



Ergebnisbericht der wissenschaftlichen Begleitung

Michael Doh, Mario R. Jokisch, Simeon Jäkh, Louisa Scheling & Hans-Werner Wahl

Abteilung für Psychologische Altersforschung
Psychologisches Institut der Universität Heidelberg

Stand: 26.04.2021



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386

Gefördert von:



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Projektträger:

VDI|VDE|IT

Inhaltsverzeichnis

1. Ausgangspunkt der wissenschaftlichen Begleitung	3
2. Ablauf der wissenschaftlichen Begleitung.....	4
2.1. Aufbau der Befragung der Begleiter*innen.....	6
2.2. Aufbau der Befragung der Teilnehmer*innen	6
2.3. Rekrutierung.....	8
3. Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitforschung	8
3.1. Wer nahm an der Begleitstudie teil?.....	8
3.2. Quantitative Befunde zu den Begleiter*innen.....	11
3.2.1. Digitale Kompetenzen	11
3.2.2. Obsoleszenzerleben.....	13
3.2.3. Allgemeine Selbstwirksamkeit.....	14
3.3. Qualitative Befunde zu den Teilnehmer*innen	15
3.3.1. Barrieren: Ängste, Unsicherheiten und geringe Selbstwirksamkeit	15
3.3.2. Förderliches Lernsetting: das Peer-to-Peer Konzept.....	18
3.3.3. Der digitale Schutzraum der Tabletoberfläche	21
3.3.4. Lerneffekte und alltagsbezogene Auswirkungen.....	22
3.3.5. Zur Rolle von externen Faktoren	23
3.3.6. Auswirkungen der Corona-Pandemie.....	26
3.4. Quantitative Befunde zu den Teilnehmer*innen	29
4. Schlussfolgerungen und Empfehlungen	31
5. Literatur	32

1. Ausgangspunkt der wissenschaftlichen Begleitung

Die Digitalisierung stellt einen umfassenden Transformationsprozess dar, der alle Lebensbereiche erfasst und Individuum und Gesellschaft vor Herausforderungen stellt. Leibgebundene Kommunikation wird durch digitale Kommunikationsformen wie z.B. E-Mail, WhatsApp oder Skype erweitert und mitunter ersetzt (Stichwort: Corona-Pandemie). Im öffentlichen Raum wird Dienstpersonal durch Automaten (z.B. für Geldtransfers und Fahrkarten) ausgetauscht sowie auch außerhäusliche Aktivitäten wie Einkaufen, Geldtransaktionen, Behördengänge und bald auch Arztbesuche von zu Hause aus erledigt werden können. Es entstehen durch die digitale Transformation sich verändernde Personen-Umwelt-Bedingungen, die auch im Alter neue Handlungs-, Gestaltungs- und Beteiligungsräume wie z. B. zur sozialen Teilhabe, zum bürgerschaftlichen Engagement und Ehrenamt wie auch zur Weiterbildung ermöglichen können. Gleichwohl können insbesondere für ältere Menschen, die nicht mit digitalen Technologien sozialisiert wurden, diese Veränderungen einen besonderen „Umwelt-Druck“ bedeuten und zu Entfremdungsängsten führen und soziale Ungleichheiten und Ausgrenzungen verstärken. Dabei besteht unter den älteren Menschen eine breite Heterogenität (und digitale Kluft) hinsichtlich der Nutzung sowie den Kompetenzen und Ressourcen im Umgang mit digitalen Technologien (Doh, 2020). Hier stellt die Selbstwirksamkeit ein bedeutsames Distinktionsmerkmal für diese Unterschiede dar (Jokisch et al., 2020).

Die besonderen Chancen und Potenziale in Bezug auf die Digitalisierung im Alter thematisiert der 8. Altersbericht und verweist in seinen Handlungsempfehlungen auf die Notwendigkeit auf kommunaler Ebene digitale Zugänge und digitale Souveränität älterer Menschen zu fördern (Doh, 2020). Ein wesentlicher Baustein wird hierbei der Ausbau informeller Bildungs- und Begleitungsangebote gesehen.

Das Projekt KommmiT setzte an dieser Stelle mit einem niedrighschwelligem Angebot für ältere Menschen zur digitalen Inklusion und Teilhabe im Quartier an. Die Abteilung Psychologische Altersforschung am Psychologischen Institut der Universität Heidelberg (APA), unter Leitung von Dr. Michael Doh und Projektkoordination von Mario R. Jokisch, M.Sc., war als Verbundpartner für die wissenschaftliche Begleitforschung zuständig. Im Mittelpunkt der Untersuchungen standen die beiden für das Projekt anvisierten Zielgruppen: Zum einen ältere Personen, die sich zu ehrenamtlich engagierten

Begleiter*innen qualifizieren lassen wollten und zum anderen ältere Menschen mit geringen technischen Vorkenntnissen bzw. einer geringen Selbstwirksamkeit im Umgang mit der digitalen Welt (Teilnehmer*innen). Forschungsschwerpunkte waren hierbei Entwicklungen und Veränderungsprozesse infolge digitaler Bildung und dem Begleitungssetting mittels längsschnittlicher Messmethoden.

2. Ablauf der wissenschaftlichen Begleitung

Die Durchführung des Forschungsvorhabens gliederte sich in vier Phasen: (1) der Vorbereitungs- und Konzeptphase und (2) der Implementierung des Projektes in die Praxis. Während dieser Implementierungsphase mussten zweimal Modifikationen vorgenommen werden: einmal durch eine notwendig gewordene (3) Umstellung des Forschungsdesigns bei der Befragung der Teilnehmer*innen und ein weiteres Mal durch massive Projektbeeinträchtigungen infolge (4) der Covid-19 Pandemie.

Die *Vorbereitungs- und Konzeptphase* umfasste den Zeitraum von 2015 bis 2017, in welcher deutlich wurde, dass die Entwicklung einer projektspezifischen Tabletoberfläche („Kommmit-Oberfläche“) längere Zeit benötigen wird und gleichzeitig eine umfassende Schulung älterer ehrenamtlicher Begleiter*innen möglich scheint, die es auch technikunerfahrenen älteren Erwachsenen, mit einer hohen sozialen Kompetenz, ermöglichen wird, am Projekt teilzunehmen. Daher wurde entschieden, eine umfassendere längsschnittliche Studie für die Begleiter*innen zu konzipieren, die sechs Befragungen beinhaltet.

Die zweite Phase war gekennzeichnet durch die *Implementierung des Projektes in die Praxis*. Mitte 2017 wurde mit der ersten Werbung und Rekrutierung von Begleiter*innen und der ersten Schulung im September 2017 begonnen. Zudem startete das Servicebüro den Betrieb. Im Januar 2018 wurden die ersten Teilnehmer*innen in das Projekt aufgenommen. Die Befragung der Teilnehmer*innen sollte zunächst mittels eines digitalen quantitativen Fragebogens über das Tablet erfolgen. Der Fragebogen wurde mittels Sosci-Survey umgesetzt und in Kooperation mit Nubedian und dem FZI automatisiert an die Lernenden verteilt. Zudem erfolgte die Integration in die Kommmit-Oberfläche, sodass die Befragung von Beginn an präsent war. Hierzu wurde in Kooperation mit dem FZI ein Button zur Befragung in die Kommmit-Oberfläche implementiert sowie ein Erinnerungssystem konzipiert. Dieses sollte die Teilnehmer*innen nach fes-

ten Intervallen an das Ausfüllen des Fragebogens erinnern und die Möglichkeit enthalten, bei Bedarf Unterstützung anzufordern. Durch die APA erhielten die Begleiter*innen zudem eine Schulung, um die Teilnehmer*innen beim Ausfüllen zu unterstützen.

Nach sechs Monaten wurden diese Maßnahmen durch die APA evaluiert. Es zeigte sich, dass ein Großteil der Teilnehmer*innen nicht an der Befragung teilnahm. Folgende Gründe konnten identifiziert werden: a) manche Teilnehmer*innen nutzten die Kommit-Oberfläche nur eingeschränkt, sodass sie die Erinnerungen zum Ausfüllen des Fragebogens nicht erreichten, b) falls Updates nicht installiert wurden, konnten die Erinnerungen nicht zuverlässig ausgeführt werden, c) bei neueren Tablets, die nach 2017 im Projekt angeschafft wurden, veränderte sich die Darstellung des Online-Fragebogens und wurde teils zu klein angezeigt, d) manche Teilnehmer*innen fühlten sich überfordert durch die Befragung am Tablet, e) manche Teilnehmer*innen hatten Vorbehalte Fragen online zu beantworten, f) mehrere Teilnehmer*innen waren der Befragung gegenüber im Allgemeinen negativ eingestellt.

Im Herbst 2018 wurde daher versucht, diese Probleme durch eine verbesserte Usability der Kommit-Oberfläche, mehr Unterstützung durch die Begleiter*innen und dem Service Büro und mehr Informationen über die Befragung zu lösen. Jedoch konnte kein substanzieller Fortschritt erzielt werden, der es ermöglicht hätte, eine ausreichend große Gruppe der Teilnehmer*innen zu mehreren Zeitpunkten zu befragen.

Hieraus folgte die dritte Projektphase (Frühjahr 2019 – Frühjahr 2020), die eine *Umstellung der Befragung* der Teilnehmer*innen beinhaltete. Um den vielschichtigen Problemen aus der zweiten Phase begegnen zu können, wurde entschieden, statt mehrerer quantitativer Befragungen einen Mixed-Method Ansatz zu wählen, der eine reduzierte quantitative Befragung beinhaltete und zwei umfangreichere qualitative Studien. Hierdurch mussten einerseits wesentlich weniger Teilnehmer*innen überzeugt werden und andererseits konnten diese wenigen Personen intensiver wissenschaftlich untersucht werden. In der ersten Studie sollten 15 Tiefeninterviews mit Teilnehmer*innen geführt werden, die seit mindestens neun Monaten im Projekt waren. Für die zweite Studie sollten weitere 15 Teilnehmer*innen zu drei Zeitpunkten interviewt werden: nach drei Monaten, nach neun Monaten und nach 12 Monaten der Begleitung. Hierdurch sollten Veränderungen, die durch die Teilnahme entstanden sind, erfasst und Prozesse der Mediatisierung des Alltags aufgezeigt werden. Die Umsetzung dieser qualitativen Befragungen erforderte einen zusätzlichen personellen Aufwand an

für Interviews, Transkription, Auswertung sowie an Organisation und Logistik. Hierfür konnte im August 2018 beim BMBF eine Aufstockung an Fördergeldern erzielt werden. Die vierte Projektphase entstand durch die *Covid-19 Pandemie*. Diese führte zu einem Abbruch der Projektaktivitäten. Daher wurden keine neuen Teilnehmer*innen mehr in das Projekt aufgenommen, weswegen der Messzeitpunkt T2 und T3 im April 2020 zu einem Interview zusammengefasst wurden. Zudem wurden die Interviews um einen Schwerpunkt zur Pandemie ergänzt. Da zu diesem Zeitpunkt keine direkte Unterstützung durch das Projekt mehr möglich war (u.a. Schließung des Servicebüros), fokussierte die Begleitforschung, inwiefern die Teilnehmer*innen in der Lage waren, unter diesen erschwerten Bedingungen ihre erworbenen Fähigkeiten selbständig einzusetzen.

2.1. Aufbau der Befragung der Begleiter*innen

Die erste Befragung erfolgte telefonisch (T1). Dies lag daran, dass die Begleiter*innen kurz nach der Teilnahme im Projekt und noch vor dem ersten Schultag befragt werden mussten und zu diesem Zeitpunkt weder Technik, wie das Tablet, zur Verfügung gestellt werden konnte, noch Unterstützung beim Ausfüllen des Fragebogens zu diesem frühen Zeitpunkt verfügbar war. Weitere Befragungen folgten nach 10 wöchiger Schulung (T2), nach weiteren 10 Wochen ehrenamtlicher Tätigkeit (T3) sowie nach einem Jahr (T4). Der T5 sollte nach einem weiteren Jahr folgen, wurde jedoch wegen der Covid-19 Pandemie auf sechs bis 12 Monate verschoben. Zum Abschluss des Projektes erfolgt im September 2020 eine letzte Befragung (T6). Die Erhebungen des T1 bis T4 fanden im Zeitraum von September 2017 bis März 2020 statt, je nachdem wann die Ausbildungsgruppen starteten. Die Untersuchungen zu T5 (April 2020) fanden bereits während der COVID 19 Pandemie statt wie auch letzte Befragungswelle T6 (September 2020).

