen gering zu halten, wurden die Bedürfnisse und Bedarfe der Beschäftigten bzgl. bewegungsbezogener Angebote durch eine Mitarbeitenden-Befragung und Leitfadeninterviews erhoben. Auf die Durchführung von Workshops mit Beschäftigten – wie im Antrag geplant - wurde verzichtet. Durch die umfassende Bedarfsanalyse erfolgte die konkrete Maßnahmenplanung ohne eine ergänzende Analyse der AU-Daten (AOK Versichertendaten; anonymisiert).

Der für den 17.03.2020 geplante Kick-Off musste aufgrund der Entwicklungen rund um das Coronavirus kurzfristig verschoben werden und konnte durch strikte Zugangsbeschränkungen im Setting im Projektverlauf nicht nachgeholt werden. Dies wirkte sich merklich auf die nachfolgende Umsetzungsphase des Projektes aus. Das Modellprojekt musste online starten und konnte in der Umsetzungsphase nur begrenzt vor Ort agieren. Die partizipativ entwickelte Mehrkomponenten-Intervention musste flexibel auf die Pandemie-Situation angepasst werden, wobei die Wünsche der Beschäftigten zum Großteil über digitale Angebote abgedeckt werden konnten.

Teilziel 3 (Entwicklung eines Curriculums zur Schulung von Multiplikatoren und Multiplikatorinnen zum Management überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften): erreicht

Die Erfahrungen aus dem Projekt zeigen, dass für die Implementierung einer nachhaltigen überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft neben einem strukturierten Vorgehen, ein aktives Management unerlässlich ist. Es braucht eine Person, die die einzelnen Arbeitsschritte koordiniert und die „Zügel in der

Hand hält“. Insbesondere durch die schwierigen Rahmenbedingungen der Pandemie galt es Netzwerkpartner und -partnerinnen, Bewegungsanbieter und -anbieterinnen sowie die teilnehmenden Unternehmen motiviert zu halten. In beiden Fällen war es umso wichtiger, dass ein aktives Management durch den oder die BNM erfolgte. Im Rahmen des Projektes wurde die Rolle wissenschaftlich beleuchtet und ein Tätigkeits- und Kompetenzprofil für zukünftige BNM erarbeitet. Mit einer daraus resultierenden Stellenbeschreibung konnte die hierfür geschaffene Rolle des oder der BNM mit ihren Anforderungen und Fähigkeiten beschrieben und durch die Darstellung im Leitfaden ein Transfer in andere Regionen sichergestellt werden. Die Verbreitung des Tätigkeits- und Kompetenzprofils ist über den Leitfaden sichergestellt.

Teilziel 4 (Identifikation von hemmenden und fördernden Faktoren für überbetriebliche Bewegungsnachbarschaften): erreicht

Im Rahmen des Projektes konnten hemmende und fördernde Faktoren für überbetriebliche Bewegungsnachbarschaften identifiziert werden, die über den Leitfaden in die Praxis fließen und das zukünftige Handeln der Akteure und Akteurinnen bereichern können.

Teilziel 5 (Praktikable Spezifizierung der Zielgruppen für überbetriebliche Bewegungsförderung): nicht erreicht

Die geringe empirische Datenbasis bedingt durch die Corona-Pandemie verhinderte das Erreichen von Teilziel 5. Es bedarf weiterer Vorhaben, um eine praktikable Spezifizierung der Zielgruppen für überbetriebliche Bewegungsförderung vornehmen zu können.

Teilziel 6 und 7 (Akzeptanz und Nutzungsanalyse der KomRüBer Maßnahme, Identifikation von hemmenden und fördernden Faktoren zur Teilnahme und Aufrechterhaltung von Bewegung): teilweise erreicht

Eine Übertragung der Erkenntnisse aus der Umsetzungsphase auf eine Nicht-Pandemiesituation ist nicht eins zu eins möglich. Die gesamte Umsetzungsphase des KomRüBer-Projektes wurde von der Corona-Pandemie stark beeinflusst. So konnte die Auftaktveranstaltung nicht umgesetzt werden und der überwiegende Anteil der Angebote musste aufgrund der Kontaktbeschränkungen und Lockdowns digital realisiert werden. Durch den Ausfall der Auftaktveranstaltung und die wiederkehrenden Lockdowns erwiesen sich insbesondere die Bekanntmachung des Projektes und der fehlende direkte Zugang zu den Beschäftigten als besonders herausfordernd. So konnte das Projekt nur online bzw. durch Plakate vor Ort beworben werden. In Konsequenz daraus, stellte die Rekrutierung der Beschäftigten für die Angebote und Evaluationen eine noch größere Herausforderung dar, als in Nicht-Pandemiezeiten.

