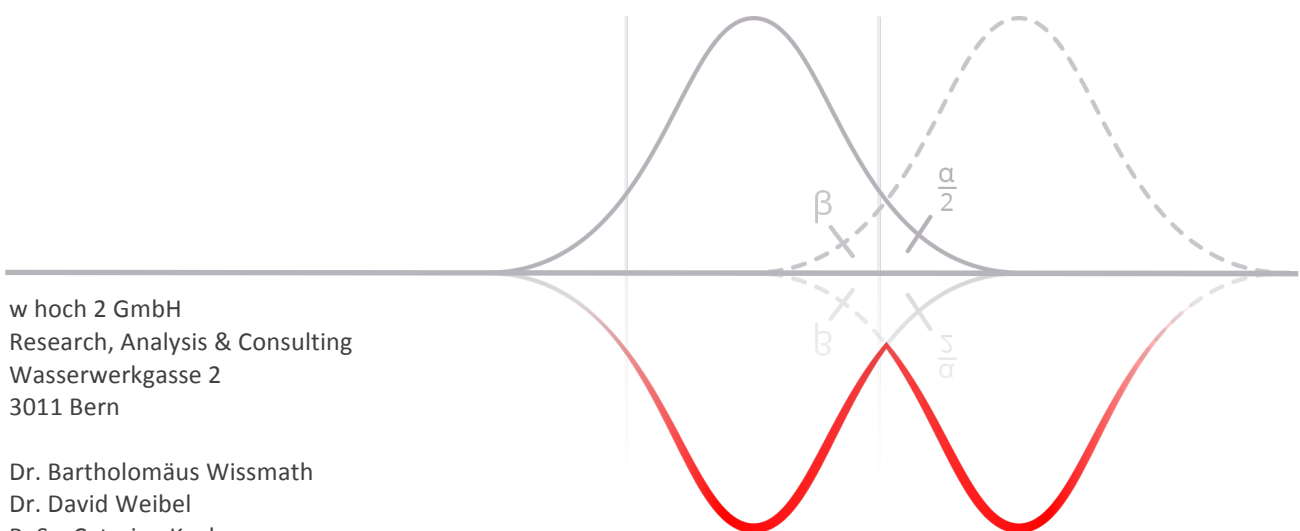


## Erweiterung und Anpassung des Wirkmodells J+S-Kindersport auf das Gesamtprogramm J+S und Vorschläge zur Evaluation des Programms J+S

### Kurzfassung des Gesamtberichts

Bern, April 2015



w hoch 2 GmbH  
Research, Analysis & Consulting  
Wasserwerksgasse 2  
3011 Bern

Dr. Bartholomäus Wissmath  
Dr. David Weibel  
B. Sc. Catarina Koch  
B. Sc. Fabian Kraus

✉ info@w-hoch2.ch  
☎ 031 328 33 80  
[www.w-hoch2.ch](http://www.w-hoch2.ch)

## Inhalt

1 Hintergrund und Zielsetzung .....	3
2 Priorisierung der Outcomes von J+S.....	3
3 Wirkmodell J+S-Gesamtprogramm.....	3
3.1 Literaturrecherche .....	3
3.2 Erweiterte Online-Umfrage Stakeholder .....	4
3.3 Wirkmodell J+S-Gesamtprogramm.....	5
4 Ausarbeitung von Studiendesigns .....	7
4.1 Überblick über die Studiendesigns .....	8
Anhang A: Theorie- und Stakeholder-basierte Wirkmodelle.....	9
A1 Theorie-basiertes Wirkmodell .....	9
A2 Stakeholder-basiertes Wirkmodell.....	10

## 1 Hintergrund und Zielsetzung

Aufgrund der nationalen Bedeutung und Reichweite von J+S, der komplexen Strukturen sowie des Einflusses der Politik bedarf es einer umfassenden Evaluation des Programms. Das vorliegende Projekt soll diese Evaluation vorbereiten. In Form eines erarbeiteten Wirkmodells werden Wirkmechanismen dargestellt, welche aufzeigen, auf welchem Weg J+S die gewünschten Outcomes und Impacts bei seinen Teilnehmenden hervorrufen kann. Ein solches Wirkmodell wurde 2013 für J+S-Kindersport bereits aufgestellt und nun mit dem vorliegenden Projekt auf das Gesamtprogramm J+S ausgeweitet. Das Vorgehen war dabei in drei Phasen unterteilt:

