Fotonachweis: Achim Wendel

Gemeinsam digitale Welten erleben

Wegweiser für die Technikbegleitung im Betreuten Wohnen und in der Pflege

GEFÖRDERT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung
RAHMENPROGRAMM BERLINER BILDUNGS-FORSCHUNG

DiBi Wohn

Übersicht der Materialien

Im Rahmen des DiBiWohn-Projekts wurden mehrere Materialien für unterschiedliche Zielgruppen erstellt. Diese werden im Folgenden kurz vorgestellt und sind auf der Projektwebsite abrufbar: https://dibiwohn.org

„Digitale Teilhabe in Einrichtungen der Altenhilfe“ – Eine Handreichung

Die Handreichung gibt Anregungen, wie Projekte und Initiativen aufgebaut werden können, die ältere Menschen in Einrichtungen der Altenhilfe bei der Nutzung von digitalen Medien unterstützen. Sie soll Trägern und Einrichtungen dabei helfen, niedrigschwellige digitale Angebote für Bewohner:innen und Kund:innen umzusetzen.

„Gemeinsam digitale Welten erleben“ – Wegweiser für Technikbegleitung im Betreuten Wohnen und in der Pflege

Der Wegweiser ist ein praktischer Leitfaden für ehrenamtliches Engagement in der Technikbegleitung älterer Menschen. Er richtet sich an Einzelpersonen, Initiativen, Verbände oder Kommunen, die im Betreuten Wohnen oder in der Pflege aktiv sind und ältere Menschen dabei unterstützen möchten, die digitale Welt zu entdecken.

Methodenkoffer „Digital im Alltag“

Der Methodenkoffer „Digital im Alltag“ enthält eine Sammlung von Methoden, die auf Karteikarten dargestellt sind. Diese Methoden bieten niedrigschwellige digitale Angebote für ältere Menschen in Einrichtungen des Betreuten Wohnens, der Pflege oder in weiteren Kontexten. Die Methoden sind nach Lebensbereichen und Anwendungsformen geordnet. Begleitmaterial unterstützt die Umsetzung der Methoden.

Orientierungshilfe durch den Materialiendschungel für die Technikbegleitung

Die Orientierungshilfe soll Engagierte in der Technikbegleitung dabei unterstützen, passende Materialien für Internetneulinge auszuwählen. Sie enthält eine Liste von Materialien, die sich auf Themen rund um das Internet, Computer und deren Funktionen konzentrieren. Zudem gibt die Orientierungshilfe Kriterien vor, die bei der Entwicklung altersgerechter Materialien beachtet werden sollten. Diese Kriterien werden verwendet, um die Materialien näher zu betrachten und zu favorisieren.

Inhalt

1 Das Projekt „DiBiWohn“ **6**

2 Wohnen und Leben in seniorenspezifischen Wohnformen **8**

2.1 Betreutes Wohnen **8**

2.2 Pflegeangebote und -einrichtungen **10**

3 Lernen im Alter **12**

3.1 Vielfalt des Alter(n)s **12**

3.2 Besonderheiten des Lernens im Alter **14**

3.3 Lernen im Alter begleiten **15**

3.4 Auf einen Blick: Was Lernen im Alter fördert **17**

4 Neue Medien im Alter kennenlernen **18**

4.1 Digitalisierung erreicht alle Lebensbereiche **18**

4.2 Medienlernen im Alter **19**

4.3 Digitales Lernen begleiten **20**

5 Technikbegleitung: Gemeinsam digitale Welten erleben **23**

5.1 Technikbegleitende: Aufgaben und Profil **23**

5.2 Grundhaltungen der Technikbegleitenden **28**

5.3 Grundhaltungen der Internetneulinge **31**

5.4 Erste Schritte und Planung der Technikbegleitung **35**

5.5 Umsetzung der Technikbegleitung **43**

5.6 Digitale Welten gemeinsam erleben: Einblicke in die Technikbegleitung **48**

5.7 Herausforderungen und Grenzen der Technikbegleitung **52**

6 Mitmachen **54**

Literaturverzeichnis **55**

Anhang **56**

Checkliste Technikbegleitung – ein Ehrenamt für mich? **56**

Checkliste: Erste Schritte zur Technikbegleitung **57**

Checkliste Planung des Angebots der Technikbegleitung **60**

Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung **62**

Einleitung

Ein Wegweiser für das Engagement in der Technikbegleitung

Dieser Wegweiser ist ein praktischer Leitfaden für die Technikbegleitung älterer Menschen. Er richtet sich an engagierte Einzelpersonen, Initiativen, Verbände oder Kommunen, die im Betreuten Wohnen oder Pflegeeinrichtungen aktiv sind oder aktiv werden, und ältere Menschen dabei unterstützen wollen, die digitale Welt für sich zu entdecken. Im Wegweiser finden Sie praxisnahes Hintergrundwissen und wertvolle Einblicke für die Begleitung.

Was erwartet Sie in diesem Wegweiser?

Der Wegweiser startet mit einer Einführung in das Projekt „DiBiWohn“, gefolgt von einem Überblick über das Wohnen und Leben im Betreuten Wohnen und der Pflege in Kapitel 2. Kapitel 3 und 4 vertiefen das Wissen über das Lernen im höheren Alter und die Mediennutzung. Kapitel 5 konzentriert sich auf die Aufgaben und Tätigkeiten der Technikbegleitung in der Praxis und die Perspektive der Internetneulinge. Ebenso werden die ersten Schritte und die Umsetzung der Technikbegleitung sowie Erfahrungsberichte vorgestellt. Kapitel 6 bietet Anregungen zur Beteiligung und Hinweise auf zusätzliche Materialien. Im Anhang finden sich nützliche Checklisten für einen guten Start.

Die Materialien im Projekt wurden in der Praxis gemeinsam mit ehrenamtlichen Technikbegleitenden entwickelt. Neben Impulsen aus der Wissenschaft sind uns dabei auch die Erfahrungen aus der Praxis wichtig.

Orientierung im Wegweiser

Der Wegweiser ermöglicht Ihnen, gezielt das zu lesen, was Sie interessiert, oder ihn Kapitel für Kapitel zu erkunden.

In einigen Kapiteln finden Sie Hinweiskästen mit nützlichen Anregungen: In „Zum Weiterdenken“ laden wir Sie ein, über sich selbst und die Zielgruppe nachzudenken. In den „Wissenshappen“ erhalten Sie Hintergrund-

informationen zu ausgewählten Themen. Im „Praxiswissen“ finden Sie Tipps aus der Praxis, die sich im Projekt bewährt haben. Zitate von Technikbegleitenden und Internetneulingen gewähren Einblicke in die jeweiligen Lernreisen in digitale Welten.

Zum Weiterdenken

Fallbeispiel

Wissenshappen

Verweis/Checkliste

Praxiswissen

Zitat

Ein großer Dank geht an alle, die das Projekt DiBiWohn begleiten und diesen Wegweiser ermöglicht haben.
Besonders danken wir allen Technikbegleitenden, die vor Ort die Internetneulinge in die digitale Welt begleiten. Ihr Engagement ermöglicht die soziale und digitale Teilhabe. Herzlichen Dank, dass Sie uns im Projekt an Ihren Erfahrungen in der Lernbegleitung teilhaben lassen.
Vielen Dank auch an alle Internetneulinge, die sich auf die neuen digitalen Welten einlassen und ihre Erfahrungen bei dieser Lernreise mit uns teilen.

Wir freuen uns, wenn Sie selbst aktiv werden, ältere Menschen, die in Einrichtungen des Betreuten Wohnens und der Pflege wohnen, in digitale Welten zu begleiten.

1 Das Projekt „DiBiWohn“

Das Projekt „DiBiWohn“, kurz für „**Di**gitale **Bi**ldungsprozesse für ältere Menschen in seniorenspezifischen **Wohn**formen der institutionalisierten Altenhilfe“, widmet sich der digitalen Bildung und sozialen Teilhabe älterer Menschen in Einrichtungen des Betreuten Wohnens und der Pflege.

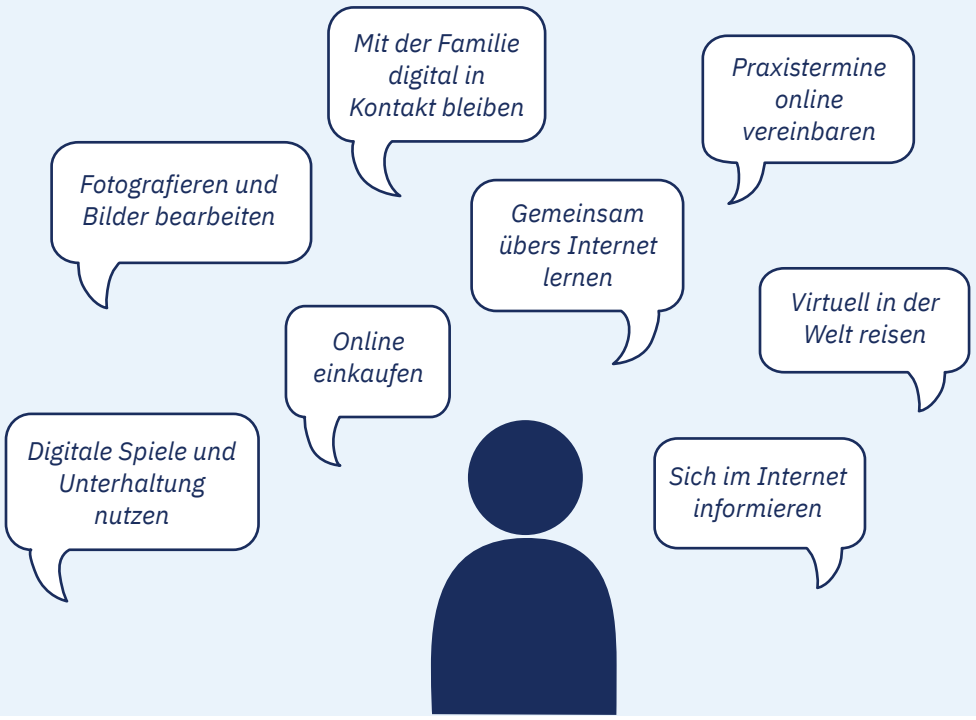
Im **Fokus** stehen ältere Menschen, die im Betreuten Wohnen oder in Pflegeeinrichtungen leben und bisher bei Bildungs- und Digitalisierungsangeboten nicht ausreichend berücksichtigt wurden.

Ziel des Projekts ist es, die soziale und digitale Teilhabe älterer Menschen im höheren und hohen Alter im Betreuten Wohnen und der stationären Pflege zu stärken.

Umsetzung:

- Entwicklung digitaler Bildungsformate für Menschen in den Einrichtungen
- Qualifizierung und Vernetzung von Technikbegleitenden
- Unterstützung von Internetneulingen bei ihren ersten Schritten in digitale Welten durch Technikbegleitende in Eins-zu-eins-Begleitung oder in Kleingruppen. Die Begleitung erfolgt auf Augenhöhe im „Peer-to-Peer“-Ansatz (d.h. die Begleitenden und die Lernenden kommen aus ähnlichen Altersgruppen und Technikgenerationen)
- Bildungstheoretische und -praktische Forschungen zu digitalen Bildungsprozessen im höheren und hohen Alter
- Analyse und Berücksichtigung der Voraussetzungen in den Einrichtungen
- Verankerung der Bildungsangebote im Sozialraum
- Bereitstellung von Impulsen für Qualifizierung, Beratung und Materialien für den Transfer
- Vernetzung und Weiterentwicklung

Themen in der Technikbegleitung



Verbundpartner im Projekt

Katholische Hochschule Freiburg	Katholische Hochschule Freiburg	MKFS (Stiftung Medien Kompetenz Forum Südwest)	ZAWiW (Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung) der Universität Ulm	Evangelische Heimstiftung GmbH Stuttgart
Medien-gerontologische Forschung	***Bildungs-biografie- und Sozialraumforschung***	***Partizipation, Praxis und begleitende Forschung in Rheinland-Pfalz***	***Partizipation, Praxis und begleitende Forschung in Baden-Württemberg***	***Feldzugang und Nutzerintegration***

Laufzeit des Projekts: 09/2020 bis 08/2025

GEFÖRDERT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung
RAHMENPROGRAMM BILDUNGS-FORSCHUNG

Weitere Informationen zum Projekt auf der Webseite https://dibiwohn.org

2 Wohnen und Leben in senioren-spezifischen Wohnformen

Im Folgenden stellen wir Ihnen die Wohnformen des Betreuten Wohnens und Pflegeeinrichtungen vor. So können Sie sich ein Bild machen, welche Menschen in den genannten Einrichtungen leben und welche Bedürfnisse und Interessen sie haben. Anhand verschiedener Fallbeispiele zeigen wir Möglichkeiten für eine Technikbegleitung auf.

2.1 Betreutes Wohnen

Was ist Betreutes Wohnen?

„Betreutes Wohnen“ bezeichnet eine Wohnform, die speziell für ältere Menschen und Personen mit Unterstützungsbedarf konzipiert ist. Diese Wohnform ist auch unter anderen Bezeichnungen wie „Begleitetes Wohnen“, „Service-Wohnen“ und „Quartierswohnen“ bekannt.

Einrichtungen für Betreutes Wohnen bieten verschiedene Leistungen an, die den Alltag der Bewohner:innen erleichtern und deren Selbstständigkeit fördern. Zu den grundlegenden Leistungen einer solchen Einrichtung gehören:

- barrierefreie Wohnungen, Außenanlagen und Gemeinschaftsräume,
- eine gute Anbindung an Geschäfte, Ärzte und öffentliche Verkehrsmittel,
- Betreuungspersonen oder Sozialdienst vor Ort, der bei der Koordination und Antragstellung von Leistungen unterstützt.

Die genaue Ausgestaltung der Leistungen variiert je nach Träger, was zu einer Vielfalt an Versorgungsstrukturen führt.

Bewohnende im Betreuten Wohnen

Ältere Menschen, die im Betreuten Wohnen leben, sind noch relativ selbstständig. Sie benötigen mitunter Unterstützung bei bestimmten Aspekten oder Tätigkeiten im Alltag. Dies kann eine leichte Pflegebedürftigkeit einschließen, die mit ambulanten Pflege- und Unterstützungsleistungen bewältigt werden kann.

Der Umzug ins Betreute Wohnen ist häufig eine persönliche und individuelle Entscheidung für Menschen, die sich im Alltag mehr Unterstützung wünschen. Die Bewohner:innen haben weiterhin Interessen und Hobbys, denen sie nachgehen. Die Technikbegleitung kann gezielt an diese Interessen anknüpfen, um digitale Teilhabe zu fördern und den Alltag bereichernd zu gestalten.

Möglichkeiten der Technikbegleitung im Betreuten Wohnen

Viele ältere Menschen im Betreuten Wohnen nutzen bereits technische Geräte und digitale Anwendungen oder möchten diese einsetzen, um ihren Alltag und die Kommunikation zu erleichtern. Manchmal ist jedoch Unterstützung erforderlich, um diese Technologien selbstständig nutzen zu können. In solchen Fällen können Technikbegleitende eine wertvolle Hilfestellung bieten.

Um die Lebenswelt der Menschen im Betreuten Wohnen und die Einsatzmöglichkeiten der Technikbegleitung zu veranschaulichen, werden im Folgenden zwei Fallbeispiele vorgestellt. Diese zeigen die unterschiedlichen Bedürfnisse und Lebensumstände älterer Menschen und verdeutlichen, wie Technikbegleitende individuell unterstützen können.

Frau Blume (83 Jahre) zieht nach einem Sturz mit einem Rollator in eine barrierefreie Wohnung im Betreuten Wohnen. Zum Einzug bekam Frau Blume ein Tablet von ihrer Tochter, sodass sie auch per Video miteinander kommunizieren können. Für Frau Blume ist dies allerdings das erste digitale Endgerät, mit dem sie in Berührung kommt. Sie möchte nun lernen, wie man das Tablet benutzt, und wünscht sich dabei Unterstützung. Sie erhält den Kontakt zu einer Technikbegleiterin, die ihr die ersten Schritte mit und auf dem Tablet zeigt und sie bei der weiteren Nutzung des Geräts unterstützt.

Herr Hansen (79 Jahre) lebt seit dem Tod seiner Frau sehr zurückgezogen. In einem gemeinsamen Gespräch entscheiden sich Herr Hansen und seine Familie dafür, dass er in eine Wohnung des Betreuten Wohnens zieht. Seine Kinder hoffen, dass er durch die angebotenen Aktivitäten neue Kontakte knüpft. Herr Hansen würde gerne digitale Kulturangebote auf seinem Smartphone nutzen und wendet sich eines nachmittags an einen Technikbegleiter, der bereits in der Einrichtung aktiv ist. Zusammen suchen sie nach interessanten Angeboten für Herrn Hansen.

2.2 Pflegeangebote und -einrichtungen

Für ältere Menschen gibt es vielfältige Betreuungs- und Pflegeangebote, die sich an ihren individuellen Bedürfnissen orientieren. Dazu gehören:

- Tagespflege: Tagespflegeeinrichtungen bieten pflege- und betreuungsbedürftigen Menschen tagsüber Unterstützung und soziale Angebote. Am Abend kehren sie in ihr vertrautes Zuhause zurück.
- Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege: Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die vorübergehend intensive Betreuung benötigen, etwa nach einem Krankenhausaufenthalt oder zur Entlastung pflegender Angehöriger.
- Ambulante betreute Wohngemeinschaften: In diesen Wohnformen leben mehrere Menschen zusammen und erhalten Unterstützung durch ambulante Dienste.
- Ambulante Pflege: Pflege- und Unterstützungsdienste betreuen ältere Menschen direkt in ihrem Zuhause, um ihnen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.

Was ist Langzeitpflege?

Die Langzeitpflege bietet eine kontinuierliche Betreuung und Versorgung für ältere Menschen, die aufgrund körperlicher oder geistiger Beeinträchtigungen nicht mehr selbstständig im eigenen Zuhause leben können. Einrichtungen der Langzeitpflege wie z. B. Alten- und Pflegeheime bieten neben der professionellen Pflege auch eine umfassende Betreuung. Diese beeinhalten die medizinische Versorgung sowie eine soziale Betreuung und Aktivierung um eine bestmögliche Lebensqualität für ältere Menschen sicherzustellen.

Fotonachweis: iStockphoto, SolStock

Gründe für die Entscheidung eines Umzugs in eine Pflegeeinrichtung können altersbedingte Erkrankungen, zunehmende körperliche Einschränkungen oder Demenz sein, besonders wenn die häusliche Pflege nicht mehr ausreicht.