2.2. Aufbau der Befragung der Teilnehmer*innen

Die qualitativen Untersuchungen zu den Teilnehmer*innen wurden mit zwei unterschiedlichen Kohorten durchgeführt. Im Mai 2019 startete eine Befragungseinheit (Studie A) mit n=15 Teilnehmer*innen (Alter = 59-93 Jahre, 80% weiblich), die bereits seit mindestens neun Monaten im Projekt waren und seit dieser Zeit eine Begleitung hatten. Forschungsschwerpunkte waren hierbei die Rolle und Bedeutung der Begleitung durch eine technikgenerationengleiche Person, der Umgang mit altersspezifischen

Barrieren sowie die Auswirkungen der Mediennutzung auf den Lebensalltag und die gesellschaftliche Teilhabe. Hierzu wurden im Treffpunkt 50+ in Stuttgart einstündige, teilstrukturierte Leitfadeninterviews durchgeführt.

Ebenfalls im Mai 2019 begannen die qualitativen Interviews mit n=15 Teilnehmer*innen (Alter = 54-80 Jahre, 67% weiblich), die erst neu in das Projekt hinzugekommen sind. Die Interviewphase dieser Studie B ging bis August 2019; alle Interviews fanden wiederum im Treffpunkt 50+ in Stuttgart statt. Im Gegensatz zur Kohorte aus Studie A hatte dieser Personenkreis eine Begleitung erst seit maximal drei Monaten erhalten. Forschungsleitende Fragen waren die gleichen wie zu Studie A, wobei zusätzlich geprüft werden sollte, ob sie sich die beiden Kohorten an Teilnehmer*innen nach personen- oder technikbezogenen Merkmalen unterschieden. Mit dieser Teilgruppe konnte im April 2020 – also sechs bis neun Monate nach dem ersten Gespräch - eine Wiederholungsbefragung durchgeführt werden; allerdings coronabedingt nur telefonisch. Hierdurch wurden längsschnittliche Entwicklungen und Auswirkungen des Begleitungssettings nachprüfbar.

Alle Interviews aus der qualitativen Studie A und B wurden transkribiert und anschließend von zwei unabhängigen Personen ausgewertet. Hierbei wurde nach Mayrings Inhaltsanalyse (Mayring, 1994) vorgegangen. Anschließend wurden die Zitate in einem interdisziplinären Team aus Psychologen, Soziologen und Gerontologen besprochen und interpretiert..

Um eine Entwicklung zusätzlich auch quantifizierbar dokumentieren zu können, erhielten die Teilnehmer*innen zudem zweimal einen schriftlichen Fragebogen. Das erste Mal (T1) direkt nach der Kopplung mit ihren Begleiter*innen (varrierte T1 zwischen April 2018 und Juli 2019) und ein zweites Mal kurz vor Projektende im September 2020. Von den 140 Teilnehmer*innen zum ersten Messzeitpunkt, nahmen 67 auch am zweiten Messzeitpunkt teil, sodass wir ihren längsschnittlichen Verlauf abbilden konnten. Dabei lag der Fokus – parallel zu den quantitativen Untersuchungen zu den Begleiter*innen - nicht nur auf möglichen Veränderungen in technikbezogenen Aspekten, sondern auch auf psychologischen Ressourcen und Gesundheitsmaßen.

2.3. Rekrutierung

In der Implementierungsphase wurden umfangreiche Maßnahmen zur Gewinnung der beiden Zielgruppen vorgenommen. Hierbei wurden zunächst über bestehende Netzwerke und Kooperationen der Projektpartner gezielt seniorenrelevante Einrichtungen und Begegnungsorte (z. B. Generationenhäuser, Bürgertreffs, Betreute Wohnanlagen) aufgesucht. Im nächsten Schritt wurden umfangreiche Berichterstattungen in lokalen Medien sowie Infostände und Flyer zur Bekanntmachung des Projektes genutzt. Besondere Aufmerksamkeit entwickelte ein Tiny-House, das temporär (etwa zwei Wochen) an verschiedenen Lokalisationen aufgestellt wurde, um niedrigschwellige Info- und Sprechstunden anbieten zu können. Im vierten Projektjahr hatte das Projekt solch eine Bekanntheit erlangt, dass auch die Teilnehmerschaft eine eigene Dynamik entwickelte und neue Begleiter*innen wie auch Teilnehmer*innen größtenteils über Mundpropaganda in das Projekt hinzukamen. Interessierte Personen wurden für ein Erstgespräch ins Service Büro eingeladen, über das Projekt aufgeklärt und die Eignung anhand eines Anforderungsprofils geprüft¹. Hinsichtlich der Begleiter*innen lag der Schwerpunkt auf sozialen Fähigkeiten, um eine adäquate Begleitung älterer Menschen gewährleisten zu können. Umfassende Vorerfahrungen im Umgang mit moderner Technik standen nicht im Fokus und sollten durch die Schulung vermittelt werden.

3. Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitforschung

Im Folgenden werden zunächst die Gruppen der Begleiter*innen und Teilnehmer*innen vorgestellt und miteinander verglichen. Danach werden spezifische Ergebnisse zu den Begleiter*innen präsentiert. Diese quantitativen längsschnittlichen Befunde können auf zwei Kontextbereiche unterteilt werden. Zum einen Befunde, die sich durch die Schulungsmaßnahmen ergaben und zum anderen Auswirkungen, die im Zusammenhang mit dem ehrenamtlichen Engagement als aktive/r Begleiter*innen stehen. Zum Abschluss werden qualitative und quantitative Befunde zu den Teilnehmer*innen berichtet.

3.1. Wer nahm an der Begleitstudie teil?

Während der Projektlaufzeit konnten über 125 Begleiter*innen gewonnen werden, davon waren 61% Frauen. Der Altersdurchschnitt lag bei 68 Jahren (51 bis 85 Jahre). Die Begleiter*innen berichteten über eine hohe Lebenszufriedenheit, einen hohen subjektiven Gesundheitszustand und lebten zu über 80% in einer Partnerschaft. Das

Haushaltseinkommen lag zu 70% über 2000 Euro im Monat. Hinsichtlich der Vorerfahrungen mit modernen Technologien zeigte sich, dass die Begleiter*innen im Durchschnitt seit 19 Jahren das Internet nutzten. Smartphones (7 Jahre) und Tablets (3 Jahre) fielen wesentlich geringer aus. So gaben 42% an, Tablets noch gar nicht oder weniger als 1 Jahr zu nutzen. Über alle modernen Technologien hinweg bewerteten die Begleiter*innen ihre subjektiven Kompetenzen mit einer Schulnote von 2,2, aber auch hier gaben sich 42% eine Note 4 oder schlechter. Dies verweist auf heterogene Vorerfahrungen und Fähigkeiten der Begleiter*innen. Auffällig war zudem, dass bereits vor der Schulung die Begleiter*innen eine hohe Internetselbstwirksamkeit aufwiesen, sich also zutrauten mit verschiedensten Problemen im Umgang mit dem Internet fertig zu werden. Insgesamt wurde deutlich, dass Männer eine höhere Bildung aufwiesen, häufiger in Partnerschaft lebten, intensiver das Internet nutzten und ihre Fähigkeiten und ihre Selbstwirksamkeit höher ausfiel als bei den Frauen. Insgesamt gaben 75% der Begleiter*innen an, bereits vor dem KommiT-Projekt ehrenamtlich tätig gewesen zu sein.

230 Teilnehmer*innen nahmen insgesamt am Projekt teil, davon 140 Personen auch an den längsschnittlich angelegten, quantitativen und qualitativen Befragungen. Nicht nur war diese Personengruppe im Durchschnitt deutlich älter (77 Jahre, 55 bis 97 Jahre) und häufiger weiblich (76%), sondern bestand dazu aus einem deutlich geringeren Anteil von Berufstätigen (2%) und Personen, die in einer Partnerschaft leben (37%) (siehe Tabelle 1). Auch gaben sie im Vergleich zu den Begleiter*innen eine geringere Lebenszufriedenheit (Note 2,41 vs. 2,07) und einen niedrigeren Bildungsabschluss an (Anteil min. Abitur/FH-Reife 22,86% vs. 68,60%). In der subjektiven Gesundheit unterschieden sich beide Gruppen hingegen nicht voneinander.

Tabelle 1. Paarweiser Vergleich zwischen der Befragung der Teilnehmer*innen und der Begleiter*innen

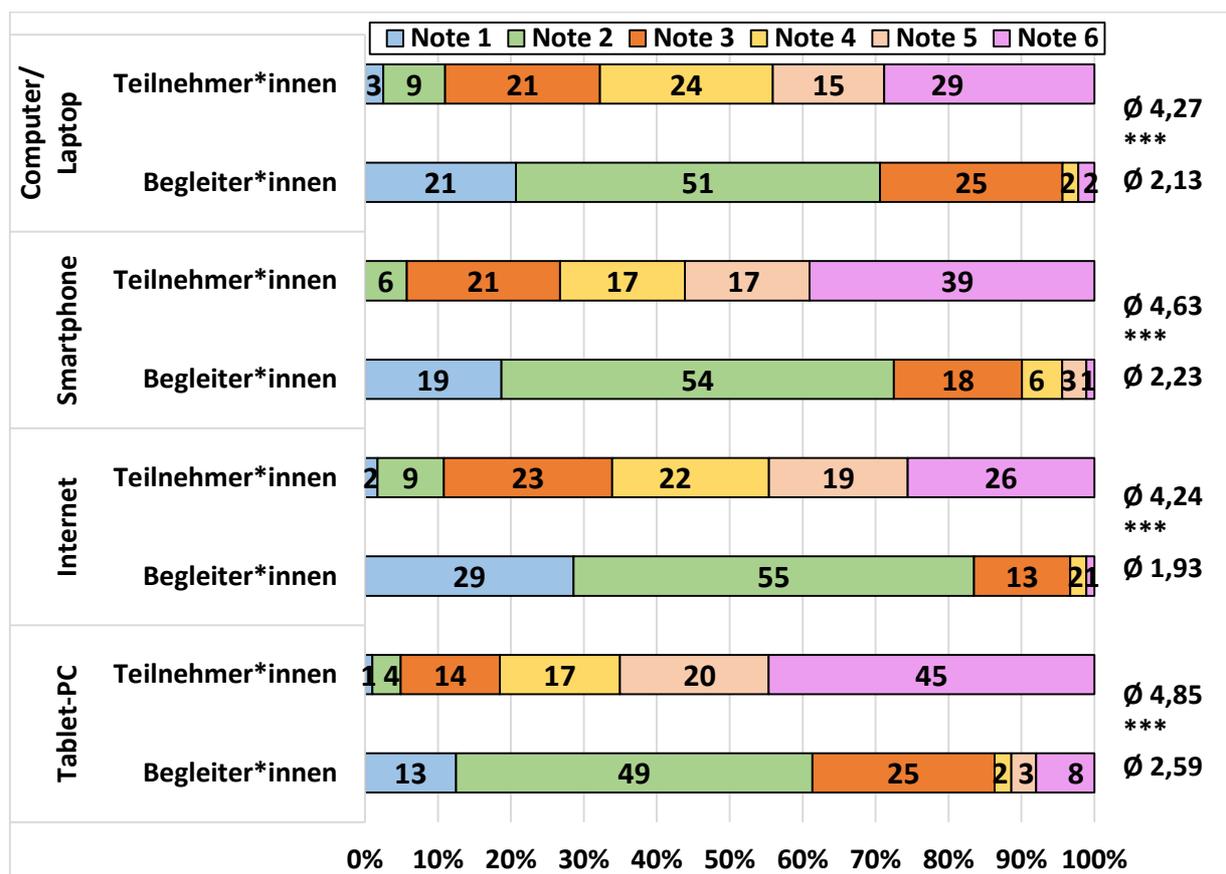
Skala	Teilnehmer*innen (n=140)				Begleiter*innen (n=125)				Vergleich		
	n	%	M	SD	n	%	M	SD	χ^2	t	p
Alter	139		76.6 2	7.13	123		67.5 1	6.20		10.9 7	.000
Geschlecht (% Frauen)	140	76.3			123	60.9 8			19.5 3		.000
Subj. Gesundheit	138		2.86	.98	119		2.66	1.06		1.50	.134
Lebenszufriedenheit	138		2.41	1.03	119		2.07	.80		3.03	.003
Berufstätigkeit (% Ja)	140	2.19			123	11.3 8			9.24		.002
Familienstand (Anteil in Partnerschaft lebend)	140	62.2 0			121	53.8 0			6.52		.011

Bildung (Anteil mind. Abitur/FH-Reife)	140	61.7	0	121	53.3	55.0	9	.000
--	-----	------	---	-----	------	------	---	------

Anmerkungen. Subjektive Gesundheit und Lebenszufriedenheit in Schulnoten von 1 bis 6.

