

Die zweite Lebenshälfte in der Kirchengemeinde



- Angebote mit und für
Seniorinnen und Senioren planen –

Inhalt

Vorwort	4
1. Einführung.....	6
2. Von der Idee zum Projekt.....	8
2.1 Bestandsaufnahme	10
2.2 Bedarf und Möglichkeiten	12
2.3 Ziele	14
2.4 Konkrete Ideen	15
2.5 Planung und Durchführung.....	16
2.6 Auswertung	17
3. Zum Ehrenamt in der Kirchengemeinde	17
4. Literatur.....	18
5. Praxishilfen	19
Dankeschön!	38

Legende:



- Raum für Notizen



- siehe 4. Literatur




- Praxishilfen (auch als E-Dateien verfügbar)

Vorwort

Mit der Profilierung der Seniorenarbeit nimmt die Evangelische Kirche von Kurhessen-Waldeck (EKKW) in besonderer Weise ihren Auftrag gegenüber Menschen in der zweiten Lebenshälfte wahr. Zugleich stellt die Kirche sich damit als „Anwältin des Alters“ den Herausforderungen des demografischen Wandels in unserer Gesellschaft, fördert den fachspezifischen Diskurs, unterstützt die Vernetzung von freiwillig Engagierten und Hauptamtlichen und entwickelt neue Konzepte der kirchlichen Seniorenarbeit. Mit alledem beteiligt die Landeskirche sich an der Erschließung neuer Lern- und Lebensräume für die ältere Generation. Aus dem Bischofsbericht „Silberne Kirche“ (2003) und der Bildungsstudie „Bildung stärken – Strukturen klären“ (2008) gehen innerhalb der Landeskirche zwei wichtige Impulse für eine neue Seniorenarbeit hervor.

Das Motto „Silberne Kirche“ des Bischofsberichts 2003 spielt auf die vorherrschende Haarfarbe der älteren Menschen an, die in dieser Landeskirche leben (werden). Mit Silber als Metapher für das Alter wird eine hoffnungsvolle Zukunft in Aussicht gestellt, die wertvolle Ressourcen vorhält. Ergänzend zeigt die Bildungsstudie den Handlungsbedarf in den Kirchengemeinden auf, um die Gestaltung von förderlichen Rahmenbedingungen vor Ort anzuregen und damit die brachliegenden Ressourcen zu nutzen.

Diese Arbeitshilfe richtet sich an Haupt- und Ehrenamtliche in der Gemeindegemeinschaft, die Hilfestellungen für die Umsetzung neuer Ideen in konkrete Angebote suchen.

Am besten ist es, wenn **Sie** gleich beim Lesen der Arbeitshilfe anfangen, sich unter  „Raum für Notizen“ erste Ideen zu notieren!

Hartmut Wolter,
Referat Erwachsenenbildung / Seniorenarbeit



Bildungskammer der EKKW (2008): Bildung stärken, Strukturen klären.

Studie der Bildungskammer der Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck,
Kassel

Hein, Bischof Dr. Martin (2003): Silberne Kirche. Bericht des Bischofs,
Verlag Evangelischer Medienverband, Kassel

1. Einführung

„Hilfe, der Seniorenkreis stirbt aus!“ wird häufig von Ehren- und Hauptamtlichen beklagt. Die Ursache dafür ist, dass die hochaltrigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr zum Seniorennachmittag kommen können und die jüngeren Seniorinnen und Senioren sich durch die traditionellen Angebote der Kirchengemeinde nicht angesprochen fühlen. Die Prognosen zur demografischen Entwicklung hingegen zeigen eindeutig, dass die Zahl der älteren Menschen in den kommenden Jahrzehnten in einem bisher nicht erlebten Maß zunehmen wird. Somit ist in vielen Kirchengemeinden ein Handlungsbedarf gegeben, um auf die neue Situation zu reagieren.

Die Interessen, Bedürfnisse und Ansprüche der heutigen und zukünftigen Altengenerationen (also UNSERE Ansprüche) unterscheiden sich wesentlich von denen der bisherigen Altengenerationen. Der traditionelle Kaffee-Nachmittag wird dem Bedürfnis nach Geselligkeit nur noch zum Teil gerecht. Zunehmend werden informierende, bildende und begleitende Veranstaltungen von den Seniorinnen und Senioren in der Kirchengemeinde gewünscht.

Unter dem Leitspruch *„In der Kirche hat jedes Alter Zukunft: Ich für mich – ich mit anderen – ich mit anderen für andere – andere für mich“*, werden bei den neuen Angeboten die Interessen der Seniorinnen und Senioren in den Mittelpunkt gestellt und von dort her entwickelt. Die Aufgabe der Pfarrerinnen und Pfarrer, Mitglieder der Kirchenvorstände und anderen Beteiligten ist es, die Rahmenbedingungen in der Kirchengemeinde für bedarfsgerechte und bedürfnisorientierte Angebote zu schaffen. Ziel ist es, bestehende Angebote anzupassen und neue Angebote aufzubauen. Dabei

sollen Konkurrenzen zu den Veranstaltungen der Kommunen, der Wohlfahrtsverbände oder Vereine vermieden werden. Vielmehr ist eine sinnvolle Verzahnung der Angebote unterschiedlicher Anbieter anzustreben.

Vor diesem Hintergrund wurde vom August bis Dezember 2008 vom Referat Erwachsenenbildung der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck ein Modellprojekt in der Kirchengemeinde Sontra durchgeführt, das mit Sondermitteln des Hessischen Kultusministeriums gefördert worden ist. Die Arbeitsschritte und Materialien des Projekts sind in dieser Arbeitshilfe zusammengefasst und sollen auch anderen Gemeinden als Anleitung für die Planung neuer Angebote zur Verfügung stehen. Für weitere Fragen steht die Fachgruppe Seniorenarbeit der EKKW zur Verfügung (Kontakt: H. Wolter, Landeskirchenamt, Referat Erwachsenenbildung, 0561 9378 284).



Raum für Notizen: Welche Angebote für Seniorinnen und Senioren gibt es in Ihrem Wohnort?

2. Von der Idee zum Projekt

In den meisten Kirchengemeinden mangelt es nicht an Ideen für die Seniorenarbeit. Die Schwierigkeiten bestehen vielmehr in der strukturierten Planung, Durchführung und Nachbereitung der (neuen) Angebote.