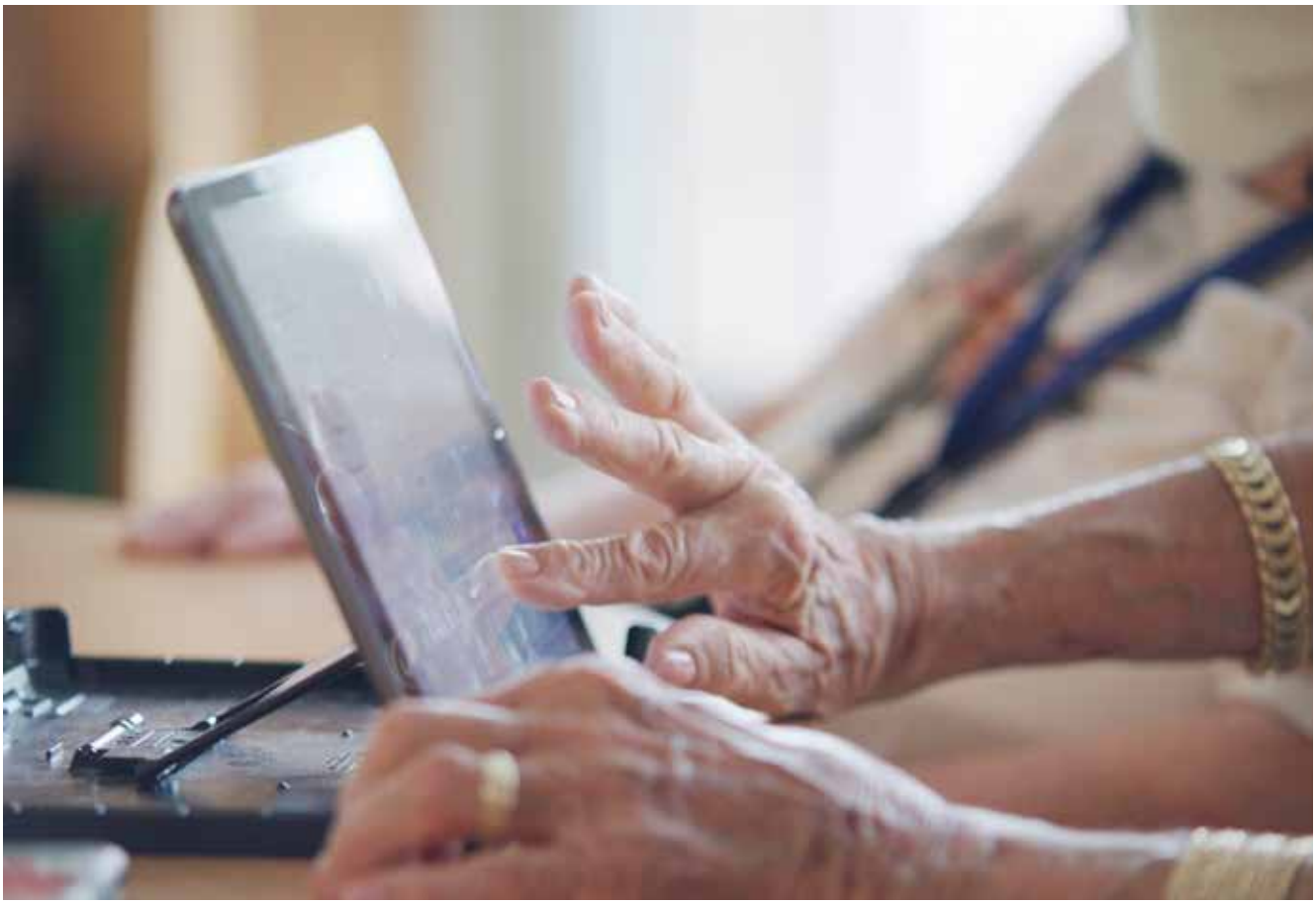
Auch Menschen in der Langzeitpflege haben Interessen und Hobbys, die sie teilweise weiterverfolgen möchten. Die Technikbegleitung sollte diese Interessen gezielt einbeziehen, um Angebote an den individuellen Möglichkeiten und Vorlieben der Bewohner:innen auszurichten.

Bewohnende Pflege

Ältere Menschen, die in Pflegeeinrichtungen leben, sind oft von den Gegebenheiten der Einrichtung abhängig. Die Bereitstellung von WLAN und digitalen Endgeräten in diesen Institutionen ist meist entscheidend. Dadurch kann den Bewohnenden der Zugang und das Erlernen von digitalen Technologien ermöglicht werden. Technikbegleitende bieten dort Unterstützung, wo Angehörige und Fachkräfte die nötige technische Hilfe nicht leisten können.

Das folgende Fallbeispiel veranschaulicht dies:

In einer Einrichtung der Langzeitpflege sitzt **Frau Meier** (87 Jahre) in ihrem Zimmer. An diesem sonnigen Nachmittag wird sie von einem Technikbegleiter dabei unterstützt, sich mit ihrer Tochter, die weit entfernt lebt, über ein Tablet zu verbinden. Frau Meier hat das Tablet vor sich auf dem Tisch liegen und der Technikbegleiter erklärt ihr geduldig, wie sie die Videotelefonie nutzen kann. Gemeinsam versuchen sie es und es entsteht ein Videoanruf mit ihrer Tochter.



Fotonachweis: Achim Wendel

3 Lernen im Alter

Dieses Kapitel beleuchtet, wie vielfältig und individuell Alter(n) ist und betont, dass Lernen auch im hohen Alter möglich bleibt. Die Bedürfnisse, Herausforderungen und Potenziale beim Lernen im Alter werden aufgezeigt. Praktische Anregungen zeigen, wie das Lernen im Alter gefördert werden kann.

3.1 Vielfalt des Alter(n)s

Das Altern ist ein lebenslanger Prozess der Entwicklung und Veränderung. Alter und Altern kann viele Gesichter haben. Menschen im Alter sind sehr vielfältig, sie haben unterschiedliche Lebensstile, Werte, Bildungsbiografien und Lebensperspektiven. Diese Vielfalt spiegelt sich auch in unterschiedlichen Vorstellungen der Gestaltung des eigenen Lebens und Alterns wider.

Altersbilder – Bilder des Alter(n)s

Altersbilder spiegeln je nach Einstellung Vorurteile und einseitige Wahrnehmungen vom Alter wider. Ältere Menschen werden dabei oft als hilfsbedürftig gesehen. Solche Altersbilder beeinflussen wesentlich, was ältere Menschen sich selbst zutrauen und welche Aktivitäten sie ausüben – die dann meist weniger auf ihren tatsächlichen Fähigkeiten beruhen. Daher ist es wichtig, das Vertrauen in die eigenen Kompetenzen und Fähigkeiten zu stärken. Positive Altersbilder unterstützen zudem die Gesundheit und die Lebenserwartung.

Über Ihre persönlichen Altersbilder nachzudenken, kann für Sie selbst, aber auch für Ihre Technikbegleitung bereichernd sein.

Was bedeutet „alt“ für Sie?

Welche Bilder vom Alter(n) haben Sie?

Ein differenzierter Blick aufs Alter

Das Alter(n) zeigt sich bei jeder Person unterschiedlich – körperliche, geistige und soziale Aspekte des Alterns sind individuell verschieden ausgeprägt. So können beispielsweise körperliche Funktionen eingeschränkt sein, während geistige Fähigkeiten und soziale Kontakte weiterhin stark ausgeprägt sind.

Auch im höheren und hohen Lebensalter bleibt es möglich, zu lernen und sich weiterzuentwickeln. Das Altern ist ein Prozess, der sowohl mit Verlusten als auch mit Gewinnen einhergehen kann. Beide Aspekte beeinflussen die Lebensqualität und das Wohlbefinden im Alter.

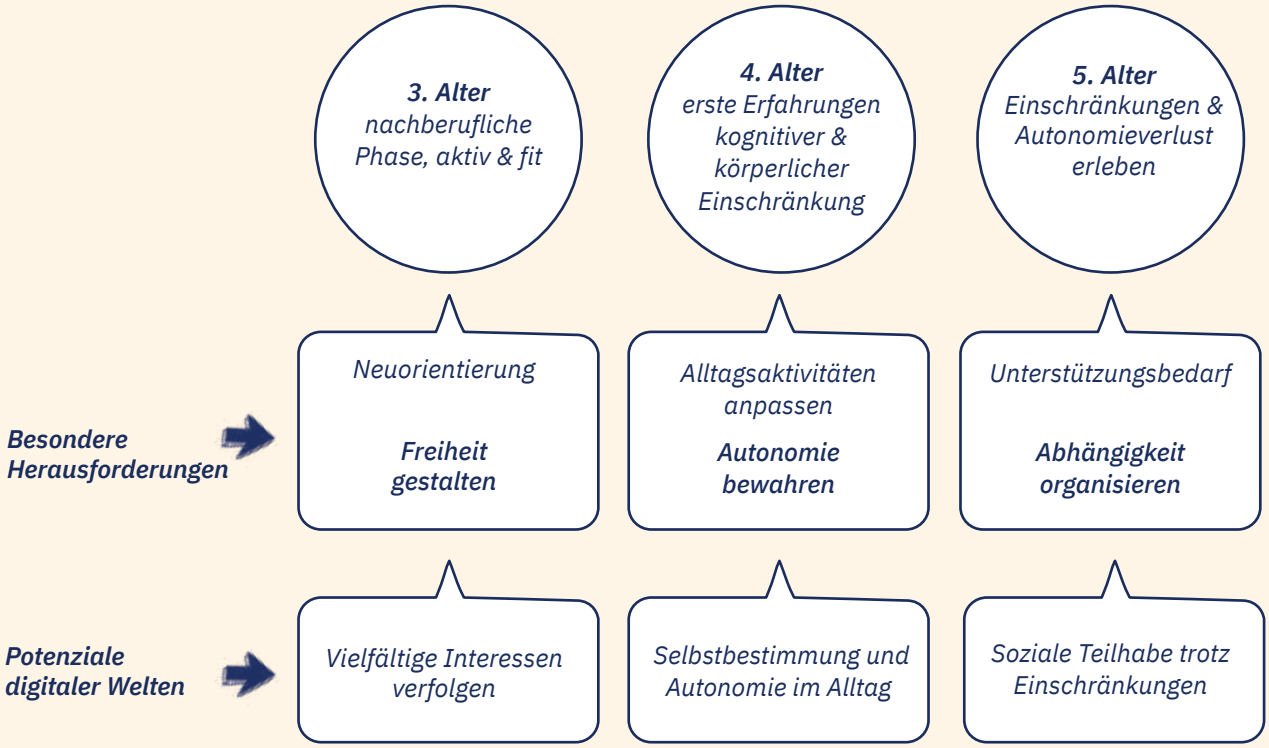
Der Umzug in das Betreute Wohnen ist oft eine proaktive Entscheidung. Bei einem größeren Pflegebedarf erfolgt meist ein Einzug in die stationäre Langzeitpflege. Diese Menschen bringen vielfältige Ressourcen mit – soziale, kreative, emotionale, intellektuelle und spirituelle. Gleichzeitig meistern sie individuelle Bedürfnisse und Herausforderungen.

Mögliche körperliche Veränderungen im Alter

Im Alter können sich die körperlichen und sensorischen Fähigkeiten, die die Sinne betreffen, verändern. Viele dieser Veränderungen lassen sich durch Hilfen ausgleichen.

Diese Veränderungen sind herausfordernd, doch bereits einfache Hilfsmittel und technische Unterstützung können hier sehr hilfreich sein und Verbesserungen bewirken.

In der Geragogik, der Wissenschaft, die sich mit Bildung im Alter beschäftigt, wird zwischen drei sozialen Alterskategorien unterschieden, unabhängig vom kalendarischen Alter. Man unterscheidet zwischen dem 3. Alter, 4. Alter sowie dem 5. Alter.



Eigene Darstellung in Anlehnung an Bubolz-Lutz et al. (2022), Kricheldorff & Doll (2024), Engler et al. (2024)

Veränderung	Mögliche Auswirkungen
Sehfähigkeit	Altersweitsichtigkeit führt zu unscharfem Sehen im Nahbereich, die Kontrastwahrnehmung und das räumliche Sehen können sich verschlechtern.
Hörvermögen	Hohe Töne können nicht mehr gehört werden, bei schlechter Akustik kann man dem Gesagten nicht mehr folgen.
Gleichgewichtssystem	Schwindelgefühl, Angst vor Stürzen
Tastsinn	Berührungsreize können unter Umständen weniger wahrgenommen werden.
Haut	Die Hautleitfähigkeit kann abnehmen, Touchscreens reagieren bei Berührung mit den Fingern nicht.
Motorik	Mögliche Beeinträchtigung der Koordination und Kraft
Mobilität	Mögliche Einschränkungen in der Beweglichkeit

3.2 Besonderheiten des Lernens im Alter

Jeder Mensch lernt anders, und das gilt besonders für das Lernen im höheren und hohen Alter. Im Ruhestand können Menschen ihre Bildung und ihr Lernen selbst gestalten. Sie richten ihr Lernen und ihre Lernwege nach ihren individuellen Interessen und Bedürfnissen aus.

Lernen im späten Erwachsenenalter wird oft als „Anschlusslernen" bezeichnet. Dabei werden neue Informationen mit bereits Bekanntem verknüpft. Dies kann herausfordernd sein, da manchmal alte Denkmuster durchbrochen werden müssen. Wichtig ist, beim Lernen im Alter die individuellen Unterschiede sowie die Lebens- und Berufserfahrungen der Menschen zu berücksichtigen.

Lernfähigkeit Älterer

Auch im höheren und hohen Alter bleibt das Gehirn lernfähig. Zwar können die Verarbeitungsgeschwindigkeit und die Fähigkeit, mehrere Aufgaben gleichzeitig zu bewältigen, nachlassen, doch durch Wiederholungen, angepasste Informationsmengen und ausreichend Zeit können diese Einschränkungen ausgeglichen werden.

Oft braucht es mehr Übung, um Neues zu verinnerlichen. Wiederholungen spielen eine wichtige Rolle, da sie den Lernprozess unterstützen und den Umgang mit Technik festigen. Dabei helfen Gewohnheiten und Rituale, um das Gelernte nachhaltig in den Alltag zu integrieren. Beispiele dafür sind: jeden Morgen um 9 Uhr am Online-Gebetskreis mit dem Gemeindepfarrer teilzunehmen, regelmäßig die Onlineausgabe der Tageszeitung zu lesen oder der Bekannten eine WhatsApp-Nachricht zu schicken.

Herausforderungen beim Lernen

Für ältere Menschen kann Lernen mit Herausforderungen verbunden sein. Manche empfinden es als ungewohnt, anstrengend oder sogar bedrohlich, vor allem wenn es gewohnte Ansichten infrage stellt. Lernen kann deshalb auch mit Ängsten, Überforderung oder dem Gefühl von Fremdbestimmung verbunden sein.

Frühere negative Erfahrungen oder emotionale Barrieren verstärken häufig solche Widerstände. Doch positive Lernerfahrungen können helfen, Lernen als bereichernd wahrzunehmen.

Körperliche Einschränkungen erschweren manchmal die Teilnahme an Lernangeboten. Angepasste Methoden und geeignete Hilfsmittel können diese Hürden jedoch abbauen und den Zugang erleichtern.

Welche Einstellung haben Sie zum Lernen im Alter?

Was sind Ihre Erfahrungen zur Lernfähigkeit älterer Menschen?

Was haben Sie in der Lernbegleitung mit Menschen im hohen Alter erlebt?

Das SOK-Modell: Strategien für altersbedingte Veränderungen

Das SOK-Modell (Selektion, Optimierung und Kompensation) von Baltes beschreibt Strategien für ein erfolgreiches Altern durch Anpassung an altersbedingte Veränderungen.

Selektion bedeutet, eigene Ziele zu reduzieren: In der Technikbegleitung kann dies z. B. die Fokussierung auf eine relevante Anwendung sein.

Mit **Optimierung** ist die Verbesserung der Fähigkeiten durch Übung und Training gemeint. Die Teilnehmenden sollten selbst aktiv werden und Inhalte häufiger wiederholen.

Kompensation umfasst beispielsweise den Einsatz von Hilfsmitteln, die Einschränkungen ausgleichen. Beispiele dafür sind der Einsatz eines Touchpens für die Bildschirmeingabe, die Nutzung von Spracheingaben, eine Halterung für das Tablet oder die Verwendung eines größeren Bildschirms.

Selektion, Optimierung und Kompensation sind grundlegende Strategien, die zur Erhaltung der Handlungsfähigkeit und Lebensqualität beitragen, auch bei Funktionseinbußen und Einschränkungen (vgl. Baltes & Baltes, 1989).

3.3 Lernen im Alter begleiten

Eine wichtige Voraussetzung für die Bereitschaft etwas Neues zu lernen, ist die Vorstellung, dass einem das Gelernte auch wirklich nutzen kann. Ältere Lernende fragen deswegen immer auch nach dem Sinn. Daraus ergibt sich sehr häufig die Motivation, etwas zu lernen.
Lernmotivation kann aus verschiedenen Aspekten erwachsen:

- um Wissen zu erleben,
- um das Streben nach Selbst- und Mitbestimmung zu befriedigen,
- für das Bedürfnis, sich kompetent zu fühlen,
- um Sicherheit zu empfinden,
- um den Sinn beim Lernen zu erkennen und sich eingebunden und zugehörig zu fühlen.

Anregungen, wie diese motivierenden Lernbedingungen in der Technikbegleitung umgesetzt werden könnten, finden Sie in der folgenden Abbildung.

Fotonachweis: iStockphoto, Rawpixel

Eigene Darstellung in Anlehnung an Bubolz-Lutz & Stiel (2019), S. 119

Selbstwirksamkeitsüberzeugung

Das Vertrauen in die eigene Fähigkeit, Lernherausforderungen zu meistern, ist entscheidend für erfolgreiches Lernen. Selbstwirksamkeit entsteht durch frühere Lernerfahrungen, Rückmeldungen von anderen und persönliche sowie gesellschaftliche Vorstellungen vom Altern.

Menschen, die sich selbst als kompetent wahrnehmen, erleben oft eine stärkere Selbstwirksamkeit. Diese positive Überzeugung fördert den Mut, Neues auszuprobieren, und erhöht die Chance auf Lernerfolge.

3.4 Auf einen Blick: Was Lernen im Alter fördert

Die Bedürfnisse und Interessen der Lernenden variieren von Mensch zu Mensch. Auch die Vorstellungen vom Lernen sind unterschiedlich. Das Wichtigste ist, dass das Lernen von den Teilnehmenden aus gedacht wird.

Anforderungen an den Lernort (in Absprache mit der Einrichtung)

- barrierefreier Zugang
- einladender, störungsfreier Raum
- bequeme Sitzgelegenheiten mit Tisch
- ausreichend Platz
- gute Lichtverhältnisse und Akustik

Gestaltung der Lernatmosphäre

- Entspannte und offene Lernatmosphäre schaffen (evtl. mit Kaffee und Kuchen).
- Den Teilnehmenden auf Augenhöhe begegnen.
- Zugehörigkeit fördern: Möglichkeiten für Austausch und Beziehungsgestaltung bieten.

Altersgerechtes Lernen ermöglichen

- Neues an Bekanntes anknüpfen („Anschlusslernen“).
- Alltagsnahe Beispiele und Analogien nutzen.
- Verständliche Sprache verwenden; Fachbegriffe und Anglizismen vermeiden.
- Die Inhalte einfach halten und nur ein Thema pro Lerneinheit behandeln.
- Schritt für Schritt vorgehen.
- Geduld und Empathie zeigen.
- Ausreichend Zeit für Verstehen und Üben geben.
- Wiederholungen ermöglichen.
- Individuelles Lernen unterstützen.
- Die Lernenden dort „abholen“, wo sie stehen.
- Regelmäßige Pausen einplanen.