Als Teilnehmende konnte somit eine Stichprobe an Personen gewonnen werden, die viel Potential im Zuwachs ihrer eigenen Kenntnisse im Umgang mit modernen Technologien mitbringt. Anders als die Begleiter*innen schätzten sie jene zu Beginn des Projektes nur mit einer durchschnittlichen Schulnote von 4,4 ein (siehe Abbildung 1). Kongruent dazu zeigte sich, dass sie ihre eigenen Problemlösefähigkeiten im Umgang mit dem Internet, ihre Internetselbstwirksamkeit, für deutlich schlechter befunden. Möglicherweise ursächlich könnte dafür sein, dass sie, wie retrospektiv betrachtet angaben, weniger im Kontakt mit modernen Technologien standen und diesen auch eher gemieden hatten.

Abbildung 1: Subjektive IKT-Kompetenzen der Begleiter*innen und Teilnehmer*innen



Die qualitativen Interviews ergänzten die Informationen um die Teilnehmer*innen. Hier zeigte sich, dass vielfältige Barrieren mit Bezug zum Erlernen der Technik bestanden, es an technischer Ausstattung fehlte und auf keine formellen oder informellen Unter-

stützungsangebote zurückgegriffen werden konnte. Das Projekt erreichte vorrangig ältere Personen, die über ein stabiles soziales Umfeld verfügten und sich sozial gut eingebunden fühlten. Insofern bestand bei den Teilnehmer*innen auch keine primär sozialgebundene Intention, über das Projekt neue Kontakte knüpfen zu wollen. Die meisten Teilnehmer*innen waren aus Eigenmotivation zum Projekt gestoßen, also intrinsisch motiviert, den Umgang mit Technik zu erlernen. Zudem berichteten viele Interviewte davon, dass sie einen sozialen Druck, Technik zu erlernen, spüren. Die Teilnehmer*innen unterschieden sich deutlich hinsichtlich ihrer technischen Vorerfahrungen. Gemeinsamkeiten zwischen Begleiter*innen und Teilnehmer*innen waren hingegen die prinzipielle Offenheit für neue Technologien, obgleich die Teilnehmer*innen gewisse Technikängste äußerten.

Im Vergleich beider Gruppen wird deutlich - wie auch schon aus anderen Förderprojekten bekannt -, dass die Gruppe der Begleiter*innen über mehr sozio-ökonomische Ressourcen verfügen (z. B. höherer Bildungsstatus, seltener nicht alleinlebend) als die älteren Lernenden (Doh et al., 2015). Bemerkenswert ist hingegen der deutliche Altersunterschied zwischen den beiden Personengruppen aufgrund des vergleichsweise hohen Alters der Teilnehmer*innen. Grund hierfür war die gezielte Ansprache über das Sozialamt Stuttgarts, wodurch ein substantiell relevanter Anteil an hochaltrigen Personen zur Projektteilnahme gewonnen werden konnte. So waren fast ein Viertel (22%) der Teilnehmer*innen 80 Jahre und älter, davon 85% Frauen. Ebenfalls aufgrund spezieller Rekrutierungsmaßnahmen konnte mit 61% ein hoher Anteil an weiblicher Begleiter*innen für das digitale Ehrenamt gewonnen werden.

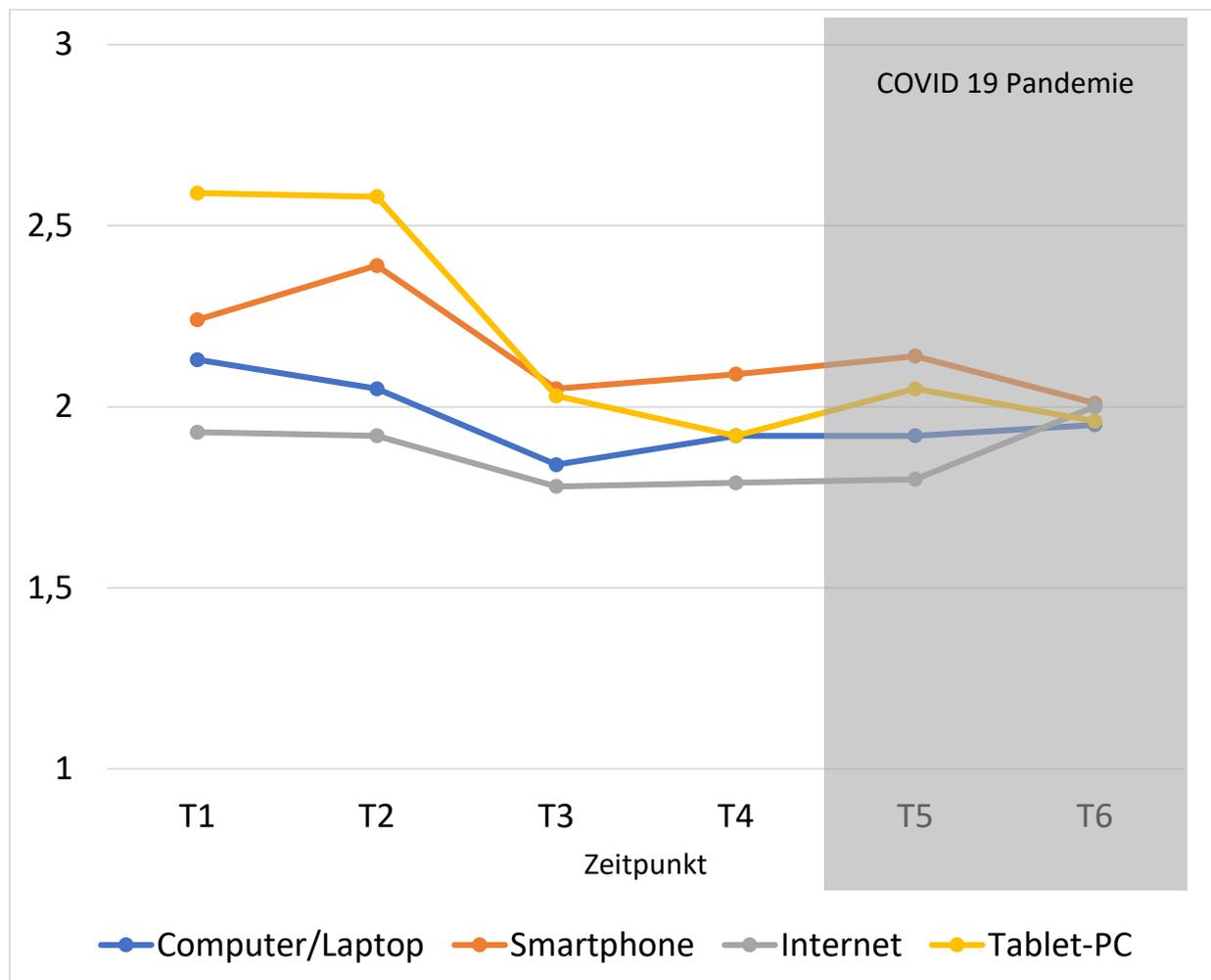
3.2. Quantitative Befunde zu den Begleiter*innen

3.2.1. Digitale Kompetenzen

Um die Auswirkungen des KommmiT Projektes auf die Begleiter*innen zu prüfen, wurde differenziert, welche Veränderungen auf die Schulung zurückzuführen waren und welche Veränderungen mit dem anschließenden ehrenamtlichen Engagement einhergingen. Der Schwerpunkt lag einerseits auf der Erfassung von Lernzuwächsen im Sinne von subjektiv wahrgenommenen digitalen Kompetenzen in Bezug auf das Tablet und dem Internet sowie möglichen Transfereffekten auf das Smartphone und den Computer. Andererseits sollte überprüft werden, ob über die Begleitungstätigkeit und den konkreten Umgang mit der Technologie auch psychologische Ressourcen

gestärkt werden konnten. Hierzu zählt das Obsoleszenzerleben sowie die allgemeine Selbstwirksamkeit, deren Befund im Folgenden ausgeführt werden.

Abbildung 2: Entwicklung der subjektiven IKT-Kompetenzen der Begleiter*innen



Anmerkung: Subjektive Einschätzung 1-5. Je höher der Wert, desto größeres Obsoleszenzerleben. Die Studie fand im Zeitraum von September 2017 bis September 2020 statt. T1 erfolgte vor der Schulung, T2 nach 10-wöchiger Schulung, T3 nach 10-wöchiger ehrenamtlicher Tätigkeit, T4 nach einem weiteren Jahr. T5 und T6 erfolgten etwa nach jeweils weiteren 6 Monaten wurden durch die COVID 19 Pandemie beeinflusst (grauer Kasten).

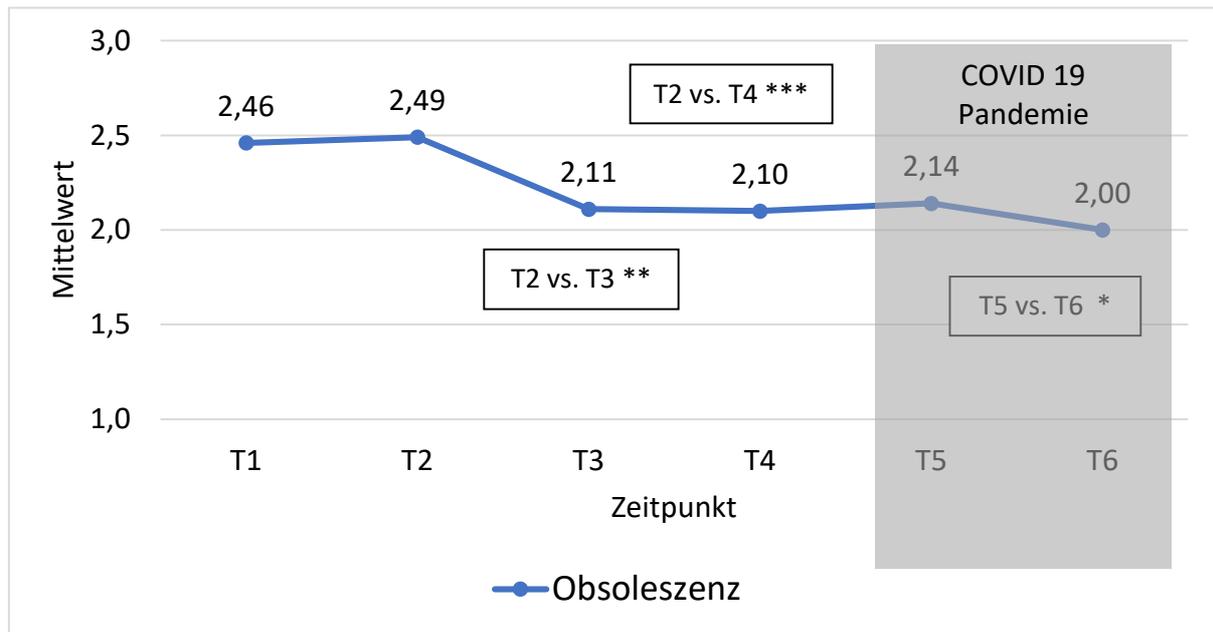
Um Veränderungen hinsichtlich subjektiv wahrgenommener digitaler Kompetenzen bei den Begleiter*innen zu erfassen, wurden zu allen Messzeitpunkten untersucht, wie die Fähigkeiten im Umgang mit Computern, dem Internet, Smartphones und Tablets subjektiv beurteilt werden. Die Ergebnisse zeigen, dass die subjektive Kompetenz hinsichtlich der Tablet-Kenntnisse wie auch der Smartphone-Kenntnisse nach der Schulung signifikant anstieg (Abbildung 2), wonach die Weiterbildung zu einem mobilen Endgerät wie dem Tablet erleichterte offensichtlich auch den Umgang mit einem

Smartphone. Die Computer- und Internetkenntnisse nahmen hingegen nur unwesentlich zu, was auch darauf zurückgeführt werden kann, dass hierzu bereits hohe Vorkenntnisse vorlagen (siehe Abbildung 1). Diese Werte blieben im weiteren Projektverlauf stabil. Erst im Zuge der Pandemie, also ab September 2020 (T6) zeigte sich ein signifikanter Abfall der Internetkenntnisse. Dies deutet darauf hin, dass auch die Begleiter*innen den durch die Pandemie ausgelösten Digitalisierungsschub als kritische Herausforderung erlebten.