Zur Umsetzung einer Projektidee muss zunächst eine Projektgruppe aus Haupt- und Ehrenamtlichen gebildet werden, die den Prozessverlauf steuert. Die Größe der Projektgruppe ist abhängig von der Zielsetzung und den Bedingungen vor Ort, empfehlenswert sind zwei bis fünf Personen.

Folgende Personen können demnach Projektmitglieder sein:

- der Pfarrer oder die Pfarrerin (hauptsächlich in beratender Funktion),
- Mitglieder der Kirchenvorstände,
- die/der Diakoniebeauftragte (Mitglieder des Diakonieausschusses),
- Leitungen und Mitarbeitende bestehender (Senioren-) Gruppen,
- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Besuchsdienstes und
- weitere engagierte Gemeindemitglieder.

Die Projektgruppe legt vorab einen Zeitplan für regelmäßige Treffen fest, um den gesamten Verlauf des Projektes zu planen, Aufgaben zu verteilen, Ziele zu formulieren, Ergebnisse auszuwerten und den gesamten Prozess zu begleiten.

Im Anhang dieser Arbeitshilfe sind dazu formale und inhaltliche Praxishilfen zu finden, die ein systematisches Vorgehen erleichtern. Jede Projektgruppe muss für sich prüfen, welche Vorlagen angemessen sind, welche angepasst werden müssen oder welche Vorlagen für Ihre Angebotsplanung nicht von Bedeutung sind.

Für eine reibungslose Projektarbeit empfiehlt es sich, eine schriftliche Planung der Treffen vorzunehmen und den Verlauf der Arbeitstreffen kurz

und präzise zu protokollieren.

Formale Praxishilfen:



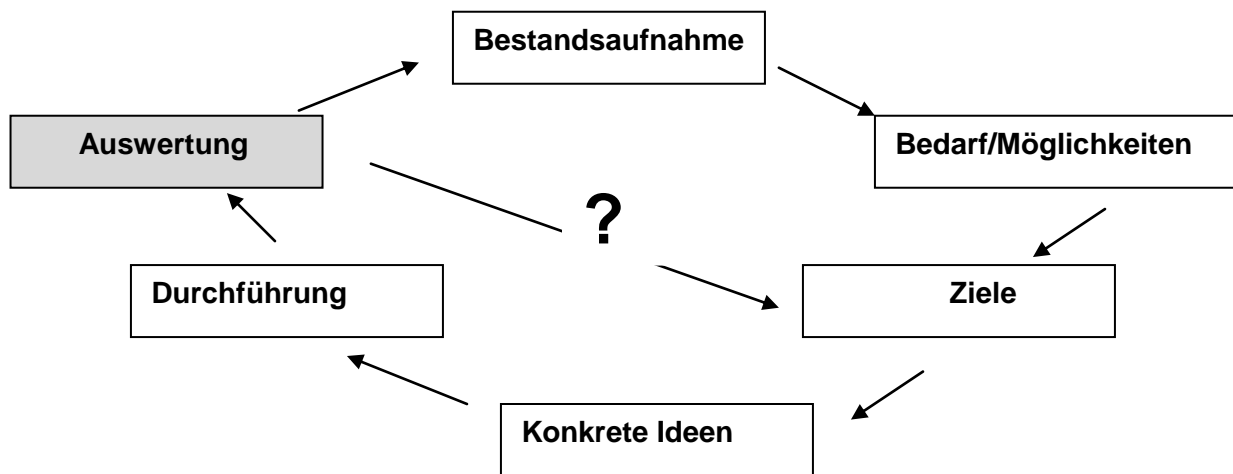
Anlage 1: einfache Themenübersicht für ein Projektgruppentreffen;

Anlage 2: methodische Planung für ein Projektgruppentreffen;

Anlage 3: Vorlage für ein Kurzprotokoll;

Anlage 4: Kontaktdaten der Mitglieder einer Projektgruppe;

Als theoretischer Hintergrund für diese Anleitung zur Angebotsplanung dient das Modell der „vollständigen Handlung“ (Volpert 1987). Es handelt sich hierbei um ein Planungskonzept aus den Sozialwissenschaften, das sich in der Projektarbeit und in der Erwerbsarbeit bereits seit Jahrzehnten bewährt hat.



Dieses Konzept besteht aus sechs Planungsschritten, die in einem fortlaufenden Prozess bearbeitet werden.

In den folgenden Kapiteln wird näher auf die einzelnen Schritte des Prozesses eingegangen (siehe Anlage 7: Von der Idee zum Projekt).

2.1 Bestandsaufnahme

In den letzten Jahren wurden verschiedenste Initiativen der Seniorenarbeit ins Leben gerufen. Sowohl von Seiten der Politik als auch der öffentlichen Träger, von Vereinen und Senioreneinrichtungen wurden neue Angebote entwickelt und umgesetzt. Kommunale Altenhilfepläne, Seniorenwegweiser und ähnliche Informationen bieten einen guten Überblick zu den unterschiedlichen Bemühungen. Doch gerade in der vorwiegend ländlich strukturierten Landeskirche von Kurhessen-Waldeck fallen Probleme auf wie eine geringe Angebotsdichte, schlechte Erreichbarkeit und Verhaftung an starren Traditionen.

Zur Ermittlung derartiger Problemsituationen vor Ort und zur Vermeidung von konkurrierenden Angeboten ist zu Beginn eines Projekts eine umfangreiche Bestandsaufnahme geboten.

Von der Projektgruppe werden in einer ersten Sitzung alle bekannten Angebote zusammengetragen, auf einer Übersicht notiert und in der folgenden Zeit bei Bedarf ergänzt.



Anlage 5: Bestandsaufnahme

Es ist empfehlenswert, sich mit den örtlichen Akteuren in der Seniorenarbeit auszutauschen und diese über die Projektziele zu informieren.

Folgende Fragen sind zu beantworten:

- Welche Themen werden von den bestehenden Angeboten bereits abgedeckt und wo besteht Handlungsbedarf?
- Welche der Angebote brauchen vielleicht nur einen organisierten Fahrdienst, um sie weiteren älteren Gemeindegliedern zugänglich zu machen?

Etwas aufwendiger ist eine schriftliche Befragung zur Seniorenarbeit vor Ort. Auch hier können zum Beispiel der Besuchsdienst, Vereine und andere Gruppen mit eingebunden und als Multiplikatoren genutzt werden. Fragebögen können an allen Orten ausgelegt werden, die von älteren Menschen häufig aufgesucht werden (Apotheke, Arzt, Kirche usw.).