Lernen begleiten und gestalten

- Gemeinsames Lernen auf Augenhöhe: miteinander und voneinander lernen, dabei auch ermutigen, erlerntes Technikwissen weiterzugeben.
- Interessen und Bedürfnisse der Teilnehmenden erkunden und darauf abgestimmte Angebote machen.
- Selbstbestimmtes Lernen ermöglichen: Die Lerninteressen stehen im Zentrum.
- Aktives Lernen fördern: Die Teilnehmenden selbst machen und ausprobieren lassen.
- Inhalte mit dem Alltag verbinden und praxisnah gestalten.
- Vertrauen in die eigene Lernfähigkeit stärken: Selbstwirksamkeit ermöglichen.
- Bedenken, Ängste und Vorbehalte ernst nehmen.
- Bei Gruppenangeboten den unterschiedlichen Kenntnisstand der Teilnehmenden berücksichtigen.
- Hilfsmittel zur Unterstützung anbieten, wie z. B. Touchpens zur Bildschirmeingabe.
- Hürden abbauen, z. B. auf gute Bedienbarkeit von Geräten achten.
- Auf die Verständlichkeit und Lesbarkeit von Begleitmaterialien und Präsentationen achten.
- Die Materialien praxisnah und mit vielen Beispielen gestalten.

4 Neue Medien im Alter kennenlernen

Die Digitalisierung beeinflusst zunehmend alle Lebensbereiche. Für ältere Menschen stellt dies oft eine Hürde dar, da sie die neuen Medien, dafür geeignete Endgeräte oder Anwendungen noch nicht kennen. Dieses Kapitel behandelt das Thema Medienlernen im Alter und wie Menschen im höheren und hohen Alter die soziale und digitale Teilhabe ermöglicht werden kann.

4.1 Digitalisierung erreicht alle Lebensbereiche

Die Digitalisierung verändert auch die Lebensbereiche älterer Menschen. Diese Entwicklungen verlaufen teils geplant und sichtbar, teils schleichend und unbemerkt.

Das Internet spielt dabei eine zentrale Rolle: Es beeinflusst die Kommunikation mit Familie und Freunden – besonders wenn Angehörige weit entfernt leben –, Arztbesuche, Freizeitaktivitäten, Bildungsangebote und Reisen. Digitale Technologien bieten viele Möglichkeiten, stellen ältere Menschen aber auch vor Herausforderungen. Ohne Zugang zum Internet wird es zunehmend schwieriger, den Alltag selbstbestimmt zu gestalten.

Leben ohne Internet – geht's noch?

Manche Menschen entscheiden sich bewusst gegen die Nutzung des Internets. Häufig ist diese Entscheidung jedoch nicht freiwillig, sondern das Ergebnis früherer negativer Bildungserfahrungen oder anderer unkontrollierbarer Faktoren.

Menschen ohne Internetzugang begegnen heute Hindernissen in fast allen Lebensbereichen. Dies betrifft die Terminvergabe bei Behörden, Bankgeschäfte, das Gesundheitsmanagement wie das E-Rezept, den täglichen Einkauf, Mobilität, soziale Kontakte oder die Suche nach Informationen. Die BAGSO-Studie „Leben ohne Internet – geht's noch?"[1] verdeutlicht diese Herausforderungen und zeigt, wie stark die digitale Welt den Alltag beeinflusst.

[1] Jokisch & Göbl (2022)

Fotonachweis: iStockphoto, sturti

Digitale Teilhabe

Die SIM-Studie 2024 (Senior:innen, Information, Medien mit 2.000 Personen ab 60 Jahren)[2] unterstreicht, wie unterschiedlich die Digitalität im Alter ist. Dabei gelten in der Altersgruppe der 60–69-Jährigen 96% als Onliner:innen, d.h. sie nutzen das Internet zumindest selten. Im Vergleich dazu sind es bei den 70–79-Jährigen 89% und bei Personen ab 80 Jahren 62%. Bei Männern und Personen mit hohem Bildungs- und Einkommensstatus ist das Internet verbreiteter und wird auch intensiver genutzt.

- Hohe Aktivität der Internetnutzenden: So sind 92% der 60–69-jährigen Onliner:innen (fast) täglich online; bei den Onliner:innen ab 80 Jahren sind es 75%.
- Die meistgenutzten Anwendungen dienen der Kommunikation (z. B. über Messenger-Dienste wie WhatsApp) und der Informationssuche.
- Unter den Offliner:innen finden sich verstärkt alleinlebende Frauen im hohen Alter, Personen mit geringem Bildungs- und Einkommensstatus sowie gesundheitlich eingeschränkte, vulnerable Personen.
- Als Hauptgrund für die Nichtnutzung des Internets wird angegeben, dass ihnen die bisherigen Medien ausreichen (92% Zustimmung) und dass sie es nicht brauchen (75% Zustimmung). Zudem sagen 43%, dass sie sich die Benutzung nicht zutrauen und 25%, dass sie niemanden haben, der ihnen beim Einstieg helfen könnte.

[2] Medienpädagogischer Forschungsverbund (2024)

Die Studie „Leben ohne Internet – geht's noch?" finden Sie hier: https://www.bagso.de/studie/leben-ohne-internet-gehts-noch

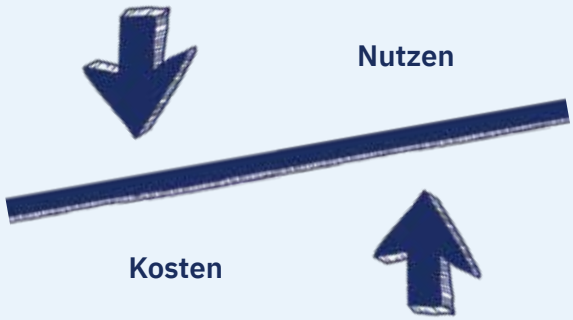
Abwägungen von Kosten und Nutzen

Die Entscheidung digitale Medien zu nutzen, kann als Kosten-Nutzen-Abwägung betrachtet werden. Dabei wird der erhoffte Nutzen dem zu erbringenden Aufwand gegenübergestellt. Die Nutzen und Kosten werden hier nicht nur unter finanziellen Aspekten betrachtet.

4.2 Medienlernen im Alter

Ältere Menschen haben einen großen Teil ihres Lebens ohne digitale Medien verbracht. Sie begegnen der Digitalisierung in vielen Bereichen anders als jüngere.

Die Digitalisierung bietet nicht nur Möglichkeiten, Verluste zu kompensieren, sondern kann auch ein Gewinn sein: Sie eröffnet neue Perspektiven und erweitert die Lebenswelt durch den Zugang zu digitalen Welten.



Worin bestehen Ihrer Erfahrung nach die „Kosten“ und der „Nutzen“ im Umgang mit digitalen Geräten?
Kennen Sie auch das Gefühl, manchmal an der digitalen Technik zu verzweifeln? Wie fühlen sich da wohl erst die unerfahrenen Internetneulinge? Wie können Sie sie in solchen Situationen ermutigen?

Zunächst wird häufig nach dem Sinn und Zweck der Technik gefragt. Gegenübergestellt werden Anschaffungs- und Unterhaltskosten (z. B. für Internetzugang und Geräte), potenzielle Risiken für die Privatsphäre und den Datenschutz sowie der Aufwand, etwas Neues zu lernen. Unsicherheit und Frustration beim Umgang mit neuer Technik spielen ebenfalls eine Rolle. Auch unbewusste Faktoren können die Entscheidung beeinflussen. Eine Technikbegleitung kann diesen Prozess unterstützen und erleichtern.

Techniklernen im höheren Alter

Veränderungen im Alter können das Erlernen neuer Technik erschweren. Wie Kapitel 3 zeigt, können Bedienhilfen diese Herausforderungen mindern. Das dort vorgestellte SOK-Modell bietet Strategien, um den Lernprozess zu erleichtern.
Der „Digital Kompass – Gemeinsam digitale Barrieren überwinden“ bietet sowohl Materialien für Menschen mit Sinnes- und Mobilitätseinschränkungen als auch Qualifizierungen für Technikbegleitende an.

Infos unter: https://www.digital-kompass.de

4.3 Digitales Lernen begleiten

Als Technikbegleitende:r unterstützen Sie die Internetneulinge, neue digitale Welten kennenzulernen.

Teilhabe durch Schritte in die digitale Welt ermöglichen

Das Projekt DiBiWohn hat das Ziel, älteren Menschen in seniorenspezifischen Wohnformen, die noch keine Erfahrung mit dem Internet haben, soziale und digitale Teilhabe zu ermöglichen.

Fotonachweis: iStockphoto, Eva Katalin Kondoros

Ein erster Schritt ist, den sogenannten „Internetneulingen“ zu zeigen, wofür digitale Geräte und Anwendungen genutzt werden können, welche Möglichkeiten sie bieten und wo mögliche Herausforderungen liegen. Mit Unterstützung der Technikbegleitung können die Internetneulinge Basiswissen erwerben, um digitale Geräte zu bedienen und für sie sinnvolle Anwendungen zu nutzen.
Das Verständnis und die Handhabung digitaler Technologien werden dabei schrittweise verbessert, ohne die Lernenden zu überfordern. Die Bedürfnisse und Interessen der Internetneulinge stehen im Mittelpunkt. Erfolgserlebnisse sind entscheidend, um das Selbstvertrauen zu stärken und die Handlungsfähigkeit zu fördern.

4.3.1 Digitales Lernen

Digitale Bildungsangebote schaffen

Neben der Eins-zu-eins-Betreuung der Internetneulinge bieten sich auch Gruppenangebote in den Einrichtungen oder an Lernorten an. Solche Gruppenformate ermöglichen vorsichtigen oder skeptischen Teilnehmenden ein unverbindliches Hineinschnuppern in die digitale Welt.
Gruppenangebote stärken nicht nur den sozialen Austausch, sondern können auch ermutigen und den Zugang zu digitalen Themen erleichtern. Hinweise zur konkreten Umsetzung solcher Angebote finden Sie in Kapitel 5.4.

Methodenkoffer

Der in DiBiWohn entwickelte Methodenkoffer „Digital im Alltag“ bietet konkrete niedrigschwellige Angebote, die Sie vor Ort umsetzen können.

Medienkompetenzen erweitern

Internetneulinge benötigen zunächst grundlegende Kompetenzen, um digitale Geräte bedienen und nutzen zu können. Besonders wichtig ist das Bedienwissen, das den Einstieg in die Nutzung digitaler Technik erleichtert. Darüber hinaus sollten sie dazu befähigt werden, digitale Medien selbstbestimmt in ihren Alltag einzubinden.
Dabei ist es entscheidend, dass sie ihr eigenes Nutzungsverhalten reflektieren, sich in der digitalen Welt orientieren und Inhalte kritisch beurteilen können. Ziel ist es, ihnen Orientierung zu geben und sie zu ermutigen, die digitale Welt aktiv nach ihren eigenen Bedürfnissen und Vorstellungen zu gestalten.

Medienkompetenz

Medienkompetenz kann als Fähigkeit verstanden werden, die Medien nach eigenen Vorstellungen und Interessen zu nutzen, die verschiedenen Aspekte der Medien und Medieninhalte zu verstehen und kritisch zu bewerten sowie selbst in vielfältigen Kontexten zu kommunizieren. Dabei steht das handelnde Subjekt im Fokus von medienpädagogischen bzw. mediengeragogischen Überlegungen.

Orientierungshilfe im Materialiendschungel

Die in DiBiWohn entwickelte Orientierungshilfe unterstützt Sie bei der Materialauswahl für die Technikbegleitung.

Sich Medien immer wieder neu aneignen

Die Digitalisierung vollzieht sich in immer schnelleren Zyklen. Daher müssen nicht nur ältere Menschen immer wieder lernen, wie sie sich digitale Medien aneignen können. Während man früher oft ein Handbuch systematisch durchgearbeitet hat, wird Technik heute einfach durch Ausprobieren und Nutzen erlernt. Dazu sollte in der Tech-

nikbegleitung ermutigt werden. Nehmen Sie den Internetneulingen die Angst, etwas falsch machen zu können, denn „das Internet kann nicht gelöscht werden“.

Technikbegleitung bedeutet, Vorbild zu sein

Als Technikbegleitung sind Sie auch Vorbild. Das bedeutet nicht, dass Sie immer alles wissen müssen, im Gegenteil. Für Internetneulinge ist es wichtiger zu sehen, dass auch Sie mit Problemen konfrontiert sind. Zeigen Sie ihnen aber auch, wie man solche Herausforderungen meistern kann. Internetneulinge können sich so an Ihrem Beispiel orientieren und dabei lernen, wie Sie selbst Ihre Herausforderungen bewältigen. Ermutigen Sie dazu und geben soweit erforderlich Hilfestellung. Gemeinsam in der Gruppe können Probleme und Herausforderungen besser gemeistert werden.

Auf einen Blick

Um ältere Menschen beim Techniklernen unterstützen zu können, ist es hilfreich, die Leitprinzipien zum Lernen im Alter zu kennen, die in Kapitel 3 vorgestellt wurden. Auf einen Blick sind diese in Kapitel 3.4 „Was Lernen im Alter fördert“ zusammengestellt.

Für Ihr Engagement als Technikbegleitende:r finden Sie hilfreiches Praxiswissen in Kapitel 5.1, z. B. was Sie als Technikbegleiter:in mitbringen sollten, wie Sie sich qualifizieren können und welche Kompetenzen für die Technikbegleitung erforderlich sind.

Unter diesen Voraussetzungen und mit Ihrer Unterstützung kann digitale Bildung auch im höheren und hohen Alter dazu beitragen, die Teilhabe älterer Menschen zu erweitern und ihnen ganz „neue Welten“ zu erschließen.

> *„Meines Erachtens gehört erstmal dazu, dass man sich das selbst zutraut und Spaß dabei hat. Und dass man selbstbewusst ist, auch wenn man weiß, dass man lange nicht alles beherrscht.“*
>
> *(Technikbegleiterin in Hochdorf)*

5 Technikbegleitung: Gemeinsam digitale Welten erleben

Dieses Kapitel beschreibt die praktische Umsetzung der Technikbegleitung. Dabei stehen Technikbegleitende und Internetneulinge im Mittelpunkt. Die Erfahrungen ehrenamtlich tätiger Technikbegleitender werden durch Berichte veranschaulicht, was einen praxisnahen Einblick bietet. Zudem rundet eine Auflistung möglicher Herausforderungen das Kapitel ab.

5.1 Technikbegleitende: Aufgaben und Profil

Auf Technikbegleitende in seniorenspezifischen Wohnformen kommen bestimmte Aufgaben und Anforderungen zu. Welche das sind und welche Fähigkeiten es dafür bedarf, damit die Technikbegleitenden die Bewohnenden unterstützen können, erfahren Sie im Folgenden.

Was machen Technikbegleitende?

Technikbegleitende unterstützen die Menschen im Betreuten Wohnen und in der Pflege, sich in der digitalen Welt zurechtzufinden. Dazu begleiten sie die Internetneulinge bei den ersten und weiteren Schritten im Umgang mit digitalen Endgeräten, wie dem Smartphone, Tablet oder Computer.

Fotonachweis: iStockphoto, Eva-Katalin

Technikbegleitende

- suchen die Lebenswelt der Menschen im Betreuten Wohnen oder der Pflege auf,
- entdecken gemeinsam mit den Internetneulingen wie digitale Teilhabe ermöglicht werden kann,
- sensibilisieren für die vielfältigen Möglichkeiten digitaler Mediennutzung,
- fördern den Austausch und schaffen Räume für Begegnungen,
- unterstützen bei der Nutzung digitaler Medien und Anwendungen,
- ermutigen, Neues auszuprobieren und digitale Angebote zu entdecken.

Die Interessen und Bedürfnisse der Internetneulinge stehen im Mittelpunkt. Die Technikbegleitenden unterstützen diese dabei, Neues zu lernen und Gelerntes zu vertiefen.

> *„Man braucht Geduld. Geduld und viel Empathie. Und Humor. Dann geht vieles einfacher. Wenn man lachen kann dabei, ist alles gut.“*
>
> *(Technikbegleiter in Tübingen)*

Peer-to-Peer-Konzept

DiBiWohn setzt auf das sogenannte „Peer-to-Peer“-Konzept. Dieses baut auf der Altersähnlichkeit zwischen Technikbegleitenden und Lernenden auf, die häufig zur gleichen Technikgeneration gehören.

Diese Gemeinsamkeit erleichtert es den Internetneulingen, sich mit den Technikbegleitenden als Vorbildern zu identifizieren. Dadurch sinken Berührungsängste, und ein positives Lernumfeld entsteht.

Was sollten Technikbegleitende mitbringen?

Technikbegleitende können prinzipiell alle werden, die Interesse an der Tätigkeit haben und Basiskenntnisse in der alltäglichen Nutzung von Smartphones, Tablets, Laptops oder Computer mitbringen. Entscheidend ist die Motivation, ältere Menschen bei ihrer digitalen Teilhabe zu unterstützen. Eine wertschätzende Grundhaltung und die Freude an bereichernden Begegnungen sind ebenfalls wichtig. Dieses Engagement erfordert nicht nur technisches Wissen, sondern auch viel Empathie und vor allem Geduld, um den Internetneulingen einen positiven Zugang zur digitalen Welt zu ermöglichen.

Technikbegleitung – ein Ehrenamt für mich? Checkliste im Anhang

Wie können sich Technikbegleitende qualifizieren?

Technikbegleitende benötigen für ihre Tätigkeit unterschiedliche Fähigkeiten und Fertigkeiten. Ältere Menschen in die digitale Welt zu begleiten ist vor allem ein soziales Ehrenamt, bei dem der Umgang mit anderen Menschen im Mittelpunkt steht.

Die Lebens- und Berufserfahrung der Technikbegleitenden ist eine wertvolle Ressource. Sie unterstützt nicht nur bei der Begleitung der Internetneulinge, sondern fördert auch die Reflexion des eigenen Verhaltens und Denkens. Durch diese Aufgabe können Technikbegleitende zudem neue Einsichten über sich selbst gewinnen.

Weiterqualifizierungen helfen nicht nur dabei, die Tätigkeit zu erfüllen, sondern bieten auch persönliche Bereicherung und Weiterentwicklung.

Nicht nur die Internetneulinge profitieren von der Begleitung – auch die Technikbegleitenden selbst gewinnen neue Kenntnisse und Perspektiven.

Erforderliche Kompetenzen für die Technikbegleitung

Die Technikbegleitung stellt vielfältige Anforderungen, die unterschiedliche Kompetenzen erfordern. Diese lassen sich in Methodenkompetenzen, Sozialkompetenzen, personale Kompetenzen und Fachkompetenzen unterteilen. Sozialkompetenzen umfassen vor allem Geduld und die Fähigkeit, die Bedürfnisse und Interessen der Teilnehmenden zu berücksichtigen. Personale Kompetenzen zeichnen sich durch ein positives Menschen- und Altersbild aus. Ein strukturiertes und kleinschrittiges Vorgehen ist ein zentraler Aspekt der Methodenkompetenz. Bei der Fachkompetenz sind nicht nur technisches Wissen und der Umgang mit digitalen Geräten wichtig, sondern auch Kenntnisse über pädagogische Besonderheiten und passende Themen für die Bildungsarbeit mit älteren Menschen.

Welche Kompetenzen finden Sie besonders wichtig?
Finden sich diese in der Übersicht „Kompetenzprofil für die Technikbegleitung“?