- (1) In einer ersten Phase wurde mittels Online-Umfrage und einem Workshop gemeinsam mit der Programmleitung die **prioritären Outcomes von J+S** identifiziert.
- (2) In einer zweiten Phase wurde das bestehende **Wirkmodell** J+S-Kindersport auf das Gesamtprogramm J+S ausgeweitet. Hierzu wurden eine **Literaturrecherche** sowie eine **Online-Befragung** von diversen J+S-Stakeholdern durchgeführt.
- (3) In einer dritten Phase wurden basierend auf dem Wirkmodell **Vorschläge zu möglichen Studiendesigns** erarbeitet, welche im Zuge der bevorstehenden Evaluation umgesetzt werden könnten.

## 2 Priorisierung der Outcomes von J+S

Die Mitglieder der Programmleitung konnten in einer Online-Umfrage ( $N = 13$ ) individuell eine Priorisierung aller Outcomes des bereits bestehenden Modells für J+S-Kindersport vornehmen. Diese individuellen Ergebnisse wurden aufbereitet und in einer partizipativen Diskussion im Rahmen eines von w hoch 2 moderierten Workshops konsolidiert. Hierbei wurden jeweils vier relevante kurzfristige, mittelfristige und langfristige Outcomes bestimmt, die für J+S von zentralem Interesse und für die nachfolgende Evaluation prioritär sind. **Sport Commitment** wird dabei insgesamt als übergeordnetes Hauptziel von J+S angesehen. Die priorisierten Outcomes finden sich geordnet nach Wichtigkeit in der nachfolgenden Tabelle.

Kurzfristig	Mittelfristig	Langfristig
Enjoyment	Bewegungs- und Sportkompetenz	<b>Sport Commitment</b>
Sportart lernen	Wohlbefinden	Persönlichkeitsentwicklung
Selbstdeterminierte Motivation	Verbleib im organisierten Sport	Gesundheit und Fitness
Teamgeist	Soziale Benefits	Soziale Benefits

## 3 Wirkmodell J+S-Gesamtprogramm

Um Faktoren und Wirkpfade zu identifizieren, welche J+S ermöglichen, die in Phase 1 festgelegten Outcomes zu erreichen, wurde eine Literaturrecherche sowie eine Befragung von J+S-Stakeholdern durchgeführt.

### 3.1 Literaturrecherche

Um das bereits bestehende theorie-basierte Wirkmodell für J+S-Kindersport um den Altersbereich zwischen 10 und 20 Jahren zu erweitern, wurde eine Literaturrecherche durchgeführt. Insgesamt wurden 42 Review-Artikel und 67 empirische Studien ausgewertet. Gestützt darauf wurde ein theorie-basiertes Wirkmodell für das Gesamtprogramm J+S erstellt (vgl. Anhang A1).

Die Ergebnisse der Literaturrecherche für J+S-Kindersport (Altersgruppe 5-10 Jahre) (Weibel & Wissmath, 2013<sup>1</sup>) gelten grösstenteils auch für die Altersgruppe von 10 bis 20 Jahren:

- Soziodemographische Faktoren, wie z. B. Alter, Geschlecht oder sozioökonomischer Status sowie Motivation und Interesse sind wichtige Income-Faktoren, welche zum Sport motivieren.
- Bei den Merkmalen der Aktivität spielen die Attraktivität und Zugänglichkeit der Angebote sowie eine altersgerechte Leitung der Trainings eine wichtige Rolle.

<sup>1</sup> Weibel, D. & Wissmath, B. (2013). *Erstellung einer Programmtheorie des Programms J+S-Kindersport inklusive Erhebungsinstrumenten. Gesamtbericht*. Bern: scians GmbH.

- Enjoyment bzw. Spass, Flow und verbessertes Wohlbefinden (physisch wie psychisch) stellen zentrale Outcomes dar.