3.2.2. Obsoleszenzerleben

Zweitens wurde untersucht, ob die Teilnahme an der Schulung und die ehrenamtliche Arbeit Entfremdungs- und Orientierungsprobleme (*Obsoleszenzerleben*), die sich aus dem gesellschaftlichen Wandel ergeben, abbauen konnte (Brandstädter & Wentura, 1994). Studien zeigen, dass dieses Gefühl der Entfremdung mit dem Alter ansteigt (Brandstädter & Wentura, 1994; Brandtstädter & Rothermund, 2003); die digitale Transformation der Gesellschaft könnte diese Ausgrenzungswahrnehmungen insbesondere bei technikdistanten älteren Menschen verstärken. Umgekehrt könnte die Wahrnehmung von Selbstwirksamkeit und Kompetenzen im Umgang mit der digitalen Welt solche Obsoleszenztendenzen entgegenwirken. Tatsächlich zeigen die Befunde, dass die Begleiter*innen nach der Teilnahme an der Schulung über ein signifikant niedrigeres Obsoleszenzerleben als vor der Schulung berichteten (Abbildung 3). Dieses veränderte sich durch das anschließende Ehrenamt jedoch nicht, sondern verblieb auf dem gebesserten Niveau. Demnach fühlten sich die Begleiter*innen mehr „auf der Höhe der Zeit“ und hatten das Gefühl, stärker vom digitalen Wandel profitieren zu können. Dieser positive Effekt durch die Schulung gibt einen Hinweis darauf, dass die Digitalisierung in Bezug auf das Selbstkonzept und die gesellschaftliche Teilhabe mittlerweile einen substanziellen Stellenwert im Alter einnehmen könnte.

Abbildung 3: Entwicklung der Obsoleszenz der Begleiter*innen



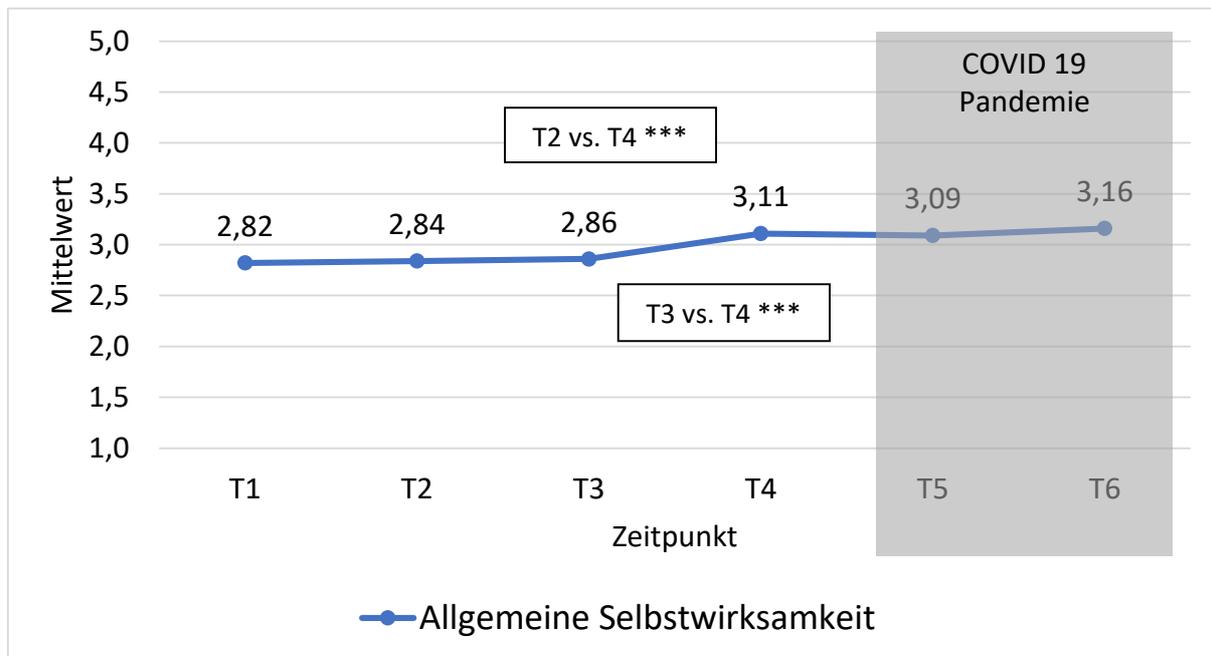
Anmerkung: Subjektive Einschätzung 1-5. Je höher der Wert, desto höher die Allgemeine Selbstwirksamkeit. Die Studie fand im Zeitraum von September 2017 bis September 2020 statt. T1 erfolgte vor der Schulung, T2 nach 10-wöchiger Schulung, T3 nach 10-wöchiger ehrenamtlicher Tätigkeit, T4 nach einem weiteren Jahr. T5 und T6 erfolgten etwa nach jeweils weiteren 6 Monaten wurden durch die COVID 19 Pandemie beeinflusst (grauer Kasten).

3.2.3. Allgemeine Selbstwirksamkeit

Drittens wurde die *Allgemeine Selbstwirksamkeit* erfasst, die das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten beschreibt, verschiedenste Herausforderungen im Leben bewältigen zu können (Schwarzer & Jerusalem, 1995). Zahlreiche Forschungsbefunde zeigen, dass Personen mit einer hohen Allgemeinen Selbstwirksamkeit eine höhere Lebenszufriedenheit aufweisen, optimistischer sind, verschiedenste Bildungsangebote erfolgreicher durchlaufen und seltener über Depressionen und Ängste berichten (Judge & Bono, 2001; Luszczynska et al., 2005). Die Allgemeine Selbstwirksamkeit stellt somit eine Ressource dar, die nicht nur die Techniknutzung betrifft, sondern allgemein dazu beiträgt, verschiedenste Bereiche des Lebens zu meistern. Hiermit sollte die Hypothese geprüft werden, ob über das Projekt auf Seiten der Begleiter*innen Ressourcen und Transferleistungen generiert werden konnten, die über das Projekt hinausgingen. Die Ergebnisse verdeutlichten, dass die Schulung keinen Einfluss auf die Allgemeine Selbstwirksamkeit nehmen konnte, jedoch ging die Ausübung des digitalen Ehrenamts mit einem signifikanten Anstieg der Allgemeinen Selbstwirksamkeit einher (siehe Abbildung 4). Offensichtlich verstärkte die erfolgreiche und verantwortungsvolle

Tätigkeit in einem neuen und herausfordernden Lernkontext wie dem digitalen Ehrenamt das Gefühl, generell im Alltag Probleme und Herausforderungen bewältigen zu können. Dieser Befund unterstreicht das besondere Potenzial, das für ältere ehrenamtlich engagierte Menschen in der Ausübung eines digitalen Ehrenamts steckt.

Abbildung 4: Entwicklung der Allgemeinen Selbstwirksamkeit der Begleiter*innen



Anmerkung: Subjektive Einschätzung 1-5. Je höher der Wert, desto größeres Obsoleszenzerleben. Die Studie fand im Zeitraum von September 2017 bis September 2020 statt. T1 erfolgte vor der Schulung, T2 nach 10-wöchiger Schulung, T3 nach 10-wöchiger ehrenamtlicher Tätigkeit, T4 nach einem weiteren Jahr. T5 und T6 erfolgten etwa nach jeweils weiteren 6 Monaten wurden durch die COVID 19 Pandemie beeinflusst (grauer Kasten).

3.3. Qualitative Befunde zu den Teilnehmer*innen

Die Ergebnisse der qualitativen Studie A konnten im Wesentlichen durch die qualitative Studie B bestätigt werden; es fanden sich auch keine Unterschiede zwischen den beiden Personengruppen nach personen- oder technikbezogenen Merkmalen wie Alter, Geschlecht oder Technikvorerfahrungen. Daher wurde entschieden, um ein möglichst kohärentes Bild der Teilnehmer*innen zu zeichnen, die Ergebnisse beider Studien im Folgenden zusammen darzustellen.

3.3.1. Barrieren: Ängste, Unsicherheiten und geringe Selbstwirksamkeit

Es hat sich gezeigt, dass die Teilnehmer*innen im Vorfeld der Projektteilnahme (T1) vielfältige Ängste und Unsicherheiten in Bezug auf digitale Technik hatten. Dies ging

mit einem negativen Selbst- und Altersbild sowie einer geringen Selbstwirksamkeit in Bezug auf digitaler Technik einher.

Besonders Personen mit geringen Vorkenntnissen zeigten neben einer Technikangst auch eine generelle Unsicherheit im Umgang mit digitalen Endgeräten. Sie äußerten die Sorge das Gerät falsch zu bedienen und dadurch etwas zu verstellen oder kaputt zu machen: *„Da hatte man Angst, man macht was kaputt“* (W, 93 Jahre). Personen mit Vorkenntnissen und Vorerfahrungen äußerten hingegen spezifische Unsicherheiten und Vorbehalte, indem sie einen mangelnden Datenschutz und Schutz der Privatsphäre äußerten, wie z. B. gegenüber dem Online-Banking.

Weitere Ängste und Sorgen richteten sich auf zukünftige Entwicklungen von Mensch-Technik-Verhältnissen und implizieren kulturanthropologische Aspekte. So äußerten Teilnehmer*innen im Kontext zu Pflege und Telemedizin die Sorge, dass Technik zum Ersatz für menschlichen Kontakt werden könnte: *„Dann ist das Tablet, das was ja eine stumme Sprache hat, ist kein Ersatz für Menschen, wissen Sie? [mhm] Es kann eine, ähm, sagen wir mal, als es, es kann als Bindeglied für Kontakte funktionieren, aber es ist nie Ersatz“* (W, 75 Jahre). Eine weitere Sorge betraf der zunehmende Verlust von Autonomie durch Technik: *„Also das Vergnügen, selber in ein Geschäft zu gehen, will ich mir doch nicht nehmen lassen!“* (W, 93 Jahre).

Viele Teilnehmer haben davon berichtet, dass durch die Teilnahme am KommmiT-Projekt, also durch die Begleitung und das Arbeiten am Tablet, diese Ängste, Unsicherheiten und Vorbehalte reduziert werden konnten. Vor allem die allgemeinen Ängste z. B. etwas kaputt zu machen, konnten abgebaut werden. Es lässt sich folglich konstatieren, dass sich psychologische Barrieren, auch die des negativen Altersbildes, durch die Technikbegleitung reduzieren ließen. Im Gegenzug nahm die Selbstwirksamkeit zu.