Obwohl digitale Angebote von den Beschäftigten im Vorfeld nicht gewünscht waren, wurden Sie genutzt und stellten eine gute Alternative im Kontext der betrieblichen Bewegungsförderung dar.

Grundsätzlich erwies sich eine thematische und methodische sowie zeitliche Angebotsvielfalt im Setting als förderlich. Hinsichtlich der Rekrutierungsansätze und Zugangswege zeigte sich, dass es von Beginn an wichtig ist ein entsprechendes Kommunikationskonzept einzuplanen und systematisch zu verfolgen. Ganz zentral sollte hierbei die Schaffung von persönlichen Kontaktmöglichkeiten mit den Beschäftigten sein. Auch die Bedeutsamkeit von Multiplikatoren und Multiplikatorinnen in den Unternehmen kristalli-

sierte sich als ein wesentlicher Faktor heraus. So stellten aus Sicht der Teilnehmenden, pandemiebedingte Arbeits- und Lebensveränderung, fehlendes Wissen über Angebote und fehlende zeitliche Passung der Angebote mit dem Arbeitsalltag die größten Barrieren für eine Teilnahme dar.

Soziale Netzwerkanalyse – Diskussion

Mit der auf Basis der Daten der Netzwerkevents erarbeiteten SNA wurde methodisch-konzeptionell ein geeigneter Ansatz entwickelt und erprobt. Das klassische Methodenset der empirischen Sozialforschung wird mithilfe der SNA sinnvoll erweitert und ergänzt. Konzept, methodische Vorgehensweise und erste Ergebnisse wurden auf der SNA-spezifischen Konferenz „European Conference on Social Networks (EUSN)“ einem internationalen Fachpublikum vorgestellt und positiv besprochen. Die im Antrag definierten und im Feinkonzept ausgearbeiteten Ziele des Teilprojekts wurden vollständig erfüllt. Darüber hinaus gelang es, die Entwicklung eines spezifischen digitalen Tools, das Netzwerkmanagern und Netzwerkmanagerinnen die Möglichkeit bietet, solche Analysen auch nach dem Projekt durchzuführen.

Mögliche alternative Herangehensweise(n)

Die einzelnen Messzeitpunkte orientieren sich an den Phasen des BIG-Modells, um die einzelnen Schritte nachvollziehbar zu machen und eine Vergleichbarkeit zu gewährleisten. Die Zeitschritte können aber durchaus anders gewählt bzw. definiert werden, entsprechend anderer Fragestellungen oder Bedürfnisse des Netzwerkmanagers oder der Netzwerkmanagerin. Der Manager oder die Managerin kann mithilfe des Tools auch Daten in die Zukunft projizieren, indem sie Daten für geplante Veranstaltungen eingibt.

Die hier gewählte aggregierte Betrachtung aller Zeitschritte (Veranstaltungen t_0 - t_6) ist nicht zwingend; sinnvoll wäre möglicherweise auch eine Betrachtung nach Phasen (Letter of Intent (t_0), Veranstaltungen während der Konzeptionsphase (t_1 - t_3) und Umsetzungsphase (t_4 - t_6)). Dies könnte sich vor allem dann anbieten, wenn mehr Daten vorliegen oder das Netzwerk über einen längeren Zeitraum hinweg ausgewertet wird. Für das vorliegende Projekt ist dieses Vorgehen wegen der geringen Datenmenge eher wenig geeignet, da es sowohl den Prozess der Datenanalyse als auch die Lesbarkeit der Ergebnisse unnötig aufwendig machen würde.