Obwohl sich die Befunde zu einem grossen Teil decken, gibt es auch Unterschiede zwischen den beiden Altersgruppen:

- Während bei Kindern die Unterstützung und der Erziehungsstil der Eltern von zentraler Bedeutung sind, sind bei Jugendlichen die Peers entscheidend. Freunde im Sportverein sowie Unterstützung und Anerkennung durch Gleichaltrige spielen bei Jugendlichen eine wichtige Rolle.
- Die Selbstreflexion und das damit verbundene Selbstbild sind mit zunehmendem Alter ausgeprägter und somit von grösserer Bedeutung.
- Während bei Kindern der unmittelbare Spass im Vordergrund steht, sind bei Jugendlichen das Selbstbild und die wahrgenommene Sportkompetenz wichtige Gründe, um Sport zu treiben.
- Als Outcomes kommen bei Jugendlichen Lebensstilfaktoren wie Alkohol- und Drogenkonsum hinzu: Sportliche Jugendliche ernähren sich in der Tendenz gesünder. Weiter konsumieren sie weniger Drogen, weniger Tabak und trinken weniger häufig Alkohol als ihre nicht sportlich aktiven Peers. Allerdings gibt es Studien, die zeigen, dass sportliche Jugendliche eher zum Rauschtrinken neigen, als nicht sportlich aktive Jugendliche.

### 3.2 Erweiterte Online-Umfrage Stakeholder

Um die Ergebnisse der Literaturrecherche zu konsolidieren und die Sicht der direkt betroffenen Personen einzubeziehen, wurden verschiedene J+S-Stakeholder (Leidende, Fachleitende, Kantonsvorstehende, Expertinnen und Experten, Vereinscoaches und Schulcoaches;  $n = 63$ ) online befragt. Dabei wurden sie nach Ihren Annahmen bezüglich relevanten Vorbedingungen und externen Einflussfaktoren sowie bedeutsamen Merkmalen der J+S-Aktivität gefragt. Weiter konnten die Befragten angeben, welche kurz-, mittel- und langfristigen Auswirkungen sie durch eine Teilnahme an J+S-Aktivitäten erwarten. Die Teilnehmenden der Umfrage konnten dazu Faktoren in ein vorgegebenes Raster eintragen und zu diesen Faktoren Stellung nehmen (vgl. Abbildung 1).