Fotonachweis: Achim Wendel

Kompetenzprofil für die Technikbegleitung

Die Übersicht stellt nicht nur die Kompetenzen dar, die in der aktuellen Fachliteratur beschrieben werden, sondern hebt auch jene hervor, die aus Sicht der Internetneulinge und Technikbegleitenden des DiBiWohn-Projekts als besonders wichtig eingeschätzt wurden. Diese besonders bedeutsamen Kompetenzen sind in der Auflistung **fett hervorgehoben.**

Methodenkompetenzen

- **Einsatz verschiedener Materialien**
- **Kleinschrittiges Vorgehen**
- **Strukturierung des Lernens**
- Alternative Methoden zur Auswahl vorschlagen.
- Anregende Materialien bereitstellen
- Anschauliche Beispiele geben.
- Freiräume für eigene Entscheidungen geben.
- Kennen und Aufzeigen von Lernstrategien.
- Mit Lernmethoden für die Begleitung/ Unterstützung vertraut sein.
- Eigeninitiative der Lernenden fördern.

Sozialkompetenzen

- **Aktives Zuhören bzw. Zuschauen.**
- **Eingehen auf die Bedürfnisse/ Interessen der Bewohner:innen.**
- **Geduld haben.**
- **Kommunikation auf Augenhöhe betreiben.**
- Als Ansprechperson offen und präsent sein.
- Empathie zeigen.
- Ermutigungen aussprechen und Anregung geben.
- Die Schwachen stützen: kleine Erfolge sichtbar machen.
- Nonverbale Reaktionen beachten und nach ihrer Bedeutung fragen.
- Über Hindernisse des Lernens sprechen.
- Das Voneinander-Lernen fördern.
- Wertschätzung ausdrücken.

Personale Kompetenzen

- **Achtsamkeit**
- **Positives Menschen- und Altersbild haben.**
- Belastbarkeit
- Sensibilität in Bezug auf die Fürsorgepflicht.
- Sicheres und adäquates Auftreten.
- Das Vertrauen in die Lernfähigkeit durch den Verweis auf kleine Erfolge stärken.

Fachkompetenzen

- **Didaktische Leitprinzipien der Geragogik anwenden (Kenntnisse über Altersbilder, Konzepte des Alterns, Lernsituationen, Lebenslagen).**
- **Digitale Kompetenzen einsetzen (Medien- und Gerätekunde, Medien- und Techniknutzung,** Medien- und Technikgestaltung, **kritischer Umgang mit Technik und Medien).**

Eigene Darstellung nach Bubolz-Lutz et al. (2022), Bubolz-Lutz et al. (2010), Schramek & Stiel (2020), ergänzt durch Ergebnisse der Befragung der Internetneulinge und Technikbegleitenden im Projekt DiBiWohn.

Ehrenamtliche Technikbegleitung – eine sinnstiftende Aufgabe?

Als ehrenamtliche Technikbegleitende schenken Sie einer bedeutenden Aufgabe Ihre Zeit. Sie bringen Ihre Erfahrungen in die Aufgabe ein und erweitern gleichzeitig eigene Fähigkeiten. Qualifizierungen bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihr bisheriges Wissen zu vertiefen und der Austausch mit anderen Technikbegleitenden eröffnet neue Perspektiven. Mit Ihrem Engagement stellen Sie sich besonderen Herausforderungen und gestalten aktiv den digitalen Wandel in Einrichtungen des Betreuten Wohnens oder der Pflege. Diese Tätigkeit ist sinnstiftend und vermittelt das gute Gefühl, älteren Menschen dabei zu helfen, an der digitalen Welt teilzuhaben.

Ehrenamt stärken

Ihr freiwilliges Engagement ist wichtig, aber nicht selbstverständlich.
Eine wertschätzende und lebendige Engagementkultur in der Einrichtung ermöglicht es Technikbegleitenden, sich wohlzufühlen. Eine zentrale Rolle nimmt eine Ansprechperson ein, die das Engagement unterstützt und begleitet. Anerkennung kann auf verschiedene Weise erfolgen, z. B. durch Auslagenerstattungen, die Möglichkeit, eigene Projekte zu initiieren oder durch Weiterbildungsangebote, die Ihr Engagement bereichern und vertiefen. Auch andere Formen der Wertschätzung sind denkbar.

Was denken Sie, was Sie von den Internetneulingen zurückbekommen, wenn Sie diese in die digitale Welt begleiten?
Wie viel Zeit können und möchten Sie einbringen?
Was bereitet Ihnen Freude? Und welche Schwerpunkte möchten Sie bei der Begleitung setzen?

Fotonachweis: Achim Wendel

5.2 Grundhaltungen der Technikbegleitenden

Nicht nur die Internetneulinge, sondern auch Sie als Technikbegleitende bringen sehr unterschiedliche Lebens- und Berufserfahrungen mit. Diese spiegeln sich auch in Ihren Ansichten und Grundhaltungen bei der Technikbegleitung wider. In diesem Kapitel wollen wir unterschiedliche Grundhaltungen bei der Technikbegleitung in den Blick nehmen.

Was sind Grundhaltungen?
Neben den Kompetenzen haben sich verschiedene Grundhaltungen der Technikbegleitenden als zentrales Element in der Arbeit mit Internetneulingen herausgestellt. Unter Grundhaltungen verstehen wir persönliche Einstellungen und Überzeugungen, die Ihre Motivation und Ihren Umgang mit den Internetneulingen prägen.

Die vier Grundhaltungen der Technikbegleitenden
Im Rahmen des DiBiWohn-Projekts haben wir unter den Technikbegleitenden vier Grundhaltungen ausgemacht: Gesellige, Geduldige, Didaktiker:in und Ambitionierte. Diese werden im Folgenden vorgestellt.

> *„Mit der Frau X habe ich schon mehr oder weniger so etwas wie eine kleine Freundschaft geschlossen. Die hat uns jetzt auch mal eingeladen."*
> *(Technikbegleiterin in Bad Kreuznach)*

Gesellige

Die „Geselligen" sehen die Beziehung zwischen Internetneulingen und den Begleitenden als Schlüssel für eine gute Technikbegleitung. Sie legen Wert auf den sozialen Umgang und arbeiten daran, eine freundschaftliche und wertschätzende wechselseitige Beziehung aufzubauen. Die Technikbegleitenden fühlen sich besonders verantwortlich für „ihre" Internetneulinge. Sie gestalten die Technikbegleitung als Prozess des miteinander und voneinander Lernens. Das Erlernen der Technik rückt dabei zuweilen in den Hintergrund.

Geduldige

Die Technikbegleitung durch „Geduldige" ist sowohl durch Beziehungsarbeit als auch durch das Eingehen auf die jeweiligen (technischen) Inhalte geprägt. Auch hier ist die Technikbegleitung empathisch und wertschätzend ausgerichtet. Sie ist durchgehend unterstützend, geduldig und verständnisvoll. Herausfordernde Lernschritte werden wiederholt und immer wieder neu eingeübt. Die geduldige Technikbegleitung ist meist Schritt für Schritt aufgebaut und folgt einem transparenten Konzept.

> *„Ich muss sagen, das ist schon eine Geduldsaufgabe. Das muss man auch wirklich zugeben. Letztes Mal hatte der Internetneuling gesagt, dass er keine Lust mehr habe, das bekomme er nicht hin. Aber nach einer Stunde mit viel Geduld hatten wir das Thema gelöst."*
> *(Technikbegleiter in Bad Kreuznach)*

Didaktiker:in

Unter Didaktik versteht man die theoretische und praktische Auseinandersetzung mit dem Lernen. Bei der Grundhaltung der „Didaktiker:innen“ stehen deshalb didaktische Überlegungen zur Technikbegleitung im Vordergrund. Sie bereiten die Technikbegleitung teils mit hohem Aufwand vor. Dabei berücksichtigen sie vor allem die Interessen und Bedürfnisse der Internetneulinge (Subjektorientierung), stellen Bezüge zu deren Lebenswelt her, nehmen auf die Unterschiedlichkeit der Internetneulinge (Heterogenität) Rücksicht und beachten die individuellen Lernvoraussetzungen und Motive der begleiteten Personen. Die Technikbegleitung wird als pädagogischer Prozess verstanden, das Vorgehen wird häufig mit den Internetneulingen reflektiert. Die aktive Einbindung und das systematische Eingehen auf die Internetneulinge, das mit Empathie und Wertschätzung verbunden ist, findet bei diesen großen Anklang.

> *„Was aus meiner Sicht geholfen hat, war die Starthilfe-App, wo man sich spielerisch mit dem Gerät anfreundet. Da habe ich dann immer Hausaufgaben aufgegeben.“*
>
> *(Technikbegleiterin in Bad Kreuznach)*

> *„Ich habe sogar zwei verschiedene Stifte mitgebracht und habe das probiert. Der eine ist unten ein bisschen schmaler, der andere ein bisschen dicker. Wir haben alles schon probiert.“*
>
> *(Technikbegleiter in Bad Kreuznach)*

Ambitionierte

Bei der Technikbegleitung durch „Ambitionierte“ stehen die Inhalte und der Lernfortschritt im Vordergrund. Die sozialen Beziehungen und der pädagogische Prozess finden oft weniger Beachtung. Eine ambitionierte Technikbegleitung orientiert sich an dem bereits Gelernten und weniger am Lernenden. Schwierigkeiten bei der Technikbegleitung werden als Herausforderungen betrachtet, denen mit entsprechend angepassten und teils innovativen Methoden begegnet wird. Die Ambitionierten sind oft technisch versiert und wollen möglichst viel von ihrem eigenen Wissen weitergeben.

Die eigene Grundhaltung reflektieren

Technikbegleitende sollten ihre eigene Grundhaltung und Rolle in der Technikbegleitung immer wieder reflektieren. Dabei stellen sich Fragen wie:

Wie gestalte ich die Beziehung zu den Internetneulingen? Welche Erwartungen haben beide Seiten, und wie gehe ich darauf ein?

Grundhaltungen sind keine starren Eigenschaften. Die Reflexion der eigenen Haltung bietet die Möglichkeit, sich selbst besser kennenzulernen und die Bedürfnisse der zu begleitenden Personen besser zu verstehen.

Ein offener Austausch zwischen Technikbegleitenden und Internetneulingen ist entscheidend. Gemeinsam können sie klären, was ihnen wichtig ist und wie auch herausfordernde Situationen bewältigt werden können. Offenheit, Authentizität und ein wertschätzender Umgang auf Augenhöhe schaffen eine vertrauensvolle Grundlage für eine gelingende Technikbegleitung.

Austausch mit anderen Technikbegleiter:innen

Indem sich Technikbegleitende über ihre Grundhaltungen und die Technikbegleitung untereinander austauschen, können sie auch gemeinsam Lösungen für schwierige Situationen finden.

Für die Reflexion können folgende Fragen helfen: Was lief bei dem heutigen Termin gut? Welche Herausforderungen sind aufgetreten? Wie konnte diesen Herausforderungen begegnet werden? Waren die individuellen Ziele für beide Seiten transparent? Konnten die Ziele gemeinsam erreicht werden? Was braucht es, um beim nächsten Treffen die Ziele gegebenenfalls besser erreichen zu können?

Welche Grundhaltungen bei der Technikbegleitung leiten Sie und Ihre Arbeit? Welche Grundhaltungen halten Sie für die Internetneulinge besonders wichtig? Können Sie auch von anderen Grundhaltungen profitieren?

Fotonachweis: iStockphoto, Drazen Zigic

5.3 Grundhaltungen der Internetneulinge

Als Technikbegleitende werden Sie während Ihrer Tätigkeit auf eine Vielfalt an Menschen treffen. Daraus resultieren unterschiedliche Bedürfnisse, Einstellungen und Interessen, aber auch Ängste und Vorurteile der Internetneulinge, auf die es in der Begleitung einzugehen gilt. Es wird hier auch vom „biografischen Rucksack" gesprochen.

> *„Wichtig ist es, Vertrauen durch aufmerksames Zuhören aufzubauen und der Lebensgeschichte Raum zu geben."*
> *(Technikbegleiter in Dornstadt)*

Biografischer Rucksack
Der biografische Rucksack enthält unterschiedliche Lebens- und Berufserfahrungen, Wissen, Fähigkeiten, Werte und Einstellungen. Dieser biografische Rucksack beeinflusst oft unser Verhalten und unsere Bereitschaft, neugierig zu bleiben und Neues zu lernen.

Internetneulinge ansprechen und erreichen – die Grundhaltungen kennen

Im Projekt DiBiWohn haben wir sehr unterschiedliche Internetneulinge und Mitmachende kennengelernt, die sich zusammen mit den Technikbegleitenden auf den Weg gemacht haben, die digitale Welt zu entdecken. Trotz der Vielfältigkeit der Internetneulinge konnten wir im Rahmen unserer Begleitforschung vier „idealtypische" Grundhaltungen herausarbeiten. Diese haben häufig etwas mit den bisherigen Lebenserfahrungen, dem biografischen Rucksack der Internetneulinge zu tun und spiegeln u. a. deren Einstellungen zur digitalen Technik wider, knüpfen an ihre Bedürfnisse und Interessen an, oder machen Ängste und Vorbehalte deutlich.
Die Beschäftigung mit diesen Grundhaltungen ermöglicht, darüber nachzudenken, was Internetneulingen wichtig ist, wie man sie ansprechen und auf dem Weg in die digitale Welt mitnehmen und begleiten kann.

Die vier Grundhaltungen von Internetneulingen:

- aufgeschlossen (neugierig)
- gesellig (sozialer Austausch)
- vorsichtig (Ängste, Risiken)
- ablehnend (Skepsis, hohe Vorbehalte)

Die hier vorgestellten vier Grundhaltungen treten oft in Mischformen auf. Die im Folgenden beschriebenen Fallbeispiele dienen nur zur Orientierung und entsprechen nicht realen Personen. Beispielhaft lässt sich daran aber zeigen, wie Sie in der Technikbegleitung auf die jeweiligen Grundhaltungen eingehen können.

Beispiel 1: Die Aufgeschlossene

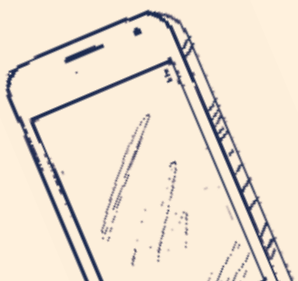
Vor ihrer Teilnahme im Projekt hatte **Frau Pfaff** (94 Jahre) mit digitaler Technik nicht viel am Hut. Sie war davon ausgegangen, dass sie das niemals brauchen würde. Zu sehen, wie junge Leute die Geräte benutzen, machte sie jedoch neugierig. Sie möchte auch gerne etwas im Internet bestellen, so wie sie es bei ihrer Enkelin gesehen hat. Im Laufe der Treffen mit den Technikbegleitenden wird sie immer sicherer und kann selbst kaum glauben, was sie inzwischen alles mit dem Tablet macht. Mit ihren im Ausland lebenden Kindern hat sie regelmäßigen Kontakt über Skype. Das ist so, als wäre sie direkt bei ihnen. Sie bestellt sich online Kleidung und Lebensmittel und gibt ihr neues Wissen inzwischen auch an ihre Mitbewohnerinnen weiter. Das Fotografieren mit dem Tablet ist ein neues Hobby geworden, das ihr viel Freude bereitet.

Für die **„Aufgeschlossene“** oder den **„Aufgeschlossenen“** ist die Technikbegleitung eine Bereicherung, die eine spannende Entdeckungsreise in die digitale Welt bietet und Begeisterung und Neugierde hervorruft.

Wichtig ist es, ein ausgewogenes Bewusstsein für das Thema Sicherheit im Internet zu schaffen. Themen wie Datenschutz, sichere Passwörter und beispielsweise das Erkennen von unseriösen Onlineshops sollten angesprochen werden. Dadurch kann das Vertrauen in die Nutzung digitaler Technologien gestärkt werden, ohne dabei unnötige Angst zu erzeugen.

„Oh ja, man ist sicherer mit dem ganzen Gerät. Also, man traut sich, das und jenes einfach mal auszuprobieren. Weil am Anfang denkt man ja immer, oh je, oh je, das mache ich nicht, da greife ich gar nicht erst hin. Aber ja man wird sicherer mit dem Ganzen.“

(Internetneuling, Frau, 94 Jahre)



„Ich finde das ganz wichtig mit der Gruppenarbeit. Da lernt man am meisten. Das muss Spaß machen.“
(Internetneuling, Mann, 72 Jahre)

Beispiel 2: Der Gesellige
Herr Gerke (84 Jahre) nimmt sehr gerne an den gemeinschaftlichen Veranstaltungen im Projekt teil, besucht Gruppenangebote und Vorträge. Sein Interesse für die Inhalte der Veranstaltungen hält sich jedoch in Grenzen, da er sich nicht als Internetneuling betrachtet. Er benutzt schon seit mehreren Jahren ein eigenes Tablet. Ihm geht es bei den Treffen vordergründig um den Kontakt zu anderen Menschen. Er nutzt die Zeit, um mit den Anwesenden ins Gespräch zu kommen.

Die **„Geselligen“**, die gerne an Gruppenveranstaltungen teilnehmen, könnten durch die Angebote und den Austausch mit den Technikbegleitenden motiviert werden, Neues zu entdecken. Beispiele für Anwendungen, die soziale Interaktionen und Vernetzung fördern, könnten dabei besonderes Interesse wecken.
Die Organisation von Tandems, in denen gemeinsames Lernen und der Austausch im Vordergrund stehen, könnte eine Möglichkeit bieten, den Geselligen für das Angebot zu gewinnen.

Beispiel 3: Die Vorsichtige
Frau Vogelmann (91 Jahre) hält sich selbst für sehr ungeschickt im Umgang mit digitalen Geräten und hat eine große Scheu davor. Bei den vielfältigen Möglichkeiten am Tablet hat sie die Befürchtung, etwas falsch zu machen. Dennoch ist sie neugierig und probiert während der Treffen immer wieder etwas Neues aus. Sie ist sehr froh über ihre Fortschritte, die sie bereits durch die Technikbegleitung machen konnte. Zwar hat sie immer noch Hemmungen und beschäftigt sich außerhalb der Treffen noch nicht mit dem Tablet, aber sie ist zuversichtlich, dass das auch noch klappen wird.

Für die **„Vorsichtige“** oder den **„Vorsichtigen“** ist es wichtig, in einer sicheren Umgebung zu lernen und Ängste ernst zu nehmen. Übungen wie die Nutzung der Lern-App „Starthilfe – digital dabei“, die auch offline durchgeführt werden können, bieten eine gute Möglichkeit, Vertrauen in die eigene Fähigkeit zur Bedienung technischer Geräte zu entwickeln. Dies unterstützt dabei, sich schrittweise und ohne Druck mit der Technik vertraut zu machen und die Sicherheit im Umgang mit digitalen Medien zu stärken.

„Also, an sich bin ich sehr technikungeschickt, aber vielleicht hat man mir das auch eingetrichtert?“
(Internetneuling, Frau, 84 Jahre)

Beispiel 4: Der Ablehnende

Herr Amann (86 Jahre) hat durch seine Frau vom Projekt erfahren und nimmt ab und zu an den Veranstaltungen teil. Seiner Meinung nach braucht er „dieses Internet“ nicht und er lehnt eine Nutzung ab. Bei den Treffen zeigt er kein Interesse an den jeweiligen Inhalten und beteiligt sich auch nicht am Austausch. Auf Nachfrage gibt er an, dass er ab und zu darüber nachdenkt, es doch einmal auszuprobieren, es dann aber bleiben lässt.