7 Gender Mainstreaming Aspekte

Hinsichtlich der im Antrag adressierten Genderaspekte gab es keine Veränderungen. Genderaspekte wurden planmäßig im Rahmen der Projektarbeit im engeren bzw. erweiterten Forschungsteam und auch inhaltlich hinsichtlich der Interventionsbedarfe bzw. Interventionsplanung berücksichtigt. In Bezug auf die Projektorganisation lässt sich festhalten, dass Frauen und Männer im Konsortium in einem angemessenen Verhältnis vertreten waren. Im kommunal-regionalen Netzwerk waren Frauen bei den Bewegungsanbieter und -anbieterinnen und Netzwerkpartner und -partnerinnen überrepräsentiert, was für das Feld der Prävention und Gesundheitsförderung typisch ist.

Weiterhin wurde auch bei der Auswahl des durchführenden Personals bei den einzelnen Interventionen auf ein ausgewogenes Verhältnis geachtet. Ebenso wurden Genderaspekte inhaltlich in der Konzepti-

onsphase (Workshop mit Stakeholdern und Stakeholderinnen, Mitarbeitenden-Befragung, Leitfadeninterviews und Planungsworkshop) explizit berücksichtigt. So wurden in den Leitfadeninterviews explizit mehr Männer interviewt, die im Rahmen der Mitarbeitenden-Befragung leicht unterrepräsentiert waren (41.8 %). Davon ausgehend wurden genderspezifische Aspekte in Bezug auf die Maßnahmenausgestaltung berücksichtigt. So wurde explizit beleuchtet, ob geschlechtsspezifische Unterschiede hinsichtlich den Bedarfen und Bedürfnissen in Bezug auf bewegungsbezogene BGF-Angebote bestehen (z.B. spezielle Bewegungsformate wie Krafttraining, Outdoor-Fitness). Ebenso wurden die Bewegungsangebote zu verschiedenen Zeiten angeboten, um die potentiell unterschiedliche Erreichbarkeit von Männern und Frauen gerecht zu werden (z.B. durch Betreuungspflichten). Damit sollte sichergestellt werden, dass Teilzeitbeschäftigte, Vollzeitbeschäftigte oder Beschäftigte mit weniger flexiblen Arbeitszeiten teilnehmen können. Ein breites Spektrum von Maßnahmen innerhalb der Multikomponenten-Intervention sollte den verschiedenen Bedürfnissen und Präferenzen entsprechen.

Tendenziell nahmen an den Bewegungsangeboten (bei denen eine Anmeldung erforderlich war und diese dokumentiert werden konnte) insgesamt mehr Frauen als Männer teil.

Zum anderen wurden genderspezifische Aspekte in Bezug auf die Zugangswege und Kommunikationskanäle berücksichtigt. So wurde darauf geachtet eine geschlechtsneutrale Sprache zu verwenden oder beide Geschlechter - in Wort und Bild - anzusprechen.

Da wo es hinsichtlich der Evaluation möglich war, erfolgte die Erhebung, Dokumentation und Auswertung im Rahmen der Umsetzungsphase geschlechterdifferenziert.

Bei allen Veröffentlichungen und auch im Rahmen der Kommunikationsstrategie wurde eine gendergerechte Sprache reflektiert und beachtet.

8 Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse

Die erfolgten und noch geplanten Veröffentlichungen zur **Verbreitung und Bekanntmachung der Projektergebnisse** sind nachfolgend aufgelistet. Zielgruppen sind jeweils Praxis, Wissenschaft und Gesundheits- und Kommunalpolitik.

Erfolgte Veröffentlichungen:

2019

- Projektbeschreibung auf der **DSHS-Homepage**: <https://www.dshs-koeln.de/ag-bewegungsbezogene-praeventionsforschung/forschung/> [zuletzt geprüft am 20.04.2022]
 - Verfügbarkeit über Internet
- Projektbeschreibung auf der **IBGF-Homepage**: <https://www.bgf-institut.de/bgfconsult/projekte/komrueber/> [zuletzt geprüft am 20.04.2022]
 - Verfügbarkeit über Internet
- Vorstellung im Rahmen eines **Interviews**: <https://www.dshs-koeln.de/aktuelles/forschung-aktuell/nr-22020/person/> [zuletzt geprüft am 20.04.2022]
 - Verfügbarkeit über Internet
- Nennung auf persönlichen **researchgate** Seiten: <https://www.researchgate.net/project/Kom-Rueber> [zuletzt geprüft am 20.04.2022]
 - Verfügbarkeit über Internet