Folgende Fragen sind von Bedeutung:

- Wie mobil sind die älteren Menschen? Können Sie allein und ohne Hilfe Veranstaltungen erreichen?
- Welche Bedürfnisse nach Kontakten und Gesprächen liegen vor?
- Was für Themen wünschen sich die älteren Menschen? (Gesellige Angebote? Gesundheit? Sicherheit? Glaubensfragen?)

Je umfangreicher die Bestandsaufnahme ausfällt, umso tragfähiger sind die Ergebnisse für die Beschreibung des Bedarfs und der Möglichkeiten.



Raum für Notizen: Wie kann ein kurzer, einfacher Fragebogen für die Bedarfserhebung aussehen?

2.2 Bedarf und Möglichkeiten

Nachdem nun die Ist-Situation erhoben worden ist, gilt es zum einen den tatsächlichen Bedarf an (kirchlichen) Angeboten zu ermitteln. Zum anderen wird aus der Bestandsaufnahme heraus deutlich, welche Möglichkeiten, Ressourcen oder verborgenen Kompetenzen zur Verfügung stehen, die genutzt werden können.

Der Bedarf und die Bedürfnisse können nach dem Modell der Bedürfnispyramide hierarchisiert werden (Maslow 2002). Demnach lassen sich fünf Bereiche unterteilen, die aufeinander aufbauen. Menschen streben zuerst nach Befriedigung der Bedürfnisse auf der unteren Stufe, bevor die Bedürfnisse der nächsten Stufe bedeutsam werden. Diese Hierarchisierung der Bedürfnisse kann helfen, Themen für die Seniorenarbeit aus dem Modell abzuleiten. Zu bedenken ist, dass je höher neue Themen in der Bedürfnispyramide anzusiedeln sind, desto kleiner wird der dadurch angesprochene Personenkreis und umso aufwendiger wird die Gestaltung der Angebote.

Der persönliche Bedarf an neuen Angeboten steht außerdem in einem engen Zusammenhang zur eigenen Lebensgeschichte und den persönlichen **Motiven**. Von daher können aus der Biografiearbeit mit älteren Menschen vielfältige Ideen zur Gestaltung von (neuen) Angeboten abgeleitet werden, die auch die **Motivation** zur Teilnahme an den Angeboten erhöhen.



Anlage 6: Bedarf und Bedürfnisse

Anlage 16: Biografiearbeit mit älteren Menschen

Es stellen sich schließlich folgende Fragen:

- Was können wir als Kirchengemeinde anbieten, um auf den Bedarf und die Bedürfnisse zu reagieren?
- Welche Möglichkeiten haben wir, also was können wir anbieten?
- Welche Ressourcen blieben bisher ungenutzt?
- In welchem zeitlichen Rahmen und Rhythmus können wir Angebote machen?
- Können vorhandene Angebote und Strukturen einbezogen werden?
- Welche Freiwilligen möchten wir gerne beteiligen und auf welche Weise (Schulungen, Begleitung, regelmäßige Treffen)?



Raum für Notizen: Welcher Bedarf besteht? Welche Möglichkeiten können genutzt werden? Was fördert die Motivation zur Teilnahme?

2.3 Ziele

Der schwierigste Schritt in diesem Konzept ist das Festlegen der Ziele. Die Ziele sollen

- erreichbar sein,
- überprüfbar sein und
- präzise, kurz und POSITIV formuliert werden.

Die Ziele müssen unterschieden werden in „große Fernziele“ und „kleine Nahziele“. Mehrere Nahziele stellen sozusagen den Weg zum Erreichen eines Fernziels dar.

Beispiel für ein Nahziel: „Bis zum >Datum< erarbeitet die Projektgruppe eine Planung (Vorbereitung/Durchführung/Nachbereitung) für ein erstes Gemeindefrühstück.“

Beispiel für ein Fernziel: „Innerhalb eines Jahres werden drei neue Angebote für unterschiedliche Seniorengruppen entwickelt.“

An dieser Stelle ist es sinnvoll gemeinsam zu reflektieren, was das „kirchliche“ an den Angeboten ist. Was unterscheidet dieses Angebot von einem Angebot eines Sportvereins? Wodurch erhält das neue Angebot ein eigenes Profil?



Raum für Notizen: Welches „große“ Ziel soll verfolgt werden?

Welche „kleinen“ Ziele müssen dazu vorher erreicht werden?

2.4 Konkrete Ideen

Nun beginnt die Erarbeitung der konkreten Ideen. Die Beschreibung einer Maßnahme muss genaue Angaben zu dem Inhalt des Angebots, den beteiligten Personen, dem Zeitrahmen, den benötigten Materialien und Medien enthalten. Eine Übersicht und Beispiele sind in den Anlagen 13, 14 und 15 zu finden.



Anlage 13: Muster „Neue Angebote“

Anlagen 14 und 15: Beispiele für neue Angebote (Kurzform)

Wichtig sind die folgenden Fragestellungen:

- Was können wir selbst anbieten?
- Was machen wir gern, was können wir gut und was nicht?
- Wie viel können wir schaffen? Welchen zeitlichen Rahmen können wir uns vorstellen?
- An welchen Angeboten würden wir selbst gerne teilnehmen?
- Welche Hilfen (Materialien, Geräte, Schulungen, Personen) benötigen wir? Und wie können diese beschafft werden?
- Welche Kosten entstehen und woher kommt das Geld?



Raum für Notizen: Welche Stichworte zu neuen Angeboten fallen Ihnen spontan ein?

2.5 Planung und Durchführung

Sind die Planungsschritte 2.1 bis 2.4 gründlich bearbeitet worden, dann wird die direkte Planung und Durchführung von neuen Angeboten gut vonstatten gehen. Für die Akteure ist es hilfreich, sich vor der Durchführung mit den Grundlagen der Gesprächsführung und der Kommunikation zu beschäftigen. Einen kurzen Einblick bieten die Anlagen 8 bis 12 in dieser Arbeitshilfe. Diese Impulse zur Gesprächsführung und Kommunikation können in gemeinsamen Seminaren vertieft werden, bei Bedarf sind auch Beratungen durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus dem Referat Erwachsenenbildung der Landeskirche möglich!