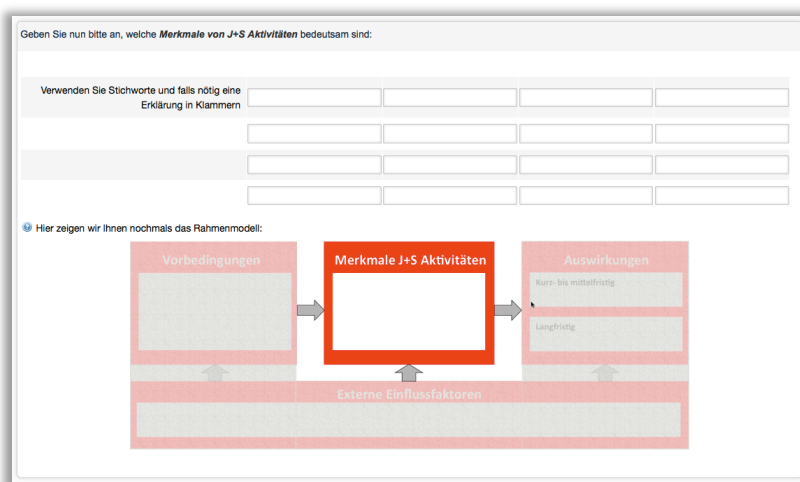


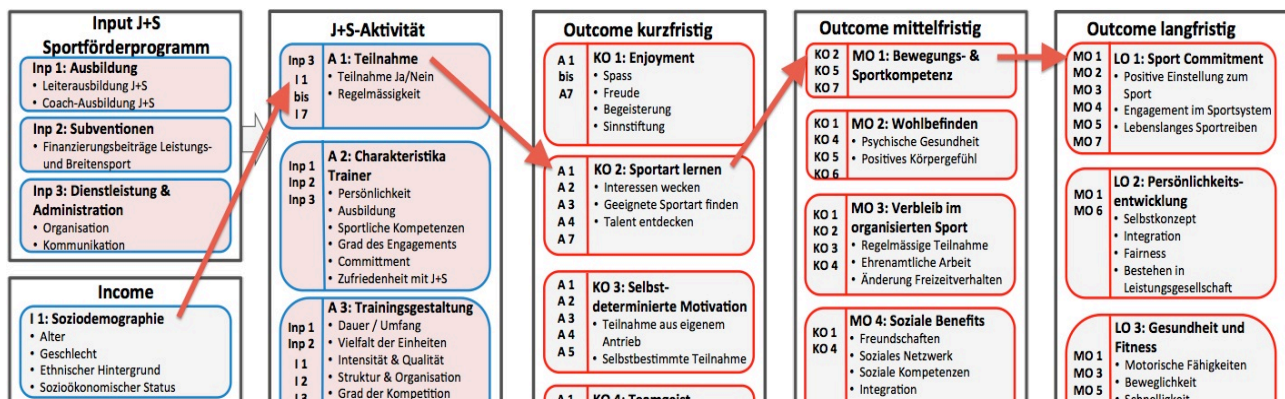
Abbildung 1: Screenshot aus der Online-Umfrage

Insgesamt wurden von den befragten Stakeholdern **1'595 Faktoren** aufgeführt. Diese wurden inhaltsanalytisch ausgewertet und in einem weiteren, Stakeholder-basierten Wirkmodell aufgearbeitet (vgl. Anhang A2). Für jede Dimension des Modells ist der am häufigsten genannte Faktor in der folgenden Tabelle aufgeführt.

Dimension	Am häufigsten genannter Faktor
Vorbedingungen	Familienrolle
Merkmale der J+S-Aktivitäten (Trainings)	Gruppengrösse / Gruppenzusammensetzung
Kurz- bis mittelfristige Auswirkungen	Lernfortschritte in der Sportart
Langfristige Auswirkungen	Persönlichkeitsentwicklung
Externe Einflussfaktoren	Infrastruktur und Material

### 3.3 Wirkmodell J+S-Gesamtprogramm

In einem nächsten Schritt wurden die Ergebnisse der Literaturrecherche und der Stakeholder-Befragung (vgl. Anhang A1 und A2) zu einem Wirkmodell des J+S-Gesamtprogramms integriert. Dieses Modell ist auf der nachfolgenden Seite abgebildet. Die im Modell dargestellten Zusammenhänge basieren folglich auf den in der Literatur gefundenen empirischen Effekten sowie den Analysen der im Rahmen dieses Projekts durchgeführten Befragungen. Die im Workshop von Phase 1 gemeinsam mit den J+S-Verantwortlichen priorisierten Outcomes, sind im Wirkmodell als solche vermerkt und rot umrandet. Das Wirkmodell zeigt, wie die Elemente einer Ebene (z. B. Aktivität) die einzelnen Elemente der nachfolgenden Ebene (z. B. Output kurzfristig) beeinflussen können. Abbildung 2 bietet ein Lesebeispiel.



Soziodemographische Faktoren (I 1) wirken sich darauf aus, ob Kinder und Jugendliche an sportlichen Aktivitäten teilnehmen (A 1); Die Teilnahme an einer Sportaktivität fördert wiederum das Erlernen von Sportarten (KO 2); Das Erlernen von Sportarten erhöht die Bewegungs- & Sportkompetenz (MO 1); Bewegungs- und Sportkompetenz führt wiederum zu Sport Commitment (LO 1). Alle ausgearbeiteten Zusammenhänge resultieren aus der Literaturrecherche und der Stakeholder-Befragung.