2020

- Projektbeschreibung auf der **IQIB-Website**: <https://www.iqib.de/de/laufende-projekte.html> [zuletzt geprüft am 20.04.2022]
 - Verfügbarkeit über Internet

- Vorstellung des Forschungsprojektes im **Arbeitgebermagazin der AOK Rheinland/Hamburg** (*vigo gesundes Unternehmen*) (03/2020)
 - *Verfügbarkeit als Magazin (Druck)*
- **Wissenschaftliche Publikation** zur partizipativen Entwicklung der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft: Hoffmann, C., Stassen, G. & Schaller, A. (2020). *Theory-Based, Participatory Development of a Cross-Company Network Promoting Physical Activity in Germany: A Mixed-Methods Approach*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8952. doi: 10.3390/ijerph17238952.
 - *Verfügbarkeit über Internet*

2021

- **Wissenschaftliche Publikation** des Studienprotokolls zur KomRüBer-Studie: Schaller, A. & Hoffmann, C. (2021). *Impact Model-Based Physical-Activity Promotion at the Workplace: Study Protocol for a Mixed-Methods Study in Germany (KomRueBer Study)*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6074. doi: 10.3390/ijerph18116074.
 - *Verfügbarkeit über Internet*
- **Wissenschaftliche Publikation** zu den Unterstützungsmöglichkeiten der SNA im Rahmen von Unternehmensübergreifenden Netzwerken in der Betrieblichen Gesundheitsförderung am Beispiel des Forschungsprojektes KomRüBer: Schaller, A., Fohr, G., Hoffmann, C., Stassen, G. & Droste-Franke, B. (2021). *Supporting Cross-Company Networks in Workplace Health Promotion through Social Network Analysis—Description of the Methodological Approach and First Results from a Model Project on Physical Activity Promotion in Germany*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 6874. doi: 10.3390/ijerph18136874.
 - *Verfügbarkeit über Internet*
- **Masterarbeit** zu den Anforderungen und Kompetenzen einer*s überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaftsmanager*in
 - *Verfügbarkeit als Druckversion in der Zentralbibliothek für Sportwissenschaften*
- **Masterarbeit** zu den Altersbezogenen Unterschieden in Motiven, Barrieren und Interessen zu bewegungsbezogenen BGF-Maßnahmen
 - *Verfügbarkeit als Druckversion in der Zentralbibliothek für Sportwissenschaften*
- **Masterarbeit** zum subjektiven Bewegungskonzept und zur bewegungsbezogenen Gesundheitskompetenz von Beschäftigten aus kleinen und mittelständischen Unternehmen
 - *Verfügbarkeit als Druckversion in der Zentralbibliothek für Sportwissenschaften*

2022

- **Wissenschaftliche Publikation** zur Kommunikationsstrategie im KomRüBer Projekt: Hoffmann, C., Schaller, A. *Evaluation of the Communication Strategy for Promoting Physical Activity in a Cross-Company Network in Germany: A Mixed-Methods Analysis* (*Frontiers in Public Health*; accepted 11/2022)

Weitere geplante Veröffentlichungen:

- **Leitfaden** zur Konzipierung und Implementierung überbetrieblicher Bewegungsnachbarschaften (Monographie; Bereitstellung auf Homepage von DSHS und IBGF) [*Fertigstellung bis 5/2022*]
 - *Verfügbarkeit als pdf-Version derzeit auf Anfrage bei der Projektleitung*
- Beitrag zum KomRüBer-Projekt im **Wissenschaftsmagazin IMPULSE** der DSHS [*deutsch; eingereicht 03/2022*]
 - *Verfügbarkeit über Internet*
- **Wissenschaftliche Publikation** zur Evaluation der Umsetzungsphase der überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft [*engl./deutsch; Fertigstellung bis ca. April 2023, Zieljournals werden noch ausgewählt*]
 - *Nach Veröffentlichung Verfügbarkeit über Internet*

- **Masterarbeiten** zu prozessbegleitenden Nebenfragstellungen [*fortlaufend*]
 - *Verfügbarkeit als Druckversion in der Zentralbibliothek für Sportwissenschaften*

