

Zum Methodenkoffer



Inhalt dieser Seite:

[Einführung](#)

[Unsere Vorstellung von Lernen im Alter](#)

[Rolle der Helfenden](#)

[Umgang mit dem Methodenkoffer](#)

Statistiken zeigen immer noch sehr deutlich, dass ältere Menschen in der Anwendung digitaler Medien und Instrumente anderen Altersgruppen nachstehen. In Corona-Zeiten hat die Nutzung zwar auch bei Älteren zugenommen, wir übersehen aber häufig die Menschen, die nicht online sind und vereinsamen.

Die Arbeitsgruppen des Forum Seniorenarbeit haben sich in den Jahren 2018 bis 2020 aus unterschiedlichen Perspektiven mit Fragestellungen zum Thema Digitalisierung im Arbeitsfeld intensiv auseinandergesetzt. Das Querschnittsthema „Wie können wir älteren Menschen den Einstieg in die digitale Welt erleichtern?“ haben wir als gemeinsame Initiative aufgegriffen. Mit diesem Methodenkoffer möchten wir **einfache Beispiele** zeigen und Impulse vermitteln, wie Angebote für ältere Menschen gestaltet werden können. Wir berücksichtigen dabei vor allem die Aspekte, die eine **Integration in den Regelbetrieb bestehender Strukturen** ermöglichen. Wir möchten vorhandene Angebote nicht ersetzen, sondern um neue Bausteine ergänzen. Wir richten uns in gleicher Weise **an ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter*innen** in Verbänden, Kommunen, Organisationen und Initiativen, die wohnortnahe Angebote für ältere Menschen gestalten (möchten).

Unsere Vorstellung von Lernen im Alter

Wir gehen davon aus, dass ältere Menschen dann besonders gut angesprochen werden können, wenn sie sich mit Themen auseinandersetzen sollen, **die eine Relevanz für ihren eigenen Alltag** haben. Dies sind beispielsweise die eigenen Hobbys, Mobilität und Reisen und alles was mit Kommunikation mit Angehörigen, Freunden und dem eigenen Engagement zu tun hat.

Lernen fällt leichter, wenn sie (und wir) es **mit anderen gemeinsam** tun. Wir benötigen das Gespräch als Feedback-Kanal, um das Gelernte zu überprüfen und ggf. aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten. Wir benötigen **schnelle Lernerfolge, also kleine Schritte (und Wiederholungen)**, um mit Enthusiasmus und Engagement bei der Sache zu bleiben.

Es spielt aus unserer Sicht eine große Rolle, dass Gelerntes „mit nach Hause“ genommen werden

kann. Wir empfehlen, sofern es möglich ist, mit den Menschen an **ihrer eigenen Technik** zu arbeiten. Technische Arbeitsumgebungen sind so individuell, dass der Transfer auf die eigene Situation schwerfällt, wenn ich an anderen Geräten gelernt habe.

Nicht zuletzt sollten die Angebote **wohnortnah** erfolgen. Wir benötigen Lernorte und -formate, die die fehlende „Fünf-Minuten-Pause“ oder die Kolleg*innen auf der Arbeit ersetzen. Orte, an denen wir in einem geschützten Rahmen vermeintlich einfache Fragen stellen dürfen und auch mal etwas ausprobieren können. Eine angenehme und vertrauensvolle **Lernatmosphäre** hängt wesentlich von der Kultur der einladenden Organisationen und Personen ab.

Rolle der Helfenden

Unsere Erfahrungen zeigen, dass die vielen (aber bei weitem nicht ausreichenden) bundesweit existierenden Initiativen **zu einem großen Teil von ehrenamtlichen Mitarbeitenden getragen** werden.

Die dahinterstehenden Organisationen und Initiativen **verfügen in der Regel über geringe Budgets**. Förderprogramme sind zeitlich begrenzt.

Der Methodenkoffer versucht auch diesem Aspekt Rechnung zu tragen, indem die dargestellten Beispiele in der Regel **keine hohen finanziellen Investitionen** in Sachmittel erfordern.

Wir gehen aber davon aus, dass für die Gruppe der engagierten Menschen, die sich bereit erklären, anderen zu helfen, **eine eigene innere Organisation hilfreich** ist. Hier kann und sollte, wenn vorhanden, eine Begleitung durch eine hauptamtliche Person erfolgen. Diese sollte den äußeren Rahmen bereitstellen, Ressourcen ermöglichen, die Qualifizierung und Begleitung der Helfenden organisieren und Stütze sein und Halt geben.