Diese positiven Effekte konnten bei der Wiederholungsbefragung bestätigt werden, was ein Hinweis für deren Nachhaltigkeit ist: *Aber was ich einfach gelernt habe, ist öfters äh probieren. Einfach ähm da mutiger zu sein und nicht äh so ängstlich, dass ich dann sag 'Was mach ich da jetzt und wo land ich da jetzt?', und ich glaub das ist schon mal, auf meinem Weg, zu meinem Ziel ist das schonmal ein ganz wichtiger Schritt* (W, 72 Jahre)

Die gleiche Teilnehmerin beantwortete die Frage im zweiten Interview folgendermaßen:

„Also man erschrickt auch nicht gleich, wenns dann nicht beim ersten Mal klappt man probiert dann einfach mehr. Und ich glaube, ähm das Interessante daran, dass man gelernt hat, ähm so eigenständig ähm auf die Reise zu gehen und Entdeckungen zu machen. Also so habe ich des so, des sind für mich so die Wege, die ich gehe. Und dann entdecke ich immer wieder irgendetwas und dann so ein richtiges Aha-Erlebnis (W, 72 Jahre)“

Dadurch, dass der überwiegende Teil der interviewten Personen intrinsisch motiviert war, lag die Vermutung nahe, dass dies bei der Überwindung von psychischen Barrieren von Nutzen ist. Aus der Motivationspsychologie ist die Bedeutung intrinsischer gegenüber extrinsischer Motivation für den Lernerfolg evident. Eine hohe intrinsische Motivation geht häufig mit einer hartnäckigen Zielverfolgung (dem Erlernen der Technik) einher und ist zudem förderlich für die Selbstwirksamkeit, welche wiederum dabei hilft, Widerstände und Barrieren zu überwinden (Heckhausen & Heckhausen, 2006). So hatte eine Teilnehmerin den Eindruck, sie würde bei der Vermittlung einer Technikbegleitung übergangen werden und bekräftigte gegenüber einem Projektmitarbeiter, dass sie unbedingt am Projekt teilnehmen möchte:

“In dem Moment ich habe innerliche Ehrgeiz gehabt, 'Was? Bin ich zu alt oder wieso? Erst recht will ich!'", (W, 70 Jahre).

Dabei brachte sie sehr wenig Vorerfahrung mit Technik mit und die Lernzuwächse erfolgten deutlich langsamer als bei anderen Teilnehmer*innen:

„Ja, dann hab ich halt lange lange gedauert, die überhaupt den Text, ich glaube eine Satz, eine Wort zu schreiben [mhm], hat glaube zwei, drei Monate gedauert“ (W, 70 Jahre).

Durch ihre intrinsische Motivation, hartnäckige Zielverfolgung und Selbstwirksamkeit überwand sie jedoch diese Barrieren. Verstärkt wurde die Selbstwirksamkeit durch Lernerfolge beim selbständigen Ausprobieren (direkte Erfahrung):

„Aber irgendwann hab ich hingekriegt die Mail. Und dann so die Mail, ja, dann ist immer einer nach dem anderen“ (W, 70 Jahre).

Zudem fällt bei den Befunden auf, dass intrinsisch motivierte Personen das Projekt weit mehr als positiven Faktor in ihrem Leben wahrnahmen und in der digitalen Technik eher den persönlichen Nutzwert sahen als die extrinsisch Motivierten. Dies deutet

darauf hin, intrinsische Motivation als hilfreichen Faktor für eine nachhaltige Teilnahme (hartnäckige Zielverfolgung) am Projekt zu verstehen.

Aus den Interviews wird zudem ersichtlich, dass die Selbstwirksamkeit der Teilnehmer*innen mit der eigenen Einstellung und Lernbereitschaft in Bezug auf moderne Technik und der subjektiven Alterswahrnehmung gekoppelt ist. Der Großteil der Befragten ging davon aus, dass die erfolgreiche Nutzung von technischen Geräten in Abhängigkeit zum Alter steht.

„Ich glaub, in dem Alter ... wo wir sind ... wird immer ein bisschen ... länger brauchen, nicht, weil man es nicht versteht, sondern weil man ein bisschen ... Respekt hat vor der Technik [mhm], wir sind ja nicht mit dem aufgewachsen“ (W, 71 Jahre)

Zudem sind zu Beginn des Projektes einige Teilnehmer*innen der Auffassung, der Umgang mit Technik sei in ihrem Alter nicht mehr notwendig:

„Ach nee, also so was fang ich nicht mehr an, [mhm] so, so jung bin ich ja nicht mehr“ (W, 83 Jahre).

Die anfängliche altersbezogene Ablehnung von Technikenntnissen konnte bei einigen während des Projektes aufgehoben werden, was sich wiederum positiv auf die Selbstwirksamkeit auswirkte:

„Zuerst hab ich gedacht: 'Ah, ich bin so alt, das brauch ich nicht' (alle lachen) jaja ... dann hat mich das aber überrollt, ja, und mit der Zeit geht das dann ... äh, gut beziehungsweise ich finde es heute viel angenehmer im Rechner zu schreiben, weil man ja leichter korrigieren kann“ (W, 73 Jahre).

Es lässt sich ergänzend ein weiterer Faktor identifizieren, der selbstwirksames Handeln bei den Teilnehmer*innen begünstigte: Die Beziehungsqualität zur Begleitperson. Die Begleitperson kann anfängliche Bedenken und Ängste gegenüber moderner Technik mindern, besonders wenn ein positives Verhältnis zur Begleitperson wahrgenommen wird.

3.3.2. Förderliches Lernsetting: das Peer-to-Peer Konzept

Der Abbau von Unsicherheiten und Ängsten und Zuwachs an Selbstwirksamkeit und digitalen Kompetenzen in Bezug auf moderner Technik wurde vor allem durch die individuelle, lebensweltorientierte, bedarfs- und bedürfnisbezogene 1:1-Begleitung und

einer geduldigen, einfühlsamen und verständnisvollen Didaktik gefördert. Darüber hinaus spielte aber auch die Zugehörigkeit der Begleiter*innen zur gleichen Technikgeneration eine förderliche Rolle und erleichterte eine Identifikation mit der begleitenden Person:

„mein, [...] Lehrer, der hat bisher sehr geduldig, umsichtig und auch irgendwie so humorig auf die Dinge reagiert und hat mir immer Antworten geben können und war so ein gutes Vorbild für mich. Also er mag vielleicht ein bisschen älter sein als ich, das fand ich toll, irgendwie so zu sehen“ (W, 66 Jahre)

„Ich denke schon. Ich denke schon, dass, das ist sehr nützlich, äh so jemand kann sich besser hineinversetzen, wie ein älterer Mensch lernt. Für junge Leute ist es unverständlich, dass man was erklärt und die schnappen das nicht, oder es fehlen dann Zwischenschritte“ (W, 79 Jahre)

Mit dem ähnlichen Alter gehen also sowohl eine Vorbildfunktion als auch gewisse Vermittlungskompetenzen einher. Das Alter der Begleitperson ist insofern relevant, als durch ähnliche Erfahrungskontexte eine Verbundenheit und Zugehörigkeit hergestellt werden kann. Man teilt Lebenserfahrungen in Bezug auf das Alter allgemein, auf das Lernen im Alter und auch im Zugang zu modernen Technologien. Begleiter*innen können durch diese Zugehörigkeit zur gleichen Technikgeneration mehr Verständnis für Bedenken, Ängste und Unsicherheiten der technikverunsicherten Teilnehmer*innen aufbringen. Im Gegenzug können sich die Teilnehmer*innen mit ihren Bedenken, Unsicherheiten und Fragen öffnen und damit auch lernen, Schamgefühle und negative Selbstbilder in Bezug auf Alter und Technik zu überwinden.

Natürlich war der Lernerfolg aber nicht nur vom Alter des Begleiters abhängig: technische und didaktische Kompetenzen waren ebenfalls zentral. Diese wurden von den Teilnehmer*innen meist als gut bewertet¹.

Bei den pädagogischen Fähigkeiten wurde besonders der Faktor Zeit bzw. Geduld der generationenähnlichen Begleiter*innen immer wieder herausgehoben. Hier wurde die

¹ Zur Einschränkung der größtenteils positiven Eindrücke der Teilnehmenden über die Begleiter*innen sollte erwähnt werden, dass sich die Interviewten meist sichtlich ungern zu negativen Bewertungen der Begleiter*innen äußern wollten. Das liegt vermutlich daran, dass es sich bei dem Projekt um ein kostenloses Unterstützungsangebot mit älteren ehrenamtlichen Engagierten handelt, deren Mühe trotzdem wertgeschätzt wird. Auch bei der Bewertung der Projektstrukturen kann ein zaghaftes Antworten festgestellt werden.

Geduld der Begleiter*innen oft in Gegensatz zu bisherigen Erfahrungen der Technikhilfe allgemein (Kursleiter*innen aus Bildungseinrichtungen) und im eigenen sozialen und insbesondere im familiären Umfeld gesetzt:

„Der Lehrer, den wir vorher hatten, der Anleiter, der war zwar äh, im, im Beruf sicher ein ganz versierter Mensch, aber er wollte uns so viel immer in diese Zeit rein- ... -powern, dass wir heimkamen und nicht mehr richtig zuordnen konnten, wie geht's jetzt, weil das ... zu viel war, und hier ist es, so überschaubar, ja“ (W, 74 Jahre)

„meistens haben die Leute zu wenig Zeit oder zeigen's mir zu schnell, dass ich es mir nicht merken kann und hm ... ja“ (W, 73 Jahre)

Ein weiterer Vorteil war die 1:1 Begleitung. So konnte auf die diversen Bedürfnisse, Interessen und Nutzungsweisen der Teilnehmer*innen eingegangen werden.

„Wir haben uns immer irgendwas vorgenommen, was wir jetzt machen, sie hat manchmal 'nen Vorschlag gemacht, dann hat sie mich gefragt: 'Was möchtest du?]', und so haben wir uns halt hin und her ergänzt“ (W, 77 Jahre)

Es zeigte sich, dass es starke interindividuelle Unterschiede zwischen den Teilnehmer*innen gab in der Nutzung und den Interessen von Technik; aufgrund dieser Heterogenität konnten auch keine allgemeingültigen Lehrpläne entwickelt werden. Anders als in großen Kursen konnte hier darauf geachtet werden, was die Person konkret von der Technik erwartet. Im Vergleich zu den Personen, die sich in Kleingruppen getroffen hatten, waren die 1:1 begleiteten Personen zudem zufriedener mit der Betreuung. In der 1:1 Betreuung stieg die Motivation Technik zu nutzen, da hier für die Teilnehmer*innen schnell ein persönlicher Nutzen erkennbar wurde:

„weil wir waren zu siebt, und dann war ich, in der halben Stunde hab nichts gehabt“ (W, 75 Jahre)

„Aber jetzt kann ich, weiß ich, dass ich manches im Internet finde, sei es Samen oder sonst was, wo ich sonst gar nicht kriege. Und wo ich nicht stundenlang rumlaufen muss!“ (W, 75 Jahre, Hobby-Gärtnerin)

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Generationenähnlichkeit ein förderlicher Faktor für den Lernerfolg der Teilnehmer*innen sein kann. Die festgestellte Hemmschwelle, die eigenen Kinder/das eigene soziale Umfeld um Hilfe zu fragen, kann ebenfalls damit erklärt werden, dass hier generationelle Unterschiede, vor allem in Be-

zug auf Zeiterleben deutlich werden. Hinzu kommen ein gutes Verhältnis zur begleitenden Person sowie deren pädagogische und soziale Kompetenzen. Die 1:1 Betreuung ist ebenfalls ein entscheidender Faktor für eine erfolgreiche Technikbegleitung für die technikunerfahrene bzw. technikverunsicherte Zielgruppe.

3.3.3. Der digitale Schutzraum der Tabletoberfläche

Um für Neulinge einen niedrigschwelligen, übersichtlichen Zugang bei der Tablet- und Internetnutzung zu verschaffen, wurde innerhalb des Verbundprojekts eine eigene Tabletoberfläche gestaltet. Allerdings wurde diese Startoberfläche nicht von allen Begleiter*innen eingesetzt bzw. von Teilnehmer*innen genutzt, weshalb die Bewertung und Nützlichkeit sehr unterschiedlich ausfiel.