Erfolgte Kongressbeiträge:

2020

- Hoffmann, C., Stassen, G., Schauerte, B. & Schaller, A. (2020) Konzeption und Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft zur Bewegungsförderung für Beschäftigte in Klein- und Kleinstunternehmen [**Konferenzbeitrag**]. 29. Rehabilitationswissenschaftliches Kolloquium: Deutscher Kongress für Rehabilitationsforschung: Prävention und Rehabilitation - der Betrieb als Partner, Hannover, Deutschland. https://www.deutsche-rentenversicherung.de/SharedDocs/Downloads/DE/Experten/reha_forschung/reha_kolloquium/TB-29Reha-Koll.html
 - *Verfügbarkeit über Internet*
- Fohr, G., Droste-Franke, B., Hoffmann, C., Stassen, G. & Schaller, A. (2020) Die Methode der sozialen Netzwerkanalyse beim Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft [**Konferenzbeitrag**]. 29. Rehabilitationswissenschaftliches Kolloquium: Deutscher Kongress für Rehabilitationsforschung: Prävention und Rehabilitation - der Betrieb als Partner, Hannover, Deutschland. https://www.deutsche-rentenversicherung.de/SharedDocs/Downloads/DE/Experten/reha_forschung/reha_kolloquium/TB-29Reha-Koll.html
 - *Verfügbarkeit über Internet*

2021

- Hoffmann, C., Stassen, G. & Schaller, A. (2021) Eine partizipativ entwickelte Mehrkomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung im Rahmen eines unternehmensübergreifenden Netzwerkes (KomRüBer-Projekt) [**Konferenzbeitrag**]. 20. Deutscher Kongress für Versorgungsforschung (DKVF): Deutsches Netzwerk Versorgungsforschung e.V., digital. <https://www.egms.de/static/de/meetings/dkvvf2021/21dkvf040.shtml>
 - *Verfügbarkeit über Internet*
- Fohr, G., Droste-Franke, B., Hoffmann, C. & Schaller, A. (2021) Concept, implementation and first results of a social network analysis to support cross-company workplace health management [**Konferenzbeitrag**]. 5th European Conference on Social Networks, digital. http://www.eusn2021.unina.it/download/BOA_EUSN21.pdf
 - *Verfügbarkeit über Internet*

2022

- Hoffmann, C., Klas, T. & Schaller, A. (2022) Überbetriebliche Bewegungsförderung in der Pandemie: Nutzungszahlen aus dem KomRüBer-Projekt [**Konferenzbeitrag**]. 25. Sportwissenschaftlicher Hochschultag der deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs), digital.
 - *Verfügbarkeit über Internet für Tagungsgäste*

9 Verwertung der Projektergebnisse (Nachhaltigkeit / Transferpotential)

Sicherung der Nachhaltigkeit vor Ort

Im Rahmen eines Abschlusstreffens mit den Stakeholdern und Stakeholderinnen im März 2022 wurde den Projektbeteiligten ein Einblick in die Projektergebnisse gegeben und ein Austausch zur Sicherung der Nachhaltigkeit des Projektes durchgeführt. Es erfolgte eine Ideensammlung dazu wie es vor Ort weitergehen kann und was es dafür braucht. Grundsätzlich wurde deutlich, dass der Wunsch besteht auf den bis dato geschaffenen Strukturen aufzubauen und die Nachbarschaft (mit einem erweiterten Angebot über das Thema Bewegung hinaus) fortzuführen. Die Fortführung der Nachbarschaft würde mit einer Informationsveranstaltung beginnen, um neue Unternehmen aus dem Technologiepark für

eine Teilnahme zu gewinnen. Die vor Ort geplanten Maßnahmen könnten vor Ort nachgeholt und um weitere Angebote über das Thema Bewegung hinaus ergänzt werden.