Es ist wichtig, die Entscheidung der/des **„Ablehnenden“** zu respektieren und zu zeigen, dass die Anwesenheit trotzdem geschätzt wird, auch wenn sie oder er nicht aktiv teilnimmt.
Möglicherweise bieten ihre oder seine Interessen Anknüpfungspunkte für die digitale Welt. Es könnte hilfreich sein, dabei die Vorteile digitaler Anwendungen in den Bereichen aufzuzeigen, die von Interesse sind. Eine offene und einladende Atmosphäre kann helfen, dass sie/er sich willkommen fühlt und vielleicht doch Neues ausprobieren möchte.

Auf einen Blick

- Die Internetneulinge unterscheiden sich, „den“ Internetneuling gibt es nicht.
- Jeder Mensch ist einzigartig und sollte in seiner Individualität wahrgenommen werden.
- Die älteren Menschen bringen unterschiedliche Lebens- und Berufserfahrungen, aber auch Bildungs- und Medienerfahrungen mit. Sie haben individuelle Bedürfnisse, Interessen, Ängste und Vorurteile.
- Die Grundhaltungen können in Mischformen vorkommen und sich verändern.
- Sich Potenziale der digitalen Welt zu erschließen, setzt Offenheit und Neugier voraus.
- Es benötigt individuelle Anstöße, um die digitale Welt und ihre Möglichkeiten zu erkunden.
- Begleitung und Unterstützung sind entscheidend, ergänzt durch geeignete Rahmenbedingungen und eine inspirierende digitale Umgebung.

> *„Na, jetzt kann ich das Tablet nutzen. Was man da alles finden kann, Informationen zu den verschiedensten Themen. Hier kann man wirklich was lernen und andererseits einiges erfahren, was man sonst nicht so mitkriegt. Mir macht es Spaß. Meine Kinder die staunen bloß immer.“*
>
> *(Internetneuling, Frau, 94 Jahre)*

Selbstwirksamkeit stärken

Neben der technischen Unterstützung ist auch die Stärkung der Selbstwirksamkeit entscheidend. Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen fördert das Lernen und macht den Umgang mit den digitalen Technologien leichter. Genauso wichtig ist es, Strategien zu entwickeln, die die Selbstbestimmung stärken. So können ältere Menschen ihr Leben selbstverantwortlich und aktiv gestalten.

Können Sie diese Grundhaltungen aus Ihren praktischen Erfahrungen wiedererkennen?

Gibt es vielleicht weitere Grundhaltungen, die Sie erlebt haben?

Wie könnten Sie als Technikbegleitende:r den Menschen mit diesen Grundhaltungen begegnen? Welche Konzepte und Strategien halten Sie für hilfreich?

5.4 Erste Schritte und Planung der Technikbegleitung

Wenn Sie Lust haben, selbst als Technikbegleitung aktiv zu werden, dann finden Sie in diesem Kapitel Anregungen für Ihre ersten Schritte. Die Hinweise gelten sowohl für einzelne Personen als auch für Gruppen, die sich gemeinsam in diesem Bereich engagieren möchten.

Checkliste „Erste Schritte zur Technikbegleitung“ im Anhang

5.4.1 Einsatzort finden

Die meisten Einrichtungen sind gegenüber ehrenamtlicher Unterstützung zur Förderung sozialer und digitaler Teilhabe aufgeschlossen. Es kann vorkommen, dass manche Einrichtungen zusätzliche Aufgaben in diesem Bereich nicht übernehmen können, da dies Mehrarbeit bedeutet.

Die Mitarbeitenden in den Einrichtungen – wie Pflegekräfte, Alltagsbegleiter:innen, Sozialdienste, Pflegedienstleitungen und Hausdirektionen – bringen unterschiedliche Herausforderungen, Erwartungen, Wünsche und Bedürfnisse in die Technikbegleitung ein. Es ist daher wichtig, Erwartungen und Vorstellungen im Vorfeld zu klären.

Ein erster Schritt in die Technikbegleitung ist die Identifikation von Ansprechpersonen in den Einrichtungen und die Überprüfung der vorhandenen technischen Ausstattung.

Unterstützer:innen in den Einrichtungen gewinnen

Ansprechpersonen in den Einrichtungen sind Leitungspersonen, Pflegekräfte oder Koordinierende für ehrenamtliches Engagement. Oft existieren bereits Strukturen für bürgerschaftliches Engagement, auf die aufgebaut werden kann.

Ein direkter Austausch mit Pflegekräften, Alltagsbegleiter:innen und weiteren Bezugspersonen, die täglich mit den Bewohner:innen arbeiten,

ist besonders wertvoll. So lassen sich Bedarfe besser erkennen und bestehende Projekte gezielt durch ehrenamtliche Tätigkeiten ergänzen.

Fotonachweis: iStockphoto, kupicoo

Methodenkoffer
Der Methodenkoffer „Digital im Alltag“ enthält eine Sammlung von Methoden, die auf Karteikarten dargestellt sind. Diese Methoden bieten niedrigschwellige digitale Angebote für ältere Menschen in Einrichtungen des Betreuten Wohnens der Pflege oder in weiteren Kontexten. Die Methoden sind nach Lebensbereichen und Anwendungsformen geordnet.

Notwendige Infrastruktur in den Einrichtungen
Für die effektive Technikbegleitung in Einrichtungen des Betreuten Wohnens und der Pflege ist eine angemessene Infrastruktur entscheidend.

Internetzugang
Wichtig ist vor allem ein zuverlässiges WLAN-Netzwerk zur Nutzung des Internets. Dieses sollte den Bewohnenden und Besuchern frei zugänglich sein. So entstehen auch keine weiteren Verbindungskosten.

Falls in der Einrichtung kein (frei zugängliches) WLAN-Netzwerk verfügbar ist, können mobile Hotspots, auch bekannt als Homespots, über einen eigenen Mobilfunkvertrag mit Datentarif ein WLAN aufbauen. Dabei entstehen jedoch Kosten: einmalig für die benötigten Geräte, dauerhaft für einen Mobilfunkvertrag. Eine Alternative dazu sind Freifunk-Router, falls diese an die Internetinfrastruktur der Einrichtung angeschlossen werden dürfen. Freifunk baut ein eigenes WLAN-Funknetz auf und nutzt dazu nur einen Teil der Bandbreite des vorhandenen Anschlusses.

Digitale Endgeräte
Es ist hilfreich, wenn den Internetneulingen digitale Endgeräte wie Tablets, Laptops oder Smartphones zur freien Nutzung zur Verfügung stehen. Interessierte können die Geräte so zunächst ausprobieren. Das ermöglicht ihnen, ohne eigene Kosten erste Erfahrungen mit der digitalen Welt zu sammeln und sich allmählich damit vertraut zu machen.

Bei Leihgeräten einer Einrichtung, die für Smart-Home-Steuerungen genutzt werden, kann es funktionale Einschränkungen geben. Die Konfiguration dieser Geräte kann möglicherweise die Installation neuer Apps begrenzen, um die Sicherheit und Funktionalität des Smart-Home-Systems zu gewährleisten.

Wenn die Internetneulinge ihre eigenen Geräte zur Technikbegleitung mitbringen, sollte bedacht werden, dass dies zu einer Vielfalt an Betriebssystemen (z. B. Android, iOS, Windows), Versionen und Benutzeroberflächen führen kann, was die Gestaltung der Gruppenbegleitung komplexer macht.

Raum für die Technikbegleitung
Besonders wichtig ist, dass ein ruhiger und ansprechender Raum für die Technikbegleitung zur Verfügung steht, damit eine positive Lernatmosphäre für die Internetneulinge geschaffen wer-

den kann. Weitere Details zu den Anforderungen an den Lernort finden sich in Kapitel 3.

Handreichung für Einrichtungen
Die Handreichung „Digitale Teilhabe in Einrichtungen der Altenhilfe“ gibt Anregungen, wie Träger und Einrichtungen die Technikbegleitung in ihrer Einrichtung etablieren können.

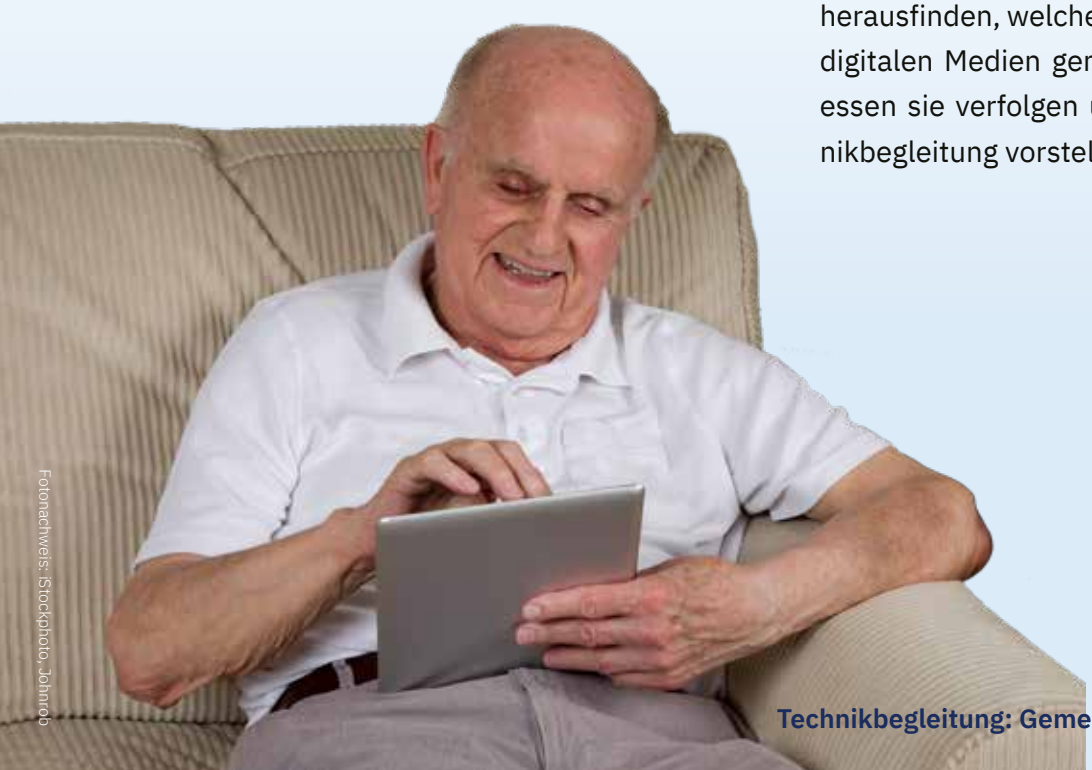
Gestaltung der Technikbegleitung
In Zusammenarbeit mit der Ansprechperson der Einrichtung kann die Technikbegleitung gemeinsam geplant werden. Wichtige erste Überlegungen sind, wie viele Technikbegleitende unterstützen können und sollen, wie viel Zeit sie investieren möchten und welche Art der Unterstützung sie anbieten, bspw. Einzelbetreuung oder Gruppenangebote. Weitere Anregungen zur Planung finden Sie in Kapitel 5.4.3.

5.4.2 Internetneulinge gewinnen

Eine persönliche Beziehung zu den Menschen im Betreuten Wohnen oder in der Pflege bietet eine gute Basis für die Technikbegleitung. Die Ansprechpersonen vor Ort können dafür gute „Türöffner“ sein.

Möglichkeiten des Kennenlernens
Es gibt verschiedene Wege, wie Internetneulinge und Technikbegleitende sich kennenlernen und das Angebot vorgestellt werden kann. Eine Möglichkeit ist, die Bewohner:innen zu einer Informationsveranstaltung zur Technikbegleitung einzuladen. Alternativ können sich die Technikbegleitenden bei einer regulären Veranstaltung der Einrichtung vorstellen und ins Gespräch kommen.
Um die Bewohner:innen zu einer Informationsveranstaltung einzuladen, ist eine persönliche Einladung durch die Ansprechpersonen vor Ort hilfreich. Auch Plakate oder Flyer können auf das Angebot aufmerksam machen. Es ist sinnvoll, das Projekt und das Angebot der Technikbegleitung mit praktischen Beispielen zu erklären, damit die Interessierten erfahren, was sie erwartet.

Erwartungen und digitale Kenntnisse
Gespräche und Diskussionen bieten eine gute Möglichkeit, die Einstellungen der Bewohner:innen zur Digitalisierung zu verstehen. Sie können herausfinden, welche Erfahrungen sie bereits mit digitalen Medien gemacht haben, welche Interessen sie verfolgen und wie sie sich eine Technikbegleitung vorstellen.



Fotonachweis: iStockphoto, Johnrob

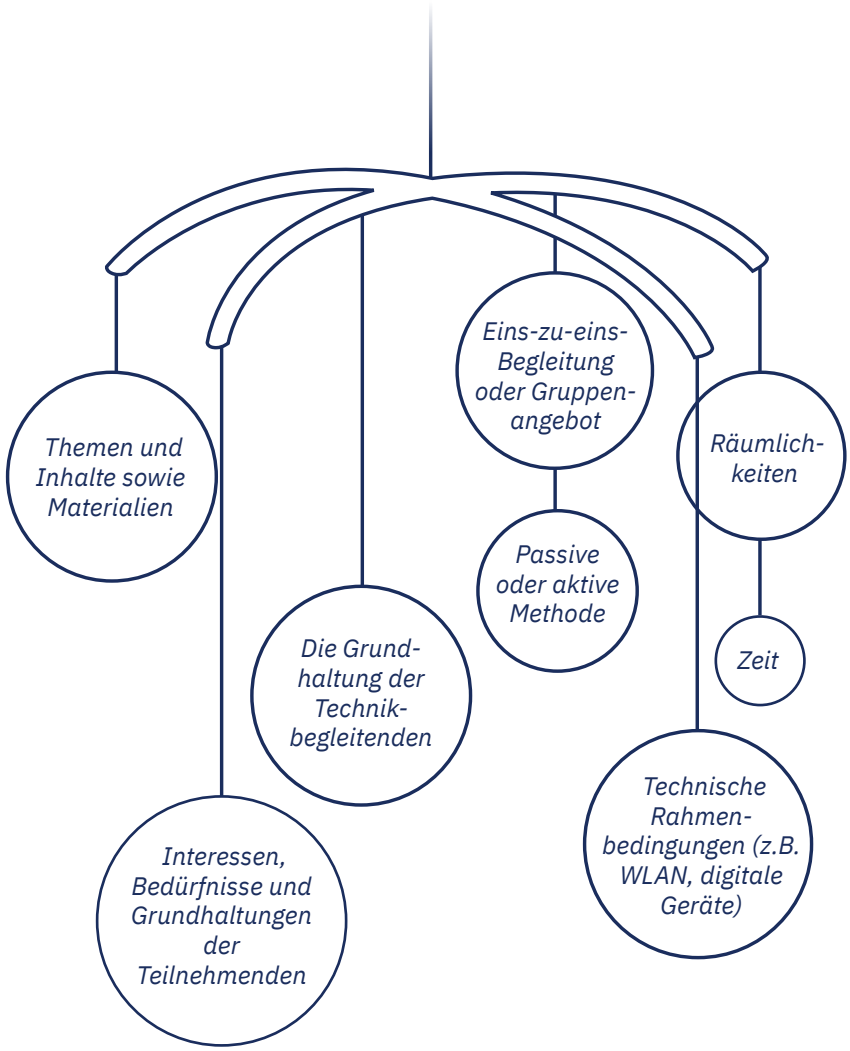
Diese Informationen helfen, um passende Lern- und Unterstützungsangebote zu planen, die sowohl den Bedürfnissen der Bewohner:innen als auch den Möglichkeiten der Technikbegleitenden gerecht werden.
Am Ende der Informationsveranstaltung sollte klar sein, wie es weitergeht – beispielsweise wie und wo sich die Teilnehmenden zur Technikbegleitung anmelden können.

5.4.3 Planung der Technikbegleitung

Nach ersten Überlegungen zur Technikbegleitung können nun längerfristige Angebote geplant werden, die zu den Gegebenheiten der Einrichtung, den Bedürfnissen der Internetneulinge und den Möglichkeiten der Technikbegleitenden passen.
Bei der Planung der Technikbegleitung müssen das geeignete Format, die zeitlichen Rahmenbedingungen und die Raumplanung berücksichtigt werden Ein ganz individuelles Konzept für die Technikbegleitung wird erstellt.

Lern- und Unterstützungsangebot planen: Formate der Lernbegleitung

Um ein Lern- und Unterstützungsangebot zu planen, müssen verschiedene Aspekte in den Blick genommen werden. Diese stehen oft in Wechselbeziehungen und können sinnbildlich als Mobile dargestellt werden: Verändert man an einer Stelle des Mobiles etwas, hat das auch Auswirkungen auf andere Aspekte des Mobiles.
Die Technikbegleitung kann als Eins-zu-eins- oder Gruppenangebot geplant werden. Welches Format das geeignete ist, hängt von den Voraussetzungen in der Einrichtung, den eigenen Vorlieben und Kenntnissen und insbesondere von den Bedürfnissen der Teilnehmenden ab.



Im Folgenden werden mögliche Formate der Technikbegleitung vorgestellt. Diese werden präzisiert durch:

- die Anzahl der Technikbegleitenden und der Teilnehmenden,
- die Termine/Häufigkeit,
- das Thema oder Themen und
- die technischen Voraussetzungen.

> *„Ich bin da. Ich bin Ansprechpartner. Im Rahmen meiner Möglichkeiten kann ich helfen, und das ist eigentlich das Hauptsächliche."*
>
> *Technikbegleiter in Nehren*

Eins-zu-eins-Begleitung

Individuelle und persönliche Begleitung. Fokus auf die spezifischen Bedürfnisse und Interessen des Internetneulings.

- Ein/e Technikbegleitende:r und ein Internetneuling
- Flexibel oder fest geplante, regelmäßige Termine
- Individuell vereinbarte Themen, die auch über mehrere Termine vertieft werden können.
- Digitales Endgerät, WLAN, ruhiger Lernort

Sprechstunde

Bietet den Internetneulingen die Möglichkeit, individuelle Fragen und Probleme in einem festgelegten Zeitrahmen direkt mit Technikbegleitenden zu besprechen und Lösungen zu finden.

- Pro Internetneuling ein/e Technikbegleitende:r
- Festgelegte Termine (mit oder ohne Voranmeldung)
- Individuelle Unterstützung für gezielte Fragestellungen
- Digitales Endgerät, WLAN, Raum

Regelmäßiges Gruppenangebot

Gemeinsame Begleitung mehrerer Internetneulinge. Dabei lernen die Teilnehmenden in einer Gruppe miteinander und voneinander. Kontakte und Beziehungen können geknüpft werden.

- Ein oder mehrere Technikbegleitende mit mehreren Internetneulingen
- Festgelegte Termine in einem selbst gewählten Rhythmus
- Impuls für ein mit der Gruppe vereinbartes Thema
- Digitale Endgeräte, WLAN, Raum (z. B. mit Beamer)

Einzelne Veranstaltung(en)

Offene Veranstaltungen, wie z. B. ein Filmnachmittag, die für alle Bewohner:innen der Einrichtung zugänglich sind. Solche Termine bieten eine Gelegenheit zum gemeinsamen Erleben und Austausch. Sie ermöglichen das Kennenlernen der Möglichkeiten des Internets und der digitalen Anwendungen.

- Ein/e oder mehrere Technikbegleitende und bis zu 100 Teilnehmende
- Festgelegte Termine
- Ideen im Methodenkoffer und in Absprache mit den Interessierten
- Raum mit WLAN und z. B. Beamer

Zeitliche Planung der Technikbegleitung

Der Tagesablauf in den betreuten Wohnformen ist u. a. durch die Mahlzeiten, die pflegerische Versorgung und Veranstaltungen der Einrichtung strukturiert.

Mit der Ansprechperson in der Einrichtung können geeignete Wochentage, Uhrzeiten und die mögliche Dauer eines Angebots am besten geplant werden.

Auch die Tagesform der Teilnehmenden sollte beachtet werden, wann sind diese fit und aufnahmefähig?

Wahl des Raums

Je nach Veranstaltungsformat und Zeiten kann in Absprache mit der Ansprechperson der Einrichtung der passende Raum für das Angebot reserviert werden.

Wahl der digitalen Endgeräte

Für die Einzelbegleitung und Sprechstunden sind sowohl eigene Geräte der Internetneulinge als auch Leihgeräte geeignet. In Gruppenangeboten hingegen ist es vorteilhaft, wenn alle Teilnehmenden denselben Gerätetyp (z. B. Smartphone, Tablet) und dasselbe Betriebssystem (z. B. Android, iOS) verwenden. Dennoch werden Sie aufgrund der Vielzahl an Hard- und Software auf unterschiedliche Konstellationen von Geräten, Systemeinstellungen und Apps stoßen. Die einzige Ausnahme bildet der Einsatz von Geräten aus einem standardisierten Leih-Technikkoffer. Seien Sie deshalb flexibel.

Passive und aktive Methoden

In der Technikbegleitung werden zwei methodische Ansätze unterschieden: passive und aktive Methoden, die sich sinnvoll ergänzen. Bei Personen, die noch keine Erfahrungen gesammelt haben, kann ein motivierender Einstieg, der die Nutzungsmöglichkeiten neuer Medien erfahrbar macht, besonders lohnenswert sein. Hierbei kann der im Projekt DiBiWohn entstandene Methodenkoffer „Digital im Alltag“ unterstützend wirken.

Passive Methoden

Passive Methoden bieten einen niederschwelligen Einstieg in die digitale Welt. Sie sensibilisieren für die Nutzungsmöglichkeiten digitaler Inhalte, wecken Interesse und geben Anregungen, ohne dass die Teilnehmenden selbst aktiv an Endgeräten arbeiten. Die eingesetzten digitalen Medien und Anwendungen können positiv und ohne Vorkenntnisse erlebt werden.

Die Teilnehmenden brauchen kein Nutzungswissen und es gibt keine Hindernisse wie Technikprobleme oder Angst, etwas falsch zu machen.

Beispiele für passive Methoden

- Kinostream
- virtueller Museumsrundgang
- Reisen auf dem virtuellen Globus mit GoogleEarth
- gemeinsames Quizzen
- gemeinsame Teilnahme an Onlineveranstaltungen
- In der Gruppe ein Konzert genießen

Gelingensfaktoren für die passiven Methoden

- Internetzugang
- anleitende Person
- Endgerät für die anleitende Person
- Beamer oder TV-Gerät
- geeigneter Raum

Aktive Methoden

Aktive Methoden laden zum eigenständigen Ausprobieren und zum Lernen ein. Die Teilnehmenden sind selbst an Endgeräten tätig und werden individuell begleitet.

Gelingensfaktoren für aktive Methoden

- Internetzugang für alle Geräte
- anleitende Person(en)
- Endgeräte für die Teilnehmenden (eigene oder Leihgeräte)
- evtl. Beamer oder TV-Gerät

- geeigneter Raum
- individuelle Begleitung
- unterstützende Lernstrategien und -hilfen

Einsatz des Methodenkoffers

Die Methoden dienen als grundlegende Bausteine und bieten einen groben Rahmen, der an die Bedürfnisse der Internetneulinge und an den Kontext angepasst werden sollte. Das gilt auch für die beispielhaft genannten Internetseiten und Anwendungen.

Flexibilität der Methoden

Je nach den Bedürfnissen der Internetneulinge und des Kontexts können passive Methoden in aktive und aktive in passive Methoden umgestaltet werden; auch Kombinationen sind möglich. So können unterschiedliche Lernbedürfnisse berücksichtigt und Barrieren abgebaut werden.
Bei heterogenen Gruppen hat sich die Kombination einer passiven Methode zum Einstieg, einem inhaltlichen Input und im Anschluss eine aktive Methode zum Ausprobieren bewährt.
Beispiele:

- Zunächst wird gemeinsam Wunschmusik gehört, anschließend wird Musikstreaming erklärt. Die Teilnehmenden üben dann aktiv, die Lieblingsmusik eigenständig auszuwählen und anzuhören.
- Der virtuelle Globus (GoogleEarth) wird zuerst in der Gruppe gemeinsam erkundet, bevor die Anwendung vorgestellt und zum eigenen Ausprobieren angeregt wird.

Aber auch aktive Methoden können meist in passive Methoden umgewandelt werden. Das hilft, wenn Teilnehmende sich noch unsicher fühlen, die Anwendung selbst zu nutzen.

Der Methodenkoffer bietet konkrete Methoden bei der Umsetzung von digitalen Angeboten.

Wie wollen Sie die Technikbegleitung gestalten? Liegt Ihnen die Einzel- oder die Gruppenbetreuung mehr oder sind Sie eher ein/e Vortragende:r?

Welche Formen werden von der Einrichtung und den möglichen Teilnehmenden gewünscht?

Was ist von der Infrastruktur und den Räumen her sinnvoll?

5.4.4 Begleitung und Unterstützung durch das Projekt

Mit Ihrer Lebenserfahrung, Ihrem Wissen über das Lernen im Alter und Ihren Erfahrungen und Kenntnissen im digitalen Bereich sind Sie als Technikbegleiter:in bestens gerüstet, um ältere Menschen zu unterstützen.

Das Projekt DiBiWohn unterstützt Technikbegleitende dabei, sich auf ihre Aufgaben vorzubereiten und bietet Möglichkeiten zur Fortbildung und zum Austausch.

Qualifizierungen

Länderübergreifende Onlinequalifizierungen für Technikbegleitende werden bis zum Ende der Projektlaufzeit (08/2025) angeboten. Der persönliche Austausch in diesen Onlineveranstaltungen kann besonders gewinnbringend sein. Die Inhalte stehen nach den Qualifizierungen auf der Projektwebseite zur Verfügung unter:
https://dibiwohn.org/?Qualifizierungen

Materialien

Auf der Webseite des Projekts haben Sie die Möglichkeit, auf die Materialien des Projekts zuzugreifen: den Methodenkoffer „Digital im Alltag“, die „Orientierungshilfe durch den Materialiendschungel“ und auf die Handreichung „Digitale Teilhabe in Einrichtungen der Altenhilfe“. Dort finden Sie auch ein Glossar mit Begriffen rund um das Internet, Computer, Tablets und Smartphones.

Die Orientierungshilfe durch den Materialiendschungel unterstützt dabei, passende Materialien für die Technikbegleitung auszuwählen.

Austausch mit anderen Technikbegleitenden

Der Austausch und die Vernetzung mit anderen Technikbegleitenden über verschiedene Standorte hinweg können sehr bereichernd sein. Diese Möglichkeit besteht nicht nur während der Qualifizierungen, sondern auch über den passwortgeschützten Bereich auf der Projektwebseite von DiBiWohn. Hier ist eine interaktive Vernetzung über einen Konferenzraum möglich:
dibiwohn.org/?Technikbegleitung
Für weitere Informationen sprechen Sie gerne die Ansprechpersonen des Projekts an, die in Kapitel 6 genannt sind.

5.4.5 Technikbegleitung: Die ersten Schritte auf einen Blick

- Unterstützer:innen für das Angebot in der Einrichtung gewinnen.
- Gegenseitige Vorstellungen und Erwartungen abklären.
- Infrastruktur klären: WLAN, digitale Endgeräte, passende Räumlichkeiten.
- Internetneulinge mit ihren Bedürfnissen und Wünschen kennenlernen.
- Planung des Lern- und Unterstützungsangebots: Format, zeitliche Planung, Raum, Endgeräte und Zeiten wählen.
- Begleitung und Unterstützung durch das DiBiWohn-Projekt in Anspruch nehmen.
- Erste Termine mit den Internetneulingen vereinbaren.

5.5 Umsetzung der Technikbegleitung

Nach Abschluss der Planungsphase beginnt jetzt die praktische Phase der Technikbegleitung. In diesem Kapitel liegt der Fokus auf der dauerhaften Etablierung des Angebots. Es geht darum, die Begleitung so in den Alltag der Einrichtung zu integrieren, dass sie zu einem verlässlichen und beständigen Teil des Lebens der Bewohner:innen wird.

5.5.1 Vor dem Start: Ehrenamts-, Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung

Den Einsatz zwischen den Technikbegleitenden und der Einrichtung regelt eine Ehrenamtsvereinbarung, die vor dem Beginn des Engagements abgeschlossen wird.

Eine Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung zwischen den Technikbegleitenden und den Internetneulingen schafft für beide Parteien eine sichere Basis für die gemeinsame Lernreise. Diese Vereinbarungen stellen sicher, dass alle Beteiligten ihre Rechte und Pflichten kennen und ein klares Verständnis für den Rahmen der ehrenamtlichen Tätigkeit haben. Sie dienen auch dazu, die Privatsphäre und die Sicherheit aller Beteiligten zu gewährleisten.

Anregungen für eine Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung finden Sie im Anhang.

5.5.2 Gemeinschaftlich die Technikbegleitung meistern

Gemeinsame Aktivitäten in einem Team sind oft effektiver, als auf sich allein gestellt zu sein. Es bereitet Freude, mit anderen zusammen Herausforderungen zu bewältigen. Hierbei ist für die Technikbegleitenden wichtig, regelmäßig mit der Einrichtung zu kommunizieren, um sich gegenseitig auf dem Laufenden zu halten und um die gemeinsamen Ziele zu erreichen.

Teamarbeit in der Begleitung

Ein Team von Technikbegleitenden aufzubauen, ist äußerst hilfreich. Die Zusammenarbeit im Team verteilt die Verantwortung und unterstützt die nachhaltige Umsetzung des Angebots. Wenn

Fotonachweis: iStockphoto, SeventyFour

> *„Wenn ich mit einem Konzept komme, muss ich bereit sein, es immer wieder zu überdenken oder ganz aufzugeben, da die Interessenlage bei jedem Neuling sehr persönlich und individuell gestaltet ist.“*
>
> *(Technikbegleiterin in Dornstadt)*

ein Mitglied beispielsweise krankheitsbedingt ausfällt, können andere einspringen. Ein Team kann sowohl aus ehrenamtlich Engagierten als auch aus hauptamtlichen Kräften der Einrichtung bestehen.

Zur Stärkung des Teams bietet es sich an, Unterstützende aus der Kommune oder dem Quartier einzubinden. Eine enge Zusammenarbeit vor Ort erleichtert den Zugang zu weiteren Ressourcen und stärkt das Angebot. Gleichzeitig kann eine Vernetzung mit regionalen oder landesweiten Initiativen sinnvoll sein, um Erfahrungen auszutauschen und Unterstützung zu erhalten. Beispiele hierfür sind das „Netzwerk Senioren im Internet“ in Baden-Württemberg, die „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter“ in Rheinland-Pfalz, die „Digitalambulanzen“ in Bremen oder die „Medienmentor:innen“ in Thüringen.

Vorstellung von Initiativen und Projekten:
https://www.digital-kompass.de/aktuelles/digital-im-alter-wer-unterstuetzt-wo

> *„Wir halten immer die Augen und Ohren offen, welche Themen für die Internetneulinge interessant sein könnten.“*
>
> *(Technikbegleiterin in Nehren)*

Wer allein als Technikbegleitende:r tätig ist, sollte darauf achten, sich nicht zu überlasten. Große Gruppenaktivitäten sind möglich, aber es kann schwierig sein, auf jede individuelle Frage einzugehen. Eine gezielte Vernetzung vor Ort kann hier ebenfalls entlasten.

Regelmäßige Abstimmung mit der Einrichtung

Ein regelmäßiger Austausch mit der Ansprechperson in der Einrichtung ist sehr wertvoll. Die Treffen bieten die Möglichkeit, aktuelle Themen zu besprechen und alle Beteiligten auf den neuesten Stand zu bringen. Dies hilft, das Angebot der Technikbegleitung optimal zu gestalten.

Themen können sein:

- Personaländerungen, die die Unterstützung im digitalen Bereich betreffen,
- aufgetretene Erkrankungsfälle, ungeklärte Situationen oder Auffälligkeiten bei den Teilnehmenden,
- geplante Umbaumaßnahmen im Haus,
- Veränderungen in der WLAN-Infrastruktur.

> *„Die Hochaltrigen sind sehr kritisch. Sie möchten ihre Zeit und ihre Kraft für Themen nutzen, die sie interessieren und ihnen nützlich erscheinen. Das Tablet muss einen Nutzen zeigen, den sie vorher nicht hatten oder die Qualität verbessern, z. B. das Skypen gegenüber dem Telefonieren.“*
>
> *(Technikbegleiterin in Dornstadt)*

5.5.3 Dauerhaftes Angebot in der Technikbegleitung

Für die Internetneulinge ist es wichtig, Sie und weitere Technikbegleitende als verlässliche Ansprechpersonen für ihre digitalen Lernschritte zu haben. Um nachhaltige Unterstützung zu gewährleisten, sollte das Angebot langfristig etabliert und kontinuierlich aufrechterhalten werden. Der regelmäßige Austausch mit den Bewohner:innen ermöglicht es, deren Interessen und Bedürfnisse besser zu verstehen und die Angebote entsprechend anzupassen.

5.5.4 Auswahl an Impulsen für Gruppenangebote

Technikbegleitende orientieren sich mit ihrem Angebot an den Interessen der Internetneulinge. Für die Gestaltung eines langfristigen und vielfältigen Angebots können die vom DiBiWohn-Projekt bereitgestellten Impulse und Methoden des Methodenkoffers „Digital im Alltag“ hilfreich sein. Dieser bietet Anregungen, die sich in der Praxis bewährt haben, und wie ein regelmäßiges und abwechslungsreiches Angebot etabliert werden kann. Hierzu zählen verschiedene Formate und Ansätze.

Beispielhaft werden im Folgenden einige Formate und Möglichkeiten aufgeführt:

„DiBiWohn-Café“ oder **„Digital-Café“**
In regelmäßigen Abständen sind alle Interessierten zu einem offenen Treffen eingeladen. So kann bspw. monatlich an einem festgelegten Termin bei Kaffee, Tee und Kuchen über digitale Themen gesprochen werden. Auch das gemeinsame Ausprobieren von Apps in gemütlicher Atmosphäre ist möglich.

Themennachmittage
In unregelmäßigen Abständen können themenbezogene Nachmittage mit digitalen Inhalten wie z. B. ein YouTube-Nachmittag angeboten werden. Die Materialsammlung enthält dafür eine Fülle weiterer Anregungen.

Externe digitale Veranstaltungen
Gemeinsam kann an kostenfreien Angeboten, die auch für Gruppen geeignet sind, teilgenommen werden.
Verschiedene Bildungsträger vor Ort, u. a. Volkshochschulen, Mehrgenerationenhäuser etc., bieten vielfältige digitale Angebote an. Auch Kulturangebote werden teilweise gestreamt. Die Bewohner:innen können trotz möglicher Einschränkungen an Veranstaltungen der Ihnen bekanntenEinrichtungen teilhaben.
Auch deutschlandweit verfügbare Angebote stellen eine wertvolle Ressource dar.

Eine Auswahl an digitalen Angeboten finden Sie auf Seite 47.

Externe Referenten einladen
Um verschiedene digitale Themen vorzustellen, bietet es sich an, auch Externe einzuladen. Hierbei sollten keine Kosten für die Teilnehmenden entstehen. Mögliche Themen könnten sein:

- Vorstellung digitaler Gesundheitsanwendungen durch eine Krankenkasse, wie z. B. die elektronische Patientenakte oder das elektronische Rezept.
- Präsentation digitaler Fitnessübungen durch eine/n Physiotherapeut:in oder Gesundheitstrainer:in.
- Aufklärung über digitale Betrugsversuche durch Senioren-Sicherheitsberater:innen oder eine Vertretung der Polizei.
- Präsentation zum Thema Onlinebanking von einem Mitarbeitenden einer Bank.

Praktische Anwendung im Freien

Praktische Anwendungen von Apps oder digitalen Geräten im Freien auszuprobieren, kann bereichernd sein. Vorausgesetzt, die Teilnehmenden sind mobil genug, könnten folgende Aktivitäten angeboten werden:

- Erkundung der Umgebung mit einem Navigationssystem, um sich mit digitaler Orientierung vertraut zu machen.
- Durchführung einer kleinen Wanderung mithilfe einer Wander-App.
- Bestimmung von Vogelstimmen und Pflanzen mithilfe entsprechender Apps.
- Fotografieren im Park, um den Umgang mit digitalen Kameras oder Smartphone-Kameras zu üben.

Durch eine breite Palette an digitalen Angeboten können Sie den Bewohner:innen über einen längeren Zeitraum abwechslungsreiche und interessante Möglichkeiten bieten. Dadurch erreichen Sie eventuell auch Personen, die anfangs skeptisch oder zögerlich gegenüber digitalen Lernangeboten waren. Vielleicht erkennen diese in der Vielfalt auch die Vorteile, die die digitale Welt für sie mit sich bringt.

Welche der vorgestellten Impulse und Methoden würden Sie gerne umsetzen?

Was passt für die Internetneulinge, die Sie begleiten?

5.5.5 Die Umsetzung der Technikbegleitung auf einen Blick

- Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung ausfüllen und unterschreiben.
- Team für die Technikbegleitung etablieren.
- Regelmäßige Abstimmungstermine mit der Einrichtung vereinbaren.
- Dauerhaftes Angebot für die Technikbegleitung etablieren.
- Auswahl für Impulse für die Gruppenangebote treffen.

Digitale Angebote für passive Veranstaltungen: Eine Auswahl für die Technikbegleitung

Digitale Veranstaltungen eröffnen gute Möglichkeiten, die Bewohnenden mit der Welt zu verbinden und neue Impulse in den Alltag zu bringen.

Angebote vor Ort

Mit Ihrer Unterstützung können die vertrauten Angebote für die Bewohner:innen zugänglich gemacht und interaktiv erlebbar gestaltet werden.

- Bildungsträger: z. B. Volkshochschulen, Mehrgenerationenhäuser, Familienbildungsstätten, kirchliche Bildungsträger
- Bibliotheken
- Kultureinrichtungen: bspw. Theater, Museum, Kulturzentrum, Orchester
- Kirchengemeinden
- Sportvereine

Abrufbare Angebote

Bereitgestellte Angebote bieten eine Vielzahl von Optionen. Ideen für Angebote finden Sie auf der Webseite des Projekts:
https://dibiwohn.org/?Technikbegleitung/Wegweiser-fuer-Technikbegleitende/Auswahl-digitaler-Angebote

Deutschlandweite Live-Angebote

Die in ganz Deutschland verfügbaren Live-Angebote ergänzen die lokalen Möglichkeiten und erweitern das Portfolio.

- ViLE talk und ViLeE Webinare wöchentlich donnerstags um 18 Uhr zu verschiedenen Themen
- Digitale Angebote von ViVerA wie digitales Musikquiz, Quizrunden, Gedächtnistraining
- „Die Gute Stunde“: verschiedene Kulturangebote wie Konzerte, Lesungen
- Onlineveranstaltungen des Digital Kompass
- bundesweite Ringvorlesung

Weitere Angebote, Links und Informationen unter:
https://dibiwohn.org/?Technikbegleitung/Wegweiser-fuer-Technikbegleitende/Auswahl-digitaler-Angebote

Fotonachweis: iStockphoto, Diamond Dogs

5.6 Digitale Welten gemeinsam erleben: Einblicke in die Technikbegleitung

In diesem Kapitel stellen zwei Technikbegleitende, die im Projekt DiBiWohn im Betreuten Wohnen aktiv sind, ihre persönlichen Erfahrungen vor. Diese Berichte bieten wertvolle Einblicke in die praktische Umsetzung der Technikbegleitung und zeigen, wie vielfältig und bereichernd dieses Engagement sein kann.

5.6.1 Erfahrungsbericht einer Technikbegleiterin

Angela Spittel-Sommer

Ich war viele Jahre als Dozentin für Themen rund um die Nutzung von Computern in Ulm unterwegs. In den letzten Jahren habe ich mich mehr auf die Einzelbetreuung von älteren Lernenden konzentriert, die Tablets nutzen möchten. Im Rahmen des Projekts DiBiWohn bin ich mit hochaltrigen Menschen in Kontakt gekommen. Im Betreuten Wohnen ergab sich für mich dann die Möglichkeit, mit Neulingen längere Zeit kontinuierlich ihre Fähigkeiten am Tablet zu fördern.

Erste Schritte als Technikbegleitende im Betreuten Wohnen

Mein Einstieg als Technikbegleiterin im Betreuten Wohnen begann bei der Auftaktveranstaltung des DiBiWohn-Projekts, bei dem der Kontakt mit den beiden Interessentinnen im Alter von 92 und 93 Jahren zustande kam.

Gemeinsam mit den Internetneulingen, zwei Damen, und einem weiteren Technikbegleiter haben wir uns am Anfang auf eine wöchentliche Begleitung verständigt. Die Begleitung bei den ersten Schritten am Tablet erfolgte in einer intensiven achtwöchigen Phase.

Umsetzung der Technikbegleitung

Der Lernort in der Einrichtung bot die idealen Bedingungen für unsere Treffen: Tische und Stühle, Helligkeit, Ruhe und eine zuverlässige WLAN-Verbindung. Die Internetneulinge hatten schon Leih-Tablets mit einer ALADIEN-Oberfläche von der Einrichtung, die auch zur Steuerung des Smart Homes dienen.

So liefen die Treffen ab

Jedes Treffen begann mit einem Gespräch über das Wohlbefinden der Teilnehmerinnen. Abgestimmt auf die Tagesverfassung der Lernenden blieb es an manchen Tagen beim persönlichen Austausch. In der Regel konnten wir neue Inhalte erarbeiten, vorhergehende Anwendungen wiederholen und ihre Fragen beantworten.

Wir legten nach spätestens 40 Minuten eine Pause ein, wenn die Konzentration nachließ auch früher.

Lernerfahrungen

Die Damen starteten mit wenig bis gar keinen Vorkenntnissen, aber ihr Lernwille und ihre Neugier waren sehr groß. Die Starthilfe-App diente als perfektes Tool, um die Grundlagen wie Tippen, Wischen und Zoomen zu erlernen.

Bei der Vorstellung der einzelnen Kacheln des Tablets mit der ALADIEN-Oberfläche wurde schnell deutlich, welche Themen auf Interesse stießen und welche nicht. Beide Teilnehmerinnen hatten weder eine E-Mail-Adresse noch eine Mobiltelefonnummer, sodass einige Themen nicht relevant waren.

Die Wünsche der beiden standen im Mittelpunkt. Skype war zu Beginn das Hauptthema, da die Frauen mit ihren Familien kommunizieren wollten. Die Impulse für weiterführende Themen kamen oft von den Lernenden selbst oder ihren Angehörigen. Ansonsten brachten wir neue Vorschläge für digitale Anwendungen ein. Dabei erkundeten wir die Interessen, um ansprechende und bereichernde Angebote zu finden. Die Damen waren kritisch gegenüber Inhalten, die sie für überflüssig hielten.

Die beiden überraschten uns immer wieder mit ihren Fortschritten. Zwischen den Terminen hatten die Internetneulinge viel geübt und ausprobiert.

> *„Für mich selber kann ich sagen, dass ich durch die Arbeit mit den Hochaltrigen sehr viele Dinge gelernt habe, zum Beispiel genauer hinzuschauen, um körperliche Einschränkungen, die die Arbeit am Tablet erschweren, zu erkennen und nach Lösungen zu suchen.“*

Die ständige Sorge etwas falsch zu machen und die Angst etwas zu aktivieren, was nicht beabsichtigt war, konnten wir ihnen mit der Zeit nehmen.

Erfahrungen bei der Begleitung

In der Begleitung hat sich gezeigt, dass es sehr wichtig ist, Lerneinheiten regelmäßig zu wiederholen und nicht die Geduld zu verlieren, wenn „schon wieder“ nachgefragt wird. Beim Beobachten der Handhabung der Anwendungen sehe ich, was beim Erklären einer Funktion wirklich verstanden wurde. Ich sehe dann auch, wo ich vielleicht einfachere Worte wählen muss oder wo ich Probleme durch körperliche Einschränkungen nicht gesehen habe.

Die Neulinge im hohen Alter sind lernfähig, neugierig und können motiviert werden. Sie brauchen dafür ein Gegenüber, insbesondere ihre Familie und den Austausch mit Gleichgesinnten. Es gibt viele Faktoren, die eine Rolle beim digitalen Lernen spielen: gesundheitliche Einschränkungen, fehlende Mobilität, Kontakte zu Angehörigen oder Mitbewohner:innen etc.

Herausforderungen bei der Handhabung der Endgeräte

Problematisch war das Anfassen des Tablets. Zum einen ist das Gerät nicht leicht und wenn die Finger den Touchscreen über den Rand hinaus berührten, wurden unbeabsichtigte Aktionen ausgelöst. Diese Fehlerquelle war nach dem Einsatz eines Tablet-Ständers behoben. Als sehr hilfreich erwies sich auch die Verwendung eines Eingabestiftes, der es den Damen erleichterte, ohne Zittern die virtuelle Tastatur zu bedienen und die gewünschte App zu aktivieren.

Ausblick

Für Personen im hohen Alter ist die Arbeit mit dem Tablet möglich, doch die Inhalte werden nicht von mir bestimmt. Wenn ich mit einem Konzept komme, muss ich bereit sein, es immer wieder zu überdenken, oder auch ganz aufzugeben, da die Interessenslage bei jedem Internetneuling sehr persönlich und individuell ist. Ich kann Anregungen geben, doch bin ich immer wieder überrascht, welche Anwendungen dann später intensiv genutzt werden: das können Sudoku, Puzzle, Skype, Bildbearbeitung, Musik hören oder Fingergymnastik mit YouTube oder die Mediathek sein.

Gerne betreue ich die „ehemaligen“ Neulinge weiter. Wir treffen uns jetzt monatlich.

5.6.2 Im Gespräch mit einem Technikbegleiter

Interview mit Johann Szeitz

Nach einer Karriere in der Erwachsenenbildung, in der er unter anderem IT-Schulungen gab, begann Johann Szeitz bereits vor dem Ruhestand, Vorträge für ältere Menschen zu halten. Er ist darüber hinaus unter anderem im Vorstand des

Fotonachweis: Privat Johann Szeitz

Netzwerkes „Senioren-Internet-Initiativen“ (SII) und den „Senioren Online“ in Ingersheim ehrenamtlich aktiv. Zudem hat er ein besonderes Hobby, die Zauberei, welches er auch in seine Seminare integriert, um diese abwechslungsreicher zu gestalten.

Vielen Dank, dass Sie Ihre Erfahrungen aus dem Projekt mit uns teilen. Dafür haben wir ein paar Fragen mitgebracht.

Welche Tipps haben Sie für die ersten Schritte zur Technikbegleitung?

Erkunden Sie Einrichtungen in Ihrer Nähe und kontaktieren Sie am besten die Ansprechperson für ehrenamtliches Engagement. Klären Sie die technischen Voraussetzungen wie WLAN und verfügbare Geräte, aber auch, wo Sie z. B. parken können.

Falls es in der Nähe eine Internet-Seniorengruppe gibt, fragen Sie dort nach, bilden Sie eine Kooperation. Je nach den zu betreuenden Senior:innen sollte eine entsprechende Anzahl von Technikbegleitenden vorhanden sein. Ein Austausch mit anderen Technikbegleitenden nützt Ihnen ebenfalls. Der Austausch kann über Technikthemen, Lernschwierigkeiten oder das nächste Thema gehen.

Die Einladung zum ersten Treffen sollte von der Einrichtung ausgehen, ein Aushang oder eine Information im hausinternen Mitteilungsblatt kann auf die Veranstaltung hinweisen. Auch bei einem Fest kann auf das Angebot hingewiesen werden.

Wie sollte die Technikbegleitung Ihrer Erfahrung nach umgesetzt werden?

Der ideale Lernort ist ein für die Internetneulinge vertrauter Raum. Steigen Sie nicht sofort ins Thema ein. Fragen Sie zuerst, wie es den Teilnehmenden ergangen ist. Was sie in den letzten Tagen erlebt haben. Seien auch Sie bereit, als Anschubhilfe von ihren Erlebnissen zu berichten. Ein passendes Zitat oder ein lockerer Witz sind förderlich.

Fragen Sie nach den Wünschen der Teilnehmenden. Bedenken Sie deren Lernbiografie. Sie werden Menschen erleben, die das Weltgeschehen interessiert, aber auch Personen, die lediglich mit ihren Angehörigen in Kontakt bleiben möchten. Fragen Sie Ihre Internetneulinge, wie sie das Lernen während ihrer Schulzeit empfunden haben und knüpfen Sie dann entsprechend an.

Was können Sie aus Ihrer Erfahrung den Technikbegleitenden noch mitgeben?

Einen roten Faden im Kopf zu haben mit den Zielen, aber auch flexibel auf die Wünsche der Teilnehmenden zu reagieren, ist wichtig.

Definieren Sie für sich, wie weit Ihre Unterstützung reicht. Möchten Sie die Teilnehmer:innen in die Handhabung der Geräte einweisen oder auch Störungen auf deren Geräten beheben.

Welche besonderen Erfolge oder Erlebnisse können Sie aus Ihrer Technikbegleitertätigkeit berichten?

Die direkte Dankbarkeit, die gemeinsamen Entdeckungen und die Lernerfolge waren für mich am eindrucksvollsten. Mit einer Suchmaschine arbeiten zu können, öffnet das Tor zum Wissen, zu den Informationen des Internets. Ein paar Aussagen der Internetneulinge habe ich mitgebracht.

Vielen Dank für Ihre Zeit und weiter viel Spaß bei den Technikbegleitungen.

Fotonachweis: Cecilie_Arcurs

5.7 Herausforderungen und Grenzen der Technikbegleitung

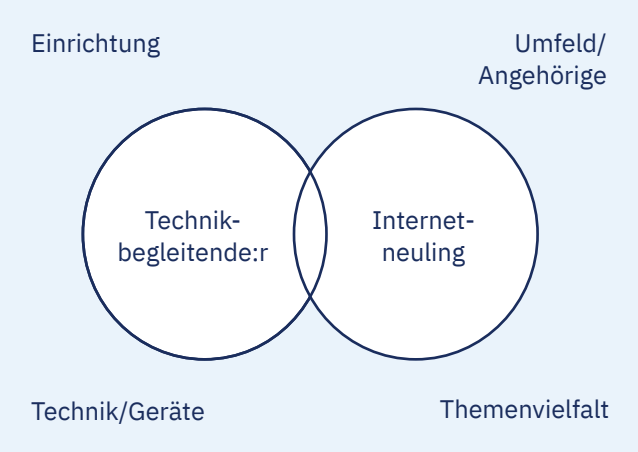
Die Begleitung von Internetneulingen kann zwar sehr erfüllend, aber auch manchmal herausfordernd sein. Im Zusammenspiel zwischen den Ehrenamtlichen, den Internetneulingen, der Umgebung (Einrichtung), dem Umfeld (Angehörige) können sowohl in den Beziehungen als auch bei den einzelnen Beteiligten Schwierigkeiten auftreten. Ebenso stecken die Technik und die Themenvielfalt voller Überraschungen. Diese Herausforderungen bieten Chancen für Wachstum und Entwicklung. Dafür ist es nötig, sowohl Schwierigkeiten bzw. Bedürfnisse zu kommunizieren als auch klare Grenzen zu setzen.

> *„Nicht nur die Teilnehmenden entwickeln sich weiter. Ich habe mich auch weiterentwickelt. Manche Fragen konnte ich auch nicht sofort beantworten, aber wir haben eine Lösung gesucht und gefunden. So hat sich auch mein Wissensschatz erweitert.“*
>
> *(Technikbegleiter in Bietigheim-Bissingen)*

Sie als Technikbegleiter:in

Als Technikbegleiter:in können Sie wertvolle Erfahrungen sammeln, aber auch vor Herausforderungen stehen. Daher ist es wichtig, realistische Erwartungen zu setzen, um gemeinsam Erfolge zu erzielen.

Kommunizieren Sie klar Ihre Grenzen und Ihre Erreichbarkeit, geben Sie keine privaten Daten heraus. Achten Sie bei der Begleitung auch auf Ihre eigenen Bedürfnisse und darauf, wie viel Zeit Sie wirklich einbringen können. Die eigene Selbstfürsorge ist genauso wichtig wie Ihr Engagement für die Internetneulinge.



Was könnte für Sie persönlich eine Herausforderung beim Ausüben der Technikbegleitung sein?

Wie kommunizieren Sie Ihre Aufgaben und Grenzen gegenüber den Internetneulingen?

Internetneulinge

Bei der Begleitung von Internetneulingen sind verschiedene Herausforderungen zu beachten. Eine mangelnde Motivation oder auch Ablehnung digitaler Medien ist möglich, vor allem dann, wenn der Nutzen für den Alltag nicht erkannt wird.

Auch eine fordernde Erwartungshaltung gegenüber den Technikbegleitenden kann herausfordernd sein. In solchen Fällen ist es wichtig, klar und freundlich die eigenen Grenzen zu kommunizieren.

Zudem können körperliche Veränderungen im Alter, wie in Kapitel 3.2 beschrieben, zusätzliche Herausforderungen darstellen, wobei der Einsatz von Hilfsmitteln unterstützend wirken kann. Kognitive Einschränkungen oder beginnende demenzielle Erkrankungen erfordern viel Geduld, da das Lernen langsamer erfolgt oder Inhalte mehrfach erklärt werden müssen. Dabei liegt der Erfolg der Technikbegleitung nicht unbedingt im messbaren Fortschritt, sondern vielmehr in der gemeinsamen Zeit und den aufgebauten Beziehungen.

Wie kann ich mit fehlender Motivation oder Ablehnung umgehen?

Welche Hilfsmittel sind mir für den Einsatz im digitalen Bereich bekannt?

Wie kann ich Menschen mit kognitiven Einschränkungen begegnen?

Die Umgebung und das Umfeld der Technikbegleitung

Eine enge Zusammenarbeit mit der Einrichtungsleitung oder der Ansprechperson vor Ort und den Pflege- und Betreuungskräften ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Technikbegleitung. Die Mitarbeitenden in den Einrichtungen – darunter Pflegekräfte, Alltagsbegleiter:innen, Sozialdienste, Pflegedienstleitungen und Hausdirektionen – haben unterschiedliche Herausforderungen, Erwartungen, Wünsche und Bedürfnisse in Bezug auf die Technikbegleitung. Diese frühzeitig anzusprechen und gemeinsam zu klären, trägt zu einem erfolgreichen Miteinander bei.
Mögliche weitere Herausforderungen können eine unzureichende Unterstützung durch die Einrichtung oder eine mangelhafte technische Infrastruktur sein, was die Begleitung erschwert.

Welche Unterstützung benötigen Sie vonseiten der Einrichtung, damit Ihr Angebot erfolgreich ist?

Was könnten mögliche Gründe sein, wenn eine Einrichtung Sie nicht ausreichend unterstützt? Was könnten Sie in dem Fall unternehmen?

Die Unterstützung aus dem Umfeld der Internetneulinge ist entscheidend für den Erfolg der Technikbegleitung. Auch An- und Zugehörige spielen eine wichtige Rolle, indem sie die Neulinge in ihrer digitalen Entdeckungsreise ermutigen und unterstützen.

Technik und Geräte

Bei der Technikbegleitung können verschiedene technische Herausforderungen auftreten. Probleme mit Endgeräten oder WLAN-Ausfälle sind möglich. In solchen Fällen ist es wichtig, Ruhe zu bewahren und zu versuchen, das Gerät neu zu starten. Eine gute Vorbereitung und Kenntnisse über verschiedene Gerätetypen bieten Sicherheit und helfen, technische Schwierigkeiten besser zu bewältigen.

Themenvielfalt

Bei der Themenvielfalt in der Technikbegleitung ist es wichtig zu akzeptieren, dass niemand alles wissen kann. Es wird Situationen geben, in denen auch Sie als Technikbegleitende:r keine unmittelbare Lösung parat haben. Wichtig ist, sich daran zu erinnern, dass beim gemeinsamen Lernen und im gesamten Prozess der Technikbegleitung der Weg das Ziel ist. Die sofortige Lösung jedes einzelnen Problems ist nicht immer notwendig. Vielmehr geht es um das gemeinschaftliche Entdecken und Lernen, bei dem sowohl die Technikbegleitenden als auch die Internetneulinge voneinander profitieren.

Wie gehe ich mit meinen Unsicherheiten bei Themen um?

Wie kann das gemeinsame Lernen gefördert werden?

6 Mitmachen

Als Technikbegleitende im Projekt DiBiWohn können alle mitmachen, die sich mit Smartphones, Laptops oder Tablets auskennen und ihr Wissen gerne auf Augenhöhe teilen möchten.

Um Sie auf Ihre vielseitigen Aufgaben als Technikbegleiter:in vorzubereiten und zu unterstützen, finden regelmäßig lokale und landesweite (Online-)Qualifizierungen statt. Diese behandeln Themen wie Technikaneignung, Lernen im Alter, Digitalisierung, digitale Geräte und Anwendungen sowie Mediennutzung im höheren Alter. Dabei haben Sie die Möglichkeit, Ihre Erfahrungen und Ideen aktiv einzubringen.
Wir freuen uns, wenn Sie im Projekt DiBiWohn als Technikbegleiterin oder Technikbegleiter mitwirken möchten. Melden Sie sich gerne bei den Verantwortlichen im Projekt.

Mehr zum Projekt unter: https://dibiwohn.org

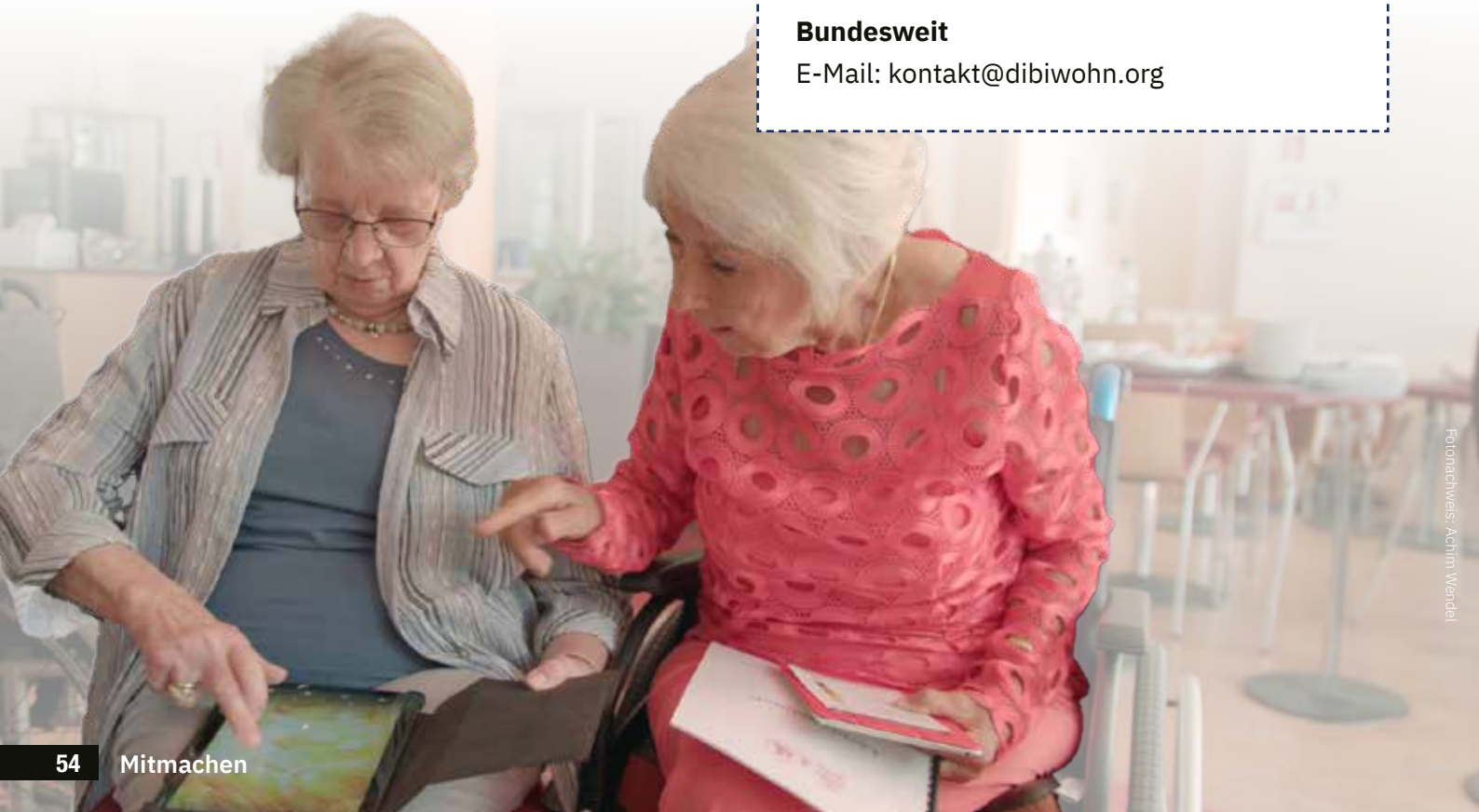
Kontakte im Projekt

Falls Sie Fragen zum Projekt oder zum Mitmachen haben, melden Sie sich gerne bei den folgenden Einrichtungen.

Baden-Württemberg
Team DiBiWohn am Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung (ZAWiW) der Universität Ulm
E-Mail: kontakt-bw@dibiwohn.org
Telefon: 0731 502 66 01

Rheinland-Pfalz
Team DiBiWohn beim MedienKompetenz Forum Südwest (MKFS)
E-Mail: kontakt-rlp@dibiwohn.org
Telefon: 06131 207 86 76

Bundesweit
E-Mail: kontakt@dibiwohn.org



Fotonachweis: Achim Wendel

Literaturverzeichnis

AOK Gesundheitsmagazin (2022). Warum man nie zu alt fürs Internet ist: https://www.aok.de/pk/magazin/wohlbefinden/motivation/digitalisierung-im-alter-bringt-viele-vorteile/

Baltes, P. & Baltes, M. (1989). Optimierung durch Selektion und Kompensation: Ein psychologisches Modell erfolgreichen Alterns. Zeitschrift für Pädagogik 35, 85–105.

Bubolz-Lutz, E., Engler, S., Kricheldorff, C. & Schramek, R. (2022). Geragogik: Bildung und Lernen im Prozess des Alterns: Das Lehrbuch (2. Auflage). Kohlhammer.

Bubolz-Lutz, E. & Stiel, J. (2019). Technikbegleitung: Aufbau von Initiativen zur Stärkung der Teilhabe Älterer im Quartier. Fachhochschule Dortmund, Forschungsinstitut Geragogik.

Bubolz-Lutz, E., Gösken, E., Kricheldorff, C. & Schramek, R. (2010). Geragogik: Bildung und Lernen im Prozess des Alterns: Das Lehrbuch (1. Auflage), Kohlhammer.

Deutsche Seniorenbetreuung (2023). Über die Langzeitpflege in der Seniorenbetreuung. Langzeitpflege – was bedeutet das? https://www.deutsche-seniorenbetreuung.de/pflege/langzeitpflege/

Engler, S., Bleck, C. & Kricheldorff, C. (2024). Gerontologisches Gutachten zu fachlich begründeten Einzelleistungen nach § 71 SGB XII. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie. https://doi.org/10.1007/s00391-024-02348-7

Jokisch, M. & Göbl, L. (2022). Leben ohne Internet – geht's noch?: Ergebnisbericht zu einer Umfrage der BAGSO. BAGSO (Hrsg.) Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.

Kricheldorff, C., & Doll, J. (2024). Geragogische Begleitung bei Statuspassagen im Alter. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 57(7), 537–542. https://doi.org/10.1007/s00391-024-02327-y

Kubicek, K. (2022). Digitale Teilhabe im Alter – Bedarfsermittlung und Koordination im Rahmen der kommunalen Altenhilfe. KellnerVerlag.

Marquard, M. (2018). Bedeutung von Bildung und Lernen im Alter: Ältere Menschen mitnehmen in die digitale Welt. Lernen und Lebensperspektive im Alter – Herausforderung für Kommunen und Landkreise. Dokumentation der Fachtagung am 06. Juni 2018 in Dresden. Hrsg. von der Landesseniorenvertretung für Sachsen e. V. (LSVfS), 10–16.

Marquard, M. (2016). Internetnutzung weiterbildungsinteressierter Älterer als Kompetenzentwicklung. Eine Fallstudie zum Zusammenhang von Internetnutzung, lebenslangem Lernen und aktivem Alter(n) im Kontext des „Virtuellen und realen Lern- und Kompetenz-Netzwerks älterer Erwachsene (ViLE) e. V.“, Band 1. Klemm + Oelschläger.

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2024): SIM-Studie 2024. Senior:innen, Information, Medien – Basisuntersuchung zum Medienumgang älterer Personen ab 60 Jahren in Deutschland.

Mühlbauer, H. (2008). Betreutes Wohnen für ältere Menschen: Dienstleistungsanforderungen nach DIN 77800. Beuth Verlag.

Schramek, R., & Stiel, J. (2020). Förderung von Technik- und Medienkompetenz älterer Menschen aus der Perspektive der Geragogik. In C. Hagen, C. Endter, & F. Berner (Hrsg.), Expertise zum Achten Altersbericht der Bundesregierung. Deutsches Zentrum für Altersfragen. https://www.achter-altersbericht.de/fileadmin/altersbericht/pdf/Expertisen/Expertise-Schramek-und-Stiel.pdf

Anhang

Checkliste Technikbegleitung – ein Ehrenamt für mich?

Keine Angst, Technikbegleitende:r kann prinzipiell jede:r werden. Wichtig dabei ist nur, dass Sie Basiskenntnisse von digitalen Endgeräten und die entsprechende Einstellung haben.

Das bringe ich mit:

- ☐ Interesse an Technik und der digitalen Welt
- ☐ Lust an ehrenamtlichem Engagement
- ☐ Interesse, älteren Menschen gesellschaftliche Teilhabe durch digitale Medien zu ermöglichen.
- ☐ Wertschätzung anderen gegenüber
- ☐ Freude an Begegnungen mit anderen Menschen
- ☐ Ein positives Alter(n)sbild
- ☐ Flexibilität und Einfühlungsvermögen
  - Welche Fähigkeiten bringt mein Gegenüber mit?
  - Wie geht es dem Internetneuling heute?
- ☐ Bereitschaft, mich zum Thema Lernen im Alter und zur Lernbegleitung weiterzubilden.

Planung des Engagements

Wie viel Zeit möchten und können Sie einbringen?

Freie Zeitfenster:

_____

Checklisten für die Verantwortlichen in den Einrichtungen sind in der „Handreichung für Einrichtungen“ zu finden.

Checkliste: Erste Schritte zur Technikbegleitung

Absprachen mit der Einrichtung

Offenheit der Einrichtung

- ☐ Die Hausleitung ist gegenüber der Technikbegleitung aufgeschlossen.
- ☐ Die Technikbegleitung wird durch die Einrichtung unterstützt (Beratung und Begleitung des Angebots, Bereitstellung von Geräten etc.)

Unterstützung durch:

_____

Ansprechperson zur Unterstützung der Technikbegleitung

Name: _____

Kontaktdaten: _____

Vereinbarungen mit der Einrichtung

z. B. Ehrenamtsvereinbarung

Infrastruktur

WLAN-Netzwerk

- ☐ WLAN-Netzwerk vorhanden
- ☐ Offenes WLAN
- ☐ Evtl. Zugangsdaten

Netzwerk: _____

Passwort: _____

- ☐ Netzwerkverfügbarkeit in welchen Bereichen des Hauses:

_____

_____

Digitale Geräte

☐ Digitale Endgeräte sind verfügbar

Eins-zu-eins-Angebot

Hersteller der Endgeräte – Betriebssysteme

_____ iOS/Android

Gruppenangebot

Hersteller der Endgeräte – Betriebssysteme

_____ –

_____ –

_____ –

_____ –

Falls Leihgeräte vorhanden sind:

Hersteller der Endgeräte – Betriebssysteme – Anzahl

_____ – _____ –

_____ – _____ –

Verantwortliche Ansprechperson für die digitalen Leihgeräte

Name: _____

Kontaktdaten: _____

Räume

☐ Räumlichkeiten für Informations- und Kennenlernveranstaltung

☐ Räume für die Technikbegleitung

Ort: _____

Verfügbare Tage und Zeiten: _____

☐ Ausstattung der Räume (z. B. Beamer, Flipchart)

_____

_____

Gemeinsam im Team aktiv sein

Weitere Technikbegleitende

_____

Absprachen im Team

_____

Internetneulinge gewinnen

Interesse an einem digitalen Angebot wird durch die Mitarbeitenden abgefragt

Dafür bei den Betreuungs- und Pflegekräften das Angebot vorstellen.

Bekanntmachung des Angebots

☐ Persönliche Einladung durch Ansprechpersonen in der Einrichtung

☐ Aushang auf den Wohnbereichen, bspw. durch ein Plakat

Kennenlernen der Internetneulinge

☐ Ort: _____

☐ Termin: _____

☐ Vorbereitungen: _____

Mögliche Themen

Interessen der Internetneulinge:

_____

_____

Vorbereitung Technikbegleitung (Einzelangebot)

Name Internetneuling:

Schritte	To do	Anmerkungen
Gemeinsamen Termin mit Ansprechperson zur Besprechung der Technikbegleitung festlegen	Datum: Uhrzeit:	
Raum für Technikbegleitung	Raumname/-nummer:	Internet vorhanden?
Gibt es ein bestimmtes Interesse?	Kurzfristig: Langfristig:	In Absprache mit dem Internetneuling (z. B. das Erlernen des Umgangs mit einer bestimmten App oder das verschicken einer E-Mail)
Welche digitalen Geräte werden für die Begleitung genutzt?		
Sind alle digitalen Geräte vorhanden und funktionstüchtig?		
In welchem Intervall/an welchen Tagen soll die Technikbegleitung stattfinden? Dauer der Technikbegleitung pro Einheit?	Intervall: Wochentag: Uhrzeit:	
Welche Ziele sollen durch die Technikbegleitung erreicht werden?		Gemeinsam mit dem Internetneuling formulieren.

Vorbereitung Technikbegleitung (Gruppenangebot)

Namen der Internetneulinge in der Gruppe/Wohnbereich:

Namen der Technikbegleitenden:

Schritte	To do	Anmerkungen
Gemeinsamen Termin mit Ansprechperson und weiteren Technikbegleitenden zur Besprechung der Technik-begleitung festlegen.	Datum: Uhrzeit:	
Raum für die Technikbegleitung	Raumname/-nummer:	Internet vorhanden?
Welche Angebote sollen der Gruppe gemacht werden?		Abfrage der Interessen der Internetneulinge. Kenntnisstand der Teilnehmenden?
Welche digitalen Geräte werden für die Begleitung genutzt?		
Sind alle digitalen Geräte vor-handen und funktionstüchtig?		
In welchem Intervall/an wel-chen Tagen soll die Technik-begleitung stattfinden? Dauer der Technikbegleitung pro Einheit?	Intervall: Wochentag: Uhrzeit:	
Wie lange dauert eine Sitzung mit den Internetneulingen?		
Welche Ziele sollen durch die Technikbegleitung erreicht werden?		Gemeinsam mit den Inter-netneulingen formulieren. Beispiele für Ziele in der Gruppe: Teilhabe fördern, Geselligkeit fördern, Inte-resse für digitale Inhalte steigern.

Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung

Die folgenden Punkte sollen Anregungen für Ihre eigene Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung mit Ihren Internetneulingen bieten.

Einführung
Das Projekt DiBiWohn möchte die soziale und digitale Teilhabe von Menschen in betreuten Wohnformen durch digitale Bildung ermöglichen.

Die Technikbegleitenden sind ehrenamtlich tätig. Sie begleiten durch kostenfreie Angebote auf dem Weg in die digitale Welt.

Die Beratungs- und Vertraulichkeitsvereinbarung schafft eine sichere Basis für die Technikbegleitung, sowohl für die Technikbegleitenden als auch für die Internetneulinge.

Name Technikbegleitende:r _____

Name Internetneuling _____

Beratungsvereinbarung
„Ziele und Umfang der Begleitung“: Beschreibung, was die Technikbegleitenden möglich machen können (und was nicht).

„Haftungsausschluss“: Technikbegleitende haften nicht für Schäden, die aus der Beratung resultieren könnten. Insbesondere nicht für den Verlust von Daten.

„Grenzen der Verantwortung“: Abgrenzung der Verantwortlichkeiten der Technikbegleitenden. Keine 24/7 Betreuung möglich. Technikbegleitende unterstützen und sind für Fragen da. Sie führen keine Reparaturen und größere Eingriffe am Gerät durch.

Vertraulichkeitsvereinbarung
„Verpflichtung zur Verschwiegenheit“: Technikbegleitende verpflichten sich, alle persönlichen und sensiblen Informationen vertraulich zu behandeln.

„Umgang mit Daten“: Regeln zum Umgang mit personenbezogenen Daten und Informationen vereinbaren.

Durchführung und Grenzen
Erläuterung, wie die Begleitung praktisch umgesetzt wird und welche Grenzen (z. B. zeitlich, inhaltlich) bestehen.

Schlussbestimmungen
Geltungsdauer: _____

Ort, Datum und Bestätigung durch Unterschriften beider Parteien, dass sie die Vereinbarung akzeptieren und sich an deren Bedingungen halten werden.

_____ _____

Unterschrift Technikbegleitende:r Unterschrift Internetneuling

Impressum

Herausgebende Einrichtung und Bezugsadresse

Universität Ulm
Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung (ZAWiW)
Albert-Einstein-Allee 11
89081 Ulm
Tel.: 0731 502 66 01
E-Mail: info@zawiw.de
https://zawiw.de

Bezugsadressen

Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest (MKFS)
Turmstraße 10
67059 Ludwigshafen
Tel.: 0621 520 22 71
E-Mail: info@mkfs.de
https://www.mkfs.de/

Evangelische Heimstiftung GmbH
Zentrale
Hackstraße 12
70190 Stuttgart
Tel.: 0711 636 760
https://www.ev-heimstiftung.de/

Hauptautorin
Angela Helf (ZAWiW)

Weitere Autor:innen
Linda Grieser (ZAWiW)
Belinda Hoffmann-Schmalekow (ZAWiW)
Markus Marquard (ZAWiW)
Diana Moroz (EHS)
Siglinde Bröder (MKFS)
Andreas Schmidt (MKFS)

Redaktion
Angela Helf
Dr. Markus Marquard

Lektorat
Katrin Birzele, goldtext.de

Layout und Gestaltung
Nicola Graf, nicola-graf.com

Auflage
1. Auflage, März 2025

Eine nicht kommerzielle Vervielfältigung und Verarbeitung ist unter der Creative Commons Lizenz CC BY-NC-SA 4.0 DE [Namensnennung – Nicht-kommerziell – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International unter https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de] erlaubt. Die Angabe des Projekts DiBiWohn und der ausführenden Stelle, hier ZAWiW, ist verpflichtend.

Dieser Wegweiser wird im Rahmen des Verbundprojekts „DiBiWohn – Digitale Bildungsprozesse für ältere Menschen in seniorenspezifischen Wohnformen der institutionalisierten Altenhilfe“ erstellt und im Rahmenprogramm empirische Bildungsforschung durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert.

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie online unter: https://dibiwohn.org

Soweit auf externe Internetseiten bzw. Quellen verwiesen wird, haben die Autor:innen und Herausgeber:innen hierauf keinen Einfluss. Diese Internetseiten bzw. Quellen unterliegen der Haftung der jeweiligen Betreiber:innen. Bei der erstmaligen Verknüpfung der externen Links wurden die fremden Inhalte daraufhin überprüft, ob etwaige Rechtsverstöße bestehen. Zu diesem Zeitpunkt waren keine Rechtsverstöße ersichtlich.
Die Autor:innen und Herausgeber:innen haben keinerlei Einfluss auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung und auf die Inhalte der verknüpften Seiten. Eine ständige inhaltliche Überprüfung der externen Links ist ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht möglich. Bei Kenntnis von Rechtsverstößen werden derartige externe Links unverzüglich gelöscht.
Alle aufgeführten Links wurden zuletzt am 4.12.2024 aufgerufen.

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung unter dem Förderkennzeichen 01JD1908D gefördert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung liegt beim Herausgeber.

GEFÖRDERT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung
RAHMENPROGRAMM BILDUNGSFORSCHUNG