

# Bürgergipfel: Intergenerationelle Dialogveranstaltung mit Bürger\*innen zum Thema Einsamkeit

## Leitfaden zur Vorbereitung und Durchführung

Juni 2022



Lonely? Let's unite!

## Inhaltsverzeichnis

<b>1.</b>	<b><i>Generationen und intergenerationelle Dialoge</i></b> .....	<b>4</b>
1.a	Was sind Generationen?.....	4
1.b	Wert und Zielsetzung von intergenerationellen Dialogen.....	5
1.c	Intergenerationelles Lernen.....	7
1.d	Gelingensbedingungen für intergenerationelle Dialog- und Lernprozesse .....	8
<b>2.</b>	<b><i>Bürgergipfel: Intergenerationelle Dialogveranstaltung mit Bürger*innen zum Thema „Einsamkeit“</i></b> .....	<b>10</b>
2.a	Zielsetzungen: .....	10
2.b	Ansprache und Gewinnung von Teilnehmenden .....	11
2.c	Begegnungs- und vertrauensvolle Lernatmosphäre schaffen .....	14
2.d	Inhaltliche Arbeit.....	15
2.e	Möglicher Ablauf .....	17
2.f	Hinweise zu einzelnen methodischen Anregungen im Ablaufplan Soziometrische Aufstellungen.....	22
2.g	Aspekte zur Moderation einer intergenerationellen Dialogveranstaltung .....	24
<b>3.</b>	<b><i>Literature used</i></b> .....	<b>26</b>

## Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

vor Ihnen liegt der „Leitfaden zur Vorbereitung und Durchführung einer Intergenerationellen Dialogveranstaltung zum Thema Einsamkeit“.

Ein intergenerationeller Dialog ist ein Dialog zwischen verschiedenen Generationen, hier speziell zwischen einer jüngeren und einer älteren Generation. Im Rahmen des Projekts euPrevent PROFILE besteht unser übergeordnetes Ziel darin, Einsamkeit bei älteren Menschen in der Euregio Maas-Rhein zu verhindern und zu bekämpfen. Wir tun dies, indem wir an verschiedenen Projektaktivitäten und Produkten arbeiten, die sich dem Thema der Einsamkeit widmen. Einige unserer Projektaktivitäten haben einen speziellen Bezug zum Austausch zwischen den Generationen und zum Umgang mit Einsamkeit. Darunter die Organisation von lokalen Bürgergipfeln, bei denen der Dialog und der Austausch zwischen Jung und Alt im Mittelpunkt stehen.

Generationsübergreifender Austausch und entsprechende Initiativen können durch gemeinsame Aktivitäten realisiert werden, aber auch durch Gespräche und den Austausch von Gedanken und Erfahrungen und damit durch die Schaffung einer gemeinsamen Grundlage.

Neben dem Voneinander lernen gibt es viele Gründe und Ziele, zwei Generationen zusammenzubringen. So kann dieser Austausch beispielsweise zu mehr gegenseitigem Verständnis und Solidarität, zum Abbau negativer Wahrnehmungen der anderen Generation, zu einer stärkeren sozialen Bindung und zu vielen anderen positiven Ergebnissen führen.

Obwohl die Verbreitung von Einsamkeit mit zunehmendem Alter steigt, hat die COVID-19-Pandemie das Bewusstsein für Einsamkeit geschärft und deutlich gemacht, dass Einsamkeit auch bei jüngeren Menschen ein verbreitetes und ernst zu nehmendes Thema ist.

Die Schaffung eines Dialogs zwischen den Generationen zum Thema Einsamkeit ist daher von entscheidender Bedeutung und könnte zu nützlichen Beiträgen über Themen führen, die angegangen werden müssen.

Bitte besuchen Sie unsere Projektwebsite (<https://euprevent.eu/profile/>), wenn Sie mehr über das euPrevent PROFILE Projekt lesen, aktuelle Informationen erhalten oder mit uns in Kontakt treten möchten.

Dr. Marja Veenstra (Burgerkracht Limburg/ Maastricht University)

Dr. Niels Janssen (Maastricht University)

# 1. Generationen und intergenerationelle Dialoge

## 1.a Was sind Generationen?

Generationen sind mehr und vielfältiger als die einfache Unterscheidung nach Lebensalter, als die einfache Gegenüberstellung von „jung & alt“ vermuten lässt.

Generationen bieten eine Identifikationsmöglichkeit: Ich bin mit meiner Generation durch eine gemeinsame Erfahrungswelt verbunden.

Dieses Grundverständnis geht zurück auf den Soziologen Karl Mannheim (1928). In der aktuellen Diskussion (in Deutschland) um diesen Begriff wird betont, dass Generationalität auch über Medien verstärkt wird. „Generationen sind in erster Linie jedoch Identitätskonstruktionen, die bestimmte Alterskohorten in der Gesellschaft sichtbar machen und Individuen die Möglichkeit bieten, ihre eigene Lebensgeschichte vor diesem Hintergrund zu deuten und zu reflektieren.“ Dabei spielen mediale Identitätskonstruktionen eine zunehmende Rolle. Auch in der öffentlichen Diskussion von sozialen und politischen Konflikten wird von Generationen gesprochen, „ohne dass dem eine einheitliche Erfahrungsprägung zugrunde liegen muss“<sup>2</sup>.

Unabhängig davon ob als Erfahrung oder verstärkt durch mediale Konstruktionen: Generationen prägen Facetten der sozialen Identität. Denken, Fühlen, Wollen, Tun orientieren sich an sozialen Perspektiven, für die der Geburtsjahrgang, das Alter, die Interpretation historischer Ereignisse oder die Position in einer Familie, Organisation entscheidend sind.