Abbildung 2: Lesebeispiel Wirkmodell J+S-Gesamtprogramm

Für das richtige Verständnis des Wirkmodells ist anzumerken, dass das Modell 1) teilnehmendenzentriert ist und 2) keine Angaben über Effektstärken bzw. Stärken von Zusammenhängen zulässt. Beide Punkte sollen nachfolgend kurz erläutert werden:

- 1) Teilnehmendenzentrierung:** Das Wirkmodell fokussiert auf Aspekte, die für die Teilnehmenden von J+S-Kursen von zentraler Bedeutung sind. Als J+S-Aktivität werden demnach die tatsächlich stattfindenden J+S-Trainings und nicht die Massnahmen von J+S als Organisation (z. B. Ausbildung von Leiter und Experten) angesehen. Verbindungen von J+S zur Politik, J+S-interne Abläufe oder finanzielle Aspekte sind daher nicht zentrale Bestandteile des Modells, werden aber als Inputfaktoren aufgeführt, sofern direkte Auswirkungen auf die J+S-Aktivität (i. S. von Training) angenommen werden können.
- 2) Stärke von Zusammenhängen:** Das vorliegende Modell basiert auf den Wirkannahmen von J+S-Stakeholdern und bestehenden (jedoch nicht J+S-spezifischen) empirischen Befunden. Daher können zwar Annahmen bezüglich Effektstärken, aber keine Aussagen über die tatsächliche Stärke der Zusammenhänge im Programm J+S gemacht werden. Das Modell präsentiert Wirkannahmen, welche in einem weiteren Schritt für J+S empirisch überprüft werden müssen (Vorschläge für die empirische Prüfung finden sich in Kapitel 4).