Anlagen 8 bis 12: die vier Seiten der Kommunikation; Grundmerkmale der Kommunikation; Feedbackregeln; Ich/Du-Botschaften; Eisbergmodell.



Raum für Notizen: Wo liegen Ihre Stärken in der Planung und bei der Durchführung von Veranstaltungen?

2.6 Auswertung

Die Auswertung ist der sechste Schritt im Modell der vollständigen Handlung. In regelmäßigen Abständen trifft sich die Projektgruppe der Haupt- und Ehrenamtlichen in der Gemeinde und bespricht gemeinsam den Verlauf der Angebote. Es ist zu prüfen, ob die vorher festgelegten Ziele erreicht worden sind und somit neue Informationen in die Bestandsaufnahme einfließen. Sind die Ziele nicht erreicht worden, geht man im Planungsprozess zurück zur Zielformulierung und legt für das weitere Vorgehen neue Ziele fest, die angemessener sind. Als Praxishilfe stehen die Anlagen 17a und 17b zur Verfügung.

3. Zum Ehrenamt in der Kirchengemeinde

Ehrenamtliches Engagement zu organisieren und zu begleiten ist auch eine „Managementaufgabe“. Es geht darum einen Rahmen zu schaffen, in dem alle Beteiligten erfolgreich zusammenwirken können und gute Ergebnisse erzielen. In der Vergangenheit konnte man sich im ländlichen Raum auf traditionelle Konzepte in Familie und Nachbarschaft verlassen, welche mit klaren, aber auch starren Strukturen und Verpflichtungen verbunden waren. Heute jedoch steht die Freiwilligkeit des Einzelnen zum ehrenamtlichen Engagement im Vordergrund. Deshalb benötigt ehrenamtliches Engagement gute und verlässliche Absprachen, die von der Gewinnung Ehrenamtlicher, über die Begleitung bis zur Verabschiedung Ehrenamtlicher aus ihren Verpflichtungen reichen.



Ehrenamt – Qualitätshandbuch Freiwilligenmanagement, am Beispiel von Diakonie und Kirche, Diakonie Düsseldorf.

Ehrenamt gestalten, AG Erwachsenenbildung, EKKW



4. Literatur

Arbeitsgemeinschaft Erwachsenenbildung (2009): Ehrenamt gestalten in der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck. Landeskirchenamt, Referat Erwachsenenbildung, Wilhelmshöher Allee 330, 34131 Kassel

Bildungskammer der EKKW (2008): Bildung stärken, Strukturen klären. Studie der Bildungskammer der Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck, Kassel

Frantzmann, Heinz-Werner et al. (2007): Ehrenamt – das Qualitätshandbuch Freiwilligenmanagement, am Beispiel von Diakonie und Kirche. Diakonie in Düsseldorf Verlag, Düsseldorf

Hein, Bischof Dr. Martin (2003): Silberne Kirche. Bericht des Bischofs, Verlag Evangelischer Medienverband, Kassel

Maslow, Abraham H. (2002): Motivation und Persönlichkeit. Rowohlt, Hamburg

Volpert, Walter (1987). Psychische Regulation von Arbeitstätigkeiten. In Kleinbeck, U. & Rutenfranz, J. (Hrsg.), Enzyklopädie der Psychologie (S. 1 - 20). Hogrefe, Göttingen

Literaturhinweise zu den Praxishilfen sind auf den Anlagen zu finden.

5. Praxishilfen



Das Referat Erwachsenenbildung / Seniorenarbeit der Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck steht Ihnen bei Fragen und Problemen gern zur Verfügung. Diese Praxishilfen sind auch elektronisch auf CD oder per Email erhältlich bei Hartmut Wolter, Tel. 0561 9378 284 oder wolter.lka@ekkw.de.

Formale Anlagen:

Anlage 1	Tagesablauf für Veranstaltungen (kurz)
Anlage 2	Tagesablauf für Veranstaltungen (lang)
Anlage 3	Gesprächsprotokoll
Anlage 4	Teilnehmerliste
Anlage 5	Tabelle Verbände/Vereine

Inhaltliche Anlagen:

Anlage 6	Bedarf und Bedürfnisse verstehen
Anlage 7	Von der Idee zum Projekt
Anlage 8	Vier Seiten einer Botschaft
Anlage 9	Grundmerkmale Kommunikation
Anlage 10	Feedback
Anlage 11	ICH/DU-Botschaften
Anlage 12	Eisbergmodell
Anlage 13	Muster Beispiele
Anlage 14	Kultur auf Rädern
Anlage 15	Kulturführerschein
Anlage 16	Biografiearbeit mit älteren Menschen
Anlage 17a/b	Checkliste Auswertung von Veranstaltungen

Tagesablauf

Titel:

Untertitel:

Moderation:

Teilnehmer:

Zeit und Ort:

	<i>Themen</i>
1 .	
2 .	
3 .	
4 .	
5 .	
6 .	
7 .	

Tagesablauf

Titel:

Moderation: / Teilnehmer:

Zeit und Ort:

	<i>Themen</i>	<i>wer</i>	<i>Details</i>	<i>Zeit</i>
1	▪			
2	▪			
3	▪			

Gesprächsprotokoll

Protokoll erstellt von:

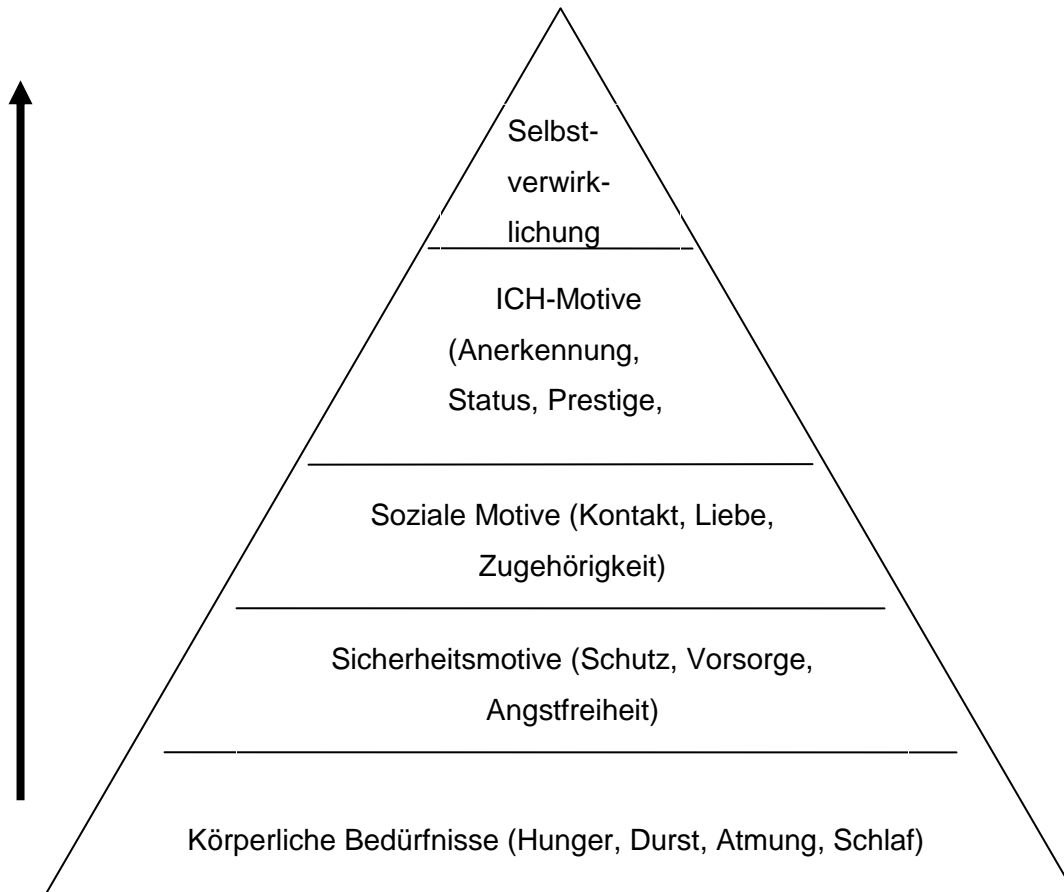
<p>Anlass: >Titel oder Beschreibung<</p>	<p>Termin:</p>	<p>Ort:</p>
<p>Teilnehmer/innen:</p>	<p>Themen: >siehe Ablaufplan<</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • • • 	
<p>1) >kurze Beschreibung der Ergebnisse<</p> <p>2)</p> <p>3)</p> <p>NÄCHSTER TERMIN:</p> <p>Anhang:</p> <p>...</p>		

Teilnehmerliste (Titel der Veranstaltung, Termin)

Name, Vorname	Strasse	PLZ / Wohnort	Telefon	Email-Adresse



Bedarf und Bedürfnisse verstehen



- nach der Bedürfnispyramide von A. Maslow

Die menschlichen Bedürfnisse lassen sich nach Maslow als Stufen einer Pyramide darstellen. Demnach werden sie in fünf Bereiche unterteilt, die aufeinander aufbauen. Menschen versuchen zuerst die Bedürfnisse der untersten Stufe zu befriedigen, bevor die nächste Stufe Bedeutung erlangt.

Das Bedürfnis „sich ehrenamtlich zu engagieren“ entsteht auf der dritten Stufe der Pyramide. Quelle: Frantzmann, H.-W. et al.: Ehrenamt – Das Qualitätshandbuch Freiwilligenmanagement. Diakonie in Düsseldorf Verlag, 2007

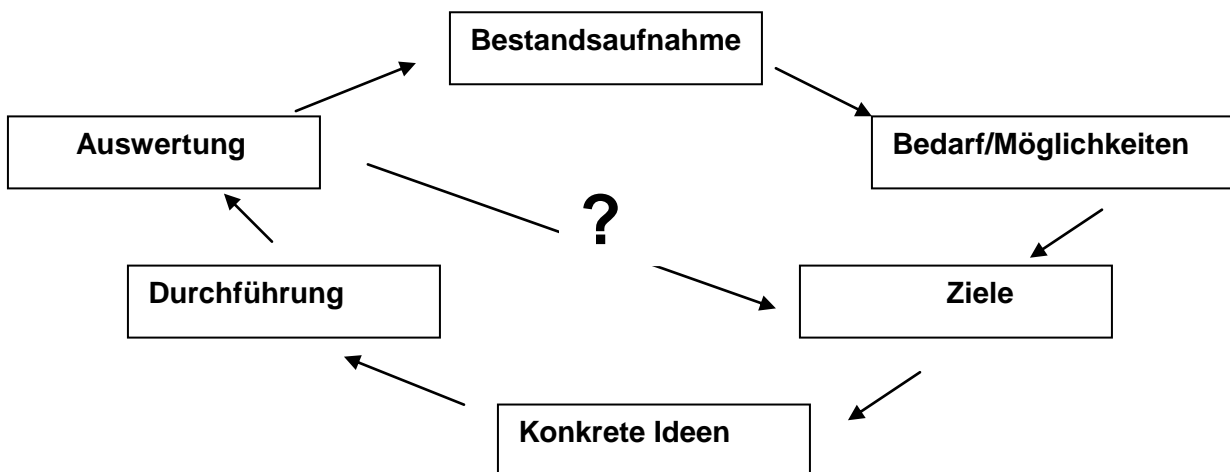
Von der Idee zum Projekt:

Planung als „vollständige Handlung“ (Volpert 1987)

Die Planung eines neuen Angebots wird durch die Berücksichtigung von sechs Planungsschritten erleichtert. Dabei wird die Weiterentwicklung der Seniorenarbeit als fortlaufender Prozess gesehen, indem bestehende Angebote fortgeführt oder neue Angebote eingeführt werden.

Die Arbeit mit dem „Modell der vollständigen Handlung“ gliedert sich in folgende Schritte:

- 1) **Bestandsaufnahme:** was gibt es an Angeboten für Senioren? Welche unterschiedlichen Veranstalter gibt es?
- 2) **Bedarf/Möglichkeiten:** welcher besondere Bedarf liegt vor? Welche Möglichkeiten werden (noch) nicht genutzt?
- 3) **Ziele:** was soll erreicht werden? Welche kleinen Schritte sind dazu nötig?
- 4) **Konkrete Ideen:** was soll bis **wann** mit **wem** und in **welcher Form** erreicht werden?
- 5) **Durchführung:** eine Gruppe von Ehrenamtlichen bietet das neue Angebot an.
- 6) **Auswertung:** zu vorab festgelegten Terminen wird geschaut, ob die Ziele erreicht worden sind oder ob andere Ziele festgelegt werden müssen.