Je nach Kontext und Beziehungen können Generationen sehr unterschiedlich verstanden werden. Einige Generationenbegriffe im Überblick

Generationenbegriff	Erläuterung
Genealogischer Generationenbegriff	Die Generationen sind durch Verwandtschaftsbeziehungen gekennzeichnet. Z.B. Generation der Großeltern, Eltern und Kinder
Pädagogischer Generationenbegriff	Die Generationen sind durch Lernprozesse miteinander verbunden. z.B. (ältere) Lehrende – (jüngere) Lernende, aber auch: junge Menschen lehren ältere Menschen.
Historisch-gesellschaftlicher	Die Generationengruppen sind durch historische bzw.

<sup>1</sup> Ziemann, Benjamin (2020), S. 9

<sup>2</sup> Ebda.

<sup>3</sup> Lüscher, K. et al. (2017), S. 11

Generationenbegriff	gesellschaftliche Ereignisse geprägt.  z.B. die „Nachkriegsgeneration“, die 68er-Generation, die Generation Z
---------------------	---

Die Differenzierung von unterschiedlichen Generationen orientiert sich daher nicht nur am Alter. Auch innerhalb der „Alten“ müssen je nach Perspektive unterschiedliche Generationen unterschieden werden – von den „jungen Alten“ bis zu den Hochaltrigen. Hinzu kommen biografisch verbindende/unterscheidende Lebensphasen wie z.B. (noch) Erwerbstätige oder nicht mehr Erwerbstätige. Ebenso sind bei „den Jungen“ große Unterschiede zwischen Kleinkindern, Schulkindern, Jugendlichen, jungen Erwachsenen etc. vorhanden. Zudem gilt mit dem Blick auf die unterschiedlichen Generationenbegriffe: jeder Mensch kann sich grundsätzlich verschiedenen Generationen zuordnen.

Wenn also Generationen eine Identifikationsmöglichkeit bieten, so bedeutet dies auch: neben der Erfahrung der Gemeinsamkeit gibt es ebenso die Erfahrung der Differenz zu den anderen Generationen. Zwischen den Generationen können dabei Ambivalenzen und Spannungsfelder auftreten, wie sie vor allem zwischen Generationen in Familien bekannt sind: die einen wollen beharren/bewahren und die anderen verändern, die einen haben ein Bedürfnis nach Vertrautheit und die anderen ein Bedürfnis nach Distanzierung<sup>4</sup>.

Bei all diesen Aspekten sollte bedacht werden, dass die Zugehörigkeit zu einer Generation nur eine von mehreren Identitätsprägungen ist. Entscheidend sind ebenso Kategorien wie Geschlecht, Bildung, Kultur, sozial-ökonomische Lebensbedingungen etc.

## 1.b Wert und Zielsetzung von intergenerationellen Dialogen

Das Miteinander der Generationen hat sich in den heutigen mitteleuropäischen Gesellschaften verändert. Durch die gestiegene Lebenserwartung gibt es mehr Zeit für ein intergenerationelles Miteinander als je zuvor. Dennoch driften die Lebenswelten verschiedener Altersgruppen auseinander und eine Verständigung zwischen den Generationen ist zunehmend weniger selbstverständlich. Seit Anfang des 20. Jahrhundert verändern technologische, mediale und soziale Entwicklungen sowie der demografische Wandel das gesellschaftliche Zusammenleben, die sozialen Rollen und die familiären und beruflichen Bereiche<sup>5</sup>.

Vor diesem Hintergrund gilt: „In einer pluralen, sich ständig verändernden Welt ist schließlich das Lernen verschiedener Generationen eine wichtige Ressource für individuelle wie gesellschaftliche Entwicklungsprozesse“<sup>6</sup>. Intergenerationelle Bildungs- und Dialogveranstaltungen versuchen, solche Lernprozesse zu initiieren. Sie können dazu beitragen, das gegenseitige Verständnis zu vergrößern, mit Differenzen und mit Differenzierungen

<sup>4</sup> Lüscher (2010), S. 12

<sup>5</sup> 1 vgl. Franz, Julia (2014), S. 19 ff

umzugehen sowie gesellschaftliche und individuelle Altersbilder wahrzunehmen und zu reflektieren. So treffen beim Zusammenkommen verschiedener Generationen immer auch Bilder, Stereotypen und Vorurteile über die jeweils anderen Generationen, z.B. über „die Jugend“ oder „die Alten“ aufeinander.

**TN, 17 Jahre:** *„Ich habe oft schlechte Erfahrungen mit der älteren Generation gehabt, doch heute habe ich erfahren dürfen, wie lieb alle sind und dass auch bei ihnen nicht alles super läuft.“*

**TN, 81 Jahre:** *„Ich habe entdeckt, dass es generationenübergreifend ähnliche Probleme gibt.“<sup>7</sup>*

Im Austausch von biografisch geprägten Sichtweisen, Einschätzungen, Gewohnheiten, Wertevorstellungen und Lernpräferenzen wächst eine neue Perspektivenvielfalt und die Beteiligten können Handlungsoptionen für ein verändertes Miteinander der Generationen entwickeln.

In einem solchen Miteinander kann „Generativität“ entstehen. „Generativität bezeichnet die menschliche Fähigkeit, individuell und kollektiv um das gegenseitige Angewiesensein der Generationen zu wissen, dies im eigenen Handeln bedenken zu können und zu sollen.“<sup>8</sup>

## 1.c Intergenerationelles Lernen

Intergenerationelle Lernprozesse sind keine Selbstläufer. Sie erfordern eine generationensensible Haltung und in der Regel eine sorgfältige didaktische und methodische Vorbereitung, um den spezifischen Konstellationen und Dynamiken generationsübergreifender Gruppen gerecht zu werden.