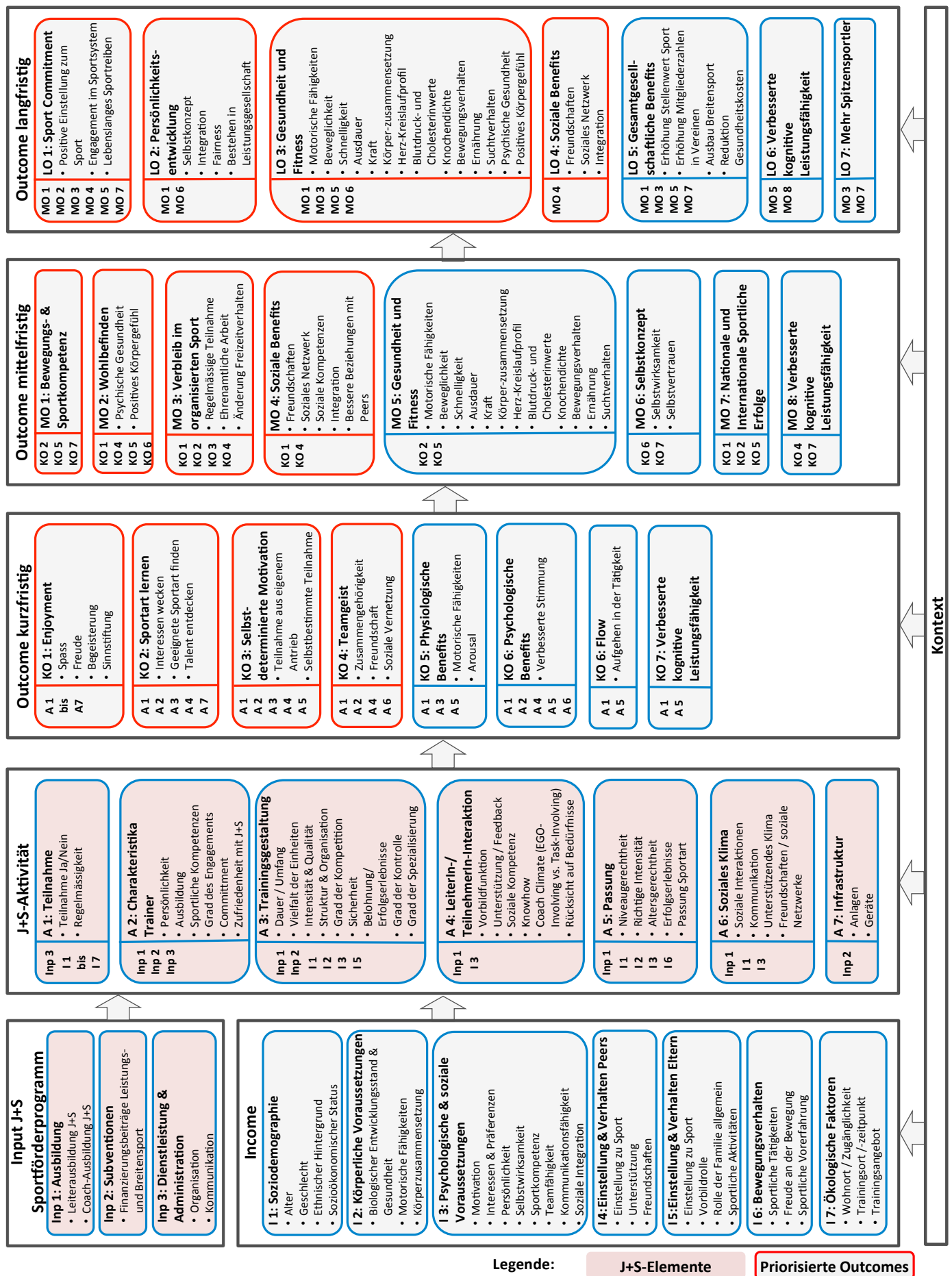


Abbildung 3: Teilnehmendenzentriertes Wirkmodell von J+S-Aktivitäten

## 4 Ausarbeitung von Studiendesigns

In einem letzten Schritt des vorliegenden Projektes wurden Vorschläge für vier Studiendesigns erstellt, welche darauf ausgelegt sind, die Annahmen des Wirkmodells zu überprüfen. Die zentralen Fragestellungen, welche mithilfe der Studiendesigns beantwortet werden können, sind die folgenden:

1. Welche Auswirkungen hat die regelmässige Teilnahme an J+S-Angeboten auf langfristig gewünschte Outcomes und Impacts?
2. Auf welchem Weg erreicht J+S die im Wirkmodell festgelegten gewünschten Outcomes?
3. Welche Mediatoren<sup>2</sup> und Moderatoren<sup>3</sup> und spielen dabei eine zentrale Rolle?

Die Beantwortung dieser Fragen erfasst zentrale Aspekte der Wirkung von J+S und erlaubt in Zukunft, das Programm J+S noch gezielter zu steuern und die Trainings wie auch die Ausbildung inhaltlich so zu gestalten, dass die intendierten Outcomes möglichst wahrscheinlich eintreten. Ferner können die anzustrebenden Analysen dem Programm J+S zur Legitimation verhelfen.

Die vier Studiendesigns wurden bewusst so ausgearbeitet, dass sie sich in einigen wichtigen Aspekten unterscheiden. Während einige Studiendesigns eher auf die kurz- und mittelfristige Outcomes fokussieren, so ermöglichen andere Designs die Überprüfung von langfristigen Outcomes. Die Designs unterscheiden sich zudem in der methodischen Herangehensweise sowie im Aufwand der Durchführung. Nachfolgend (Kapitel 4.1) findet sich ein Überblick über die vorgeschlagenen Designs.

---

<sup>2</sup> Ein **Mediator** (auch intervenierende Variable genannt) ist eine Variable, welche einen Zusammenhang vermittelt. Die richtige Art der Trainingsgestaltung (A3) führt zum Beispiel zu höherem Sport Commitment (LO1). Dieser Zusammenhang könnte durch Enjoyment (KO1) vermittelt werden. D.h. die Art der Trainingsgestaltung führt zu Enjoyment, Enjoyment wiederum führt zu Sport Commitment. Der Zusammenhang zwischen Trainingsgestaltung und Sport Commitment ist somit durch Enjoyment mediiert. Ein

<sup>3</sup> **Moderator** ist eine Variable, welche sich auf die Stärke eines Zusammenhangs zwischen zwei anderen Variablen auswirkt. Zum Beispiel kann es sein, dass der Zusammenhang zwischen sozialen Benefits (MO4) und Sport Commitment (LO1) umso stärker ist, je positiver die Ausprägung des Selbstkonzepts ist (MO6). Der Zusammenhang zwischen sozialen Benefits und Sport Commitment wird in diesem Beispiel durch das Selbstkonzept moderiert.