Besonders technikunerfahrene Teilnehmer*innen, welche die KommiT Oberfläche bewusst nutzten, empfanden diese als sinnvoll. Sie konnten sich innerhalb dieser speziellen Oberfläche wie in einem Schutzraum ausprobieren, ohne Angst zu haben etwas falsch zu machen: *„Die Spielwiese hat einen Zaun!“ (W, 79 Jahre)*

Kritisiert wurde mitunter die mangelnde Aktualität einzelner App-Angebote von KommiT: *„Das war nicht immer ... auf der neuesten Stand.“ (M, 80 Jahre)*

Andere Teilnehmer*innen (mit vorhandenen Technikerfahrungen bzw. einer höheren Selbstwirksamkeit) empfanden den Schutzraum hingegen als unnötig. Gleichwohl fanden sich auch Stimmen, die solch einen digitalen Schutzraum als nicht notwendig erachten, da individuelle 1:1-Begleitung bereits ausreichend Sicherheit und Schutz vermittelt:

„Aber äh ... im Grund-, ich weiß nicht, ob man's überhaupt braucht, ne. Also wenn ich's jetzt so seh, das hab ich ja alles, das ist für's Erste vielleicht, vielleicht. Aber wenn man schon jemand hat, mit-, da dran sitzt und sagt: 'Komm her, wir machen zusammen', dann braucht man's vielleicht gar nicht, dann kommt man vielleicht eh durcheinander, das könnte auch sein“ (M, 77 Jahre)

Die Ergebnisse der Untersuchung lassen darauf schließen, dass ein digitaler Schutzraum dabei helfen kann, moderne Technik zu erlernen, insbesondere wenn die Angst, etwas kaputt zu machen, besteht:

„Ich habe wahrgenommen, was mir vorher nicht so klar war, dass ich eine unglaubliche Hemmschwelle habe, mit solchen Geräten umzugehen. Dass ich da nicht freihändig so drangehe. (W, 79 Jahre)

In solchen Fällen wäre ein Schutzraum, durch den speziell auf diese Angst eingegangen werden kann, förderlich für die Lernleistung. Jedoch legen die Studienergebnisse weitere Erkenntnisse nahe: Erfolgsversprechend ist nicht ein vorgegebenes Konzept, ein besonderer Schutzraum oder eine bestimmte „Einstiegs-App“, sondern die individuelle Anpassung der Lerninhalte an die Lernenden. Dabei sollte nicht davon ausgegangen werden, dass ältere Menschen eine besonders homogene Gruppe mit gleichen Bedürfnissen und Vorkenntnissen sind. Der vorliegende 1:1 Ansatz ist ein erster Schritt hin zu einem möglichst individuell angepassten Technikerlernen, da hier besser auf spezielle Bedürfnisse eingegangen werden kann. Die Generationenähnlichkeit der Tandem-Partner*innen sorgte zudem dafür, dass die Bedürfnisse gut verstanden und beachtet werden konnten.

3.3.4. Lerneffekte und alltagsbezogene Auswirkungen

Durch die Teilnahme am KommmiT-Projekt gab es für die Teilnehmer*innen Auswirkungen auf der Personenebene, aber auch das Person/Umwelt-Verhältnis hatte sich verändert.

Zunächst ist festzustellen, dass die Nutzung von Internet und IKT im Alltag bei allen Teilnehmer*innen steigt, denen das Projekt gefällt. Dies äußerte sich durch häufigere Nutzung der bereits vorhandenen Geräte oder auch am Interesse, sich zukünftig ein Gerät anzuschaffen:

„Jaaa, wenn das hier ausläuft, überlege ich, mir ein Tablet zu kaufen. [okay] (...) Das will ich nicht vermissen.“ (W, 73 Jahre)

Dabei waren die Nutzungsbereiche, in denen die technischen Geräte verwendet wurden, sehr unterschiedlich. Das deckt sich mit den bisher gewonnenen Erkenntnissen, dass es sich bei den Teilnehmer*innen in Bezug auf IKT und Internet um eine heterogene Gruppe mit individuell unterschiedlichen Interessen und Bedürfnissen handelt. Trotzdem lassen sich gemeinsame Schwerpunkte der Nutzung feststellen: Am meisten wurden die Anwendungen im Bereich Kommunikation, Nachrichten und Mobilität genutzt. Doch abgesehen davon gibt es eine hohe Nutzungsvielfalt unter den befragten Personen. Dies liegt auch daran, dass viele der Teilnehmer*innen durch das Tablet

bereits bestehende Interessen und Hobbys, wie zum Beispiel die Gartenarbeit, im Internet vertieft haben. Die Ergebnisse zeigen, dass nicht nur mehr Technik genutzt wurde, es wurden durch den Wissenszuwachs über die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten im Internet auch neue Bedürfnisse geweckt und gefördert.

Es konnte konstatiert werden, dass die digitalen Grundkompetenzen bei allen zugenommen hatten, die am Projekt teilgenommen haben: vieles ging schnell auch selbstständig, ohne dass die begleitende Person dabei sein musste.

Auch die digitale Souveränität konnte gesteigert werden: viele der Teilnehmer*innen konnten klar benennen, was sie am Internet gut finden, aber genauso sagen, wo sie persönlich Grenzen bei der Nutzung von digitalen Geräten sehen.

„das Tablet, das was ja eine stumme Sprache hat, ist kein Ersatz für Menschen, wissen Sie? Es kann eine, ähm, sagen wir mal, als es, es kann als Bindeglied für Kontakte funktionieren, aber es ist nie Ersatz“ (W, 75 Jahre).

Die Äußerung kann als Hinweis für digitale Souveränität verstanden werden, da argumentativ und intentional Grenzen der Techniknutzung benannt werden. Dies gilt z. B. auch für die Beibehaltung analoger Kommunikationsformen, wenn es um sehr persönliche Angelegenheiten geht, wie z. B. Terminabsprachen über Telefon und nicht über das Internet:

“Sowas Wichtiges, mach ich lieber übers Telefon” (W, 75 Jahre).

Es konnte beobachtet werden, dass die Teilnehmer*innen ihre eigenen Grenzen kennenlernen und artikulieren. Dabei lernten sie in dem Projekt einiges von dem, was technisch möglich ist, zeigten dahingehend aber auch Bedenken und fanden nicht automatisch alles gut. Sie wissen folglich von Möglichkeiten, welche sie bewusst nicht nutzen wollen. Das entspricht einer aktiven und souveränen Nutzung von IKT.

3.3.5. Zur Rolle von externen Faktoren

Es zeigte sich zudem, insbesondere im Längsschnitt, dass viele der Teilnehmer*innen ein großes Bedürfnis nach gesellschaftlicher Eingebundenheit haben und deswegen an KommmiT teilnehmen wollten. Manche empfanden dabei auch einen sozialen Druck und hatten das Gefühl, sie müssen Technik erlernen.

„ja, ich will einfach auch in die Gesellschaft dazu gehören. Das gehört zur Gesellschaft heutzutage' dazu, dass man das kann, das wird fast (lacht) sag ich mal vorausgesetzt“

(W, 72 Jahre)

Die eigene (zukünftig zu erwartende) Hilfs- und Pflegebedürftigkeit ist ein weiterer Faktor, der die Nutzungsbereitschaft von Technik im Gesundheitsbereich stark beeinflusst. Durch die Nutzung moderner Technik als Hilfsmittel, erhofften sich die Teilnehmer*innen Möglichkeiten zur Erhaltung von Autonomie und einem selbstbestimmten Leben:

*“Weil im Alter ... springt nicht gleich einer, wenn man Juhu schreit und so ... leider”,
(W, 74 Jahre)*

Das Zitat offenbart zudem eine tiefergehende Ebene. Viele der befragten Personen fühlten sich ausgeschlossen und nicht genügend unterstützt im Alter. Es drohen Obsoleszenzerfahrungen nicht nur bei Gesundheitsfragen, sondern allgemein im Alltag. Diesen Entfremdungsgefühlen konnte innerhalb der Technikbegleitung entgegen gewirkt werden:

“Ich verstehe es besser, äh, ich bin nicht so abgehängt” (W, 79 Jahre)

IKT zu verstehen wird hier als notwendiges Mittel gesehen, um die moderne Welt zu verstehen:

“Wenn man tatsächlich normal leben will, nicht hinter dem Mond [ja] (lacht), wie soll's da, nötig, ohne den komme ja gar nicht mehr weiter!” (W, 70 Jahre)

Jedoch hatte die grundsätzliche Offenheit gegenüber Technik bei einigen Teilnehmer*innen auch deutliche Grenzen:

„Das Tablet versteh ich vielleicht ein bisschen besser oder da, den Umgang damit. Nee, das ist eher so etwas, was mir große Sorgen bereitet, diese ganze Technologie. Ich verstehe vieles nicht mehr. Vielleicht ist das auch einfach so, ich weiß es nicht. Also ich bin insgesamt schon aufgeschlossener geworden, das kann ich schon sagen, aber... Also es ist mir trotz alledem, also, ein Rätsel“ (M, 66 Jahre)

Es lässt sich beobachten, dass durch die Förderung der digitalen Kompetenzen und der Selbstwirksamkeit durch die begleitete Verwendung von Technik die Teilnehmer*innen das Gefühl bekamen, in der digitalen Welt mitreden zu können und damit auch mehr an der Gesellschaft teilhaben zu können: *„Oma kann mitreden” (W, 70 Jahre)*. Trotz der größtenteils positiven Einstellungen zur Technik und modernen Welt durch das Projekt gab es auch Teilnehmer*innen, bei denen weiterhin eine distante

Einstellung gegenüber der digitalen Transformation der Gesellschaft bestand; dies betraf jedoch nur Personen in einem sehr hohen Alter:

“Interviewer: Wie stehen Sie zur neuen Technologie? Teilnehmerin: Ja, ich denke, sie kommt, man kann nichts dagegen machen. Man muss, die nachfolgenden Generationen, also die, die jünger sind als ich, die müssen dran. Aber ich muss nicht mehr” (W, 93 Jahre)

Es konnte unter den Teilnehmer*innen generell eine erhöhte Offenheit gegenüber Informations- und Kommunikationstechnologien festgestellt werden. Auch was die digitale Gesundheitsversorgung angeht, konnten sich die meisten vorstellen, sollte eine Pflegebedürftigkeit entstehen, technisch-digitale Unterstützung anzunehmen.

“Ja, das könnte ich mir irgendwann später schon vorstellen, jetzt bräuchte ich's grad nicht, aber wusste ich ja gar nicht, dass es das gibt, ja, super, ganz fortschrittlich” (W, 74 Jahre)

Eine erhöhte Technikoffenheit resultierte dabei aus einer verringerten Technikangst bzw. einer erhöhten Selbstwirksamkeit:

“Also dass ich noch mehr lerne von dem Ganzen, wie, wie ich mit dem umgehen kann, dass ich meine Ängste verliere, die ich dazwischen gehabt habe... Und das ist so ziemlich weggegangen“ (W, 75 Jahre)

Gleichzeitig zeigen die Daten, dass die Teilnehmer*innen in Bezug auf die eigene Vulnerabilität die Technik nur als Ersatz betrachteten. Technische Hilfe im Gesundheitsbereich wollten die Teilnehmer*innen erst nutzen *“wenn das Analoge nicht mehr geht” (W, 73 Jahre)*

Auch wenn infolge der Technikbegleitung die Einstellung gegenüber Digitalisierung und Technikentwicklung gefördert werden konnte, wurden gleichzeitig Vorbehalte und Bedenken gegenüber zukünftiger Technik wie z. B. Robotik und Künstliche Intelligenz geäußert. Dabei richteten sich die kritischen Argumente vor allem auf die Gefahr von Autonomieverlust und auf Einschränkungen der Privatheit:

“Ich find das positiv, weil man ja gerne zuhause leben möchte, nur ist die Frage, bin ich dann Tag und Nacht total überwacht und wer sitzt da dahinter, das ist das, was von Interesse ist” (W, 71 Jahre)

Es zeigte sich auch, insbesondere durch die Längsschnittuntersuchung, dass sich die Motivation über den Zeitverlauf verändert hat: Anfangs wollten viele Teilnehmer*innen

Technik erlernen, weil sie neugierig waren oder das Gefühl hatten, sie müssten/sollten es erlernen. Im Laufe der Zeit hat sich das gewandelt, hin zum Spaß an Technik, aber auch zum Erkennen des Nutzens von Technik.