Ein thematischer Fokus, der für alle beteiligten Generationen relevant ist, initiiert oder erleichtert dem Dialog im Rahmen von Bildungsveranstaltungen. Ebenso wie ein didaktischer Ansatz, der die unterschiedlichen Generationen auf Augenhöhe und partizipativ einbindet.

Lernen ist dann in unterschiedlichen Ausrichtungen möglich, wobei meistens mehrere Dimensionen zum Tragen kommen:

- **Voneinander lernen:**  
von den Erfahrungen, dem Wissen der jeweils anderen Generation profitieren
- **Übereinander lernen:**  
das Wissen über die andere Generation erweitern, Altersbilder und Stereotypen hinterfragen, Verständnis entwickeln
- **Miteinander lernen:**  
gemeinsam neue Perspektiven entwickeln und/oder Produkte/Ergebnisse gestalten (z.B. eine Theaterinszenierung, eine gemeinsame Aktion)

---

<sup>6</sup> Franz, Julia, (2014), S. 27

<sup>7</sup> Aus den Evaluationsbögen der Intergenerationellen Dialogveranstaltung am 10.6.2022 in Düren, DE

<sup>8</sup> Lüscher, K. et al. (2017):, S. 13

## 1.d Gelingensbedingungen für intergenerationelle Dialog- und Lernprozesse

Unterschiedliche Generationenmischungen können sehr verschiedene Charaktere haben. So ist ein Zusammenkommen von Kindergartenkindern mit Hochaltrigen beispielsweise anders als ein Zusammenkommen von jungen Erwachsenen mit älteren Erwerbstätigen.

Bei den Dialogveranstaltungen im Projekt euPrevent PROFILE geht es um ein Dialogsetting zwischen jungen Menschen von 16-27 Jahren und älteren Menschen ab 55. Die weiteren Ausführungen beziehen sich auf daher auf eine solche Zusammensetzung von intergenerationellen Veranstaltungen.

Um sich für die jeweils andere Generation zu öffnen, ist es hilfreich, wenn sich alle Beteiligten einen Nutzen/Gewinn des Dialogs erhoffen. Bei vielen Veranstaltungen / Projekten ist es so, dass die Älteren sehr interessiert an dem Zusammenkommen mit jungen Teilnehmenden sind. Sie freuen sich auf einen Kontakt mit Jüngeren, sie erwarten eine Horizonterweiterung, schätzen die „Frische“ von jungen Menschen. Die Jüngeren bringen oft mehr Reserviertheit und Skepsis mit oder wissen nicht, was ihnen intergenerationelle Begegnungen bringen können.

Umso wichtiger ist es daher, dass das Thema interessant für beide Generationen ist und gerade die Jüngeren als Gruppen und nicht als Einzelne bei der Gewinnung für eine Teilnahme anzusprechen. Jugendliche melden sich seltener als Einzelpersonen an, sondern kommen eher zu Veranstaltungen, wenn sich auch andere, ihnen bekannte Jugendliche dafür interessieren.

### **Allgemeine Tipps und Gelingensbedingungen**

- ein Thema, das für alle interessant ist
- ein Ort/Raum, der für beide Generationen einladend und nicht ausschließend ist.
- ausreichend Zeit
- eine ausgewogene Mischung der Teilnehmenden, so dass die Dominanz einer Generation vermieden wird



Aufeinander zugehen, Vertrauen gewinnen und evtl. Fremdheit oder auch Konflikte reflektieren und bearbeiten können, ist ein Prozess, der sorgfältig begleitet werden sollte. Einige didaktische Grundorientierungen<sup>9</sup> können die Planung, Vorbereitung, Durchführung, Auswertung von intergenerationellen Lernprozessen unterstützen:

**Reflexionsorientierung**

die Erfahrungen in altersgemischten Gruppen reflektieren und für das gemeinsame und individuelle Lernen auswerten

**Interaktionsorientierung**

gezielt einen intergenerationellen Dialog und Erfahrungsaustausch initiieren und fördern, wodurch Perspektivwechsel und Verständigungsprozesse unterstützt werden

**Partizipationsorientierung**

offene und gleichberechtigte Formen des Miteinander-Lernens ermöglichen, bei denen keiner Generation aufgrund ihres Alters oder ihrer Erfahrungen eine privilegierte Rolle zugeschrieben wird.

---

<sup>9</sup> Antz, E.M./Franz, J./Frieters, N./ Scheunpflug, A., 2009

## 2. Bürgergipfel: Intergenerationelle Dialogveranstaltung mit Bürger\*innen zum Thema „Einsamkeit“

Im Projekt euPrevent PROFILE steht in den intergenerationellen Dialogveranstaltungen folgende Kernfrage im Vordergrund:

Wie können wir uns in Zukunft darauf vorbereiten, ein alter(n)sfreundliches Umfeld für alle Generationen zu gestalten und gemeinsam gegen Einsamkeit und Isolation vorzugehen?

Ein wichtiges Anliegen dieser Dialogveranstaltungen im Rahmen des Projektes euPrevent PROFILE besteht darin, sich gemeinsam für den Auf- und Ausbau von Netzwerken zur Förderung der Solidarität zwischen den Generationen in den beteiligten Regionen Euregio Maas-Rhein zu engagieren. Dazu wird der Stellenwert der aktiven Bürgerschaft hervorgehoben und der Austausch von Wissen und Ressourcen in der Euregio Maas-Rhein gefördert.