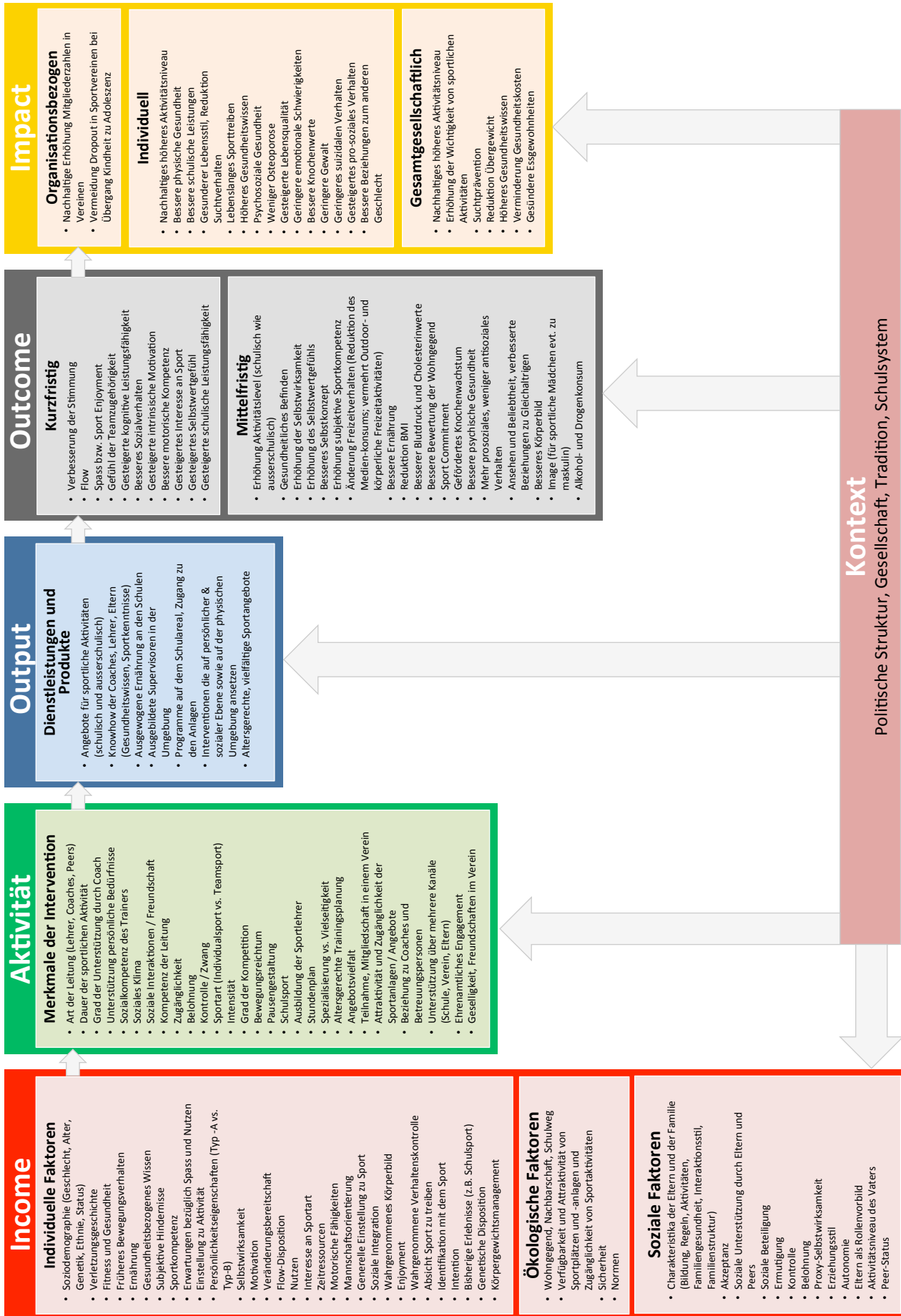
#### 4.1 Überblick über die Studiendesigns

