

Schritte im idealtypischen Prozess

Sensibilisierung

Autor: Prof. Dr. Wolfgang Schlicht

Stand: Juni 2021

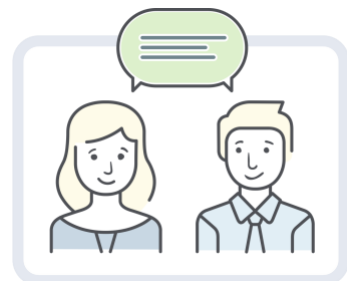
Übersicht aller Schritte im idealtypischen Prozess

- Warum eine Prozessbegleitung?

1. Sensibilisierung
2. Etablierung einer Steuerungsgruppe
3. Entwicklung eines Leitbildes
4. Bestands- und Bedarfsanalyse (IST-Analyse)
5. Handlungsziel- und Strategieentwicklung
6. Prüfung des Finanzierungskonzepts
7. Umsetzung von Maßnahmen
8. Evaluierung und Streuung der Ergebnisse

Auf dem Weg zu einer bewegungsförderlichen Kommune

Um ihre Kommune bewegungsförderlicher zu gestalten, möchten Frau Müller und Herr Maier Mitstreiterinnen und Mitstreiter gewinnen. Denn gemeinsam lassen sich Ideen leichter verwirklichen. Im 1. Schritt „Sensibilisierung“ erfahren Frau Müller und Herr Maier mit welcher Strategie sie am besten Bündnispartnerinnen und -partner gewinnen können und welche Argumente ihnen dabei helfen, sowohl die Gemeindeverwaltung als auch die Bürgerinnen und Bürger davon zu überzeugen, sich mit dem Thema Bewegungsförderung zu befassen.



Hintergrund

Regelmäßige Bewegung trägt maßgeblich zu Wohlbefinden und einem selbstbestimmten Leben im Alter bei. Die gesundheitsschützende, -förderliche und das Wohlbefinden steigernde Wirkung eines körperlich aktiven Lebensstils ist zweifelsfrei belegt [1].

Wie aktiv ältere Menschen im Alltag sind und ob sie in ihrer Freizeit Sport treiben, hängt von ihrer Konstitution und – nicht zuletzt entscheidend – davon ab, ob es ihnen ihre Umgebung, also die Kommune, in der sie leben leicht oder schwer macht, körperlich aktiv zu leben.

Als Akteurin oder Akteur der kommunalen Gesundheitsförderung, die mit Gesundheits- und/oder Seniorenthemen in der Kommune befasst sind, oder als Bürgerinnen und Bürger, denen das Wohlergehen der älteren Gemeindemitglieder am Herzen liegt, wissen Sie, dass ein körperlich aktives Leben der Gesundheit nutzt. Fragen Sie sich daher einmal selbst: Verfügt meine Kommune bereits über attraktive Bewegungsangebote für ältere Menschen? Sind die Angebote bewegungsfreundlich und gut erreichbar? Treffen diese die Erwartungen der älteren Menschen? Oder sind die Angebote im Gegenteil schwer zugänglich? Sind Alltagsziele (z. B. Geschäfte, Arztpraxen) weit von der eigenen Wohnung entfernt? Sind Straßen, Plätze und Gehsteige schlecht beleuchtet? Erwecken Straßen oder Plätze den Eindruck, sich dort nicht sicher bewegen zu können? Führen Wege an verwahrlosten Flächen (z. B. vermüllt) und Gebäuden (z. B. eingeschlagene Fensterscheiben) vorbei? Münden Wege in Sackgassen? Wenn diese Fragen mit „ja“ beantwortet werden müssen, werden Bewegungsangebote ebenso wie die gesamte Umgebung von älteren Menschen eher gemieden. Statt zu Fuß oder mit dem Rad, bewegen sie sich im öffentlichen Raum mit dem Auto, Taxi oder Bus, oder – vor allem ältere Menschen über 80 Jahre – bleiben lieber zu Hause und ziehen sich aus dem öffentlichen Leben zurück. Es drohen soziale Isolation und Einschränkungen der persönlichen Mobilität.

