

## **Abstract zur Diplomarbeit**

### **Motivation zur Mobilität**

Einflussfaktoren auf die Motivation zur Teilnahme an einem mobilitätsfördernden Angebot einer dipl. Aktivierungsfachperson HF

**Ramona Rosa, AT 17-20**, Eingereicht zur Diplomerreichung als Aktivierungsfachfrau HF an der Höheren Fachschule medi | Zentrum für medizinische Bildung | Aktivierung

### **Einleitung**

Mobilität ist ein Thema, welches im Alter an Bedeutung gewinnt. Jedoch ist die Motivation, diese aufrecht zu erhalten, nicht selbstverständlich gegeben.

### **Ziele und Fragestellungen**

In dieser Diplomarbeit werden mögliche Faktoren definiert, welche die intrinsische und extrinsische Motivation zur Teilnahme an einem Bewegungsangebot der Aktivierung beeinflussen können.

Fragestellung: Welchen Beitrag kann eine dipl. Aktivierungsfachperson HF leisten, damit Klientinnen und Klienten eines Alters- und Pflegeheimes motiviert sind, ihre Mobilität durch ein Bewegungsangebot zu erhalten und zu fördern, und welche Einflussfaktoren auf die intrinsische und extrinsische Motivation muss sie dabei beachten?

Nebenfragestellung: Sind die Einflussfaktoren auf die intrinsische oder die extrinsische Motivation für die befragten Klientinnen und Klienten des Alters- und Pflegeheims bedeutender?

Schlüsselbegriffe: Mobilität, Bewegung, Motivation, intrinsische und extrinsische Motivation, Einflussfaktoren auf die Motivation

### **Methodik**

In der Diplomarbeit wird die Definition der extrinsischen und intrinsischen Motivation nach Heckhausen (2018) und die Selbstbestimmungstheorie der Motivation nach Deci und Ryan (2012) erläutert. Die definierten Einflussfaktoren werden basierend auf diesen Theorien den Motivationsformen zugeteilt. Die Faktoren werden in der Praxis mit einer Mobilitätsgruppe bewertet und diskutiert. Nach der praktischen Arbeit werden die Ergebnisse kritisch hinterfragt, woraus Schlussfolgerungen für die Anwendung der Einflussfaktoren in der Praxis einer Aktivierungsfachperson gezogen werden.

### **Ergebnisse / Resultate**

In der Literatur wird die intrinsische Motivation als langfristig und erstrebenswert beschrieben, denn sie entsteht durch die Freude an der Tätigkeit selbst. Extrinsische Motivation wird hingegen eher als kurzfristig dargestellt. Die definierten Einflussfaktoren auf die extrinsische Motivation sind positive Konsequenzerwartung und soziale Anerkennung. Auf die intrinsische Motivation wirken die Selbstwirksamkeitserwartung, das Interesse, das Gemeinschaftsgefühl, die Beziehung zur Leitung, die selbstbestimmte Handlungsplanung und die Biografie.

### **Diskussion und Schlussfolgerungen**

Eine dipl. Aktivierungsfachperson HF kann die Einflussfaktoren auf die intrinsische und extrinsische Motivation individuell unterstützen. Welche Motivationsform für die Klientinnen und Klienten bedeutender ist kann nicht abschliessend geklärt werden. In der Diplomarbeit bestätigt sich, dass die Unterstützung der intrinsischen Motivation die Freude an einem Bewegungsangebot fördern kann. Diese Unterstützung deckt sich mit Kernaufgaben einer dipl. Aktivierungsfachperson HF und kann so in ihre Arbeit integriert werden.

Bern, 01. Mai 2020