Die vier Seiten der Kommunikation (Die vier Ohren)

In jeder Mitteilung schwingen mehrere Aspekte mit. Deshalb lassen sich bei allen Äußerungen vier verschiedene Seiten unterscheiden:

- den Sachinhalt
- die Selbstoffenbarung
- der Appell und die
- Beziehungsebene.

	<p>Sachinhalt</p> <p>Welche Themen will ich ansprechen? In welcher Reihenfolge?</p> <p>Wie ist der Sachverhalt?</p> <p>Welche Argumente und Beispiele habe ich?</p>	
<p>Selbstaussage</p> <p>Wie erlebe ich die Situation?</p> <p>Wie sind meine Gefühle und Bedürfnisse?</p> <p>Was davon möchte ich – wie – mitteilen?</p>		<p>Appell</p> <p>Was ist mein Gesprächsziel?</p> <p>Was will ich minimal/maximal erreichen?</p> <p>Welche Wünsche und Forderungen habe ich?</p>
	<p>Beziehung</p> <p>Wie kann ich ein positives Klima schaffen?</p> <p>Wie sieht der andere die Situation?</p> <p>Wie kann ich das Gespräch positiv abschließen?</p>	-

Literatur:

Schmidt, T.: Kommunikationstrainings erfolgreich leiten, manager Seminare Verlags GmbH, 2006

Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander reden. Störungen und Klärungen. Bd.1. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg, 1981

Grundmerkmale der Kommunikation

Kommunikation kommt von dem lateinischen Begriff „communicatio“, das heißt Mitteilung. Es gibt immer einen Sender einer Mitteilung und einen Empfänger.

Nach Paul Watzlawik gibt es vier wesentliche Grundmerkmale der Kommunikation:

1. Man kann nicht *nicht* kommunizieren.
2. Kommunikation ist immer auch nicht-sprachlich (*nonverbal*)
3. In Gesprächssituationen erleben wir unser eigenes Verhalten meistens als *Reaktion* auf das Verhalten des anderen.
4. Jede Kommunikation hat immer einen Inhalts- und einen Beziehungsaspekt

Die nonverbale Kommunikation wird zum einen meist stärker erlebt als die verbale Kommunikation, zum anderen drückt sich hier oftmals der Beziehungsaspekt aus.

Literatur:

Schmidt, T.: Kommunikationstrainings erfolgreich leiten, manager Seminare Verlags GmbH, 2006

Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander reden. Störungen und Klärungen. Bd.1.Rowohlt, Reinbek bei Hamburg, 1981

Regeln zur Äußerung von Feedback

Feedback bedeutet soviel wie „Rückfütterung“, also Rückmeldung oder Rückkoppelung. Man wird dabei „zurückgefüttert“ mit dem, wie man auf andere Menschen wirkt. Das Feedback hat eine große Bedeutung für die Gruppe und deren Leiter. Die Menschen können nur dann lernen und sich weiterentwickeln, wenn sie offen für Feedback sind.

Wichtig dabei ist, dass es hierbei nicht um wahr oder falsch geht, sondern um meine Wahrnehmungen und darum wie ich von anderen gesehen werde oder was ich bei ihnen auslöse.

Auch für das Feedback gibt es Regeln:

Feedback geben:

- die eigene Wahrnehmung beschreiben, nicht den anderen bewerten
- konkret bleiben, nicht verallgemeinern
- Immer auch Positives rückmelden
- Den Feedbacknehmer direkt ansprechen

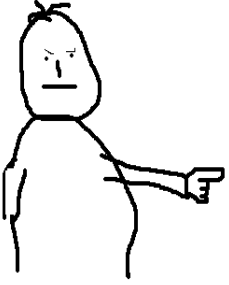
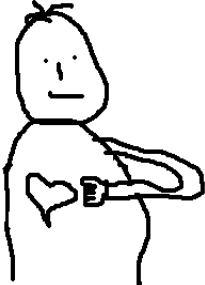
Feedback nehmen:

- nur zuhören, nicht rechtfertigen
- wirken lassen, später sortieren

Quelle:

Schmidt, T.: Kommunikationstrainings erfolgreich leiten, Manager Seminare Verlags GmbH, 2006

ICH/DU- Botschaften

<i>Du/Sie Botschaft</i>	<i>Ich-Botschaft</i>
<ul style="list-style-type: none"> - ist wie ein ausgestreckter Zeigefinger 	<ul style="list-style-type: none"> - beleuchtet die eigene (Gefühls-) wahrnehmung
	
<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sie sollten mal . . . - Immer müssen Sie . . . - Warum tun Sie nicht . . . 	<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Es hat mich geärgert/verletzt, dass . . . - Mir ist aufgefallen, dass . . . - Ich wünsche mir, dass . . .
<p><u>Wirkung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Widerwillen, Widerspruch - Rechtfertigung, Schuldgefühle - Verletzung, Ärger 	<p><u>Wirkung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Betroffenheit - Nachdenklichkeit - Bereitschaft zur Klärung

Die **DU-/SIE- Botschaften** geben das Gefühl sich rechtfertigen zu müssen und lösen in den meisten Fällen Widerspruch und Widerwillen aus. Der Angesprochene fühlt sich verletzt, da ihm die Schuld zugeschoben wird und reagiert mit Ärger.