### 2.a Zielsetzungen:

Daraus abgeleitet ergeben sich folgende Zielsetzungen für die teilnehmenden Bürgerinnen und Bürger:

- Austausch über Erfahrungen, Wissen und Fragen zu Einsamkeit führen
- Bewusstsein für die Gefahren von Einsamkeit und sozialer Isolation,
- Altersdiskriminierung und Stigmatisierung entwickeln
- Eigene Ideen für intergenerationelle Initiativen und Projekte einbringen

#### **Zielsetzungen für die Partnerorganisationen von euPrevent PROFILE:**

- Einblicke in individuelle Erfahrungen von Einsamkeit bei jüngeren und älteren Menschen gewinnen
- Erkenntnisse aus dem intergenerationellen Dialog ziehen, die für die weitere Arbeit genutzt werden können
- das Format „intergenerationeller Dialog“ durchführen/ miterleben, um diesen Ansatz auch für spätere Aktivitäten nutzen zu können

## 2.b Ansprache und Gewinnung von Teilnehmenden

Um Menschen für die Teilnahme zu gewinnen, ist eine kurze prägnante Ausschreibung, die beide Generationen anspricht, hilfreich. Darin sollte deutlich werden, wer zusammenkommt und welchen Reiz oder Nutzen das Zusammenkommen zu einem intergenerationellen Dialog hat. Schon der Titel und ein kurzer Text zur Veranstaltung sollten deutlich machen: alle sind mit ihren Erfahrungen und Perspektiven angesprochen.

### **Beispiel aus einem Einladungsmailling<sup>10</sup>**

*Zu unserer Dialogveranstaltung in Düren am 10. Juni laden wir aufgeschlossene und interessierte Bürger und Bürgerinnen der Altersgruppen zwischen 16-27 Jahren und ab 55+ Jahren ein.*

*Haben Sie während der Pandemie eigene Erfahrungen (direkt oder indirekt) mit Einsamkeit und Isolation gemacht haben? Haben Sie Interesse und Neugierde, sich darüber mit Menschen anderer Generationen auszutauschen?*

*Anknüpfen möchten wir dabei auch an positive Erfahrungen verstärkter Solidarität während der Coronazeit- überall in Familien, Gemeinden und Nachbarschaften, in welchen durch gegenseitige Unterstützung neue Brücken, Vertrauen und Respekt zwischen Generationen aufgebaut wurden.*

*Was werde ich erleben?*

- *Diskussionen und Gespräche zu seelischen Gesundheitsfragen in unterschiedlichen Lebenslagen*
- *Anregung zur Selbstreflexion sowie von Erfahrungs- und Meinungsaustausch mit Angehörigen anderer Generationen*
- *einen „Perspektivwechsel“ und mehr gegenseitiges Verständnis zwischen den Generationen*
- *Möglichkeiten, eigene Ideen für intergenerationelle Initiativen und eigene Projekte gegen Einsamkeit zu präsentieren bzw. gemeinsam zu entwickeln.*

*Wie läuft die Veranstaltung ab?*

- *Der Nachmittag ist partizipativ und interaktiv und dauert- mit Pausen- vier Stunden. Es geht um:*
- *miteinander in Kontakt/Austausch kommen*
- *das Thema Einsamkeit erschließen*

- ***gemeinsam Ideen für die intergenerationelle Zusammenarbeit/ die Prävention von Einsamkeit entwickeln***

Möglich sind auch getrennte Ausschreibungen für unterschiedliche Altersgruppen.

Grundsätzlich gilt: nur selten lassen sich Menschen als Einzelne über schriftliche Ankündigungen für solche Veranstaltungen gewinnen. Sehr zielführend ist die persönliche Einladung potentieller Interessenten durch bekannte Kontaktpersonen. Diese können regionale und lokale Projektpartner sein. Ebenso können Interessenten auch über bisherige oder neue Kooperationspartner, soziale Einrichtungen, Bildungseinrichtungen oder weitere zivilgesellschaftliche Organisationen angesprochen werden.

### **Tipps für die Gewinnung von Teilnehmenden aus der Generation zwischen 16 und 27 Jahren**

Frühzeitige persönliche Kontaktaufnahme zu: Bildungseinrichtungen, die einen Bezug zum Thema Einsamkeit haben können und die direkten Kontakt zur Zielgruppe haben: z.B. Pflegefachschulen und andere Fachschulen im sozialen Bereich

- Berufsschulen, sonstige weiterführende Schulen
- Jugendabteilungen bei Verbänden (Feuerwehr, Rettungswesen)
- Jugendgruppen in Kirchengemeinden
- Jugendvertretungen (z.B. Schulen, Stadtjugendring o.ä.)
- Jugendzentren, Stadtteilzentren, Mehrgenerationenhäuser
- Nutzung von social media:  
Eigene Kanäle und über Kooperationspartner, die einen direkten Zugang zu jungen Menschen haben. Diese bitten, die Einladung über ihre social media Kanäle (die junge Menschen auch wirklich erreichen) weiter zu streuen.

### **Tipps für die Gewinnung von Teilnehmenden aus der Generation 55+**

- Ausschreibung in Newsletter, lokaler Presse
- Ausschreibung verbreiten in Einrichtungen der Altenhilfe/Seniorenarbeit
- Ausschreibung verbreiten in Engagementeinrichtungen, bei Wohlfahrtsverbänden, in schon bestehenden Projekten zum Thema

---

<sup>10</sup> Siehe Bericht zur Veranstaltung in Düren, DE, am 10.6.2022  
<https://www.bagso.de/themen/euprevent-profile/>

Auch hier gilt: eine persönliche Kontaktaufnahme zu Einrichtungen und Organisationen erleichtert den Zugang zu möglichen Interessierten.