Design	Zentrale Fragestellung	Methode	Insights und Benefits
<b>J+S Panel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche inhaltlichen Aspekte führen zu den intendierten Outcomes?</li> <li>• Worin unterscheiden sich J+S-Teilnehmende von J+S-Nichtteilnehmenden?</li> <li>• Welche Faktoren führen dazu, dass eine J+S-Teilnahme begonnen oder beendet wird?</li> <li>• Welche Faktoren medieren oder moderieren zwischen einer J+S-Teilnahme und längerfristigen Outcomes?</li> </ul>	Laufende und wiederholte Befragung einer Kohorte von J+S-Teilnehmenden sowie J+S-Nichtteilnehmenden über mehrere Jahre hinweg	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung von kurz-, mittel- und langfristigen Effekten</li> <li>• Kausale Schlüsse sind möglich</li> <li>• Thematisch ist eine breite Untersuchung gut möglich.</li> <li>• Identifikation von Unterschieden zwischen J+S-Teilnehmenden und J+S-Nichtteilnehmenden</li> <li>• Gezielte Evaluation von J+S-Programminhalten: Es lassen sich diejenigen Inhalte der J+S-Aktivität identifizieren, die am meisten zu längerfristigem Sport-Commitment beitragen</li> <li>• Identifikation von relevanten Moderatoren und Mediatoren, hohe Generalisierbarkeit und externe Validität</li> </ul>
<b>Switching Replications</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welchen Einfluss hat eine bestimmte Variable (z. B. das Ausbildungs-niveau der J+S-Trainer) auf die intendierten Outcomes?</li> <li>• Inwiefern profitieren J+S-Teilnehmende von der J+S-Aktivität im Vergleich zu J+S-Nichtteilnehmenden?</li> </ul>	Wiederholte Beobachtung einer Stichprobe über längere Zeit, bei Manipulation eines bestimmten Faktors	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Detaillierte Untersuchung eines zuvor definierten Faktors und dessen Wechselwirkung mit anderen Faktoren</li> <li>• Kausalaussagen sind möglich</li> <li>• Gute Kontrolle von alternativen Einflussfaktoren und somit hohe interne Validität</li> <li>• Belastbare Aussagen mit wenigen Testpersonen</li> <li>• Ökologische Validität durch die Untersuchung im Feld</li> </ul>
<b>Militärische Rekrutierung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche mittelfristigen und längerfristigen Auswirkungen hat die Teilnahme an J+S-Aktivitäten?</li> <li>• Inwiefern führt die Teilnahme an einem J+S-Angebot zu längerfristigen Benefits in Bezug auf objektive Indikatoren der Gesundheit und Fitness?</li> </ul>	Erhebung von Daten im Rahmen der militärischen Rekrutierung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geringer Aufwand, kostengünstig</li> <li>• Grosse Datenmenge (Vollerhebung eines Jahrgangs)</li> <li>• Überprüfung des Einflusses der J+S-Teilnahmen auf objektive Indikatoren der Fitness und Gesundheit</li> <li>• Wirksamkeitsprüfung zur Legitimation des Programms</li> <li>• Hohe externe Validität (in Bezug auf Männer)</li> </ul>
<b>Querschnitterhebung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche langfristigen Auswirkungen hat die Teilnahme an J+S-Aktivitäten?</li> <li>• Worin unterscheiden sich J+S-Teilnehmende von J+S-Nichtteilnehmenden längerfristig?</li> </ul>	Befragung einer repräsentativen Stichprobe (z. B. Jahrgang 1957 bis 1987)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung langfristiger Effekte</li> <li>• Schneller Erkenntnisgewinn möglich</li> <li>• Geringer Aufwand, kostengünstig</li> <li>• Heterogene Stichprobe, hohe externe Validität</li> <li>• Thematisch breite Untersuchung gut möglich</li> </ul>



# Anhang A: Theorie- und Stakeholder-basierte Wirkmodelle

## A1 Theorie-basiertes Wirkmodell



## A2 Stakeholder-basiertes Wirkmodell

