

## Capabilities for an active lifestyle - Basisleitfaden

Ebenen	Leitfragen
Individuell:	<p>Wenn Sie ganz allgemein an körperliche Aktivität bei Ihrer Altersgruppe denken, was gehört Ihrem Verständnis nach alles dazu?</p> <p>Wie wichtig ist es für Sie persönlich sich zu bewegen? Warum?</p> <p>Wenn Sie an ihren Alltag denken, was sind Faktoren die Ihre Möglichkeiten sich zu bewegen beeinflussen?</p> <p><i>Evtl. Nachfragen:</i> Welche Barrieren gibt es, aufgrund derer Sie sich nicht so viel Bewegen können, wie sie das gerne möchten?</p> <p>Wenn Sie an Ihren Tagesablauf denken, zu welcher Tageszeit bewegen Sie sich am meisten?</p> <p>Welche Möglichkeiten haben Sie in Ihrer Freizeit, um sich zu bewegen?</p> <p>Gibt es noch Bewegungsmöglichkeiten, die Sie bislang nicht genannt haben?</p>
Soziales Umfeld: Familie, Freundeskreis	<p>Für wie wichtig erachten Sie z.B. den Einfluss, den Ihre Familie oder Freunde auf Ihr Bewegungsverhalten haben?</p> <p>Haben Sie die Möglichkeit, sich zusammen mit einer Person aus Ihrer Familie oder mit Freunden zu bewegen?</p>
S T R U K T U R E L L	<p><b>Ausbildungsstätte/ Arbeitsplatz</b></p> <p>Jetzt würde mich interessieren, welche Möglichkeiten Sie haben, um an Ihre Ausbildungsstätte/Arbeitsplatz zu gelangen? Welche Beförderungsmittel nutzen Sie?</p> <p>Welche Rolle spielt Bewegung an Ihrem Arbeitsplatz?</p> <p>Welche Möglichkeiten haben Sie an Ihrem Arbeitsplatz, um sich zu bewegen?</p> <p>Welchen Einfluss hatte der Ausbildungs-/Arbeitsbeginn auf ihr Bewegungsverhalten?</p> <p><i>Event. Nachfrage:</i> Bewegen Sie sich nun mehr oder anders?</p>
	<p><b>Verein, Sportgruppe</b></p> <p>Wie wichtig ist das lokale Sport- und Bewegungsangebot für Sie persönlich, um sich zu bewegen?</p> <p><i>Evtl. Nachfrage:</i> Haben Sie die Möglichkeit, einen Sportkurs zu besuchen?</p> <p><u>Wenn kein Kurs besucht wird:</u></p> <p>Welche Gründe gibt es für Sie, keinen Sportkurs zu besuchen?</p> <p><u>Wenn Kurs besucht wird:</u></p> <p>Wie beurteilen Sie das bestehende Angebot?</p> <p>Welche Veränderungen würden Sie sich wünschen?</p>

		<p>Welche Möglichkeiten fallen Ihnen ein, sich über lokale Sport- und Bewegungsangebote zu informieren?</p> <p><u>Event. Nachfrage:</u> Wenn Sie Informationen zu einem Sportangebot einholen möchten, wie gehen Sie vor?</p> <p>Was könnte bei der Bewerbung von Angeboten verbessert werden, um Personen Ihrer Altersgruppe besser zu erreichen?</p>
	<b>Diskriminierung/ Benachteiligung</b>	<p>Sind Sie in Ihren Bewegungsmöglichkeiten in irgendeiner Weise benachteiligt? Gibt es Gründe, warum Sie nicht an einem gewünschten Sportkurs teilnehmen könnten?</p> <p>Wie beurteilen Sie das jeweilige Bewegungsangebot für Frauen und Männer in dieser Altersgruppe?</p> <p><u>Event. Nachfrage:</u> Gibt es hier Unterschiede?</p>
	<b>Wohnort</b>	<p>Welche Möglichkeiten haben Sie in Ihrer Wohnumgebung, um sich zu bewegen? Welche Maßnahmen wären Ihrer Meinung nach hier in der Stadt/ dem Wohnort notwendig, um mehr Bewegungsmöglichkeiten für junge Erwachsene zu schaffen?</p> <p><u>Event. Nachfrage:</u> Was fehlt hier Ihrer Meinung nach?</p>
<b>Abschluss</b>		<p>Gibt es noch etwas, was Sie dem Gespräch hinzufügen möchten? Vielleicht ein wichtiger Aspekt, der bisher gar nicht erwähnt wurde?</p> <p>Damit sind wir am Ende des Interviews angekommen.</p> <p>Ich danke Ihnen ganz herzlich, dass Sie sich die Zeit genommen haben mit mir zu sprechen.</p>