Damit ehrenamtliche Mitarbeitende auch längerfristig bereit sind, ihre Zeit zur Verfügung zu stellen, muss es ihnen Freude bereiten. Wir haben wir Erfahrungswerte zusammengetragen, die motivationssteigernd wirken:

- Auch das Engagement sollte mit anderen zusammen ausgeübt werden, z.B. durch gemeinsame „Fallbesprechungen“ und Austauschrunden.
- Die Tätigkeiten und Themen des Engagements sollten an vorhandene Kompetenzen andocken.
- Eine oft nicht ausgesprochene Erwartung an Engagement ist, sich persönlich (und fachlich) weiterzuentwickeln.
- Ermöglichen sie es, dass das Engagement an Technik ausgeübt wird, mit der sich die Helfenden auskennen. Dies sollte aber nicht die eigene Technik der Engagierten sein (Nähe und Distanz).
- Sorgen Sie für verbindliche Ressourcen, Strukturen und Ansprechpersonen. Die meisten Engagierten führen ihre Tätigkeiten auch mit höchstem Verantwortungsbewusstsein und Gewissenhaftigkeit durch.
- Engagement muss in den Alltag der in der Regel auch älteren Engagierten integrierbar sein. Es ist freiwillig.
- Im Umgang mit anderen Menschen und deren Technik ist es von Vorteil, in der Gruppe zu Beginn gemeinsame Regeln und Verhaltensweisen festzulegen. Dies ist beispielsweise sinnvoll, wenn sie mit Passwörtern in Berührung kommen, zur Übernahme von Tätigkeiten aufgefordert werden oder Einblick in sehr persönliche Kommunikation erhalten sollen.
- Gleichzeitig ist Engagement aber auch eine Möglichkeit der Selbstentfaltung und erfordert einen gewissen Spielraum der (Mit-)Gestaltung.
- Auch das Engagement sollte wohnortnah möglich sein.

Nicht zuletzt sollten wir nie vergessen, dass wir auf absehbare Zeit im Zeitalter fortschreitender Digitalisierung immer auch selbst Lernende sind.

Umgang mit dem Methodenkoffer

Der Methodenkoffer konzentriert sich auf Beispiele, die einen ersten Zugang zu Technik ermöglichen oder in der Einstiegsphase behilflich sind. Sie sollen neugierig machen und ggf. eine Hilfe zur Selbsthilfe ermöglichen. Wir sehen das Miteinander-Lernen als Kernelement an und möchten eine nachbarschaftliche Hilfe im technischen Bereich anstoßen.

Die verschiedenen technischen Umgebungen und Anwendungen führen sehr schnell zu ausdifferenzierten Fragestellungen. Hierzu sind örtliche Bildungswerke oder auch gewerbliche Anbieter (gerade bei Hardware-Problemen) ggf. die besseren Ansprechpersonen. Hier ist es wichtig, die eigenen Grenzen zu (er)kennen und sich ggf. auch zurückzunehmen.

Längerfristige Technikbegleitung haben wir teilweise aufgenommen, vor allem als Variationsmöglichkeiten einzelner Beispiele. Sie setzen aber voraus, dass bereits ein Zugang und ggf. ein Grundwissen existieren.

Wir möchten Ihnen als ehrenamtliche oder hauptamtliche Gestalter*innen einen bunten Blumenstrauß offerieren, aus dem Sie sich Ideen herausnehmen können, die auf Ihre Situation zutreffen. Mit zunehmender Erfahrung werden Sie diese frei interpretieren, variieren und weiterentwickeln.

Es wird auf eine hierarchische Kategorisierung verzichtet. Stattdessen finden Sie [ein Schlagwortverzeichnis](#), das Ihnen den Zugang ermöglicht. Jede Methode passt in der Papierversion genau auf ein DIN A4 Blatt in einem vorgegebenen Format. Damit verzichten wir auf übermäßige Ausformulierungen und Sie können Ihren Erfahrungen und Fantasien freien Lauf lassen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit dem Methodenkoffer und laden Sie ein, auch [Ihre Erfahrungen mit anderen zu teilen](#).