Politisch (z. B. Gemeinderätinnen und -räte) und administrativ Verantwortliche (z. B. Bürgermeisterin oder -meister) wie auch zivilgesellschaftliche Akteurinnen und Akteure (z. B. in Vereinen, Seniorenbeiräte) können eine Menge tun, um eine Kommune bewegungsförderlicher zu gestalten [2,3].

Was können Sie tun ?

Damit überhaupt Maßnahmen ergriffen werden, um bewegungsförderliche Strukturen zu schaffen, müssen Sie politisch und administrativ verantwortliche Personen, aber auch die Bürgerinnen und Bürger, für das Thema sensibilisieren. Die Bereitschaft muss geweckt und die Zustimmung der kommunalen Gremien eingeholt werden, um Strukturen zu verändern. Die bewegungsförderliche Kommune soll als Politikfeld identifiziert und dieses Ziel von der Bevölkerung unterstützt werden. Folgende Fragen sollten Sie dabei mitdenken:

- Wollen auch die politisch und administrativ Verantwortlichen die *bewegungsförderliche Kommune*?
- Bedenken sie die Gesundheit der älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger, wenn sie über neue Baugebiete, Straßenzüge, die Ansiedlung von Gewerbe und Dienstleitungen, die Installation von Wegebeleuchtungen, die Einrichtung und Pflege von Grünanlagen beraten oder über Einrichtungen entscheiden, die der Freizeitgestaltung dienen?
- Weiß die Bevölkerung, dass es wichtig wäre, die Umwelt bewegungsförderlich zu gestalten, um es älteren Menschen einfacher zu machen, im Alltag und in der Freizeit aktiv zu sein?
- Wissen die älteren Menschen Ihrer Gemeinde, dass regelmäßige körperliche Aktivität ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit stärken und so einem „**gelingenden/gesunden Altern**“ zuträglich sind?

Gelingendes / gesundes Altern

wird in den Alternswissenschaften (Gerontologie) und in Public-Health-Ansätzen uneinheitlich definiert. Am ehesten gibt es eine Verständigung auf zentrale Komponenten, die ein „gesundes Altern“ ausmachen [4]. Genannt werden eine subjektiv zufriedenstellende Qualität der Lebensgestaltung, eine altersangepasste Gesundheit mit nur wenig chronischen Erkrankungen, Autonomie in der Alltagsbewältigung, wenig Behinderungen und Einschränkungen, keine oder nur milde kognitive Beeinträchtigungen, aktive soziale Teilhabe und gesundheitsförderliches Verhalten (körperlich aktiv sein, ausgewogen ernähren, kein Substanzmissbrauch, wie Alkohol oder Rauchen).

Der Weg auf die politische Agenda

Es empfiehlt sich, die folgenden beiden Aufgaben des Agenda-Settings zu bearbeiten.

- Zum einen soll sich die Kommune Bewegungsförderung als Globalziel auf ihr Fahne schreiben. Sie soll eine Vision entwickeln („polity“).
- Zum anderen sollen bei politischen und administrativen Entscheidungen auf allen Politikfeldern Möglichkeiten bedacht und nachhaltig geschaffen werden, die es älteren Bürgerinnen und Bürgern erleichtern, körperlich aktiv zu sein („policy“).

Bewegungsförderung ist eine kommunale Querschnittsaufgabe. Um die beiden Aufgaben lösen zu können, bedarf es entsprechender Strukturen und verbindlicher Prozessabläufe.

Bündnispartner gewinnen

Es ist hilfreich, ein Interessen-Bündnis zu schmieden, dem beispielsweise

- Gemeinderätinnen oder -räte,
- Angehörige von Bürgerinitiativen,
- Journalistinnen und Journalisten,
- Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler

angehören können. Die Mitglieder des Interessen-Bündnisses sollten (am besten) meinungsgebend wirken (z. B. Vorstände des Handels- und Gewerbevereins, Vereins-, Kirchenvorstände) (siehe dazu auch [6]). Da das Interessen-Bündnis durch diese Überzeugung getragen wird [7], wäre es gut, den Bündnismitgliedern mit Daten und Fakten ([Bewegung im Alter - Internationale und nationale Empfehlungen](#), [Bewegungsförderung in der Lebenswelt Kommune](#), [Bewegungsförderung in der Lebenswelt Pflegeeinrichtung](#)) zu verdeutlichen, dass regelmäßige körperliche Aktivität die Gesundheit und das Wohlbefinden der älteren Menschen entscheidend beeinflusst [7]. Die Interessen-Bündnisse könnten herausstellen, welche Umwelt-Elemente (z. B. Parks, öffentliche Plätze, Rad- und Gehwege) es älteren Menschen im Alltag und in der Freizeit erleichtern, [aktiv zu sein](#). Sie könnten betonen, dass nicht nur der ältere Mensch, sondern auch das Ansehen der Gemeinde gewinnt, wenn die bewegungsförderliche Kommune auf der Tagesordnung kommunaler Entscheidungen steht.

Die Initiative ergreifen

Um die Agenda hin zur bewegungsförderlichen Kommune zu beeinflussen, könnten Sie sich an einer Vierfelder-Matrix orientieren (siehe Tabelle 1) und mit den Mitgliedern des Interessen-Bündnisses diskutieren, von wem die Initiative für die bewegungsförderliche Kommune ausgehen könnte oder wo sich bereits erste Anzeichen für eine entsprechende Initiative zeigen. Eine Initiative kann von politisch verantwortlichen Personen und Gremien (z. B. der Bürgermeister/Bürgermeisterin, dem Gemeinderat) oder von zivilgesellschaftlichen Gruppen ausgehen (z. B. Sportverein, Seniorenrat). Auch wäre wichtig einzuschätzen, ob es für das Thema öffentlichen Rückhalt geben wird oder bereits gibt. Der Rückhalt kann stark (siehe Handlungsempfehlung I und III) oder schwach (siehe Handlungsempfehlung II und IV) sein. Die vier Varianten (zwei für die Initiative und zwei für den Rückhalt) ergeben eine Vierfelder-Matrix des Agenda-Settings.

Tabelle 1: Vierfelder-Matrix des Agenda Settings und empfohlene Handlungen (angelehnt an [7])

| Die Initiative geht aus von ... | Der öffentliche Rückhalt ist stark | Der öffentliche Rückhalt ist schwach |
|--|--|--|
| politisch verantwortlichen Akteurinnen und Akteuren (z. B. der Bürgermeister/Bürgermeisterin, dem Gemeinderat, Amtsspitze der Kommune) | Handlungsempfehlung I: Das Thema ist „reif“, den weiteren Prozess planen und umsetzen | Handlungsempfehlung II: Sich mit den politisch verantwortlichen Personen verbünden, um in der Bevölkerung für die <i>bewegungsförderliche Kommune</i> zu werben und den Rückhalt für das Thema zu stärken |
| zivilgesellschaftlichen Gruppen (z. B. Sportverein, Seniorenrat) | Handlungsempfehlung III: „ Advocacy-Agents “ (Interessensvertreterinnen und -vertreter) suchen, d. h. Menschen, die Türen zu den politisch verantwortlichen Personen öffnen | Handlungsempfehlung IV: Gelegenheitsfenster abwarten und nach Anschlussfähigkeit zu anderen Politikfeldern (z. B. zur Stadtplanung) suchen |

Für jede Konstellation, die in den Zellen I bis IV der Vierfelder-Matrix des Agenda-Settings beschrieben wird, bieten sich geeignete Handlungsempfehlungen an:

→ **Handlungsempfehlung I:**

In dieser Konstellation treiben die politisch Verantwortlichen das Thema bereits an, auch weil der öffentliche Rückhalt für die bewegungsförderliche Kommune stark ist. Das Thema ist gleichsam „reif“.

Was könnten Sie hier tun? Finden Sie diese Konstellation vor, dann haben Sie vergleichsweise ein leichtes Spiel. Wenn die zuständigen Gremien Sie beauftragen, den Auf- und Ausbau gesundheits- und bewegungsförderlicher Strukturen weiter voranzutreiben, ist es empfehlenswert, zunächst eine Steuerungsgruppe einzurichten, mit der Gruppe ein Leitbild zu formulieren, den Ist-Zustand zu analysieren, konkrete Ziele, Strategien und Handlungen zu planen, ein Finanzierungskonzept zu prüfen, Programme, Maßnahmen und Aktivitäten umzusetzen und deren Wirkung zu bewerten.