„Das ich am Ball bleibe... welche Fak- welche Faktoren... ja, ich will einfach auch in die Gesellschaft dazu gehören. Das gehört zur Gesellschaft heutzutage' dazu, dass man das kann, das wird fast (lacht) sag ich mal vorausgesetzt und ähm, ich hab nen Enkel mit 11 Jahren, der ja auch mittlerweile schon mit sowas anfängt. Ich möchte mit ihm da auch ein Stück weit gleichziehen können, das ist eigentlich auch eine ganz große Motivation. Also sprich mein Enkel in dem Fall. Und dann das zweite ich wie gesagt hab die Gesellschaft an sich und ähm, wenn man das dann auch hört, wenn man sich unterhält, man kriegt dann so viel mit, das hab bei gegoogelt oder das ne? Es kommt so viel in der Unterhaltung auch vor, dass äh, über-über die Moderne, über die neuen Medien da äh, einiges Wissenswertes vermittelt wird. Und das möchte ich auch.“ (W, 72 Jahre)

Dieselbe Teilnehmerin formulierte zum späteren Messzeitpunkt ihre Antwort folgendermaßen:

„Motive weiter zu lernen sind jede Menge da, sage ich mal. Ich möchte auch irgendwie mal, ich weiß gar nicht, ob das mit dem Tablet geht so, telefonieren können oder ähm von Angesicht zu Angesicht mit jemanden, wie sagt man da Videochatten oder so können, habe ich jetzt keine Ahnung. Ich habe keine Ahnung, was das Tablet alles kann und meine Motivation ist schon die mehr zu erfahren, was das Tablet alles kann.“ (W, 72 Jahre)

3.3.6. Auswirkungen der Corona-Pandemie

Die Corona Pandemie hat selbstverständlich auch das Leben der Teilnehmer*innen und das KommmiT-Projekt im Allgemeinen verändert. Beim zweiten Messzeitpunkt waren die Begleitungen bereits aufgrund von Corona auf unbestimmte Zeit ausgesetzt. Die befragten Teilnehmer*innen waren zu dem Zeitpunkt schon mindestens 6 Monate im Projekt.

Der Wegfall der Begleitung veränderte zwar die allgemeine Situation der Teilnehmer*innen aber es zeigte sich, dass es eine gewisse Stabilität im Alltag durch die erlernten digitalen Alltagskompetenzen gab: Die meisten benutzten das Tablet weiter wie zuvor. Teilweise klappte es, sich selbst neue Dinge beizubringen, teilweise nicht.

Die meisten Teilnehmer*innen wünschen sich weiter eine Ansprechperson und wollten auch nach Corona weiter am Projekt teilnehmen.

„Ähm, ja, das was ich gelernt habe, das nutze ich weiter. Da hat sich eigentlich nichts geändert. Und das, was ich wissen will, das habe ich mir alles schon auf ein Blatt Papier geschrieben, was ich die Begleiterin fragen möchte und da ist immer peu a peu mehr dazugekommen halt ähm was da drauf steht jetzt. Ja. Da drum um äh was sich jetzt selber gefunden habe, das muss ich dann streichen. Ich wusste zum Beispiel nicht, wie ich hier einen Link kopiere ja, hatten wir noch nicht gehabt, das habe ich jetzt aber selber einfach rumprobiert. Aber ich vermute mal, so ein paar Dinge, weil ich viele Bilder mache, wie man Bilder in ein Album reinschiebt etc. etc. Das steht jetzt alles auf einem Blatt Papier und da kann ich jetzt im Moment nichts machen ja“ (W, 72 Jahre)

„Ich probiere aus und das habe ich von meiner Beraterin gelernt, die hat mich auch immer selber das machen lassen. Und ähm dann hat man einfach das ausprobiert, dann hat man das gesehen und dann war es das nicht richtig, dann ähm und da habe ich eigentlich ganz viel davon gelernt und übernommen. Das man einfach nicht aufgibt, wenns nicht gleich klappt, sondern dass man dann einfach ein bisschen ähm ausprobiert“ (W, 72 Jahre)

Durch die Corona-Situation kam es auch bei manchen Nutzer*innen zu einer neuen Sicht auf das Thema Digitalisierung. Gerade in Notfällen scheint die Technik hilfreich zu sein.

„es hat mich bestärkt darin, dass es eine angenehme Sache und eine gute Sache ist (...) Dass es in Notfällen sogar hilfreich sein kann“ (W, 72 Jahre)

„Ich meine, dass- dass diese Zeit perfekt für Smartphones, für Internet, äh, weil gibt keine menschliche Möglich- andere Möglichkeiten. Aber das bedeutet nicht, das wir werden in Zukunft unsere Kontakte nicht mehr halten. Jetzt ist diese Zeit und gut, dass wir haben, diese, wie nennen? Äh, Automat-, nee, wie kann man? Digitalisierte Ähmm, Geräte? Nee.... Ist gekommen in dieser Zeit, das ist gut, dass es nicht vor 30 Jahren gekommen, damals wir haben nicht viele Möglichkeiten, wie zurzeit. Das ist absolut, also-, Ne, ich kann mir nicht vorstellen ohne Smartphone, ohne Internet ähm, zu Zeit leben. Werden Sie genutzt- genutzt für Katastrophen oder für Notsituation, äh das ist was, äh was absolut Gutes. Mmm, ich meine so, wenn wir Möglichkeit bekommen, uns

treffen, dass wahrscheinlich werden wir nicht so oft Smartphone oder Internet benutzen. Menschen, glaube ich, Menschen brauchen persönliche Kontakte, Mensch ist äh, mhm, für Kontakte. Nicht alleine-allein zu leben. Meine ich, dass sicher diese Kontakte per Telefon, per Smartphone werden weniger.... Ich kann Bilder von meinem Ur-Enk-Enk Ur-Enkel bekommen. Das ist fantastisch! Ich bin begeistert. In diesem Fall bin ich wirklich begeistert. Das ist... so ein Kontakt äh, (...) dass durch diese Smartphone, durch diese Bilder, welche ich bekomme, ich habe gefühlt wir sind nicht so weit von äh, von äh sich selber“ (W, 79 Jahre)

Auch die Mediennutzung hat sich verändert. Es wurde mehr geschrieben und telefoniert und teilweise auch mehr konsumiert. Außerdem haben sich neue Bedürfnisse entwickelt, wie zum Beispiel der Wunsch Videochatten zu können oder auch das Bedürfnis etwas zu erlernen, was man davor explizit nicht lernen wollte (Online-Banking). Einige Teilnehmer*innen berichteten zudem davon, dass sie durch Corona eine höhere Motivation haben, Technik zu lernen und zu nutzen.

„Wenn ich jetzt dieses WhatsApp nicht hätte, dann hätten mich diese Grüße nie erreicht. Und dadurch ist er auch eine Häufigkeit der Kontakte, irgendwie stärker geworden“ (W, 79 Jahre)

„Ja ich möchte halt auch bisschen mit der Technik mitgehen, ge, ich habe jetzt z.B. da hat mir eine Bekannte geschrieben, ja sie hat jetzt immer da Facetime und man kann Spiele machen mit seinen Enkel wenn man die nicht sieht und solche Sachen, das kann ich alles nicht und das würde ich auch gerne lernen. Und da man hat jetzt in der Situation wie praktisch das wäre, wenn man das kann.“ (W, 75 Jahre)

Bei der Informationsbeschaffung zum Thema Corona hat sich gezeigt, dass die Teilnehmer*innen sich kaum über das Tablet zu Corona informiert haben: das liegt aber auch daran, dass es allgemein nicht an Informationen mangelt. Zusätzlich kam raus, dass nach wie vor den klassischen Medien, also dem öffentlich-rechtlichen Rundfunk und der Zeitung, am meisten vertraut wird. Zudem wurde angemerkt, dass die Informationsbeschaffung im Internet schwerer ist, da es zu viele Informationen gibt und diese zudem noch mal geprüft werden müssen.

„Puh, man wird so zugeballert, also, mach ich gar nicht, nein. Also wenn man den Fernseher anschaltet, dann kommt gleich was über Corona, ähm, in der Zeitung steht ganz, ganz viel, also da fühl ich mich eigentlich sehr gut bedient. Ich brauch da nicht

noch mehr. Und zu viel an Informationen, das macht mich dann auch verrückt, also da weiß ich überhaupt nicht mehr, gel“ (W, 66)“

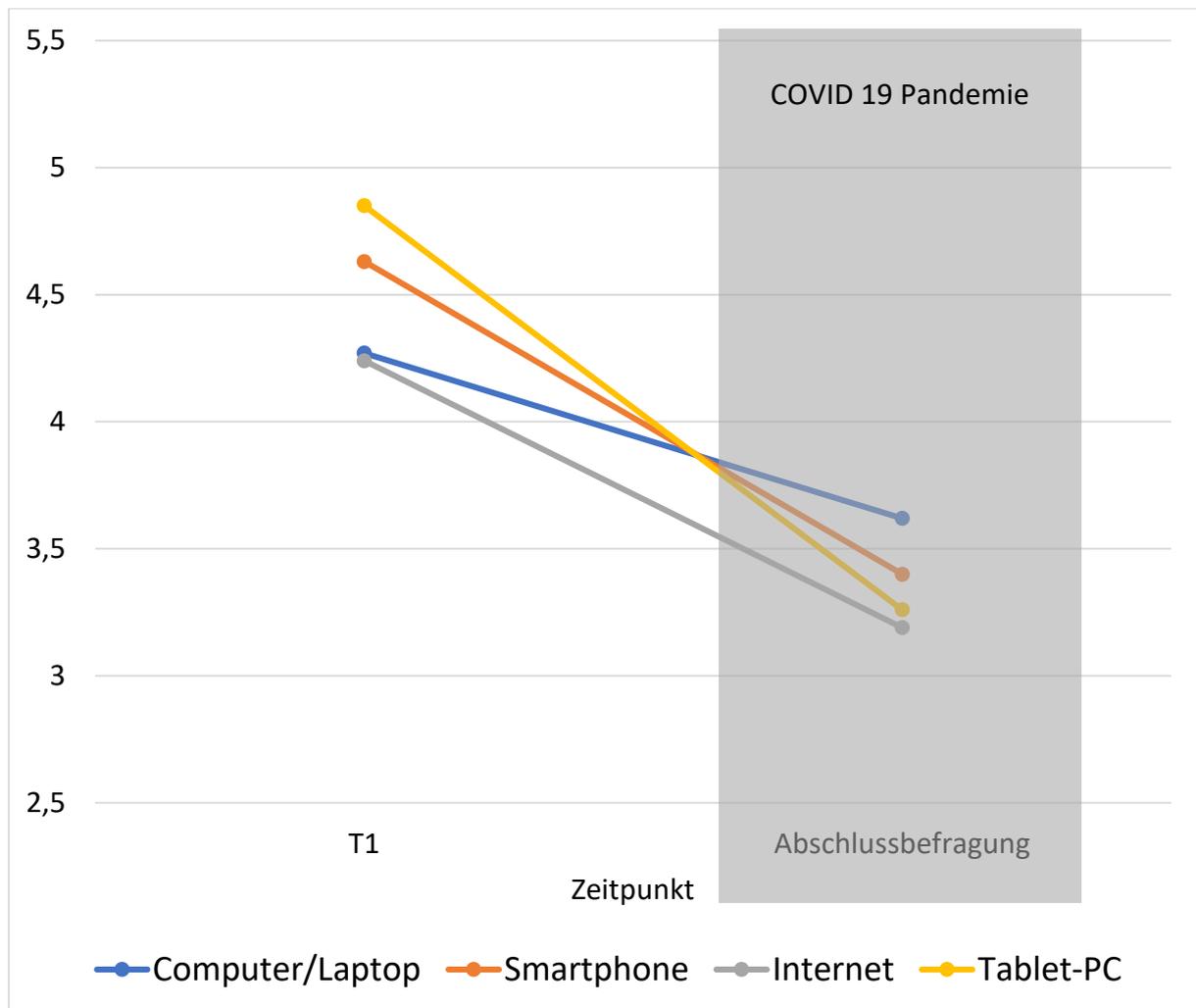
„Ja weil es einfach es gibt, gerade im Internet gibt es so Angebot und dann muss man aufmerksam was stimmt und was nicht stimmt oder. Da muss man achtsam halt sein und in der Fülle auch auswählen, was, wo kann ich mich orientieren und nicht alles dann so nach draußen tragen, also. Ich finde das bei den Informationen schwierig je kleiner die ist und je fülliger das Angebot auch ist, desto fülliger ist, desto schwieriger ist auch die Auswahl und die der Wahrheitsgehalt auch zu finden“. (M, 75 Jahre)

