



## Kurzdarstellung der Evaluationsergebnisse des Projekts „STAI VIT“

### Projektdaten

- *Projektzeitraum:* Dezember 2015 – November 2017
- *Ziel:* Verbesserung der Teilhabe von Menschen mit Sehschädigungen in beruflichen Bildungseinrichtungen
- *Inhalt:* Implementierung und Verbreitung eines in einem von BMAS geförderten nationalen Projekt entwickelten Schulungskonzepts für die Ausbildung von Sporttrainer\_innen; Durchführung von Sportkursen für Menschen mit Sehschädigung auf Grundlage des Schulungskonzepts
- *Erwartete Ergebnisse:* Erhöhung der körperlichen Aktivität der Teilnehmer\_innen (TN) während der Rehabilitation; Verbesserung ihrer Lebensqualität und der sport- bzw. freizeitbezogenen Teilhabe
- *Methodik:* Fragebogenerhebung unter allen TN der Kurse an drei Messzeitpunkten (t1-t3)

### Stichprobe

- *Anzahl der TN:* 30 Personen aus Italien, Rumänien und Bulgarien (20 Frauen, 10 Männer)
- *Durchschnittliche Sehschärfe:* 5,16%
- *Durchschnittliches Alter:* 30 Jahre, Standardabweichung = 11,49

### Evaluationsergebnisse

- Die durchschnittliche körperliche Aktivität der TN stieg von t1 zu t2 signifikant ( $p=.004$ ) von 4573 auf 5695 MET-min/Woche und sank zu t3 wiederum leicht auf 5064 MET-min/Woche. Alle Werte liegen im Bereich einer hohen körperlichen Aktivität. Der Body-Mass-Index (BMI) der TN lag durchgehend bei ca. 23 kg/m<sup>2</sup>.
- Die durchschnittliche Selbstwirksamkeitserwartung der TN stieg von t1 zu t2 signifikant an ( $p=.011$ ). TN mit hoher körperlicher Aktivität weisen durchschnittlich höhere Werte bei der Selbstwirksamkeitserwartung vor als TN mit moderater bzw. niedriger Aktivität.
- Die Mittelwerte der Lebensqualität (LQ) verbesserten sich in allen betrachteten Kategorien. Die mittlere soziale Lebensqualität stieg von t1 zu t2 sogar signifikant ( $p=.003$ ).
- Die LQ-Werte der rumänischen TN liegen signifikant über rumänischen Referenzwerten ( $p=.003-.008$ ). Die italienischen Werte liegen oberhalb jeweiliger Referenzwerte, zu t2 in den Bereiche psychologischer ( $p=.035$ ) und sozialer ( $p=.016$ ) LQ ebenfalls signifikant. Die bulgarischen Werte liegen im Bereich der sozialen LQ an t1-t3 signifikant höher als entsprechende Referenzwerte ( $p=.033-.011$ ), in den restlichen Kategorien der LQ jedoch darunter und in der physischen LQ an t1-t3 signifikant niedriger ( $p=.011$ ).
- Die Mittelwerte der sozialen LQ jedes Landes sind an mindestens einem Messzeitpunkt signifikant höher als die jeweiligen nationalen Referenzwerte. Die Teilnahme an den Sportkursen scheint sich also besonders positiv auf das soziale Wohlbefinden auszuwirken.
- Die Mittelwerte der LQ der Personen mit hoher körperlicher Aktivität liegen nicht immer höher als die der Personen mit mittlerer Aktivität, beide jedoch immer über denen der Personen mit niedriger Aktivität. Mehr Sport scheint also nicht immer automatisch höhere Lebensqualität zu bewirken. Nur bei der sozialen Lebensqualität liegen die durchschnittlichen Werte der Personen mit hoher körperlicher Aktivität immer über denen derer mit mittlerer Aktivität, hier scheint sich Sport also besonders positiv auszuwirken.
- Es liegen keine signifikanten Geschlechterunterschiede bezogen auf die Lebensqualität, Selbstwirksamkeitserwartung oder körperliche Aktivität der TN vor.