→ **Handlungsempfehlung II:**

Auch in dieser Konstellation treiben die Verantwortlichen das Thema bereits an, der öffentliche Rückhalt ist aber schwach. Die Zivilgesellschaft erkennt keine Notwendigkeit, sich des Themas anzunehmen und will auch nicht, dass Ressourcen dafür verwendet werden. In der Konstellation (II) steht dem Thema ein beschwerlicher Weg bevor.

Was könnten Sie hier tun? Gemeinsam mit den Mitgliedern des Interessen-Bündnisses könnten Sie sich mit den politisch verantwortlichen Personen verbünden, um in der Bevölkerung für die Schaffung einer bewegungsförderlichen Kommune zu werben und den Rückhalt für das Thema zu stärken.

→ **Handlungsempfehlung III**

Eine Interessengruppe der Zivilgesellschaft (z. B. ein Sportverein) wird initiativ und hat – aufgrund ihres meinungsgebenden Einflusses – starken öffentlichen Rückhalt. In dieser Konstellation sind es die kommunal Verantwortlichen (z. B. Gemeinderätinnen und -räte), die von der Wichtigkeit und Dringlichkeit des Themas überzeugt werden müssen.

Was könnten Sie hier tun? Fragen Sie sich, wer einen Draht zu den politischen Akteurinnen und Akteuren (z. B. zu den Fraktionsvorständen des Gemeinderats) und/oder zur Amtsspitze (z. B. zur Bürgermeisterin oder dem Bürgermeister) hat? Das ist Ihr **Advocacy-Agent**, also Ihre Interessenvertreterin oder Ihr Interessenvertreter. Advocacy-Agent könnte ein Mitglied des Interessen-Bündnisses sein. Vielleicht benötigen Sie aber auch keinen Türöffner, weil Ihnen die Türen aufgrund Ihres Status und Ihrer Rolle in der Kommune bereits offenstehen? Das könnte zutreffen, wenn Sie als Gesundheits- oder Seniorenbeauftragte oder -beauftragter an die Gremien oder die Amtsspitze berichten.

→ Handlungsempfehlung IV

Eine Interessengruppe aus der Zivilgesellschaft wird initiativ, hat aber nur schwachen öffentlichen Rückhalt. In der Konstellation wird es schwierig, das Thema auf die Agenda zu bringen und noch schwieriger, es dort nachhaltig zu verankern.

Was könnten Sie hier tun? Warten Sie auf ein Gelegenheitsfenster, um das Thema in der Kommune zu behandeln (z. B. COVID-19 und die hohe Vulnerabilität multimorbider älterer Menschen für schwere und tödliche Krankheitsverläufe). Sie könnten auch andere Politikfelder, zu denen die bewegungsförderliche Kommune anschlussfähig ist (z. B. ein kommunales Mobilitätskonzept), als Trittbrett und als Eintrittspforte für das eigene Ziel nutzen.

Advocacy Agents

sind Gemeindemitglieder, die von den politisch und administrativ verantwortlichen Personen (an)gehört werden und deren Entscheidungen beeinflussen können [8].

Die richtigen Argumente finden

Neben der Orientierung an der Vierfeldermatrix des Agenda-Settings gibt es weitere Empfehlungen, damit Ihre Argumente für eine bewegungsförderliche Kommune überzeugen [9]:

1. Formulieren Sie eindeutig (Zweifel sind im Agenda-Setting nicht zielführend).
2. Wecken Sie gesellschaftliche Betroffenheit (z. B. die Altersverteilung der Kommune).
3. Drängen Sie auf eine unmittelbare Umsetzung (wie z. B. „wenn man sich heute nicht kümmert, werden Änderungen für viele zu spät kommen“).
4. Formulieren Sie einfach (vermeiden Sie Fachbegriffe).
5. Laden Sie das Thema symbolisch auf (z. B. an die Werte in der Kommune anschließen, wie „Wir sind eine Kommune, in der man sich umeinander kümmert!“).
6. Schließen Sie an Routinevorgänge an (Wird bereits an einen Umbau und/oder eine strategische Neuausrichtung der Kommune gedacht?).