Ziel sollte es sein, dass beide Generationen möglichst paritätisch in die Veranstaltung eingebunden werden und die Dominanz einer Generationengruppe vermieden wird. Ggfs. sind für Jüngere, die sich vielleicht später, spontaner anmelden, Plätze freizuhalten.

Wenn es nicht gelingt, eine paritätische Zusammensetzung von Teilnehmenden zu gewinnen, sollte die Moderation besonders aufmerksam die Aufteilung in generationengemischten Kleingruppen im Blick halten. Ebenso kann die Moderation darauf achten, dass dennoch Redebeiträge aus allen Generationen so aufgeteilt werden, dass nicht die zahlenmäßig stärkere Gruppe dominiert.

Vermutlich werden die Teilnehmenden sich dann mit unterschiedlichen Zugängen und Interessen anmelden, so dass eine äußerst heterogene Gesamtgruppe entsteht. Unterschiedliche Zugänge – unabhängig von der eigenen Generationenzugehörigkeit - können sein:

- fachliches/berufliches Interesse am Thema Einsamkeit
- Zugang über persönliche Erfahrungen mit Einsamkeit
- Zugang über Erfahrungen mit Einsamkeit im persönlichen Umfeld
- Interesse am intergenerationellen Dialog stärker als am Thema Einsamkeit
- Erfahrungen mit Einsamkeit und/oder intergenerationellem Dialog aufgrund von eigenem bürgerschaftlichen Engagement

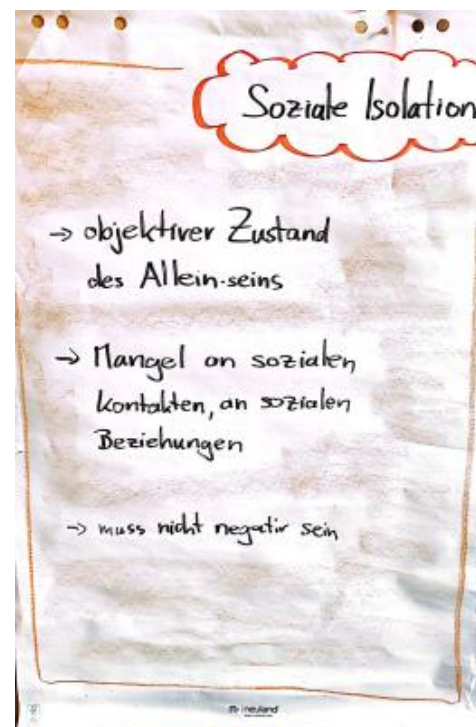
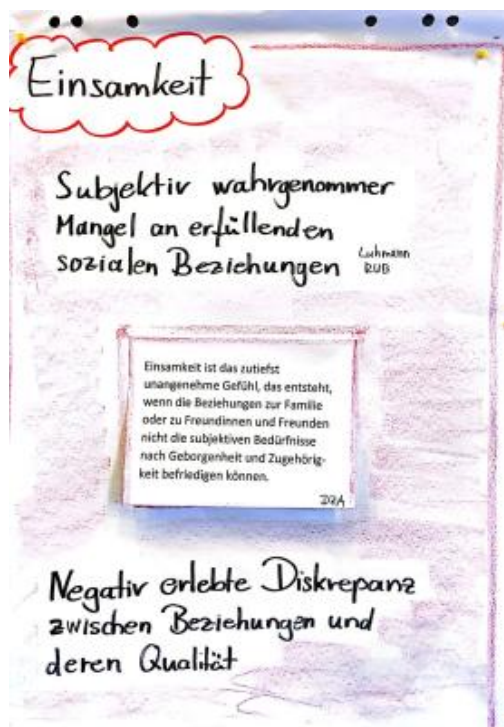


Um Kontakt herzustellen, Vertrauen zu schaffen, Kommunikation zu erleichtern, Austausch zu fördern sind interaktive Methoden und wechselnde Sozialformen wie Partnerarbeit, Kleingruppenphasen, Plenum angemessen. Auch interaktive Aufwärmübungen schaffen eine lockerere Atmosphäre.

Nicht zuletzt ist ein einladender Rahmen mit Getränken und kleinem Imbiss ein Zeichen der Wertschätzung für die Teilnehmenden und erleichtert die Arbeit bei einer solch langen und interaktiv ausgerichteten Veranstaltung.

## 2.d Inhaltliche Arbeit

Die Grundbegriffe „Einsamkeit“ und „Soziale Isolation“ sollten als Grundlage für alle zu Beginn der Veranstaltung kurz erläutert werden, ebenso können relevante Zahlen zum Vorkommen in dem jeweiligen Land der Veranstaltung genannt werden. Dazu können beispielsweise zu Beginn 1-2 große Plakate mit Definitionen von Einsamkeit/Sozialer Isolation aufgehängt werden. Damit ist für alle Teilnehmenden von Beginn an die inhaltliche Grundlage der Veranstaltung transparent.



Dialogveranstaltung am 10.6.2002 in Düren: Plakate mit diesen beiden Begriffen im Raum

Da die Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit den lokalen assoziierten Partnern im Projekt euPrevent PROFILE realisiert werden, verfügen vermutlich auch einige der Teilnehmenden sowohl über fachliche Expertise zum Thema Einsamkeit wie auch über Erfahrungen mit

Projekten, in denen sich Menschen auch bürgerschaftlich engagieren. Die Veranstaltung dient vor allem dem Austausch über Erfahrungen und Perspektiven und der Reflexion in einem generationengemischtem Miteinander. Daher wird auf fachliche Inputs oder die Einbindung von externer Praxisexpertise (Projekte zu Einsamkeit im Alter) verzichtet. Ggfs. können aber solche Elemente in eine intergenerationelle Dialogversammlung / Bürgergipfel eingebaut werden. Dies eignet sich z.B. durch einen kurzen Input zum Thema Risikofaktoren, Diskriminierung.