Geplant ist die Übernahme der Bewegungsnachbarschaftsmanager oder -managerinnen Rolle durch einen Berater oder eine Beraterin des „Beratungsteam Ost“ des IBGF. Aktuelle Gespräche dazu laufen im IBGF und mit der AOK Rheinland/Hamburg. Damit ist eine Sicherstellung der Fortführung von KomRüBer auch nach Projektende gegeben. Beratungsleistungen können im Rahmen des gesetzlichen Auftrags nach § 20b SGB V „Betriebliche Gesundheitsförderung“ auch nach der Förderperiode erfolgen. Im Rahmen des Projektes haben sich auch unter den Beteiligten vielfältige Kooperationsmöglichkeiten ergeben, auf denen nach Projektabschluss ebenfalls aufgebaut werden soll.

Erfahrungen/Ergebnisse für den Transfer

Mit dem Leitfaden „Überbetriebliche Bewegungsförderung: Konzeption, Implementierung und Evaluationsansätze“ für Akteure und Akteurinnen der BGF wurde ein wesentliches Instrument dafür geschaffen, Verbundbetreuung mit dem Thema Bewegung auch in anderen Regionen zu realisieren. Der Leitfaden gibt Praktikern und Praktikerinnen Werkzeuge an die Hand, die Ihnen helfen bewegungsunterstützende Strukturen in überbetrieblichen Netzwerken zu schaffen und Maßnahmen zur Bewegungsförderung vor Ort umzusetzen. Er vereint die wesentlichen Erkenntnisse aus dem KomRüBer-Projekt praxisnah in einem Dokument. Insgesamt bereichern die Erkenntnisse aus dem KomRüBer-Projekt die Erfahrungen, die bis dato hinsichtlich unternehmensübergreifender Netzwerke im Handlungsfeld „Überbetriebliche Vernetzung und Beratung“ gemacht wurden. Insbesondere Erkenntnisse zur systematischen Kommunikation von Angeboten, die im Leitfaden gesondert beschrieben werden, bereichern nicht nur die überbetriebliche Praxis. Wesentlich wurde im KomRüBer-Projekt deutlich, dass eine Verbundbetreuung im Rahmen des Handlungsfeldes „Überbetriebliche Vernetzung und Beratung“ des Leitfadens Prävention eine entsprechende personelle „Management-Rolle“ erfordert. Hier ergibt sich ein wichtiger Anknüpfungspunkt für die zukünftige Ausgestaltung der qualitativen Kriterien im Leitfaden Prävention.

Auswirkungen auf die Gesundheitsversorgung

Überbetriebliche Netzwerke eröffnen großes Potential, um eine Vielzahl von Personen für Bewegungs-/Gesundheitsförderung zu erreichen. Dahingehend sollte auch zukünftig angestrebt werden insbesondere kleinere Unternehmen, die nachweislich weniger im Kontext der BGF aktiv sind, mit Hilfe entsprechender Ansätze zu adressieren. Mittels überbetrieblicher Netzwerke zur Bewegungs-/Gesundheitsförderung wird ein wesentlicher Beitrag geleistet auch die Verantwortlichen in den Unternehmen für Bewegung und Gesundheit zu sensibilisieren, was im Kontext der Versorgung wiederum den Beschäftigten zu Gute kommt.

Durch eine breite Vernetzung unterschiedlicher Akteursgruppen, können Voraussetzungen für die Etablierung von bewegungs-/gesundheitsförderlichen Strukturen im überbetrieblichen Setting geschaffen werden. Dabei gilt es insbesondere kommunale- und regionale Strukturen verstärkt in den Fokus zu nehmen, um langfristige und nachhaltige Ansätze auf den Weg zu bringen und eine regional-gebundene Gesundheitsversorgung im Kontext der BGF zu etablieren. Auch Akteursgruppen über den Bewegungsbereich hinaus, wie beispielsweise Wirtschaftsförderungen, können bei der nachhaltigen Vernetzung beratend unterstützen und ihre Netzwerke nutzbar gemacht werden.

Die im Rahmen des Projektes identifizierten relevanten Akteursgruppen für die bewegungsbezogene Versorgung wurden im KomRüBer Leitfaden beschrieben. Mit Blick auf den Versorgungsauftrag der Krankenkassen können diese Erkenntnisse das Handeln der Präventionsberater vor Ort bereichern, indem diese im Sinne einer Lotsenfunktion entsprechende Akteure und Akteurinnen der Bewegungsförderung breit adressieren und gezielt einbinden.