Wie können Sie vorgehen?

Sie könnten schrittweise vorgehen:

- 1.** Verbünden Sie sich mit anderen Personen in Ihrer Kommune in einem *Interessen-Bündnis*. Den Mitgliedern des Interessen-Bündnisses sollte das Wohlergehen der älteren Gemeindemitglieder ein Anliegen sein. Sie sollten sich für die *bewegungsförderliche Kommune* begeistern und sich engagieren wollen, damit bewegungsförderliche Strukturen auf- und ausgebaut werden.
- 2.** Überlegen Sie gemeinsam mit den Mitgliedern des Interessen-Bündnisses, von wem die Initiative ausgehen kann und wie stark der öffentliche Rückhalt ist, um die politischen Verantwortlichen und die Bevölkerung zu motivieren, das Ziel der bewegungsförderlichen Kommune auf die Agenda zu setzen. Aus den Konstellationen ergeben sich geeignete Handlungsempfehlungen (siehe Tabelle 1).
- 3.** Haben politisch und administrativ Handelnde die bewegungsförderliche Kommune auf die Agenda gesetzt und erfährt das Ziel starken öffentlichen Rückhalt, können Sie im Planungs- und Umsetzungsprozess vorangehen. Planen Sie weitere Schritte, um das Ziel zu erreichen.
- 4.** Lassen Sie in Ihrem Wirken nicht nach, wenn kommunal Verantwortliche und die Öffentlichkeit sensibilisiert sind. Eine politische Agenda ändert sich schnell – Politikfelder konkurrieren. Andere Themen werden von anderen Interessengruppen vorangetrieben, und Mandatsträgerinnen und -träger und die Amtsspitze widmen einem Thema meist nur für eine begrenzte Zeit Aufmerksamkeit.

Literatur

1. World Health Organization (2020): WHO Guidelines on physical activity and sedentary behaviour. WHO press, Geneva. https://www.who.int/health-topics/physical-activity#tab=tab_1
2. Bödeker M, Reyer M. Auswirkungen der Walkability auf Senioren. Walkability: Das Handbuch zur Bewegungsförderung in der Kommune [Internet]. 2014 [zitiert 28. Juni 2021]; Verfügbar unter: <https://pub.uni-bielefeld.de/record/2652274>
3. Sallis JF, Cervero RB, Ascher W, Henderson KA, Kraft MK, Kerr J. An ecological approach to creating active living communities. *Annu Rev Public Health*. April 2006;27(1):297–322.
4. Hans-Joerg Ehni. „Gelingendes“ und „gesundes“ Alter(n) in der pluralistischen Gesellschaft. Systematische Übersicht ethischer Fragen -Schlussbericht. 2020 [zitiert 28. Juni 2021]; Verfügbar unter: <http://rgdoi.net/10.13140/RG.2.2.24820.37767>
5. Kingdon JW. Agendas, alternatives, and public policies [Internet]. Boston: Little, Brown; 1984 [zitiert 28. Juni 2021]. Verfügbar unter: <http://catalog.hathitrust.org/api/volumes/oclc/10277820.html>
6. Kaba-Schönstein L. Gesundheitsförderung 1: Grundlagen. Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. In: BZgGA (Hrsg.) Leitbegriffe der Gesundheitsförderung. BZgA, Köln. Verfügbar unter: <https://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheitsfoerderung-1-grundlagen/>; letztmalig zugegriffen Juni 2021
7. Howlett M, Ramesh M, Perl A. *Studying Public Policy: Principles and Processes*. Fourth Edition. Oxford, New York: Oxford University Press; 2020. 416 S.
8. Loue S. Community health advocacy. *Journal of Epidemiology & Community Health*. 1. Juni 2006;60(6):458–63.
9. Schneider V, Janning F. Politikfeldanalyse: Akteure, Diskurse und Netzwerke in der öffentlichen Politik [Internet]. VS Verlag für Sozialwissenschaften; 2006 [zitiert 28. Juni 2021]. (Grundwissen Politik). Verfügbar unter: <https://www.springer.com/de/book/9783531145495>