

Gemeinsame und einheitliche Evaluationsverfahren der gesetzlichen Krankenkassen zu § 20 SGB V

Anwenderhandbuch Evaluation Teil 1:

**Evaluation des individuellen Ansatzes:
Kursmaßnahmen in den Handlungsfeldern
Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und
Stressmanagement**

Stand: Januar 2014



Herausgeber der aktualisierten Fassung von Januar 2014:

GKV-Spitzenverband
Reinhardstraße 30
10117 Berlin

In Zusammenarbeit mit den Verbänden der Krankenkassen auf Bundesebene:

AOK-Bundesverband, Berlin
BKK Dachverband, Berlin
IKK e.V., Berlin
Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau, Kassel
Knappschaft, Bochum
Verband der Ersatzkassen e.V., Berlin

Entwicklung der Verfahren (2003–2008):

Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie
Universitätsklinikum Eppendorf (UKE)
Martinistraße 52, 20246 Hamburg
Leitung: Prof. Dr. Dr. Uwe Koch-Gromus

GESOMED – Gesellschaft für sozialwissenschaftliche Forschung in der Medizin
Häusleacker 12, 79112 Freiburg
Leitung: Klaus Riemann

Inhalt

Vorbemerkung	3
1 Rahmenbedingungen der Entwicklung des Handbuchs	3
2 Der Evaluationsansatz	5
3 Vorgehen	7
3.1 Datenschutz	7
3.2 Koordinierung	8
3.3 Einsatz der Fragebögen I-1 und I-2 durch die Kursleitung	8
3.4 Motivierung der Kursleitung und der Gruppe	9
3.5 Ausfüllen des Dokumentationsbogens I-Dok	10
4 Erläuterungen zu den Teilnehmerfragebögen	11
4.1 Informationsquellen, Struktur- und Prozessqualität	12
4.2 Ergebnisqualität	13
4.3 Kontrollvariablen	14
4.4 Sozialdaten, Code und Adresse	14
Anhang: Instrumente für den individuellen Ansatz	15

Vorbemerkung

Dieses Handbuch richtet sich an Praktiker der Gesundheitsförderung in Krankenkassen oder anderen Institutionen,

- die an der gemeinsamen und einheitlichen Evaluation von Prävention und Gesundheitsförderung der Gesetzlichen Krankenversicherung mitwirken, oder
- die innerhalb ihrer Kasse/Institution eine Evaluation durchführen und dazu die einheitlichen Verfahren nutzen möchten, die von der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) entwickelt wurden.

Dieses Handbuch beinhaltet alle Materialien und Anleitungen zur Evaluation von Kursen zu den Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement. Es ist Teil einer Reihe von Materialien für die Evaluation von Prävention und Gesundheitsförderung in verschiedenen Einsatzfeldern:

- **Teil 1: Evaluation der Handlungsfelder des individuellen Ansatzes (Kurse zu den Themen Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement),**
- Teil 2: Evaluation von betrieblicher Gesundheitsförderung,
- Teil 3: Evaluation von Gesundheitsförderung im Setting Schule.

Alle Teile sind gleich aufgebaut und orientieren sich an dem gemeinsamen "Leitfaden"¹ der GKV zu §§ 20 und 20a SGB V. Jeder Teilband enthält nach einer kurzen Darstellung der Entstehung dieses Handbuches einen Überblick des jeweiligen Evaluationsansatzes und der Instrumente, eine Beschreibung des Vorgehens, kurze Erläuterungen zu den Instrumenten und in jeweiligen Anhängen die Instrumente selbst (Fragebögen, Dokumentationsbögen, Merkblätter).

Es handelt sich also um *Anwendungs*-Handbücher – methodische Aspekte, Gründe für die Wahl der Fragestellungen oder Ergebnisse der Erprobungen sind ausführlich in den wissenschaftlichen Berichten enthalten, die bei den Herausgebern erhältlich sind.

Die Instrumente selbst sind nummeriert und mit Buchstaben für die verschiedenen Einsatzfelder Individualansatz, **Betrieb** und **Schule** gekennzeichnet.

1 Rahmenbedingungen der Entwicklung des Handbuchs

Die Spitzenverbände der Gesetzlichen Krankenversicherung haben in dem im Jahr 2000 erstmals veröffentlichten Leitfaden Prävention und in seinen Fortschreibungen die Notwendigkeit von Verfahren zur Sicherung der Angebotsqualität, zur Dokumentation und zur Erfolgskontrolle hervorgehoben. Zunächst haben sich die Spitzenverbände auf Ver-

1 GKV-Spitzenverband (2010): Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung von §§ 20 und 20a SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 27. August 2010.

fahren zur Sicherung der Strukturqualität¹ und zur Dokumentation der Leistungen² verständigt. Die vorliegende Handbuch-Reihe ist ein weiterer Schritt in diesem Prozess, sie legt den Schwerpunkt auf die Evaluation von Gesundheitswirkungen, also auf die Ergebnisqualität von Prävention und Gesundheitsförderung.

Den Auftrag zur Erstellung von Verfahren zur Messung von "Gesundheitswirkungen von Prävention" (Projekttitle) vergaben die damaligen Spitzenverbände der Krankenkassen an das Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie am Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) in Hamburg (Leitung: Prof. Dr. Dr. Uwe Koch-Gromus) und an GESOMED – Gesellschaft für sozialwissenschaftliche Forschung in der Medizin mbH in Freiburg (Leitung: Klaus Riemann).

Für die Durchführung des Auftrags wurden Anforderungen gestellt, die für das Verständnis der erarbeiteten Instrumente wichtig sind:

- *Eignung für einen Regeleinsatz durch Krankenkassen.*

Die Aktivitäten der Krankenkassen im Rahmen von §§ 20 und 20a SGB V haben eine große Reichweite. Nach der Erstellung und Testung der Instrumente ist eine regelmäßige Evaluation geplant, die dieser Breite Rechnung trägt und große Stichproben erfordert. Um dies mit vertretbarem Aufwand leisten zu können, müssen die Instrumente von angemessener Kürze sein und sich auf das Wesentliche beschränken.

- *Der Schwerpunkt soll auf Gesundheitswirkungen liegen.*

Damit wird eine weitgehende Fokussierung auf die Ergebnisqualität vorgenommen, deren Hintergrund in der oben geforderten Kürze der Instrumente liegt, aber auch der Tatsache Rechnung trägt, dass die Krankenkassen speziell an den am Ende der Wirkungsketten liegenden Gesundheitswirkungen Interesse haben müssen, denen speziell in den Settingansätzen vielfältige andere Erfolgsindikatoren vorgelagert sind.

- *Vergleichsdaten und Normierungen sind für die Verfahren verfügbar.*

Da Kontrollgruppen aus Gründen des Aufwands in einem Routinesystem kaum zu bilden sind, ist die Verfügbarkeit von Normdaten wichtig, um Ausgangslage und Effekte abzuschätzen. Diese Normdaten sollten möglichst aus großen Studien gewonnen werden, um Vergleiche zur nationalen Gesundheitsberichterstattung zu ermöglichen.

- *Parallelisierung in den drei Arbeitsbereichen.*

In den drei Arbeitsbereichen individueller Ansatz, betriebliche Gesundheitsförderung

1 Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen in Zusammenarbeit mit Medizinischer Dienst der Spitzenverbände der Krankenkassen (2001): Materialien zum Qualitätsmanagement in der Primärprävention und betrieblichen Gesundheitsförderung gemäß § 20 Abs. 1 und 2 SGB V, Oktober 2001, Eigenverlag.

2 Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V. und GKV-Spitzenverband (2013): Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung: Primärprävention und betriebliche Gesundheitsförderung. Berichtsjahr 2012. Essen 2013.

und Setting Schule sollen möglichst die gleichen bzw. ähnliche Skalen eingesetzt werden, um auch interne Vergleichsmöglichkeiten zu gewährleisten.

Die Durchführung des Auftrags erfolgte in enger Abstimmung mit den Referenten/innen für Gesundheitsförderung der damaligen Spitzenverbände der Krankenkassen. Für die einzelnen Arbeits- und Handlungsfelder wurden darüber hinaus zusätzliche Experten/innen aus den Krankenkassen benannt, deren Beratung – speziell zur Frage der Praktikabilität – bei regelmäßigen gemeinsamen Workshops in Anspruch genommen wurde. Wo es möglich war – d.h. wo die o.g. Anforderungen erfüllt waren –, wurden bestehende Fragestellungen aus anderen Untersuchungen übernommen, nur wenn dies nicht möglich war, wurden neue Fragen erarbeitet. Alle Dokumentations- und Fragebögen wurden umfassend getestet und einer intensiven wissenschaftlichen Prüfung unterzogen. Die meisten Instrumente wurden nach der Erprobung deutlich gekürzt.

Die Handbücher sind nicht als unveränderbar zu verstehen: sollten neue (und möglichst nicht längere) Verfahren entwickelt und erfolgreich erprobt werden, mit denen Gesundheitswirkungen von Prävention und Gesundheitsförderung besser nachgewiesen werden können, erfolgt eine Überarbeitung der vorliegenden Verfahren.

Interessierten Anwendern/innen wird unbedingt empfohlen, sich die Aktualität von Printversionen dieses Handbuchs und seiner Instrumente vor ihrer Nutzung bestätigen zu lassen. Von der Auswertung ausgefüllter Dokumentations- und Fragebögen durch Evaluationslaien ist dringend abzuraten; die meisten Fragen gehören zu komplexen Skalen, die nach vorgeschriebenen Verfahren zu Indizes oder Dimensionen zusammengefasst werden müssen und nur so aussagekräftig sind.

2 Der Evaluationsansatz

Die Verfahren zur Evaluation präventiver Kurse des individuellen Ansatzes dienen dazu, kassenübergreifend und themenübergreifend die Wirksamkeit von Kursen in den Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement nachzuweisen. Dazu werden Untersuchungen an großen Stichproben durchgeführt, es sollen also nicht alle Angebote evaluiert werden.

Es handelt sich um eine längsschnittliche Befragung zu drei Zeitpunkten, bei der die selben Kursteilnehmer/innen bei Kursbeginn, bei Kursende und nach sechs Monaten befragt werden. Damit dieses Vorgehen für die Befragten, für die Krankenkassen und für die auswertende Institution möglichst einfach ist, wurden die Verfahren äußerst ökonomisch gestaltet, was sowohl auf die Inhalte, als auch auf die Vorgehensweisen Einfluss hat:

- Der inhaltliche Schwerpunkt liegt auf Gesundheitswirkungen, also auf der Ergebnisqualität. Aspekte der Struktur- und Prozessqualität mussten stark begrenzt werden.
- Bei den ausgewählten Fragestellungen handelt es sich vorwiegend um Skalen von belegter Qualität, zu denen Vergleichsdaten vorliegen.
- Die großen Handlungsfelder Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanage-

ment werden mit den gleichen Fragebögen untersucht.

- Das Handlungsfeld Suchtmittelkonsum – das ergab die Erprobung – erfordert spezifische Fragestellungen, die von Nutzern der Kurse anderer Handlungsfelder als zu weitgehend erlebt werden können und den Rücklauf vermindern. Angesichts der geringen Häufigkeit solcher Kurse (2012: 0,9% der Teilnahmen) wurden diese Fragen gestrichen.
- Die Fragebögen werden nur bei solchen Kursen eingesetzt, bei denen die Kurseinheiten auf mindestens sechs Treffen verteilt sind. Bei kürzeren Angeboten ist das Ausfüllen für die Zielgruppe nicht zumutbar.

Da die Handlungsfelder Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement mit denselben Fragebögen untersucht werden, gibt es nur ein einheitliches Evaluationsverfahren für alle Kurse. Die Kursteilnehmer/innen werden längsschnittlich – d.h. aufeinander beziehbar – zu drei Zeitpunkten (Kursbeginn, Kursende und nach sechs Monaten) befragt. Rahmendaten des Kurses werden mit einem kurzen Dokumentationsbogen durch die Kursleitung erfasst.

Es liegen die folgenden Instrumente (s. Anhang) vor:

- *I-Dok: Dokumentationsbogen für Kurse des Individualansatzes*, einmalig für jeden Kurs auszufüllen durch den/die Kursleiter/in,
- *I-1: Eingangsfragebogen für Gesundheitskurse*, auszufüllen im oder vor dem ersten Kurstreffen,
- *I-2: Schlussfragebogen für Gesundheitskurse*, auszufüllen im oder nach dem letzten Kurstreffen,
- *I-3: Nachbefragungsbogen für Gesundheitskurse*, auszufüllen nach sechs Monaten.

Inhaltlich liegt der Schwerpunkt auf der Erhebung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität in den Dimensionen Vitalität, Schmerz und psychisches Wohlbefinden und des Gesundheitsverhaltens in den drei Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement.

Bei einem kassenübergreifenden Verfahren ist es sinnvoll, dass auch die organisatorische Arbeit weitgehend übergreifend erfolgt. Der Dokumentationsbogen und die in den Kursen ausgefüllten Eingangs- und Schlussfragebögen werden darum von den Kursleiter/innen zusammengeführt und gemeinsam als ein "Kurspaket" an die koordinierende Person bei der Krankenkasse (bzw. dem Veranstalter) gegeben. Von dort werden diese Kurspakete an die auswertende Institution geschickt. Damit keine Sozialdaten an die auswertende Institution gegeben werden müssen, wird auch das Anschreiben zur Nachbefragung durch die koordinierende Person versandt (mit Kursnummern und Freiumschlag für die Antwort direkt an die auswertende Institution).

Die folgende Abbildung zeigt schematisch den Ablauf der Evaluation:

Übersicht: Ablauf der Evaluation des Individualansatzes

Koordinator/in bei Krankenkasse bzw. Kursveranstalter	Auswahl der zu evaluierenden Kurse (mindestens 6 Treffen)
	Schulung der Kursleiter/innen
Kursleiter/in	Einholung des Einverständnisses der Teilnehmer/innen I-1 Eingangsfragebogen verteilen und einsammeln bei erstem Treffen Aufbewahrung bis Kursende
	I-2 Schlussfragebogen verteilen und einsammeln bei letztem Treffen Zuordnung der Fragebögen I-1 und I-2 über Geburtsdatum
	I-Dok ausfüllen und mit den Fragebogen-Paaren als "Kurspaket" an Koordinator bei Krankenkasse/Veranstalter geben
Koordinator/in bei Krankenkasse bzw. Kursveranstalter	Prüfung und Sammlung der eingehenden "Kurspakete" Spätestens jetzt: Vergabe einer Kursnummer
	Versendung der Kurspakete an die auswertende Institution
	Versendung der Fragebögen I-3 mit Kursnummern
Auswertende Institution	Verwaltung Rücksendung I-3, Zusammenführung mit I-1 /I-2
	Auswertungen und Berichte

Erläuterungen zu den Instrumenten und den in ihnen enthaltenen Fragestellungen finden sich in Kapitel 4 (Seite 11), und die Instrumente selbst im Anhang ab Seite 15.

3 Vorgehen

Die in diesem Kapitel dargestellten Verfahren sind anwendbar auf Kurse des individuellen Ansatzes in den Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement. Es handelt sich um ein längsschnittliches Verfahren, die Teilnehmer/innen werden insgesamt dreimal befragt. Darum sollte die Evaluation nur bei Kursen durchgeführt werden, die mindestens sechs Kurstreffen beinhalten. Für Kurse mit weniger Treffen ist das Verfahren für die zu befragenden Personen zu aufwendig.

3.1 Datenschutz

Die Durchführung einer Studie, bei der im Zeitverlauf drei Fragebögen von der selben Person ausgefüllt und bei der Auswertung wieder zugeordnet werden müssen, erfordert eine eindeutige Identifikation jedes Individuums auf jedem Fragebogen. Am einfachsten wäre das mit dem Namen zu erreichen, was aber der Datenschutz verbietet. Statt dessen wurde das Geburtsdatum in alle Fragebögen aufgenommen, das gemeinsam mit einer Kursnummer ein eindeutiges Merkmal ist (da es unwahrscheinlich ist, dass in einem Kurs

Personen mit dem gleichen Geburtsdatum anzutreffen sind). Die ersten beiden Fragebögen werden schon innerhalb des Kurses zugeordnet (durch die Kursleitungen, s.u.), hier ist also für die Zusammenführung eine Kursnummer auf den Fragebögen noch nicht nötig. Für die dritte (postalische) Befragung bedeutet das aber, dass schon vor dem Versand eine Kursnummer auf dem Fragebogen erscheinen muss, damit die zurück kommenden Briefe einem Kurs und gemeinsam mit dem Geburtsdatum innerhalb dieses Kurses einer Person zugeordnet werden können. Die Adressen der Teilnehmer/innen müssen für dieses Verfahren sechs Monate mit der Kursnummer gespeichert werden, wozu die schriftliche Einwilligung der Kursteilnehmer/innen eingeholt werden muss. Je nach interner Organisation bei der Krankenkasse werden solche Teilnehmerlisten bereits bei der Anmeldung angelegt. Die Einwilligungserklärung im Anhang ist daher nur ein Vorschlag, der ggf. angepasst werden kann.

Das hier beschriebene Verfahren geht davon aus, dass keine Namen und Adressen an die auswertende Institution übermittelt werden, das Anschreiben mit dem letzten Fragebogen also von der Krankenkasse versandt wird. Aus Sicht der Krankenkassen wäre eine Übermittlung von Adressenlisten an die auswertende Institution einfacher, weil diese dann die Nachbefragung selbständig durchführen könnte. Dieses Vorgehen ist denkbar, stellt aber die Übermittlung von Sozialdaten dar und hat datenschutzrechtliche Folgen, die hier nicht dargestellt werden.

3.2 Koordinierung

Voraussetzung für die Durchführung einer Evaluation ist die Benennung einer verantwortlichen Person für die Koordinierung in der Krankenkasse.

Diese Person muss dafür sorgen, dass

- die richtigen Kurse ausgewählt werden (mindestens sechs Treffen, Einhaltung eventueller Vorgaben für Anzahl der Kurse und Handlungsfelder),
- die Kursleiter/innen über das Vorgehen instruiert werden (Motivierung der Teilnehmer/innen und Einholung ihres Einverständnisses, Erklärung des Sinns, Ausfüllen des Dokumentationsbogens, Zeitpunkte der Verteilung, Zuordnung der Fragebögen),
- die von den Kursleitern/innen rücklaufenden "Kurspakete" vollständig sind, voneinander getrennt bleiben und an die auswertende Institution geschickt werden,
- die letzte Befragung mit dem Fragebogen I-3 versandt wird.

3.3 Einsatz der Fragebögen I-1 und I-2 durch die Kursleitung

Die Eingangs- und die Schlussfragebögen werden in der benötigten Anzahl kopiert. Da die Bögen nur zwei Seiten lang sind (und auf der ersten Seite "bitte wenden" steht), müssen sie jeweils auf Vorder- und Rückseite nur eines Blattes kopiert werden. Neben der Papier- und Portoersparnis wird damit der psychologische Effekt verbunden, dass es sich bei der Befragung "nur um ein Blatt" handelt, also auf Anhub zu sehen ist, dass es eine kurze Befragung ist.

Der Eingangsfragebogen (I-1) soll zu Beginn des ersten Kurstreffens ausgefüllt werden. Je nach Kursablauf kann er unter Umständen als Basis für eine erste Gesprächsrunde zum Thema "Erwartungen" genutzt werden, er sollte dann vor dieser Gesprächsrunde ausgefüllt werden.

Bei manchen Kursarten kann der Einsatz der Fragebögen schwierig werden, z.B. bei Kursen, die im Freien oder im Schwimmbad stattfinden. In solchen Fällen muss flexibel mit der Situation umgegangen werden. Es spricht wenig dagegen, den Teilnehmer/innen den Bogen mit nach Hause zu geben, *wenn sicher gestellt ist, dass sie im nächsten Kurstreffen mitgebracht werden*. Falls Unterlagen nach der Anmeldung verschickt werden, kann er diesen auch mit der Aufforderung beigelegt werden, ihn zum ersten Treffen mitzubringen. Wichtig ist ein hoher Rücklauf innerhalb der Kursgruppe (s. unten).

Die Fragebögen bleiben nach dem ersten Treffen bis zum Schluss des Kurses bei der Kursleitung.

Der Schlussfragebogen (I-2) soll beim letzten Treffen ausgefüllt werden. Wird eine gemeinsames Auswertungsgespräch durchgeführt, kann der Schlussfragebogen vorher ausgefüllt werden und hilft dann erfahrungsgemäß, die Auswertung im Gespräch zu "kanalisieren", weil alle Teilnehmer/innen anhand der Fragen für sich selbst schon einmal eine Rückschau gehalten haben. Diese Verwendung der Fragebögen im Sinne der Kursziele vor Beginn und am Ende des Kurses sollte den Kursleitungen unbedingt kommuniziert werden.

Anschließend sollen die Fragebögen I-1 und I-2 von der Kursleitung anhand des eingetragenen Geburtsdatums zu Fragebogen-Paaren zugeordnet und die beiden Blätter jeweils zusammengeheftet werden.

3.4 Motivierung der Kursleitung und der Gruppe

Die Evaluation steht und fällt mit der Motivierung der Kursteilnehmer/innen zur Mitwirkung an der Befragung. Wird diese Motivierung von den Kursleitern/innen unterlassen oder nur halbherzig vorgenommen, können sich Gruppeneffekte in der Richtung ergeben, dass die Beteiligung sinkt. Wenn aber die Teilnahmequote innerhalb eines Kurses zu niedrig ist, kann dieser Kurs nicht in die Auswertung einbezogen werden. Anzustreben ist darum möglichst eine 100%ige Teilnahme! Die Erprobung der Instrumente zeigte recht deutlich, dass der Rücklauf durch die Kursleitung beeinflusst werden kann: knapp 30% der Kurse hatten sogar eine 100%ige Antwortquote!

Daher ist zunächst die Schulung und Motivierung der Kursleiter/innen durch die/den Koordinator/in der Krankenkasse wichtig. Eine Zusammenfassung der Hinweise für Kursleiter/innen befindet sich als Kopiervorlage im Anhang hinter den Fragebögen.

Zwei Aspekte können bei der Motivierung der Kursleiter/innen besonders herausgestellt werden: Die gemeinsame Berichterstattung der GKV trägt – positive Ergebnisse zur Wirksamkeit vorausgesetzt – dazu bei, auch die Arbeitsfelder der Kursleiter/innen zu sichern. Daneben können die Befragungen aber auch von den einzelnen beteiligten Krankenkas-

sen (oder sonstigen Anbietern von Kursen) dazu genutzt werden, über das eingeholte Feedback der Versicherten die eigene Qualitätssicherung voranzutreiben.

“Botschaften” an die Teilnehmern/innen:

- Alle gesetzlichen Krankenkassen haben sich zusammen getan, um gemeinsam die Wirksamkeit von Kursen zu überprüfen.
- Das Ziel des Fragebogens ist es, den Einfluss der Kurse auf die Gesundheit zu untersuchen. Die Teilnehmer/innen helfen durch das Ausfüllen dabei, dieses Angebot zu sichern und zu verbessern.
- Es handelt sich um einen Fragebogen, der in dieser Form in unterschiedlichen Kursen zu den Themen Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressbewältigung/ Entspannung eingesetzt wird, daher sind vielleicht manche Fragen nicht ganz genau für jeden Kurs passend.
- Die Fragebögen sind anonym: um Ihre drei Bögen später zusammen zu fassen, werden nur die Kursnummer und Ihr Geburtsdatum auf jedem Fragebogen benötigt (denn es ist unwahrscheinlich, dass in einem Kurs zwei Personen am gleichen Tag Geburtstag haben). Die ersten beiden Fragebögen schicken wir nach dem Kurs (mit der Kursnummer) an unser Auswertungsinstitut. Den dritten Fragebogen schicken wir Ihnen in einem halben Jahr mit der Post zu. Dazu brauchen wir Ihre Adresse, die wir nicht weitergeben und nur für das Anschreiben in einem halben Jahr nutzen. Danach wird sie vernichtet. Zusammen mit dem dritten Fragebogen erhalten Sie einen Freiumschlag, mit dem Sie den Fragebogen direkt an unser Auswertungsinstitut schicken können. Ihre Teilnahme ist natürlich freiwillig. Alle Fragebögen werden von einem Institut ausgewertet, das weder Ihren Namen noch Ihre Adresse kennt.

3.5 Ausfüllen des Dokumentationsbogens I-Dok

In der Regel kann dieser Dokumentationsbogen ebenfalls durch die Kursleitung ausgefüllt werden; je nach Organisation der Anmeldungen kann es aber auch sein, dass das die koordinierende Person machen muss. Es erleichtert den Kursleitern/innen jedoch die Arbeit, wenn der Bogen bereits vorbereitet ist (Namen und Adressen können auch vorher in den Bogen kopiert werden).

Oben rechts auf dem Bogen ist Raum für die Kursnummer, mit welcher der Kurs identifiziert werden kann. Diese Nummer ist von großer Bedeutung für die Auswertung. Hier muss die Nummer stehen, die später bei den Teilnehmern/innen der Kurse auf die Fragebögen I-3 kommt.

Im ersten Block ist nur ein Kreuz zu machen, der Kurs muss einem der Präventionsprinzipien der drei Handlungsfelder zugeordnet werden. Unten in diesem Block ist die Rubrik "Mischkurs zu verschiedenen Handlungsfeldern" vorgesehen, hier ist unbedingt der Titel zu ergänzen und zusätzlich anzukreuzen (nur hier dürfen zusätzliche Kreuze sein), welche Handlungsfelder der Kurs berührt. Diese Kategorie muss die Ausnahme bleiben: es

reicht nicht aus, wenn z.B. ein Gewichtsreduktionskurs auch Bewegungselemente beinhaltet. Nur wenn es keinen inhaltlichen Schwerpunkt gibt, sollte diese Kategorie genutzt werden.

Im zweiten Block sind die Daten von Kursbeginn und –ende, die Zahl der Treffen und die Gesamtdauer aller Treffen (Summe in Zeitstunden) einzutragen, im dritten die Teilnehmerzahlen. Letzte werden für die Berechnung der Rücklaufquoten unbedingt benötigt. Wichtig ist, dass der Dokumentationsbogen bei den Kursfragebögen bleibt.

3.6 Prüfung und Versendung der Fragebögen I-1 und I-2

Sehr wichtig ist die Prüfung der von den Kursleitungen zurücklaufenden Päckchen mit Fragebögen und einem Dokumentationsbogen noch bei der Krankenkasse. Es muss sichergestellt sein, dass die Fragebogenpaare anhand des Geburtsdatums zugeordnet sind, und dass der entsprechende Dokumentationsbogen vollständig ausgefüllt ist.

Wenn mehrere solche Pakete mit Fragebögen und einem Dokumentationsbogen zur Auswertung gesendet werden, müssen sie deutlich voneinander getrennt sein, z.B. in unterschiedlichen Umschlägen/Hüllen stecken.

Ohne eindeutigen Bezug des Dokumentationsbogens zu den Fragebögen jedes Kurses kann nicht ausgewertet werden.

3.7 Organisation der Nachbefragung nach sechs Monaten (I-3)

Sechs Monate nach Kursende muss den Teilnehmern/innen der Fragebogen I-3 zugesandt werden. Dazu hat die auswertende Institution der Krankenkasse so viele verschiedene Druckdateien des Fragebogens geliefert, wie es Kurse gibt. Diese Dateien mit dem Fragebogen beinhalten in der Fußzeile unter der Versionskennzeichnung (Vers. MM/JJJJ) den Namen der Krankenkasse und die Kursnummer, die auch den Dateinamen bildet. Die Teilnehmer/innen aus dem Kurs mit der Nummer ZZZ der Kasse XY erhalten also Fragebögen der Datei "ZZZ-KASSEXY.PDF".

Das Begleitschreiben sollte möglichst motivierend sein, ein Vorschlag befindet sich im Anhang.

4 Erläuterungen zu den Teilnehmerfragebögen

Bei der Erstellung der Instrumente konnten nur wenige andere Instrumente zur Evaluation primärpräventiver Kurse gefunden werden. Einige große Studien aus den 90er Jahren sind als aufwendige Begleitforschungen angelegt und setzen umfangreiche Fragebögen ein ("Gesundheitsförderung durch sportliche Aktivierung" der AOK Bielefeld/Herford, "G.U.T" mehrerer Krankenkassen in Baden-Württemberg, "Fit durchs Leben" des IKK Bundesverbandes, "Gesundheitsmanagementprojekt" der AOK Schleswig-Holstein/WidO u.a.). Das einzig vergleichbare reine Kursevaluationssystem stammt von der IKK Baden-Württemberg.

Ähnlichkeiten in den verwandten Dimensionen ergaben sich insbesondere zur Evaluation von AOK Schleswig-Holstein/WidO, die sich allerdings auf ein sekundär-/tertiärpräventives Angebot für Kranke bzw. langfristig Arbeitsunfähige bezieht.

Das erarbeitete Instrumentarium lehnt sich in Teilen an das der IKK Baden-Württemberg an, hat es aber auch ergänzt und weiterentwickelt.

Die folgende Tabelle zeigt im Überblick die Fragestellungen, die Zeitpunkte der Abfrage und die Position der Fragen in den drei Fragebögen:

Übersicht: Fragen in den Bögen I-1 (Beginn), I-2 (Schluss) und I-3 (nach 6 Mon.)

Fragenkomplexe	Frage-Nr. in ...		
	I-1	I-2	I-3
Informationsquellen über den Kurs	1		
Subjektive Erfolgseinschätzung		1	1
Kursteilnahme in den letzten zwölf/sechs Monaten	2		2
Strukturqualität: Ankündigung, Räume, Medien, Gruppe Prozessqualität: Verständlichkeit, Vermittlung, Fragen, Alltagsbezug		2	
Gesundheitsverhalten Bewegung, Ernährung, Entspannung	3	3	3
Gesundheitliche Lebensqualität, 3 Dimensionen, Auszug SF-36	4-7	4-8	4-8
Krankheitstage in den letzten sechs Monaten	8		9
Körpergröße	9		
Gewicht und Wunschgewicht	9	9	10
Anzahl besuchter Kurstreffen		10	
Berufliche Position	10		
Geschlecht	11		
Geburtsdatum (Jahr für Alter und gemeinsam mit Tag/Monat als Code)	12	11	11
Schulabschluss, Krankenkasse	13-14		
Belastende Lebensereignisse mit Einfluss auf den Kurserfolg			12

Die Fragebögen finden sich im Anhang ab Seite 15.

4.1 Informationsquellen, Struktur- und Prozessqualität

Informationsquellen (Frage 1 in Bogen I-1)

Diese Frage beschreibt die Zugangswege zum Kurs und dient darüber hinaus als "Aufwärmfrage".

Struktur- und Prozessqualität (Frage 2 in Bogen I-2)

Die Frage ist eine Übernahme aus dem Evaluationssystem für Kurse der IKK. Ihr liegt eine Sammlung von möglichen Items zur Struktur- und Prozessqualität zugrunde. Die Frage wurde mit dem Ziel entwickelt, nur die Informationen von den Teilnehmern zu erfragen, die nicht anderweitig erhoben werden können. Darum werden solche Qualitätskriterien ausgespart, die bei der Krankenkasse dokumentiert werden.

4.2 Ergebnisqualität

Gesundheitsverhalten (Frage 3 in allen Bögen)

Bei Fragen zum Gesundheitsverhalten bestand das Problem, dass es keine anerkannten kurzen Fragestellungen zur Erhebung von gesunder/ungesunder Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressverarbeitung gab. Die drei Verhaltensbereiche werden in großen epidemiologischen Studien jeweils unterschiedlich, meist mit komplexen Itembatterien (Abfrage von Sportarten oder Nahrungsmittelgruppen) oder durch mehrere Einzelfragen erhoben, deren Einsatz sich wegen der Länge für die GKV-Verfahren verbot.

Das Problem wurde durch die Erstellung einer neuen Frage gelöst, die sich eng an den Zielen des Individualansatzes orientiert, wie sie im "Leitfaden" der Spitzenverbände genannt werden.

Für die Handlungsfelder Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement wurden jeweils vier Vorgaben formuliert, denen die Zielvorgaben des Leitfadens zugrunde gelegt wurden. Die drei Itemgruppen können jeweils in Mittelwerten für die drei Bereiche oder als Gesamtwert für Gesundheitsverhalten ausgewertet werden.

Erfasst werden im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten:

- Bewegung im Alltag,
- regelmäßige sportliche Betätigung,
- soziale Einbindung,
- Freude an Bewegung.

Im Handlungsfeld Ernährung sind die vier anerkannten Grundregeln vorgegeben:

- täglicher Verzehr von frischem Obst/Gemüse,
- wenig Fett,
- Ausgewogenheit der Ernährung,
- nicht zu viel essen.

Im Handlungsfeld Stressmanagement werden Ziele des Leitfadens beschrieben:

- Ursachenkenntnis,
- Einstellungsänderung und positive Selbstinstruktion,
- Selbstmanagement-Kompetenzen,
- Fähigkeit zur Selbstregulation durch Erlernen von Entspannungsverfahren.

Gesundheitsbezogene Lebensqualität (Fragen 4–7 in Bogen I–1, bzw. 4–8 in den Bögen I–2 und I–3)

Gesundheitliche Lebensqualität ist ein zentrales Evaluationskriterium für Kurse des Individualansatzes. Die Fragen stammen aus dem SF-36, er ist ein international eingesetzter Fragebogen, in Deutschland wurde er im Bundesgesundheitsurvey 1998 eingesetzt. Er umfasst eigentlich acht Dimensionen, Erfahrungen mit dem Einsatz in der Prävention zeigten aber, dass einige Dimensionen für gesunde Menschen wenig änderungssensitiv sind. Es wurden 12 Items in drei Dimensionen übernommen: die Dimension Schmerz (2 Items, Fragen 5 und 6 in Bogen I–1), die Dimension Vitalität (4 Items in Frage 7 des Bogens I–1: Schwung, Energie, Erschöpfung und Müdigkeit) und die Dimension Psyche (die

restlichen 5 Items in Frage 7 von Bogen I-1). Zusätzlich wurde eine Einzelfrage zur subjektiven Einschätzung des Gesundheitszustands (Frage 4 in allen Bögen) und eine weitere Einzelfrage zum Vergleich des aktuellen Gesundheitszustands mit dem im letzten Jahr (Frage 5 in den Bögen I-2 und I-3) übernommen. Der SF-36 sollte eigentlich komplett mit allen 36 Vorgaben eingesetzt werden, wurde aber auch schon in Teilen bzw. auch abgeändert mehrfach frei eingesetzt ("in Anlehnung an", WIDO/AOK Schleswig-Holstein, IKK Baden-Württemberg).

Krankheitstage (Frage 8 in Bogen I-1 bzw. Frage 9 in Bogen I-3)

Die Frage stammt aus dem Bundesgesundheitsurvey 1998 und misst Krankheitstage unabhängig von der Erwerbstätigkeit.

Subjektive Erfolgseinschätzung (Frage 1 in den Bögen I-2 und I-3)

Eine Frage nach der subjektiven Bewertung der Kurse ist nicht unbedingt notwendig, verdeutlicht aber das Anliegen der evaluierenden Krankenkassen und eignet sich gut als Einstiegsfrage. Sie wurde neutral formuliert (Erfolg und Misserfolg).

BMI und Wunschgewicht (Frage 9 in Bogen I-1, in Bögen I-2/3 ohne Körpergröße)

Für Gewichtsreduktionskurse ist die Frage für die Ergebnisqualität unumgänglich und beschreibt im Verlauf auch den wichtigen Erfolgsparameter der Relativierung des Wunschgewichts. Gewichtsreduktionen können als Prozentwert vom Wunschgewicht dargestellt werden.

4.3 Kontrollvariablen

Besuch anderer Kurse (Frage 2 in I-1 und I-3)

Für die Zeit vor und nach dem Kurs wird die Teilnahme an anderen, ebenfalls von den Krankenkassen geförderten Kursen kontrolliert.

Belastende Lebensereignisse (letzte Frage I-3)

Die Frage ist eine Übernahme aus dem IKK-System. Belastende Lebensereignisse können die Kurswirkungen beeinflussen und müssen darum kontrolliert werden.

4.4 Sozialdaten, Code und Adresse

Alter, Geschlecht, berufliche Position, Schulabschluss und Krankenkasse (Fragen 10-14 in Bogen I-1)

Es werden Alter, Geschlecht, berufliche Position und Schulabschluss erhoben. Primäre Prävention soll "einen Beitrag zur Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen erbringen" (§ 20 Abs. 1 SGB V), darum ist es wichtig, die Sozialschicht der Klientel bestimmen zu können, wozu üblicherweise die Variablen Beruf, Bildung und Einkommen benutzt werden. Es ist in diesen Befragungen aber nicht möglich, nach dem Einkommen zu fragen, dies würde den Rücklauf zu stark vermindern. Soziale Schicht kann daher nur annäherungsweise über Bildung und die berufliche Position bestimmt werden. Das Alter wird über das Jahr im Geburtsdatum erhoben. Die achtstellige Zahl TTMMJJJJ dient auch als Code zur Zusammenführung der Fragebögen I-1 und I-2 (Die Wahrschein-

lichkeit, dass zwei Teilnehmer/innen mit dem gleichen Geburtsdatum in einem Kurs mit – üblicherweise höchstens – 20 Teilnehmern/innen angetroffen werden, ist äußerst gering). Im Fragebogen I-2 wird die Adresse für die postalische Befragung I-3 abgefragt, die nicht von den einzelnen Krankenkassen, sondern einer zentralen Institution durchgeführt wird.

Anhang: Instrumente für den individuellen Ansatz

I-Dok Dokumentationsbogen für Kurse des Individualansatzes

I-1 Eingangsfragebogen für Gesundheitskurse

I-2 Schlussfragebogen für Gesundheitskurse

I-3 Nachbefragungsbogen für Gesundheitskurse

Hinweise für Kursleiter/innen

Formulierungsvorschlag “Bitte an Kursteilnehmer/innen zur Mitwirkung ...”

Formulierungsvorschlag für ein Begleitschreiben zur Nachbefragung

NUR 1 KREUZ**Einordnung nach den Kriterien des Leitfadens**

<input type="checkbox"/> 10 Risiko Muskel-Skelettsystem	Reduzierung spezieller Risiken	Handlungsfeld Bewegungs- gewohnheiten
<input type="checkbox"/> 11 Risiko metabolischer Bereich		
<input type="checkbox"/> 12 Risiko Herz-Kreislaufsystem		
<input type="checkbox"/> 13 Risiko Psyche/Psychosomatik		
<input type="checkbox"/> 14 Angebote in der Halle	Reduzierung von Bewegungsmangel	
<input type="checkbox"/> 15 Angebote im Wasser		
<input type="checkbox"/> 16 Angebote im Freien		
<input type="checkbox"/> 20 Vermeidung und Reduktion von Übergewicht	Handlungsfeld Ernährung	
<input type="checkbox"/> 21 Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung		
<input type="checkbox"/> 30 Multimodales Stressmanagement	Handlungsfeld Stress- management	
<input type="checkbox"/> 31 Förderung von Entspannung (Autog. Training, Progr. Muskelrelaxation)		
<input type="checkbox"/> 32 Fernöstliche Verfahren (Hatha Yoga, Tai Chi, Qigong)		
<input type="checkbox"/> 40 Mischkurs zu verschiedenen Handlungsfeldern, Titel: Mit Elementen aus den Handlungsfeldern: <input type="checkbox"/> 1 Bewegungsgewohnheiten <input type="checkbox"/> 1 Ernährung <input type="checkbox"/> 1 Stressmanagement	handlungsfeld- übergreifend	

Datum Kursbeginn	Datum Kursende	Anzahl Treffen	Dauer Gesamtkurs in Std.
____ 20 ____ Monat Jahr	____ 20 ____ Monat Jahr		(Summe Zeitstunden alle Treffen)

Anzahl Teilnehmer bei Kursbeginn:	Anzahl Teilnehmer bei Kursende:
Bereitschaft zur Nachbefragung I-3	<input type="checkbox"/> alle <input type="checkbox"/> weniger, nämlich:

Name Krankenkasse bzw. Drittanbieter:
Straße
PLZ Ort
Name Evaluations- koordinator/in:
Telefon und E-Mail:

Für jeden Kurs einen Bogen mit den Teilnehmerbögen abgeben!

1. Wie haben Sie von diesem Angebot erfahren? (Mehrere Kreuze möglich)

- von Freunden, Bekannten, Kollegen
 Hinweis/Überweisung von meinem Arzt
 aus Presse/Rundfunk/Fernsehen
 aus dem Internet
- aus der Zeitschrift meiner Krankenkasse
 von der Geschäftsstelle meiner Krankenkasse
 von einem anderen Veranstalter
 sonstiges, nämlich:

2. Haben Sie in den letzten zwölf Monaten schon an anderen Gesundheitskursen teilgenommen, die von Ihrer Krankenkasse gefördert wurden? (Bitte in jeder Zeile ein Kreuz)

- Bewegungskurs ja nein
 Ernährungs- oder Gewichtsreduktionskurs ja nein
 Stressbewältigungs- oder Entspannungskurs ja nein

3. Diese Fragen betreffen nicht nur das Thema des von Ihnen besuchten Kurses. Sie ermöglichen aber Vergleiche mit anderen Kursen und Gruppen und sind darum wichtig. Bitte kreuzen Sie an, wie häufig die folgenden Aussagen in den letzten vier Wochen auf Sie zutrafen! Bitte in jeder Zeile ein Kreuz!

In den letzten vier Wochen:	immer					nie
habe ich wo es ging Bewegungsmöglichkeiten im Alltag genutzt (Treppen steigen, Wege mit dem Fahrrad oder zu Fuß)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich mindestens einmal in der Woche Sport getrieben	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich Sport zusammen mit anderen getrieben (Verein, Gruppe)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
hatte ich Freude an Bewegung	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich täglich frisches Gemüse, Obst oder Salat gegessen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich darauf geachtet, nicht zu fett zu essen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich mich ausgewogen und abwechslungsreich ernährt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich darauf geachtet, nicht zu viel zu essen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich die Ursachen von unangenehmem Stress erkannt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
konnte ich Stress-Situationen gut bewältigen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
habe ich versucht, gegen die Ursachen von Stress etwas zu tun	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
hatte ich gute Methoden, um mich zu entspannen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	

4. Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen beschreiben?

- ausgezeichnet sehr gut gut weniger gut schlecht

5. Wie stark waren Ihre Schmerzen in den vergangenen vier Wochen?

- keine Schmerzen sehr leicht leicht mäßig stark sehr stark

6. Inwieweit haben die Schmerzen Sie in den vergangenen vier Wochen bei der Ausübung Ihrer Alltags-tätigkeiten zu Hause und im Beruf behindert?

- überhaupt nicht ein bisschen mäßig ziemlich sehr

7. In diesen Fragen geht es darum, wie Sie sich fühlen und wie es Ihnen in den vergangenen vier Wochen gegangen ist. (Bitte kreuzen Sie in jeder Zeile das Kästchen an, das Ihrem Befinden am ehesten entspricht).

Wie oft waren Sie in den vergangenen vier Wochen ...

	immer	meistens	ziemlich oft	manchmal	selten	nie
--	-------	----------	--------------	----------	--------	-----

... voller Schwung?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... sehr nervös?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... so niedergeschlagen, dass Sie nichts aufheitern konnte?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... ruhig und gelassen?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... voller Energie?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... entmutigt und traurig?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... erschöpft?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... glücklich?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
... müde?	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>

8. Wie viele Tage waren Sie in den vergangenen sechs Monaten insgesamt so krank, dass Sie Ihrer üblichen Tätigkeit nicht nachgehen konnten?

ungefähr Tage keinen Tag

9. Körpergröße und Gewicht

Körpergröße: ___ ___ ___ cm (ohne Schuhe)

Jetziges Gewicht: ___ ___ ___ kg (ohne Kleidung)

Falls Sie abnehmen möchten, welches Gewicht möchten Sie erreichen?

Wunschgewicht: ___ ___ ___ kg (ohne Kleidung)

10. In welcher beruflichen Stellung sind Sie derzeit tätig?

01 noch in Ausbildung

09 leitende Angestellte (Prokurist, Geschäftsführer)

02 angelernte/ungelernte Arbeiter

10 Beamte

03 Facharbeiter, Gesellen

11 selbständige, freie Berufe

04 Vorarbeiter/Poliere

12 mitarbeitende Familienangehörige

05 Meister im Arbeits-/Angestelltenverhältnis

13 ausschließlich Hausfrau/Hausmann

06 selbständige Meister

14 Rentner

07 ausführende Angestellte (Verkäuf., Schreibkr.)

15 zur Zeit arbeitslos

08 mittlere Angestellte

11. Geschlecht

1 weiblich 2 männlich

12. Geburtsdatum *

___ ___ 19 ___
Tag Monat Jahr

* Tag und Monat werden nur dazu verwandt, den Eingangs- und den Schlussfragebogen zur Auswertung zusammenzuführen.

13. Schulabschluss

1 noch in der Schule

3 Volks-/Hauptschule

5 (Fach-)Hochschulreife, Abitur

2 kein Schulabschluss

4 Realschule/mittl. Reife/POS

6 sonstiges

14. Krankenkasse

1 AOK

3 Ersatzkasse

5 andere gesetzliche Kasse

2 BKK

4 IKK

6 private Kasse, Beihilfe

Herzlichen Dank für Ihre Mitwirkung an dieser Befragung!

1. War die Teilnahme alles in allem für Sie eher ein Erfolg oder eher ein Misserfolg? (Bitte nur ein Kreuz)

eher ein Erfolg 1 2 3 4 5 eher ein Misserfolg

2. Wie beurteilen Sie die folgenden Gesichtspunkte des von Ihnen besuchten Kurses?

(Bitte in jeder Zeile ein Kreuz)

	sehr gut			sehr schlecht	
die Ankündigung und Information über den Kurs	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
die Eignung der Räumlichkeiten (Ausstattung/Atmosphäre)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
die Medien und Materialien	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
die Größe und Zusammensetzung des Teilnehmerkreises	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
die Verständlichkeit der Informationen und Anleitungen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
die Art und Weise, wie die Inhalte vermittelt wurden	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Eingehen auf Fragen und Bedürfnisse der Teilnehmer/innen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
die Art und Weise, wie der Bezug zum Alltag hergestellt wurde	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

3. Diese Fragen betreffen nicht nur das Thema des von Ihnen besuchten Kurses. Sie ermöglichen aber Vergleiche mit anderen Kursen und Gruppen und sind darum wichtig. Bitte kreuzen Sie an, wie häufig die folgenden Aussagen in den letzten vier Wochen auf Sie zutrafen! Bitte in jeder Zeile ein Kreuz!

In den letzten vier Wochen:

	immer			nie	
habe ich wo es ging alle Bewegungsmöglichkeiten im Alltag genutzt (Treppen steigen, Wege mit dem Fahrrad oder zu Fuß)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich mindestens einmal in der Woche Sport getrieben	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich Sport zusammen mit anderen getrieben (Verein, Gruppe)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
hatte ich Freude an Bewegung	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich täglich frisches Gemüse, Obst oder Salat gegessen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich darauf geachtet, nicht zu fett zu essen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich mich ausgewogen und abwechslungsreich ernährt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich darauf geachtet, nicht zu viel zu essen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich die Ursachen von unangenehmem Stress erkannt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
konnte ich Stress-Situationen gut bewältigen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich versucht, gegen die Ursachen von Stress etwas zu tun	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
hatte ich gute Methoden, um mich zu entspannen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

4. Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen beschreiben?

ausgezeichnet sehr gut gut weniger gut schlecht
 1 2 3 4 5

5. Im Vergleich zum letzten Jahr, wie würden Sie Ihren derzeitigen Gesundheitszustand beschreiben?

derzeit viel besser derzeit etwas besser etwa wie vor einem Jahr derzeit etwas schlechter derzeit viel schlechter
 1 2 3 4 5

6. Wie stark waren Ihre Schmerzen in den vergangenen vier Wochen?

keine Schmerzen 1 sehr leicht 2 leicht 3 mäßig 4 stark 5 sehr stark 6

7. Inwieweit haben die Schmerzen Sie in den vergangenen vier Wochen bei der Ausübung Ihrer Alltags-tätigkeiten zu Hause und im Beruf behindert?

überhaupt nicht 1 ein bisschen 2 mäßig 3 ziemlich 4 sehr 5

8. In diesen Fragen geht es darum, wie Sie sich fühlen und wie es Ihnen in den vergangenen vier Wo-chen gegangen ist. (Bitte kreuzen Sie in jeder Zeile das Kästchen an, das Ihrem Befinden am ehesten entspricht).

Wie oft waren Sie in den vergangenen vier Wochen ...	immer	meistens	ziemlich oft	manch-mal	selten	nie
... voller Schwung?	<input type="checkbox"/>					
... sehr nervös?	<input type="checkbox"/>					
... so niedergeschlagen, dass Sie nichts aufheitern konnte?	<input type="checkbox"/>					
... ruhig und gelassen?	<input type="checkbox"/>					
... voller Energie?	<input type="checkbox"/>					
... entmutigt und traurig?	<input type="checkbox"/>					
... erschöpft?	<input type="checkbox"/>					
... glücklich?	<input type="checkbox"/>					
... müde?	<input type="checkbox"/>					

9. Wie viel wiegen Sie im Moment?

Jetziges Gewicht: ___ ___ ___ kg (ohne Kleidung)

Falls Sie (weiter) abnehmen möchten, welches Gewicht möchten Sie erreichen?

Wunschgewicht: ___ ___ ___ kg (ohne Kleidung)

10. An wie vielen Kurstreffen haben Sie teilgenommen? Anzahl Treffen: ___ ___

11. Geburtsdatum*/(Tag/Monat/Jahr) ___ ___ ___ 19 ___ ___

* Tag und Monat werden nur dazu verwandt, den Eingangs- und den Schlussfragebogen zur Auswertung zusammenzuführen.

Herzlichen Dank für Ihre Mitwirkung an dieser Befragung!

1. Vor etwa sechs Monaten haben Sie einen Gesundheitskurs abgeschlossen, der von Ihrer Krankenkasse gefördert wurde. War die Teilnahme heute rückblickend für Sie eher ein Erfolg oder eher ein Misserfolg? (Bitte nur ein Kreuz)

eher ein Erfolg 1 2 3 4 5 eher ein Misserfolg

2. Haben Sie in den letzten sechs Monaten an weiteren Gesundheitskursen teilgenommen, die von Ihrer Krankenkasse gefördert wurden? (Bitte in jeder Zeile ein Kreuz)

Bewegungskurs 1 ja 2 nein

Ernährungs- oder Gewichtsreduktionskurs 1 ja 2 nein

Stressbewältigungs- oder Entspannungskurs 1 ja 2 nein

3. Diese Fragen betreffen nicht nur das Thema des von Ihnen besuchten Kurses. Sie ermöglichen aber Vergleiche mit anderen Kursen und Gruppen und sind darum wichtig. Bitte kreuzen Sie an, wie häufig die folgenden Aussagen in den letzten vier Wochen auf Sie zutrafen! Bitte in jeder Zeile ein Kreuz!

In den letzten vier Wochen:	immer					nie				
habe ich wo es ging alle Bewegungsmöglichkeiten im Alltag genutzt (Treppen steigen, Wege mit dem Fahrrad oder zu Fuß)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich mindestens einmal in der Woche Sport getrieben	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich Sport zusammen mit anderen getrieben (Verein, Gruppe)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
hatte ich Freude an Bewegung	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich täglich frisches Gemüse, Obst oder Salat gegessen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich darauf geachtet, nicht zu fett zu essen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich mich ausgewogen und abwechslungsreich ernährt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich darauf geachtet, nicht zu viel zu essen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich die Ursachen von unangenehmem Stress erkannt	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
konnte ich Stress-Situationen gut bewältigen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
habe ich versucht, gegen die Ursachen von Stress etwas zu tun	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
hatte ich gute Methoden, um mich zu entspannen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

4. Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen beschreiben?

ausgezeichnet sehr gut gut weniger gut schlecht
1 2 3 4 5

5. Im Vergleich zum letzten Jahr, wie würden Sie Ihren derzeitigen Gesundheitszustand beschreiben?

derzeit viel besser derzeit etwas besser etwa wie vor einem Jahr derzeit etwas schlechter derzeit viel schlechter
1 2 3 4 5

6. Wie stark waren Ihre Schmerzen in den vergangenen vier Wochen?

keine Schmerzen sehr leicht leicht mäßig stark sehr stark
1 2 3 4 5 6

7. Inwieweit haben die Schmerzen Sie in den vergangenen vier Wochen bei der Ausübung Ihrer Alltags-tätigkeiten zu Hause und im Beruf behindert?

überhaupt nicht
1

ein bisschen
2

mäßig
3

ziemlich
4

sehr
5

8. In diesen Fragen geht es darum, wie Sie sich fühlen und wie es Ihnen in den vergangenen vier Wo-chen gegangen ist. (Bitte kreuzen Sie in jeder Zeile das Kästchen an, das Ihrem Befinden am ehesten entspricht).

Wie oft waren Sie in den vergangenen vier Wochen ...

immer

meistens

ziemlich oft

manch-mal

selten

nie

... voller Schwung?

1

2

3

4

5

6

... sehr nervös?

1

2

3

4

5

6

... so niedergeschlagen, dass Sie nichts aufheitern konnte?

1

2

3

4

5

6

... ruhig und gelassen?

1

2

3

4

5

6

... voller Energie?

1

2

3

4

5

6

... entmutigt und traurig?

1

2

3

4

5

6

... erschöpft?

1

2

3

4

5

6

... glücklich?

1

2

3

4

5

6

... müde?

1

2

3

4

5

6

9. Wie viele Tage waren Sie in den vergangenen sechs Monaten insgesamt so krank, dass Sie Ihrer üblichen Tätigkeit nicht nachgehen konnten?

ungefähr Tage

keinen Tag

10. Wie viel wiegen Sie im Moment?

Jetziges Gewicht: ___ ___ ___ kg (ohne Kleidung)

Falls Sie (weiter) abnehmen möchten, welches Gewicht möchten Sie erreichen?

Wunschgewicht: ___ ___ ___ kg (ohne Kleidung)

11. Geburtsdatum*/(Tag/Monat/Jahr) ___ ___ ___ 19 ___ ___

* Tag und Monat werden nur dazu verwendet, die drei Fragebögen zur Auswertung zusammenzuführen. Bitte unbedingt ausfüllen!

12. Es gibt Ereignisse im Leben, die Auswirkungen auf die Gesundheit und damit auch auf Erfolge eines Kurses haben können (z.B. eine Krankheit oder eine schwere Belastung). Gab es in den letzten sechs Monaten solche Ereignisse in Ihrem Leben?

1 nein

2 ja, und zwar:

Herzlichen Dank für Ihre Mitwirkung an dieser Befragung!

I-3 Nachbefragungsbogen, Vers. 01/2014
[Kurs-Nr]

Hinweise für Kursleiter/innen zur Evaluation von Kursen in den Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Stressmanagement

Alle Krankenkassen der gesetzlichen Krankenversicherung haben sich zusammengetan, um mit gemeinsamen und einheitlichen Verfahren die Wirkungen von Kursen zu evaluieren. Dieser Nachweis der Gesundheitswirkungen von Kursen soll die Prävention durch Krankenkassen langfristig sichern, und dient damit auch dazu, Ihre Tätigkeit als Kursleiter/in zukünftig weiter zu ermöglichen. Es handelt sich um eine Befragung der Kursteilnehmer/innen zu drei Zeitpunkten: bei Kursbeginn, bei Kursende und ein halbes Jahr nach Kursende. Die ersten beiden Befragungen werden durch die Kursleitungen durchgeführt, die letzte Befragung wird schriftlich von der Krankenkasse durchgeführt. Das genaue Vorgehen wird bei Ihrer Krankenkasse koordiniert durch [Name].

Bitte lassen Sie im ersten Kurstreffen den Eingangsfragebogen I-1 ausfüllen und sammeln Sie ihn wieder ein. Wenn das bei manchen Kursen nicht möglich ist (z.B. im Freien, im Schwimmbad etc.), sprechen Sie die Vorgehensweisen mit der/dem Koordinator/in ab. Die ausgefüllten Fragebögen bleiben bis zum Ende des Kurses vorerst bei Ihnen. Im letzten Kurstreffen wird der Schlussfragebogen I-2 ausgefüllt und eingesammelt. ***Für die Auswertung ist es notwendig, dass möglichst alle Teilnehmer/innen die Fragebögen ausfüllen, die erfolgreiche Motivierung der Gruppe durch Sie ist dafür von zentraler Bedeutung.***

Bitte ordnen Sie Eingangs- und Schlussfragebögen anhand des Geburtsdatums einander zu und klammern Sie beide aneinander, so dass die beiden Fragebögen der gleichen Person miteinander verbunden sind (es ist äußerst unwahrscheinlich, dass zwei Kursteilnehmer/innen das gleiche Geburtsdatum haben).

Die Fragebogen-Paare eines Kurses müssen als ein "Kurspäckchen" zusammenbleiben und werden ergänzt durch den Dokumentationsbogen I-Dok, der in Absprache mit der/dem Koordinator/in für die Evaluation ausgefüllt wird und die Rahmendaten des Kurses enthält.

Bitte geben Sie den Teilnehmern/innen die folgenden Erläuterungen:

(Erläuterungen gibt es auch auf der Einverständniserklärung zur Verwendung der Adresse)

- Alle gesetzlichen Krankenkassen haben sich zusammen getan, um mit einem gemeinsamen Fragebogen die Wirksamkeit von Kursen zu überprüfen.
- Das Ziel des Fragebogens ist es, den Einfluss der Kurse auf die Gesundheit zu untersuchen. Die Teilnehmer helfen durch das Ausfüllen, dieses Angebot zu sichern und zu verbessern.
- Es handelt sich um einen Fragebogen, der in dieser Form in unterschiedlichen Kursen zu den Themen Bewegungsgewohnheiten, Ernährung und Entspannung eingesetzt wird, daher sind vielleicht manche Fragen nicht ganz genau für jeden Kurs passend.
- Absolute Anonymität der Auswertung wird garantiert. Damit die Fragebögen aufeinander bezogen werden können, ist es jedoch wichtig, ein eindeutiges Merkmal zur Identifikation zu haben. Um eine Kennzeichnung mit dem Namen zu vermeiden, wird das vollständige Geburtsdatum abgefragt, womit eine spätere Zuordnung möglich ist.

Besondere Erläuterungen zur Nachbefragung:

Sechs Monate nach dem Kurs soll eine weitere kurze Befragung durchgeführt werden. Den Teilnehmer/innen wird dieser dritte Fragebogen von der Krankenkasse zugeschickt. Dazu werden die Adressen bei der Krankenkasse aufgehoben. Nachdem die Teilnehmer angeschrieben worden sind, wird diese Adresse umgehend gelöscht. Die Fragebögen werden dann also von einem Institut ausgewertet, das weder Namen noch Adressen kennt.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Bitte an Kursteilnehmer/innen zur Mitwirkung an drei kurzen Befragungen zu dem von Ihnen besuchten Kurs!

Mit den Befragungen - vor dem Kurs, nach dem Kurs und nach sechs Monaten - soll herausgefunden werden, welchen Einfluss der Kurs auf Ihre Gesundheit hat. Durch Ihre Mitwirkung helfen Sie, die Angebote weiter zu verbessern!

Die Fragebögen sind anonym: um Ihre drei Bögen später zusammen zu fassen, werden nur die Kursnummer und Ihr Geburtsdatum auf jedem Fragebogen benötigt (denn es ist unwahrscheinlich, dass in einem Kurs zwei Personen am gleichen Tag Geburtstag haben). Die ersten beiden Fragebögen schicken wir nach dem Kurs (ohne Namen, aber mit der Kursnummer) an unser Auswertungsinstitut. Den dritten Fragebogen schicken wir Ihnen in einem halben Jahr mit der Post zu. Dazu brauchen wir Ihre Adresse, die wir nicht weitergeben und nur für das Anschreiben in einem halben Jahr nutzen. Danach wird sie vernichtet. Zusammen mit dem dritten Fragebogen erhalten Sie einen Freiumschlag, mit dem Sie den Fragebogen direkt an unser Auswertungsinstitut schicken können.

Ihre Teilnahme ist natürlich freiwillig. Alle Fragebögen werden also von einem Institut ausgewertet, das weder Ihren Namen noch Ihre Adresse kennt.

Für dieses Verfahren bitten wir Sie, hier Ihre Adresse einzutragen bzw. zu überprüfen:

Name, Vorname:

Straße, Haus-Nr.:

PLZ, Ort:

Ich erkläre mich bereit, an den drei Befragungen teilzunehmen. Ich gestatte der [Krankenkasse], meine ersten beiden Fragebögen ohne meinen Namen an das Auswertungsinstitut zu schicken. Die [Krankenkasse] garantiert mir die Einhaltung des Datenschutzes.

Ort, Datum

Unterschrift

Mindestinhalt für das Anschreiben zur Nachbefragung nach sechs Monaten mit Fragebogen I-3

Anrede,

Sie haben vor etwa einem halben Jahr an einem unserer Kurse teilgenommen. Wir danken Ihnen dafür, dass Sie schon unsere ersten beiden Fragebögen ausgefüllt haben und sich auch mit einer letzten Nachbefragung einverstanden erklärt haben!

Diesen letzten Fragebogen schicken wir Ihnen heute mit der Bitte, ihn möglichst umgehend auszufüllen. Bitte schicken Sie ihn dann mit dem beiliegenden, schon frankierten Umschlag direkt an [Name], unser Auswertungsinstitut. Bitte geben Sie keinen Absender an. Die Auswertung erfolgt anonym, Ihre Adresse lag nur uns vor und wurde jetzt gelöscht, zur Auswertung kommt der Fragebogen ohne Name und Adresse!

Wir danken Ihnen nochmal für Ihre Mitwirkung!
Mit herzlichen Grüßen