Um die vernetzenden Strukturen am Laufen zu halten und die Nachhaltigkeit der Systeme zu sichern, bedarf es eines aktiven Managements, welches entsprechende Ressourcen benötigt. Hier sind insbesondere die Präventionsexperten in den jeweiligen Regionen gefragt, die mit trägerübergreifender Unterstützung in ihrem Handeln finanziell unterstützt werden können.

Die Ergebnisse des Modellvorhabens zeigen weiterhin, dass digitale Ansätze in der Gesundheitsversorgung im Betrieb – angetrieben durch die Corona-Pandemie - an Bedeutung gewonnen haben. Auch zukünftig werden sie die Gesundheitsversorgung vor Ort ergänzen können. Hierbei müssen Aspekte der Qualitätssicherung und Nachhaltigkeit verstärkt in den Fokus rücken, um eine qualitativ hochwertige Versorgung sicherzustellen.

Letztlich sind niederschwellige Zugänge und ein persönlicher Austausch mit der Zielgruppe vor Ort nach wie vor, entscheidende Faktoren, um die Zielgruppe vor Ort zu erreichen.

10 Publikationsverzeichnis

Wissenschaftliche Publikationen:

- Hoffmann, C., Stassen, G. & Schaller, A. (2020). Theory-Based, Participatory Development of a Cross-Company Network Promoting Physical Activity in Germany: A Mixed-Methods Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8952. doi: 10.3390/ijerph17238952.
- Schaller, A. & Hoffmann, C. (2021). Impact Model-Based Physical-Activity Promotion at the Workplace: Study Protocol for a Mixed-Methods Study in Germany (KomRueBer Study). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6074. doi: 10.3390/ijerph18116074
- Schaller, A., Fohr, G., Hoffmann, C., Stassen, G. & Droste-Franke, B. (2021). Supporting Cross-Company Networks in Workplace Health Promotion through Social Network Analysis—Description of the Methodological Approach and First Results from a Model Project on Physical Activity Promotion in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 6874. doi: 10.3390/ijerph18136874.
- Hoffmann, C., Schaller, A. Evaluation of the Communication Strategy for Promoting Physical Activity in a Cross-Company Network in Germany: A Mixed-Methods Analysis (*Frontiers in Public Health*; accepted 11/2022)

Kongressbeiträge:

- Hoffmann, C., Stassen, G., Schauerte, B. & Schaller, A. (2020) Konzeption und Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft zur Bewegungsförderung für Beschäftigte in Klein- und Kleinstunternehmen [Konferenzbeitrag]. 29. Rehabilitationswissenschaftliches Kolloquium: Deutscher Kongress für Rehabilitationsforschung: Prävention und Rehabilitation - der Betrieb als Partner, Hannover, Deutschland. https://www.deutsche-rentenversicherung.de/SharedDocs/Downloads/DE/Experten/reha_forschung/reha_kolloquium/TB-29Reha-Koll.html

- Fohr, G., Droste-Franke, B., Hoffmann, C., Stassen, G. & Schaller, A. (2020) Die Methode der sozialen Netzwerkanalyse beim Aufbau einer überbetrieblichen Bewegungsnachbarschaft [Konferenzbeitrag]. 29. Rehabilitationswissenschaftliches Kolloquium: Deutscher Kongress für Rehabilitationsforschung: Prävention und Rehabilitation - der Betrieb als Partner, Hannover, Deutschland. https://www.deutsche-rentenversicherung.de/SharedDocs/Downloads/DE/Experten/reha_forschung/reha_kolloquium/TB-29Reha-Koll.html
- Hoffmann, C., Stassen, G. & Schaller, A. (2021) Eine partizipativ entwickelte Mehrkomponenten-Intervention zur Bewegungsförderung im Rahmen eines unternehmensübergreifenden Netzwerkes (KomRüBer-Projekt) [Konferenzbeitrag]. 20. Deutscher Kongress für Versorgungsforschung (DKVF): Deutsches Netzwerk Versorgungsforschung e.V., digital. <https://www.egms.de/static/de/meetings/dkvf2021/21dkvf040.shtml>
- Fohr, G., Droste-Franke, B., Hoffmann, C. & Schaller, A. (2021) Concept, implementation and first results of a social network analysis to support cross-company workplace health management [Konferenzbeitrag]. 5th European Conference on Social Networks, digital. http://www.eusn2021.unina.it/download/BOA_EUSN21.pdf
- Hoffmann, C., Klas, T. & Schaller, A. (2022) Überbetriebliche Bewegungsförderung in der Pandemie: Nutzungszahlen aus dem KomRüBer-Projekt [Konferenzbeitrag]. 25. Sportwissenschaftlicher Hochschultag der deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs), digital.