In der Phase der Sensibilisierung zum Thema Einsamkeit in den verschiedenen Generationen helfen generationengemischte Kleingruppen, die eine persönliche Gesprächsatmosphäre erleichtern. Daneben ist es auch gut, eine Kleingruppenzeit in den jeweils eigenen Generationen einzuplanen. Das hilft dabei, sich gegenseitig der Erfahrungen zu vergewissern und von den anderen der eigenen Generation schnell verstanden zu werden. Ebenso kann es sinnvoll sein, auch mal in der noch intimeren Situation in einem generationengemischtem Paar sich gegenseitig zu erzählen.

Visualisierungen (vom Ablauf über Einzelaspekte in bestimmten Phasen der Veranstaltung bis zu zentralen Ergebnissen) machen den Prozess in der Veranstaltung für alle transparent und sichtbar.

Die Visualisierungen dienen zudem der Sicherung für die Dokumentation und die Auswertung für das Gesamtprojekt.



## 2.e Möglicher Ablauf

Der Aufbau einer intergenerationellen Dialogveranstaltung orientiert sich an den Zielsetzungen und enthält drei wesentliche Phasen:

1. Miteinander in Kontakt kommen,
2. das Thema Einsamkeit erschließen,
3. gemeinsam Handlungsideen entwickeln.

Als Zeitrahmen werden 4 Stunden angesetzt, in der folgenden Ablaufübersicht wird dazu fiktiv der Start auf 15 Uhr gelegt. Um die informelle Kommunikation zu ermöglichen und die Konzentration zu sichern sind insgesamt sind 2 Pausen von 15 Min vorgeschlagen. Ein Zeitraum von 4,5 oder 5 Stunden ermöglicht, einzelne Phasen oder Pausen zu verlängern und z.B. je nach Tageszeit auch einen Imbiss einzuplanen.

Falls nur ein kürzerer Rahmen von nur 3 Stunden möglich ist, könnte am ehesten der letzte Teil „Handlungsideen“ stark verkürzt werden. Ein kurzes Brainstorming: „Kennen wir (intergenerationelle) Projekte, die Einsamkeit entgegenwirken?“ könnte sich dann an den vorangegangenen Austausch zum Thema Einsamkeit anschließen. Denkbar ist es auch, zu zwei getrennten Veranstaltungen einzuladen und dann bei der zweiten Veranstaltung intensiver an Handlungsansätzen zu arbeiten.

Die folgende detaillierte Beschreibung des Ablaufs basiert auf einer angenommenen Teilnehmerzahl von 15 - 25 Personen, jeweils paritätisch aus der jüngeren Generation (16 - 27) und der älteren Generation (55+). Bei einer größeren Anzahl von Teilnehmenden müssen mehr Kleingruppen ermöglicht werden und der Austausch im Plenum, z.B. bei den interaktiven Übungen, konsequent am möglichen Zeitrahmen moderiert werden.

Vorschlag für einen möglichen Ablauf

Zeit	Dauer	Ziele	Inhalt	Methode / Sozialform
Phase 1: miteinander in Kontakt kommen				
15.00	15	TN in Kontext (Projekt euPrevent PROFILE) und Thema einführen, Orientierung zum Ablauf geben	Begrüßung, Einführung, Organisatorisches (Fotos) Sprachregelung	Plenum im Stuhlkreis Einführung durch die Moderation Ausgehängte Begriffe vorstellen (Einsamkeit, Soziale Isolierung, ggfs. statistische Zahlen) Ggfs Tesakrepprolle für Namensschilder herum geben
15.20	15	In Kontakt zur Gruppe und zum Thema kommen	Erstes Kennenlernen	Kurze Namensrunde (Name / Ort) Soziometrische Aufstellungen, Generationenschlange Siehe unten
15.35	10	Sich als Einzelne und in der Gruppe emotional öffnen	Gefühlswelten	Körperbezogene Übung (kann bei Zeitmangel wegfallen!) Siehe unten
15.45			Pause	

Phase 2: das Thema Einsamkeit erschließen				
16.00	20	Perspektiven und Erfahrungen in den unterschiedlichen Generationen sammeln	Was ist Einsamkeit?  Wie erleben junge/alte Menschen Einsamkeit?	Generationengemischte Gruppen (3 - mx. 5 TN): Erzählt euch darüber, wie ihr Einsamkeit bei anderen oder selber erlebt.
16.20	1: 15 2: 10	Perspektiven und Erfahrungen in den unterschiedlichen Generationen sichtbar machen		<p>Generationen getrennt an 2-3 (je nach Zusammensetzung der Gruppen, bzw. Trennung in Generationen)</p> <p>Moderationswänden:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Die Generationengruppe sammelt Aspekte aus den Kleingruppen, notiert sie auf Karten und heftet sie an eine Moderationswand:  Das ist uns über Einsamkeit in unserer Generation bewusst geworden.</li> <li>Durchgang: an die jeweils anderen Moderationswände treten und sich die dort gesammelten Aspekte kurz anschauen.</li> </ol>

16.45	20	Tiefer ins Thema einsteigen	Was verstärkt Einsamkeit?  Risikofaktoren, Diskriminierung	Moderation stellt die Moderationswände zusammenfassend vor, fragt nach Risikofaktoren, Diskriminierung  Moderiertes Gespräch, ggfs. die Moderationswände mit weiteren Karten ergänzen  Alternative: kurzer fachlicher Input durch externe Referent*in
17.05	10	Vertiefung intergenerationell		In generationsgemischten Paaren sich im Zweiergespräch auf einzelne Karten hinweisen: Das hat mich in der letzten Stunde zum Thema Einsamkeit berührt!
17.15	15		Pause	Vorbereitung von 4 - 5 Tischen: Plakate auslegen, Stifte bereit legen – für die spätere Arbeitsphase

Phase 3: gemeinsam Handlungsideen entwickeln				
17.30	15	Brainstorming: Erfahrungen der TN sichtbar machen	Wege aus der Einsamkeit? Projekte gegen Einsamkeit?	Plenumsgespräch zu der Frage: Was machen/kennen wir schon?  Titel von kurz genannten Projekten auf Karten festhalten.  Die Moderation sollte 3-4 Beispiele in der Hinterhand haben, falls von den TN wenig Beispiele kommen
17.45	30	Austausch zu Engagementmöglichkeiten	Engagement für ein Miteinander und gegen Einsamkeit	4 - 5 Tische mit Titeln, die auf dort ausliegenden Plakaten stehen und zu denen Ideen/Ergebnisse notiert werden können  siehe unten  Die TN können sich nach Interesse an den Fragen zuordnen!
18.15	15	Sicherung der Ergebnisse		Kurzberichte im Plenum von den 4 Tischen
18.30	30	Feedback zur Veranstaltung, Ausblick auf Verwertung im Projekt euPrevent PROFILE	Abschlussrunde	Evaluationsbogen verteilen (10 Min sicher einplanen)  Reihum: Ein-Wort-oder- Ein-Satz-Feedback  Abschluss durch die Moderation
19.00				

## 2.f Hinweise zu einzelnen methodischen Anregungen im Ablaufplan

### Soziometrische Aufstellungen

Die TN werden gebeten, sich räumlich zuzuordnen/hinzustellen:

1. **Wer kommt aus dem gleichen Ort? Sich in Gruppen nach Orten stellen!**
2. **Warum bin ich (vorrangig) hier? Bitte einer Ecke zuordnen:**
  - a. Interesse am Thema Einsamkeit
  - b. Interesse an einem intergenerationellen Austausch
  - c. Kein spezifisches Interesse
3. **Ich engagiere mich zum Thema Einsamkeit**
  - a. Beruflich
  - b. Freiwillig/ehrenamtlich
  - c. Ich habe weder beruflich noch ehrenamtlich/freiwillig mit dem Thema Einsamkeit zu tun
4. **Ich kenne Einsamkeit selber, in meinem Leben**
  - a. Gar nicht
  - b. wenig
  - c. manchmal
  - d. oft

Es kann interessant sein, bei größeren Gruppen, die sich finden, einzelne TN zu fragen, ob sie etwas dazu sagen möchten. Ebenso können TN, die alleine stehen oder nur in einer kleinen Gruppe, zu einem Kommentar eingeladen werden.

### Generationenschlange bilden

Die TN werden gebeten, einen Kreis nach Lebensjahren zu bilden: an der einen Seite steht die/der Jüngste – am anderen Ende die/der Älteste. Reihum sagen alle ihr Alter und nochmals ihren Namen. Die Moderation entwickelt mit dieser „Generationenschlange“ mögliche Generationenabgrenzungen. Wer gehört zusammen wohl zu einer Generation? Dabei weist die Moderation auf mögliche Abgrenzungen hin: z.B. die jungen Schüler\*innen abgegrenzt von den 22 - 27jährigen Studierenden, Auszubildenden oder jungen Erwerbstätigen, z.B. die unterschiedlichen Generationen bei der Gruppe der Älteren ab 55 Jahre. Mit kurzen Nachfragen oder eigenen Beobachtungen kann die Moderation nachvollziehbar deutlich machen, dass bei der Veranstaltung mehr als nur 2 (jung & alt) Generationen zusammengekommen sind.

### Gefühlswelten – körperbezogene Übung

Alle TN stellen sich an eine Seite des Raumes. Die Moderation bittet 4-5 Freiwillige nach vorne, in einer Reihe stehend mit dem Rücken zum Publikum. Dann nennt die Moderation einen Begriff

und bittet die TN dafür eine spontane Körperhaltung zu finden. Nach einem kurzen Moment zählt die Moderation runter: 3 – 2 – 1, dann drehen die TN sich um und verharren in der gefundenen Körperhaltung.

Mögliche Begriffe: Warten auf einen Anruf, Unsicherheit, Überraschung, Einsamkeit, Vorsicht, Diskriminierung, Vorfremde, Entspannung

Die Moderation kann das Publikum nach jedem Begriff um Reaktionen bitten: was fällt euch auf?

Es empfiehlt sich, die Freiwilligen nach 2 Begriffen zu wechseln, damit möglichst viele TN so aktiviert sind.

Die Übung zeigt auf einfache Weise körperliche Ausdrucksformen, lockert die Atmosphäre und öffnet emotionale Zugänge zum Thema und zum Austausch.

### **Mögliche Tisch-Titel für die Arbeitsphase: gemeinsam Handlungsideen entwickeln**

1. Ideen für intergenerationelle Projekte zur Vorbeugung (Prävention) und Verminderung von Einsamkeit
2. Wie sollten intergenerationelle Projekte zur Vorbeugung (Prävention) und Verminderung von Einsamkeit sein, damit sich (junge wie alte) Menschen dabei engagieren?
3. Gute Erfahrungen aus Projekten zur Vorbeugung (Prävention) und Verminderung von Einsamkeit
4. Was sind besondere Herausforderungen in der zur Vorbeugung (Prävention) und Verminderung von Einsamkeit?
5. Welche „Orte“ eignen sich besonders für intergenerationelle Projekte zur Verhinderung zur Vorbeugung (Prävention) und Verminderung von Einsamkeit?

Bei 25 Teilnehmenden lohnt sich das Angebot von 5 Tischen – bei einer kleineren Zahl können auch 4 Tische ausreichen – und dann eine Frage entfallen. Die Titel können in ganzer Länge ausgedruckt ausgelegt werden – oder aber auf Stichworte auf Karten reduziert notiert sein. Dies lässt Raum dafür, ggfs. spontan noch einen Tisch zu einem Thema der vorangegangenen Diskussionen der Veranstaltung einzurichten.

Wichtig bei dieser Methode: der Raum muss ausreichend groß sein, damit die Tischgruppen sich akustisch nicht gegenseitig beeinträchtigen.

## **2.g Aspekte zur Moderation einer intergenerationellen Dialogveranstaltung**

Die Moderatorin oder der Moderator strukturiert und begleitet einen Lernprozess in Gruppen. In intergenerationellen Dialogen ist dabei eine offene und neugierige Haltung besonders wichtig bzw. hilfreich.

Um die Gespräche und Prozesse der Veranstaltung im Rahmen des Projektes euPrevent PROFILE auszuwerten und zu nutzen, sollte die Moderation unterstützt werden durch eine weitere Person, die sowohl mitschreibt wie auch Fotos macht. Diese Materialien können dann für den Bericht zur Veranstaltung genutzt werden.

Die Kleingruppenphasen wie auch die Austauschphasen an den Tischen im dritten Teil der Veranstaltung brauchen keine vorher bestimmten Moderator\*innen. Für die Arbeit an den Tischen kann unter den Teilnehmenden gefragt werden, wer z.B. mitschreibt, zusammenfasst etc.

Im Zusammenkommen von unterschiedlichen Generationen trägt die Moderation mit dafür Sorge, dass in der Gruppe nicht zu schnell generationenbezogen vereinfacht wird – weder von der Moderation selbst noch von den Teilnehmenden. Dazu gehört es auch, kontinuierlich darauf zu achten, dass keine Generation dominant wird in den Diskussionen, dass keine Bewertungen stattfinden sondern Differenzen und Differenzierungen deutlich werden können, wohlwollend respektiert und wertgeschätzt werden.

Ausgangspunkt wie auch Zielrichtung des Projektes euPrevent PROFILE ist das Thema „Einsamkeit im Alter“. Gerade in einer intergenerationellen Dialogveranstaltung gilt es für alle Teilnehmenden, auch offen zu bleiben für Einsamkeit bei jungen Menschen. Auch falls Ideen für Maßnahmen gegen unerwünschte Einsamkeit bei jungen Menschen bei der geplanten Veranstaltung eventuell weniger Raum einnehmen, sollten sich die jungen Teilnehmenden bis zum Ende ernst genommen fühlen und motiviert werden, sich einzubringen.



Trotz aller Bemühungen im Hinblick auf eine generationssensible Vorbereitung, Moderation und Durchführung entstehen oft eigene, unvorhergesehene Dynamiken.

„Intergenerationelle Bildungsprozesse sind insofern nur in geringem Maße steuerbar und in hohem Maße situativ und ergebnisoffen.“

So ist intergenerationelle Bildungsarbeit immer ein offener aber für alle Beteiligten in der Regel spannender und bereichernder Prozess.

---

<sup>12</sup> Antz, E.M./Franz, J./Frieters, N./ Scheunpflug, A., 2009, S. 24

### 3. Quellenverzeichnis

Antz, Eva-Maria /Franz, Julia /Frieters, Norbert/ Scheunpflug, Annette (2009): Generationen lernen gemeinsam. Methoden für die intergenerationelle Bildungsarbeit

Franz, Julia (2014): Intergenerationelle Bildung. Lernsituationen gestalten und Angebote entwickeln.

Franz, Julia / Scheunpflug, Annette (2019): Ambivalenzen des intergenerationellen Lernens im Umgang mit den Themen Altern und Tod. In: Psychotherapie im Alter, 2/16, S. 137 - 149

Lüscher, Kurt. et al. (2017): Generationen, Generationenbeziehungen, Generationenpolitik. Ein mehrsprachiges Kompendium. [www.generationen-compendium.de/](http://www.generationen-compendium.de/)

Lüscher, Kurt (2010): Ambivalenz der Generationen – Generationendialoge als Chance der Persönlichkeitsentfaltung. In: EB 1/2010, S. 9-13

Ziemann, Benjamin (2020): Zur Kritik eines problembeladenen Begriffs. In APUZ 52-52/2020, S. 4-9

#### **Informationen zur Umsetzung dieses Konzeptes:**

Bericht „Intergenerationelle Dialogveranstaltung zum Thema Einsamkeit“ am 10.6.2022 in Düren, DE:

In deutscher Sprache auf: <https://www.bagso.de/themen/euprevent-profile/>

In englischer, französischer, niederländischer Sprache auf:  
<https://euprevent.eu/de/profile/Author>

#### **Autorin**

Eva-Maria Antz

Moderation und Erwachsenenbildung, einer ihrer Schwerpunkte ist der Dialog zwischen Generationen. [www.antz-dialog.de](http://www.antz-dialog.de)

#### **Auftraggeberin**

BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.

Noeggerathstr. 49

D-53111 Bonn

[www.bagso.de](http://www.bagso.de)

Entstanden im Rahmen des Projektes EUPrevent PROFILE (Prävention von Einsamkeit im Alter in der Euregio)