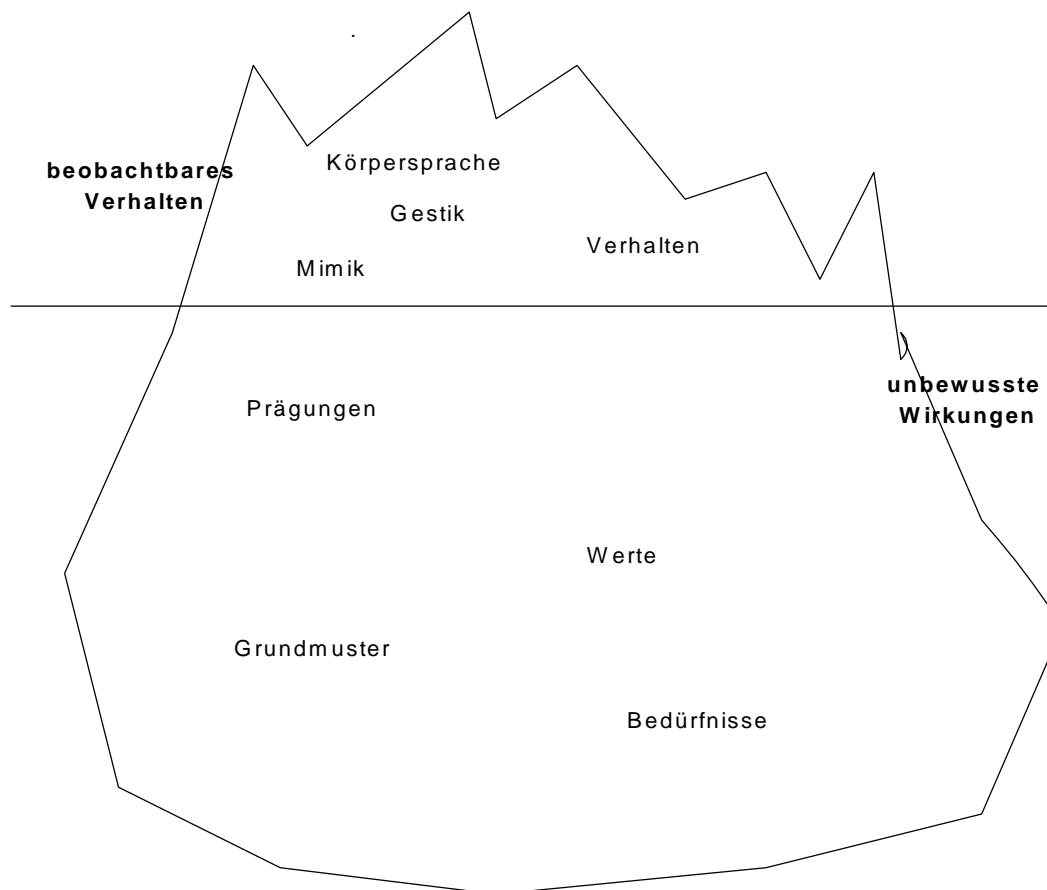
Die **ICH-Botschaften** jedoch lösen beim Gegenüber Betroffenheit aus und regen zu Nachdenklichkeit und Klärung an.

Quelle:

Schmidt, T.: Kommunikationstrainings erfolgreich leiten, manager Seminare Verlags GmbH, 2006

Das Eisbergmodell

In der Begegnung zwischen Menschen spielen offene und verdeckte Anteile eine Rolle.



Die Anteile zwischen beobachtbarem Verhalten und unbewussten Wirkungen sind einem Eisberg vergleichbar. Bei einer Begegnung zweier Eisberge lauert die Gefahr unter der Wasseroberfläche. Das eigentliche Spannungsfeld in der Kommunikation liegt oft unbewusst auf der Gefühlsebene.

Quelle:

Watzlawick, Beavin und Jackson: Menschliche Kommunikation: Formen, Störungen, Paradoxien. Huber, Bern; Stuttgart; Toronto, 1990

Neue Angebote in der Seniorenarbeit - Beispiele

Titel:

Kurzbeschreibung:

Ziele:

Planung:

Weitere Informationen:

Neue Angebote in der Seniorenarbeit - Beispiele

Titel:

Kultur auf Rädern

Kurzbeschreibung:

Häufig liegt bei älteren Menschen kein Desinteresse an kulturellen Angeboten vor, sondern es fehlt an Möglichkeiten, diese wohnortfernen Angebote erreichen zu können. Mit der Idee „Kultur auf Rädern“ soll die Arbeit der klassischen Besuchsdienste erweitert werden, indem Freiwillige für die „kulturelle Betreuung“ älterer Menschen motiviert werden. Das kulturelle Angebot wird jeweils in so genannte Themenkoffer verpackt, die Anlässe für (biografische) Gespräche in kleinen Gruppen bieten. Beispiele für Themenkoffer sind:

- Kunstmuseum für Zuhause;
- Sontraer Heimatkoffer;
- Kirchenkoffer;
- Musikkoffer / Liederkiste;
- Handarbeitskoffer (Nähkästchen) usw.

Ziele:

Es werden Angebote für Einzelpersonen oder kleine Nachbarschaftsgruppen geschaffen. Freiwillige gestalten Themenkoffer, die bei Bedarf auch an andere Gruppen verliehen werden.

Planung:

Eine Gruppe von Freiwilligen ermittelt Themen für verschiedene Koffer oder Kisten, die anschließend mit typischen Gegenständen gefüllt werden. Im Austausch mit den älteren Menschen der Gemeinde, Angehörigen, Besuchsdienstmitarbeitern/-innen, den Pfarrern usw. werden die Besuche bei einzelnen Menschen Zuhause oder an vereinbarten Treffpunkten mit Kleingruppen einmal monatlich organisiert.

Weitere Informationen:

<http://www.zentrum.evangelische-seniorenarbeit.de/KulturaufRdern.html>

Neue Angebote in der Seniorenarbeit - Beispiele

Titel:

Kulturführerschein ®

Kurzbeschreibung:

Der Kulturführerschein ist ein zweistufiges Projekt für die Seniorenarbeit. In einem ersten Schritt erhalten Interessierte Einstiege in verschiedene Kultur-Sparten (z. B. Heimatgeschichte, Musik & Lyrik, Film & Fotografie). Anschließend lernen die Teilnehmer/innen Methoden kennen, mit denen sie anderen Menschen kulturelle Inhalte vermitteln können, die sie selbst begeistern. Das Entscheidende dabei ist die Verbesserung der Zugangsmöglichkeiten zu kulturellen Themen für alle, also eine Verbindung von sozialem und kulturellem Auftrag.

Ziele:

Freiwillige entwickeln Ideen und erlernen methodisches Handwerkszeug, um kulturelle Themen an ihrem Wohnort für andere Menschen zugänglich zu machen. Es entstehen neue Treffpunkte und sinnvolle Anlässe zur Begegnung. In den jeweiligen Gruppen werden Impulse für Fortsetzungsveranstaltungen gesammelt und umgesetzt.

Planung:

Sachkundige Vertreter/innen von verschiedenen Kultur-Sparten stellen Grundlagen zu ihrem Themenfeld zusammen und geben Hinweise über wesentliche Methoden und Medien für eine Vermittlung. An mehreren Seminartagen erfolgen theoretische Unterweisungen, die in Exkursionen oder praktischen Einheiten erprobt werden können. Nach der Seminarphase können regelmäßige Treffen (z. B. halbjährlich) für den Erfahrungsaustausch mit anderen Engagierten stattfinden.

Weitere Informationen:

<http://www.zentrum.evangelische-seniorenarbeit.de/Kulturfhrerschein.html>

Biografiearbeit mit älteren Menschen

Mit dem Begriff Biografiearbeit bezeichnet man heute eine breite Palette von Methoden die vom eher medizinischen Ansatz z.B. bei der Bewältigung von Krankheitsschicksalen bis hin zur eher „kulturell-geselligen“ Variante von z.B. Erzählcafés reicht.

Die Biografiearbeit beinhaltet immer alle drei Zeitdimensionen:

*Die Erinnerung an die Vergangenheit – **die Lebensbilanz***

*Die Begleitung in der Gegenwart – **die Lebensbewältigung***

*Die Perspektive für die Zukunft – **die Lebensplanung***

Gerade im Älterwerden verspüren viele Menschen den Wunsch eine Lebensbilanz zu ziehen und ihrem Leben einen Sinn zu geben. Zudem wird die Auseinandersetzung mit dem Alltag oft als schwieriger erlebt, eine vage Angst vor der Zukunft verspürt.

Durch Einbeziehung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, gelingt es vorwärts zu gehen und das verbleibende Leben aktiver zu gestalten.

So wird die Biografiearbeit vor allem in der Arbeit mit älteren Menschen angewendet, aber zunehmend auch bei Krankheitsschicksalen, bei psychisch erkrankten Menschen, bei schwierigen Familienkonstellationen oder allgemein in der Lebensberatung.

Methodisch sind der Fantasie in der Biografiearbeit keine Grenzen gesetzt. Der Fokus liegt immer darauf, die oder den Menschen zum Erinnern und Erzählen anzuregen. Denn auch das Gespräch als solches, das Gefühl, das jemand zuhört und man so erzählen kann wie man will, hat bereits etwas heilsames.

Hierzu sollte eine warme Vertrauen fördernde Atmosphäre geschaffen werden, es können z.B. auffordernde Fragen gestellt oder Anreize zum Erinnern in Form von Gegenständen, Fotos, Spielen etc.. gegeben werden.

In der Biografiearbeit entsteht, modern ausgedrückt, immer eine Gewinn-Gewinn-Situation. Für den oder die Zuhörer ist jede Erzählung ein Geschenk. Die eigene Erinnerung des Zuhörenden wird ebenfalls angeregt, die Vielfalt der verschiedenen Lebensschicksale wird deutlich. Das Verständnis für andere Menschen und die Toleranz auch gegenüber deren „Schrullen“ werden größer.

Literatur: Ruhe, Hans G.: Methoden der Biografiearbeit, BELTZ-Verlag, 2003

<u>Checkliste</u> <u>Auswertung von Veranstaltungen</u>	<u>Wie ist es gelaufen?</u> <u>Was hat gut geklappt?</u>	<u>Was würden wir beim nächsten Mal anders machen?</u>
<u>Vorbereitung</u> Thema (Referenten suchen / einladen / Absprachen treffen) Zeitplanung (Termin, Dauer, Werbung) Ort (Raum, evtl. Genehmigung einholen, Raum gestalten, Tische/ Stühle stellen, Toiletten erreichbar?) Hilfsmittel (Medien, Material, Ausstattung) Finanzen (Verköstigung, Referent, Material) Zuständigkeiten (Aufgabenverteilung) Ablaufplanung Fahrdienst Ergänzungen:		

	<u>Was hat gut geklappt?</u>	<u>Was würden wir beim nächsten Mal anders machen?</u>
<p><u>Durchführung</u></p> <p>Begrüßung</p> <p>Einführung in das Thema</p> <p>Themen / Ausführung</p> <p>Pause, Kaffee/Getränke/Imbiss</p> <p>Diskussion, Aussprache</p> <p>Schlusswort</p> <p>Ergänzungen:</p>		
<p><u>Nachbereitung</u></p> <p>Räumlichkeiten (Aufräumen; sauber hinterlassen)</p> <p>Protokoll (Was soll mit einem Protokoll erreicht werden? Wer wertet das Protokoll aus?)</p> <p>Rückmeldungen zur Veranstaltung einholen (schriftlich/mündlich)</p> <p>Auswertung (Verständlichkeit, Wünsche für Folgeveranstaltungen sammeln)</p> <p>Ergänzungen:</p>		

Dankeschön!

Diese Arbeitshilfe wäre nicht zustande gekommen, wenn die Zusammenarbeit mit den Hauptakteuren, nämlich den Ehrenamtlichen aus Sontra, nicht so fabelhaft geklappt hätte! Zu der Gruppe „Senioren aktiv“



gehören Fr. Andreas, Fr. Backhaus, Fr. Beutel, Fr. Casselmann, Fr. Heise, Fr. Mengel, Hr. Beutel, Hr. v. Bodelschwingh, Hr. Grewe und Hr. Schmuck. Weitere Personen, die zum erfolgreichen Verlauf des Projekts beigetragen haben, sind Hr. Meier (Initiator) und Hr. Schacht, beide Pfarrer in Sontra, sowie die Projektmitarbeiterinnen Fr. Dr. Weber-Wied und Fr. Selig.

Allen Beteiligten sei an dieser herzlich gedankt!

Der Gruppe „Senioren aktiv“ wünsche ich viele gute Aktivitäten, „häufige Tapetenwechsel“, öfter mal „was für mich“ und hoffentlich auch weitere, interessierte Freiwillige!

Hartmut Wolter

Dieses Projekt wurde gefördert mit Sondermitteln 2008 des Hessischen Kultusministeriums.

Herausgeber: Evangelische Kirche von Kurhessen-Waldeck
Referat Erwachsenenbildung / Seniorenarbeit
Wilhelmshöher Allee 330
34131 Kassel
Tel.: 0561 9378 284
<http://www.ekkw.de/angebote/erwachsene/index.html>
und <http://www.ebz-bad-orb.de>

Redaktion: Hartmut Wolter, Gerontologe, Dipl. Pflegepädagoge
Dr. Rita Weber-Wied, freie Mitarbeiterin
Kassel, April 2009