Literaturverzeichnis

- Bauer, S., Römer, K., Geiger, L. & Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e. V. (November 2019). *Präventionsbericht 2019. Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung: Primärprävention und Gesundheitsförderung Leistungen der sozialen Pflegeversicherung: Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen*. Berichtsjahr 2018 (Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e. V., Hrsg.).
- Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V. (Hrsg.). (Oktober 2017). *Sachbericht SAMBA. Systematische Erfassung relevanter Akteurinnen und Akteure, Berufsgruppen sowie künftiger Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in der Bewegungsförderung zur Analyse und Entwicklung eines interdisziplinären Netzwerks zur nachhaltigen Bewegungsförderung (SAMBA)*. Hürth-Efferen.
- Dresing, T. & Pehl, T. (2018). *Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse. Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende* (8. Auflage). Marburg: Eigenverlag.
- European health expectancy monitoring unit (Hrsg.). *The Minimum European Health Module. Background documents*.
- Finger, J. D., Tafforeau, J., Gisle, L., Oja, L., Ziese, T., Thelen, J. et al. (2015). Development of the European Health Interview Survey - Physical Activity Questionnaire (EHIS-PAQ) to monitor physical activity in the European Union. *Archives of public health = Archives belges de sante publique*, 73, 59. doi:10.1186/s13690-015-0110-z
- Flavián, C., Guinalú, M. & Gurrea, R. (2006). The role played by perceived usability, satisfaction and consumer trust on website loyalty. *Information & Management*, 43 (1), 1-14. doi:10.1016/j.im.2005.01.002
- GKV-Spitzenverband (Hrsg.). (Januar 2014). *Gemeinsame und einheitliche Evaluationsverfahren der gesetzlichen Krankenkassen zu § 20 SGB V. Evaluation des individuellen Ansatzes: Kursmaßnahmen in den Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement*.
- Gößwald, A., Lange, M., Kamtsiuris, P. & Kurth, B.-M. (2012). DEGS: Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland. Bundesweite Quer- und Längsschnittstudie im Rahmen des Gesundheitsmonitorings des Robert Koch-Instituts. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 55 (6-7), 775-780. doi:10.1007/s00103-012-1498-z
- Kuckartz, U. (2014). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (Grundlagentexte Methoden, 2., durchges. Aufl.). Weinheim: Beltz Juventa.
- Pfeifer, K., Banzer, W., Ferrari, N., Füzéki, E., Geidl, W., Graf, C. et al. (Rütten, A. & Pfeifer, K., Hrsg.). *Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung* (1.2.06.17. Aufl.), Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Sonderheft 3.
- Robert Koch-Institut. (2017). *Fragebogen zur Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell“ GEDA 2014/2015-EHIS* (2. Aufl.) (Nr. 1). doi:10.17886/RKI-GBE-2017-014
- Statistisches Bundesamt. (1999). *Demografische Standards. Methoden – Verfahren - Entwicklungen* (3. Aufl.) (Statistisches Bundesamt, Hrsg.).
- Sudeck, G. & Pfeifer, K. (2016). Physical activity-related health competence as an integrative objective in exercise therapy and health sports – conception and validation of a short questionnaire. *Sportwissenschaft*, 46 (2), 74-87. doi:10.1007/s12662-016-0405-4
- Thielsch, M. T. (2008). *Ästhetik von Websites. Wahrnehmung von Ästhetik und deren Beziehung zu Inhalt, Usability und Persönlichkeitsmerkmalen*. Zugl.: Münster, Univ., Diss., 2008. Münster, Westf.: Monsenstein und Vannerdat.
- Valente, T. W. (2010). *Social networks and health. Models, methods, and applications*. Oxford: Oxford University Press.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit