

Inhalt des Forschungsvorhabens

Vor dem Hintergrund des demographischen Wandels in vielen westlichen Gesellschaften wird die Gesunderhaltung der älteren Bevölkerung und die Vermeidung von einer der wichtigsten gesundheitspolitischen Aufgaben überhaupt werden. Besonders bedeutsam ist dabei die Förderung von körperlicher Aktivität. Bewegungsmangel gilt als eine der wichtigsten Ursachen von chronisch degenerativen Erkrankungen (Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2018). Im Forschungsprojekt BaSAIt („Verhältnisorientierte Bewegungsförderung und individuelle Bewegungsberatung im Setting ‚Altenwohnheim‘ – ein biopsychosoziales Analyse- und Beratungsprojekt“) bin ich Mitantragstellerin und Co-Projektleitung (PI: Prof. Ansgar Thiel/Univ. Tübingen). Das Projekt wird als eines von deutschlandweit zehn Modellprojekten zur alltagsnahen Bewegungsförderungsforschung im Rahmen des neuen Förderschwerpunkts des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) „Bewegung und Bewegungsförderung“ von 2019-2022 gefördert. BaSAIt zielt darauf, partizipativ Strategien der Bewegungsförderung für das Setting Altenwohnheim zu entwickeln und Erkenntnisse über förderliche bzw. hinderliche Implementationsfaktoren zu generieren. Das Projekt ist eine quasi-experimentelle prä-post Vergleichsstudie: (1) lebensweltliche Settinganalyse zu bewegungsförderlichen und -hemmenden Potenzialen, Bewegungsmustern und -interaktionen, bewegungsbezogenem Klima und körperlicher Aktivität von ‚significant others‘ und (2) bewegungsbezogene Individualanalyse objektiver körperlicher Aktivität und sedentären Verhaltens, geriatrisches Assessment mit etablierten Testverfahren, Aktivitäts- und Gesundheitsbiographie (biographisches Mapping) sowie Motivations-, Aktivitäts-, subjektiver Befindens- und Beschwerdestatus.

In sechs Altenwohnheimen mit 240 Personen werden zwei unterschiedliche Interventionsansätze untersucht. In drei Einrichtungen bezieht sich Analyse und Beratung auf die organisationale und lebensweltliche Ebene, in drei wird die organisationale Ebene mit bewegungsbezogener Individualanalyse und -beratung verknüpft. Es werden die Wirkungen einer primären Organisationsberatung zur Bewegungsförderung mit den Wirkungen einer Verknüpfung von Organisationsberatung und Individualberatung verglichen, sowie die Implementation der Bewegungsförderungsstrategien systematisch evaluiert. In BaSAIt verantworte ich die lebensweltliche Settingsanalyse. In diesem Rahmen führe ich 18 Interviews mit relevanten Akteuren (z.B. Einrichtungsleitung, Pflegedienstleitung, Heimbeirat) sowie Gruppendiskussionen in den sechs Einrichtungen (mit Bewohnenden, Mitarbeitenden, Besuchenden). Darüber hinaus werden strukturierte Vorort-Beobachtungen durchgeführt zur offen-qualitativen, interpretativen sowie kategorial-quantitativen Erfassung von Bewegungsmustern und -interaktionen der Bewohnenden sowie der Interaktion von Bewohnenden, Beschäftigten und Besuchenden.

Meinen Forschungsaufenthalt in Kanada, in Ottawa will ich für eine Ausweitung des Projekts in Form eines internationalen komparativen Vergleichs nutzen. In Deutschland ist der Bereich Bewegungs- und Gesundheitsförderung erst im Laufe des letzten Jahrzehnts Teil öffentlicher Gesundheitspolitik geworden ist (vgl. u.a. INFORM-Deutschlands Aktionsplan für mehr Bewegung und gesunde Ernährung, BMG und BMELV 2008, Nationales Präventionsgesetz 2015 sowie die Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung 2017). Der Bereich Prävention in der Pflege ist ebenfalls mit diesen Entwicklungen verbunden und ist erst dabei seit in Politik und Forschung in

Deutschland etabliert zu werden. Kanada ist bereits seit den 1980ern weltweit einer der Vorreiter im Bereich Gesundheitsförderung (vgl. u.a. Lalonde Report, WHO Ottawa Charta für Gesundheitsförderung 1986, Gründung Public Health Agency 2004). Mein Ziel ist es, vor diesen historisch sehr unterschiedlichen Kontexten für Gesundheitsförderung am Beispiel von Bewegungsförderung zu untersuchen, wie sich der jeweilige Kontext in einem spezifischen Setting, hier Altenheim, manifestiert, welche Unterschiedlichkeiten oder auch Gemeinsamkeiten sich in Rahmenbedingungen und Strukturen identifizieren lassen und inwieweit sich da Räume für gegenseitiges Lernen und Identifikation guter Praxis ausmachen lassen. Für den Vergleich von Rahmen und Strukturen für Bewegungsförderung werde ich in Anlehnung an das Forschungsdesign von BaSAlt in drei Altenheimen in der Region Ottawa eine systematische Beobachtung von Bewegungsinteraktionen und eine Analyse von bewegungsförderlichen bzw. hemmenden Infrastrukturen durchführen, qualitative Experteninterviews in Altenheimen führen sowie Dokumentenanalysen vornehmen.

Prof. Christine Dallaire (Vorsitzende der International Association of Sport Sociology) und Prof. Lucie Thibault haben mich an die Fakultät für Health Sciences der Universität von Ottawa eingeladen. Die Universität Ottawa ist eine der im nordamerikanischen Kontext am besten vernetzten und publikationsbezogen erfolgreichsten Einrichtungen für Sportsoziologie. In den Arbeitsbereichen von C. Dallaire und L. Thibault werde ich erste Ergebnisse aus dem BaSAlt Projekt präsentieren und diskutieren sowie an einer ersten Veröffentlichung auf Basis der Ergebnisse arbeiten und mit den beiden renommierten Forscherinnen besprechen können. Ein weiterer Fokus meiner Forschung liegt auf kritischen und theoretischen informierten gesundheitssoziologischen Zugängen, die dazu beitragen, soziale Determinanten von Gesundheit am Beispiel von Bewegung im Alltag bezogen auf *Walkability* und *Outdoor Play* zu verstehen, zu erklären und beeinflussen zu können, so dass gesunde Wahlmöglichkeiten für eine Gesellschaft als Ganze und einzelne Bevölkerungsgruppen im Besonderen zugänglich werden. Partizipative, explorative qualitative und mixed-methods- Studiendesigns bieten dafür die methodologische Basis. Aufbauend auf meiner konzeptionellen Arbeit in den Bereichen Walkability (Frahsa 2018, Frahsa und Rütten 2014) und Outdoor Play (Frahsa & Thiel in Vorbereitung) möchte ich den Forschungsaufenthalt an der Universität Ottawa idealerweise auch dazu nutzen, erste Kooperationsmöglichkeiten zur Erforschung von Walkability als soziale Praxis in unterschiedlichen soziokulturellen Kontexten, darunter ländliche bzw. remote Regionen, wie der kanadischen Arktis, zu sondieren, besonders mit Blick auf eine zukünftige Entwicklung und Einreichung eines gemeinsamen Projektantrags bei Fördergebern wie der DFG oder den CHIR.