3.4. Quantitative Befunde zu den Teilnehmer*innen

Der Peer-to-Peer-Ansatz im Projekt KommmiT bietet die Möglichkeit zur starken Identifikation der lernenden Person mit der Teilnehmer*in, wodurch es einfacher wird, das Ziel des Erlernens der Tabletbedienung zu erreichen. Um zu analysieren, ob die Fertigkeiten der Teilnehmer*innen in der Tat gesteigert wurden, sollten diese sowohl zu Beginn des Projektes als auch zum Ende ihre eigenen Kenntnisse in Bezug auf Tablets, Smartphones, Computer/Laptops und das Internet einschätzen.

Die Erhebung der subjektiv eingeschätzten IKT-Kenntnisse zeigt, dass die Begleiter*innen ihr Wissen und ihre Fertigkeiten gewinnend an die Lernenden weitergeben konnten. Bewerteten die Teilnehmer*innen zu Beginn des Projektes ihre Tablet-Kenntnisse noch durchschnittlich mit einer Schulnote von 4,8, hatten sich diese zum Projektende auf eine 3,3 verbessert (siehe Abbildung 5). Während der Begleitung erlernten die Teilnehmer*innen nicht nur die grundlegende Bedienung eines Tablets, sondern ebenfalls sich selbstständig im Internet zu bewegen. Dadurch verbesserten sich auch ihre Internet-Kenntnisse signifikant von einer 4,1 auf eine 3,1. Davon ausgehend scheinen sie sich zuzutrauen, ihre erlernten Fertigkeiten auch auf andere Geräte anwenden zu können. So schätzten sie nach der Begleitung ihre Kenntnisse auch in Bezug auf Computer/Laptops und Smartphones signifikant besser ein.

Abbildung 5: Entwicklung der subjektiven IKT-Kompetenzen der Teilnehmer*innen



Anmerkung: Subjektive Einschätzung nach Schulnoten von 1-6. Die Befragung zu T1 variierte aufgrund des individuellen Eintritts in das Projekt zwischen April 2018 und Juli 2019; T2 wurde im September 2020 durchgeführt.

Nicht nur in der subjektiven Wahrnehmung scheinen die Teilnehmer*innen zuversichtlich, ihre Kenntnisse übertragen zu können. Zu beiden Messzeitpunkten erfragten wir die Medienausstattung im Haushalt anhand des Vorhandenseins von acht Medien bzw. technischen Geräten (z.B. Computer, Tablet, GPS, Tageszeitung, etc.). Es zeigte sich, dass die Medienausstattung zum zweiten Messzeitpunkt signifikant anstieg. Wie zu erwarten, war der größte Anstieg im Besitz von privaten Tablets (nicht über KommmiT) zu verzeichnen, gefolgt jedoch von Smartphones. Die Ähnlichkeit der Bedienoberfläche könnte ein entscheidender Faktor sein, weshalb sich Teilnehmer*innen diesbezüglich einen Transfer zugetraut haben.

Die meisten KommmiT-Teilnehmer*innen besaßen vor Projektstart noch kein eigenes Tablet. Nach dem Health Action Process Approach nach Schwarzer and Luszczynska

(2015) würde man sagen, dass sie sich noch in der sogenannten motivationalen Phase befanden. Diese ist davon geprägt, Vor- und Nachteile der Verwendung gegeneinander abzuwiegen, in Bezug mit den eigenen Fähigkeiten zu setzen, um dann entweder die Intention zu einer Nutzung aufzubauen oder sich dagegen zu entscheiden. Als einer der wichtigsten Prädiktoren der Intentionsbildung gilt in dieser Phase die *Ergebniserwartung*. Sie beschreibt, in welchem Ausmaß sich eine Person positive bzw. negative Folgen von der Nutzung, in diesem Fall des Tablets, verspricht.

Um zu evaluieren, was sich die Teilnehmer*innen von ihrer Projektteilnahme erhofft und welche Erfahrungen sie tatsächlich gemacht hatten, erhoben wir vor Beginn der Begleitung (T1) die Ergebniserwartung in Bezug auf antizipierte Konsequenzen der Projektteilnahme und glichen dies mit der Erhebung der tatsächlich erlebten Erfahrungen in der Abschlussbefragung (nach ca. 13-26 Monaten) ab.

Die Ergebnisse zeigen, dass im KommmiT-Projekt eine angenehme Lernatmosphäre geschaffen werden konnte. Teilnehmer*innen waren positiv davon überrascht, wie wenig Überwindung sie die Erlernung des Tablets kostete und dass sie weniger Furcht vor Misserfolgen erlebten, als sie anfangs erwartet hatten. In Hinblick auf soziale Aspekte, wie z. B. Vernetzung zwischen den Teilnehmenden, scheinen noch nicht vom Projekt ausreichend erfüllte Bedarfe zu bestehen. Dies spricht dafür, dass neben ehrenamtlichen Bildungsangeboten auch auf kommunaler Ebene verstärkt informelle Strukturen etabliert werden sollten, welche Austausch und Partizipation im Quartier unterstützen.

4. Schlussfolgerungen und Empfehlungen

In den qualitativen Studien zeigte sich, dass das Begleiterkonzept sich für technikverunsicherte aber technikinteressierte Personen bewährt hat und dabei insbesondere auch Personen im höheren Alter erreichen konnte. Psychologische Barrieren wie Ängste vor moderner Technik sowie darauf bezogene negative Selbst- und Altersbilder verhinderten bzw. erschwerten für diese Personengruppe einen Zugang zu digitaler IKT. Durch die Technikbegleitung konnten diese psychologischen Barrieren reduziert werden und Selbstwirksamkeit und digitale Bildung gefördert werden. Von besonderem Vorteil erwies sich hierbei die Zugehörigkeit zur gleichen Technikgeneration, das damit einhergehende Verständnis für die Bedürfnisse der Lernenden durch die Begleiter*innen und die erleichterte Identifikation der Teilnehmer*in mit der begleitenden Person.

Die 1:1 Begleitung offenbarte dabei, dass die Bedürfnisse, Interessen und Nutzungsweisen der Teilnehmer*innen stark variieren. Individuell anpassbare Lernformate sind deshalb erfolgreicher, da sie auf die speziellen Interessen der Teilnehmenden eingehen können. Neben einem Zuwachs an digitalen Grundkompetenzen und an digitaler Souveränität konnten bei den Teilnehmer*innen durch den Peer-to-Peer-Ansatz psychologische Effekte, wie eine erhöhte Offenheit gegenüber IKT, insbesondere auch in Bezug auf die Digitalisierung im Gesundheitswesen, festgestellt werden.

Die längsschnittlich angelegte Begleitforschung konnte somit für beide Zielgruppen bedeutsame Zugewinne nicht nur hinsichtlich digitaler Kompetenzen, sondern auch in Bezug auf psychologische Ressourcen wie der Allgemeinen Selbstwirksamkeit und der Obsoleszenz aufzeigen. Diese Befunde unterstreichen die Bedeutung und Wirksamkeit solcher „digitalen Inklusionsprojekte“ für ältere Menschen und verweisen auch potenzielle Ressourcen für ein gutes und zufriedenes Altern in einer digitalisierten Welt

Basierend auf diesen wissenschaftlichen Ergebnissen und umfangreichen Projektevaluationen wurde zum Projektende ein Transferkonzept für Kommunen und für Handlungsakteure im Bereich der Senioren- und Bildungs- und Quartiersarbeit erstellt, der in einem Transferkoffer mündete. Dieser ist auf der Homepage des Landesanstalt für Kommunikation (LfK) frei zugänglich und nutzbar, wie auch sämtliche Lernunterlagen der Train-the-Trainer-Schulungsmaßnahmen (www.lfk.de/kommmmit).

Des Weiteren konnte im September 2020 nachfolgend zum Kommmmit-Projekt am Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg ein Verbundprojekt gestartet werden, bei der dieses Peer-to-Peer-Konzept weiter entwickelt werden soll für Personen im hohen Alter, die in Einrichtungen des Betreuten Wohnens und der Pflege leben: „DiBiWohn“ - Digitale Bildungsprozesse für ältere Menschen in seniorenspezifischen Wohnformen der institutionalisierten Altenhilfe (<https://www.gero.uni-heidelberg.de/forschung/dibiwohn.html>).

5. Literatur

Brandstädter, J., & Wentura, D. (1994). Veränderungen der Zeit- und Zukunftsperspektive im Übergang zum höheren Erwachsenenalter: Entwicklungspsychologische und differentielle Aspekte. *Zeitschrift Für Entwicklungspsychologie Und Pädagogische Psychologie*, 26(1), 2–21.

- Brandstädter, J., & Rothermund, K. (2003). Intentionality and time in human development and aging: Compensation and goal adjustment in changing developmental contexts. In U. M. Staudinger & U. Lindenberger (Eds.), *Understanding human development* (pp. 105–124). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0357-6_6
- Doh, M. (2020). *Auswertung von empirischen Studien zur Nutzung von Internet, digitalen Medien und Informations- und Kommunikations-Technologien bei älteren Menschen: Expertise zum Achten Altersreport der Bundesregierung*. Berlin. Deutsches Zentrum für Altersfragen.
- Doh, M., Schmidt, L. I., Herbolsheimer, F., Jokisch, M., & Wahl, H.-W. (2015). Patterns of ICT use among “senior technology experts”: The role of demographic variables, subjective beliefs and attitudes. In J. Zhou & G. Salvendy (Eds.), *Lecture Notes in Computer Science. Human aspects of IT for the aged population. Design for Aging* (Vol. 9193, pp. 177–188). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-20892-3_18
- Heckhausen, J., & Heckhausen, H. (2006). *Motivation und handeln*. Springer-Verlag.
- Jokisch, M. R., Schmidt, L. I., Doh, M., Marquard, M., & Wahl, H.-W. (2020). The role of internet self-efficacy, innovativeness and technology avoidance in breadth of internet use: Comparing older technology experts and non-experts. *Computers in Human Behavior*, 111, 106408. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106408>
- Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits - self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability - with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 86(1), 80–92. <https://doi.org/10.1037//0021-9010.86.1.80>
- Luszczynska, A., Gutiérrez-Doña, B., & Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International Journal of Psychology*, 40(2), 80–89. <https://doi.org/10.1080/00207590444000041>
- Mayring, P. (1994). Qualitative Inhaltsanalyse. In A. Boehm, A. Mengel, & T. Muhr (Eds.), *Texte verstehen: Konzepte, Methoden, Werkzeuge* (pp. 159–175). UVK Universitätsverlag Konstanz.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*. NFER-NELSON.
- Schwarzer, R., & Luszczynska, A. (2015). Health action process approach. In M. T. Conner & P. Norman (Eds.), *Predicting and changing health behaviour: Research and practice with social cognition models* (3rd ed., pp. 252–278). Open University Press.