



XXIAdults

**Anpassung des Erwachsenenbildungssystems
an das 21. Jahrhundert**

Vorlage für bewährte Verfahren



INSTITUTE for
ROMA and
MINORITIES
INCLUSION



**DIPUTACIÓN
DE VALLADOLID**



E-SCHOOL
EDUCATIONAL GROUP



EMPODERAR
DESENVOLVIMENTO ORGANIZACIONAL, SOCIAL, PROFISSIONAL E PESSOAL



Co-funded by
the European Union



Name der bewährten Praxis

Digitales Mentorenprogramm: Senioren lernen von Gleichaltrigen

Zusammenfassung der Praxis

Kurze, leicht verständliche Zusammenfassung: Was ist die Praxis, für wen und zu welchem Zweck?

Das **digitale Mentorenprogramm** ist eine strukturierte Peer-to-Peer-Initiative, bei der digital versierte ältere Erwachsene ihre Altersgenossen mit mangelnden digitalen Kompetenzen betreuen. Dieses Modell nutzt die Glaubwürdigkeit unter Gleichaltrigen, Empathie und gemeinsame Erfahrungen, um das digitale Lernen zu beschleunigen, das Selbstvertrauen zu stärken und das Gefühl der Isolation zu verringern, das bei älteren Erwachsenen, die mit modernen Technologien nicht vertraut sind, häufig auftritt. Es steht im Einklang mit den allgemeinen Zielen der Erwachsenenbildung, indem es die Praktiken der Erwachsenenbildung auf eine kultursensible, stressfreie Weise modernisiert, die sowohl Empowerment als auch Gemeinschaft in den Vordergrund stellt.

Beschreibung der Praxis – min. 2000 Zeichen

1) Kontext / Hintergrund

Was war der ursprüngliche Bedarf oder das Problem?

Wer war die Zielgruppe?

War dies Teil eines größeren Programms oder Projekts?

In der gesamten Europäischen Union ist ein beträchtlicher Anteil älterer Menschen nach wie vor digital ausgegrenzt, obwohl digitale Tools für den Alltag unverzichtbar geworden sind. Trotz des wachsenden Angebots an formalen digitalen Bildungsprogrammen zögern viele ältere Menschen, daran teilzunehmen. Faktoren wie ungewohnte Lernumgebungen, ein hohes Unterrichtstempo und Generationsunterschiede zwischen Lernenden und Lehrenden führen oft zu Unbehagen. Senioren fühlen sich in traditionellen Unterrichtsumgebungen möglicherweise eingeschüchtert oder zögern, Fragen zu stellen, insbesondere wenn der Unterricht von jüngeren Lehrkräften gehalten wird. Dies führt zu geringem Engagement, minimaler Informationsaufnahme und einer begrenzten Entwicklung praktischer digitaler Kompetenzen.

Um dieser Herausforderung zu begegnen, wurde das „**Digital Mentorship Program: Seniors Learning from Peers**“ entwickelt. Diese Initiative bot eine innovative und zugänglichere Alternative, indem sie das Peer-to-Peer-Lernen förderte. Anstatt sich ausschließlich auf professionelle Lehrkräfte zu verlassen, wurden im Rahmen des Programms ältere Erwachsene, die bereits über grundlegende digitale Kompetenzen verfügten – wie die Nutzung von





Smartphones, den Zugang zu Online-Banking oder das Versenden von E-Mails –, identifiziert und geschult, um als Mentoren für ihre Altersgenossen zu fungieren.

Diese älteren Mentoren waren keine professionellen Pädagogen, sondern vertraute Bezugspersonen, die das Tempo, die Bedenken und die Lernpräferenzen ihrer Mitlernenden verstehen. Nach einer Schulung in Mentoren konnten sie informelle Unterstützung und Anleitung in Erwachsenenbildungszentren, Gemeindegemeinschaften, Bibliotheken und anderen leicht zugänglichen lokalen Räumlichkeiten anbieten.

Die Zielgruppe umfasste ältere Erwachsene mit wenig bis gar keiner digitalen Erfahrung, die von personalisierter, einfühlsamer und praktischer Hilfe profitieren. Das Programm verbesserte nicht nur die digitale Kompetenz, sondern schuf auch Vertrauen, Selbstvertrauen und soziale Verbindungen unter den Teilnehmenden. Von jemandem mit ähnlichen Lebenserfahrungen zu lernen, sorgt oft dafür, dass sich Senioren wohler fühlen und motivierter sind.

Diese Initiative trägt zu den umfassenderen Bemühungen zur Förderung des aktiven Alterns, des lebenslangen Lernens und der digitalen Inklusion bei. Indem sie ältere Menschen befähigt, sich gegenseitig zu unterstützen, stärkt sie die Widerstandsfähigkeit der Gemeinschaft und fördert eine stärkere Teilhabe an der digitalen Gesellschaft.

2) Ziele

Was waren die Ziele der Maßnahme?

Was sollte verbessert oder verändert werden?

- Verbesserung der digitalen Kompetenzen älterer Menschen durch ein von Gleichaltrigen geleitetes Format.
- Stärkung des Selbstvertrauens der Lernenden und Abbau von Vorbehalten gegenüber digitalen Tools.
- Förderung von ehrenamtlichem Engagement und aktivem Altern.
- Stärkung des Sinngedehls und des Beitrags zur Gesellschaft bei den älteren Mentoren.
- Gemeinschaftsbasierte Bildung und digitale Inklusion in unterversorgten Gebieten zu fördern.

3) Umsetzung / Methodik

Wie wurde die Maßnahme Schritt für Schritt durchgeführt?

Welche Aktivitäten oder Methoden wurden eingesetzt?

Wie lange hat es gedauert?





Phase 1: Rekrutierung und Schulung von Mentoren

- Das Zentrum identifizierte digital versierte ältere Erwachsene (ab 55 Jahren) mit Interesse an ehrenamtlicher Tätigkeit.
- Eine kurze Schulung (3 Sitzungen) vermittelte ihnen auf Peer-Learning zugeschnittene Lehr- und Kommunikationsstrategien.
- Die Mentoren erhielten Toolkits mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen, häufig gestellten Fragen zur Fehlerbehebung und einem Mentorenhandbuch.

Phase 2: Anmeldung der Mentees

- Teilnehmer mit wenig oder gar keiner digitalen Erfahrung meldeten sich über lokale Zentren an.
- Die Lernenden wurden anhand von Sprache, Interessen und Verfügbarkeit mit Mentoren zusammengebracht.

Phase 3: Mentoring-Sitzungen

- Die Paare trafen sich über einen Zeitraum von 6 Wochen wöchentlich für 1–2 Stunden in vertrauter, ungezwungener Atmosphäre.
- Der Lehrplan war bedarfsorientiert: Die Mentees wählten ihre Schwerpunktthemen selbst aus (z. B. die Nutzung von Behördendiensten im Internet, Videoanrufe, das Teilen von Fotos, die Erstellung von Videos).
- Die Mentoren berichteten einem Programmkoordinator über die Fortschritte, um Feedback und Unterstützung zu erhalten.

Phase 4: Gemeinsame Reflexion und Feier

- Mentoren und Mentees trafen sich am Ende des Zyklus, um Erfahrungen und Erfolgsgeschichten auszutauschen.
- Zertifikate und Anerkennung sowohl für Mentoren als auch für Lernende steigerten die Motivation.

4) Ergebnisse / Ergebnisse

Was waren die konkreten Ergebnisse?

Wie wirkte sich die Maßnahme auf die Teilnehmenden aus?

- Über 30 Mentoren-Mentee-Paare schlossen die Zyklen in der Pilotphase erfolgreich ab.
- 87 % der Mentees gaben an, sich im Umgang mit digitalen Tools „sicherer“ zu fühlen.
- Die Mentoren berichteten von einem gesteigerten Selbstwertgefühl und einem stärkeren Sinn für ihre Aufgabe.





- Viele Mentees gaben ihr Wissen informell an andere weiter – und lösten so einen Dominoeffekt aus.

5) Geschichten der Teilnehmer – optional

Kurze Zitate, persönliche Reflexionen oder Erfahrungen der Teilnehmer

„Mein Mentor war genau wie ich – gleiches Alter, gleiche Herausforderungen. Das gab mir ein Gefühl von Sicherheit und ermutigte mich.“ – Stavroula (Mentee), 67, Griechenland.

„Anderen zu helfen gab mir das Gefühl, wieder nützlich zu sein. Mir wurde klar, wie viel ich bereits wusste!“ – George (Mentor), 70, Griechenland.

„Ich habe gespürt, dass Technologie nicht nur etwas ist, das junge Menschen betrifft. Meine Mentoren waren Menschen wie ich, warum sollte ich also nicht auch lernen können?“ – Kostas (Mentee), 64, Griechenland.

6) Erfolgsfaktoren

Was machte die Praxis effektiv oder innovativ?

Gab es einzigartige oder kreative Elemente?

- Hohe Empathie und Identifikationsfähigkeit zwischen Mentor und Lernendem.
- Gezielte, individuelle Betreuung – die Lernenden lernten in ihrem eigenen Tempo.
- Kostengünstig und leicht skalierbar durch den Einsatz lokaler Freiwilliger und Räumlichkeiten.
- Förderung sozialer Bindungen und gegenseitiger Abhängigkeit unter Senioren.

7) Übertragbarkeit / Empfehlungen

Kann das Modell an anderer Stelle angewendet werden?

Welche Voraussetzungen sind für eine erfolgreiche Umsetzung erforderlich?





Leicht übertragbar auf Erwachsenenbildungszentren, NGOs, Bibliotheken und Seniorenvereine in ganz Europa. Für den Erfolg benötigen die Durchführenden:

- Einen Pool an digital versierten älteren Erwachsenen
- Grundlegende Koordination (ein Teilzeitkoordinator pro Region)
- Barrierefreie Lernräume
- Gedruckte Begleitmaterialien und Mentorenschulungen.

8) Tipps / Umsetzungshinweise – optional

Checklisten, Unterrichtseinheiten oder Ratschläge für diejenigen, die das Projekt umsetzen möchten.

- Beginnen Sie mit technikaffinen Rentnern (z. B. ehemalige Büroangestellte, Lehrer).
- Verwenden Sie einfache Feedback-Formulare, um den Fortschritt zu verfolgen und die Sitzungen anzupassen.
- Würdigen und feiern Sie die Mentoren – die Bindung verbessert sich, wenn sie sich geschätzt fühlen.

9) Gewonnene Erkenntnisse – optional

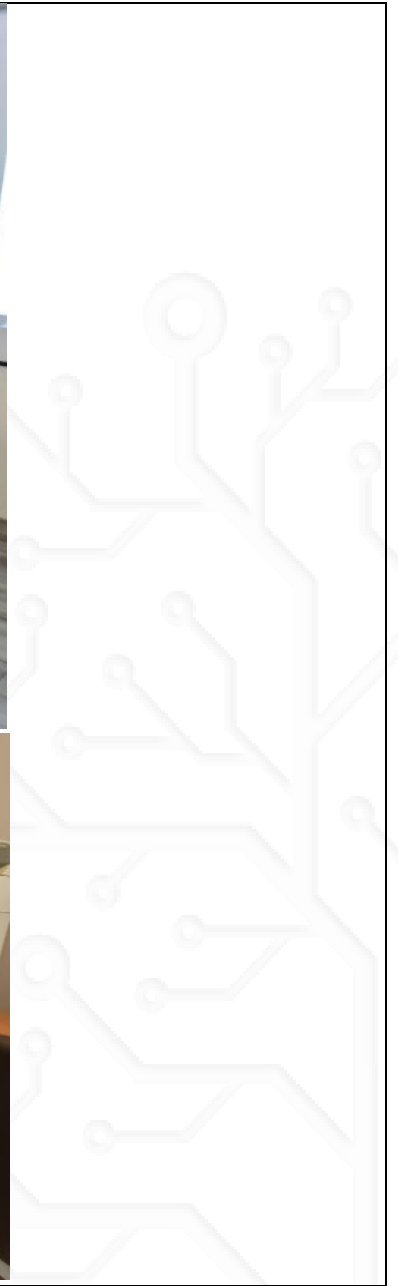
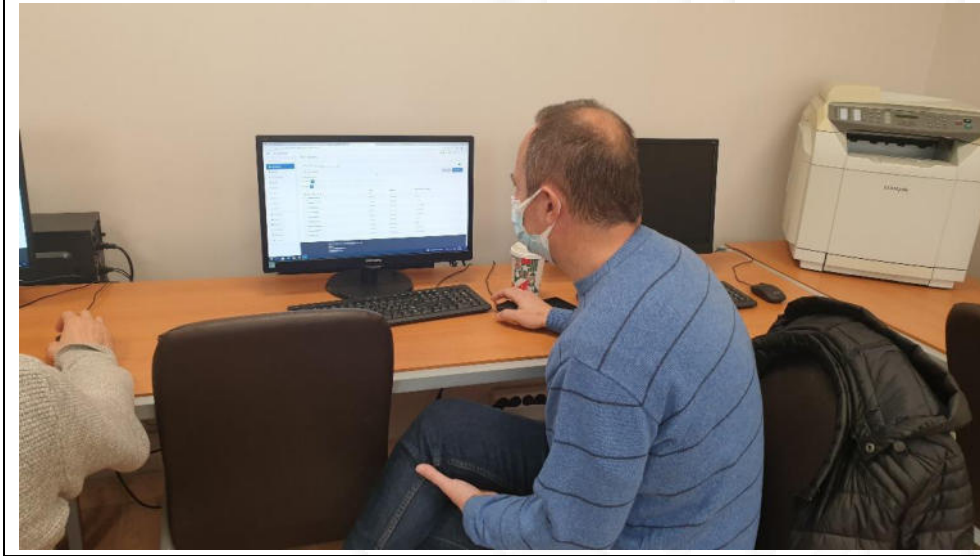
Größte Überraschungen, Hindernisse oder wichtige Erkenntnisse während der Umsetzung.

- Einige Mentoren benötigten Unterstützung bei den Lehrmethoden – fortlaufende Schulungen waren unerlässlich.
- Gruppenbasiertes Mentoring funktionierte nicht so gut wie Einzelmentoring.
- Flexibilität zulassen – einige Mentees benötigten mehr Zeit, um grundlegende Konzepte zu verinnerlichen.

10) Fotos zur Veranschaulichung der beschriebenen Praxis

Bitte fügen Sie mindestens 3 Fotos im Zusammenhang mit der beschriebenen bewährten Praxis bei







PRAXISPROFIL – CHECKLISTE ZUR KLASSIFIZIERUNG

Bitte kreuzen Sie alle Kategorien an, die auf Ihre beschriebene Praxis zutreffen. Sie können mehr als eine auswählen.

ART DER PRAXIS

- Lernen durch Handeln
- Generationenübergreifendes Lernen
- Gemeinschaftsbasiertes Lernen
- Digitales / Blended Learning
- Peer-Lernen
- Mentoring / Coaching
- Kulturelle / kreative Ansätze
- Kooperativ / partnerschaftlich
- Sonstiges (bitte angeben):

ZIELGRUPPE

- Erwachsene mit geringer Qualifikation





- NEETs (nicht in Ausbildung, Beschäftigung oder Weiterbildung)
- Migranten / Flüchtlinge
- Ältere Erwachsene
- Frauen
- Menschen mit Behinderungen
- Andere schutzbedürftige Gruppen
- Allgemeine erwachsene Bevölkerung

LERNUMFELD

- Formell
- Nicht-formell
- Informell

ENTWICKELTE FÄHIGKEITEN / KOMPETENZEN

- Lese- und Schreibkompetenz (Lesen, Schreiben, Textverständnis)
- Rechnen (Mathematik, logisches Denken)
- Digitale Kompetenzen
- MINT (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik)
- Persönliche, soziale und Lernkompetenzen
- Bürgerkompetenzen
- Unternehmerische Kompetenz
- Kulturelles Bewusstsein und kultureller Ausdruck
- Sprachkenntnisse
- Berufsbezogene / berufliche Fähigkeiten
- Umweltkompetenzen
- Sonstiges (bitte angeben):

POTENZIELLE NUTZER

- Lehrer/Pädagogen
- Verwaltungsmitarbeiter
- Schul-/Zentrumsleitung
- Entscheidungsträger / Öffentliche Verwaltung
- NGOs / Gemeinschaftsorganisationen
- Sonstiges (bitte angeben):

Glossar der Kategorien (Erläuterung der Checklistenpunkte)

Art der Praxis





- Learning by doing – Lernen durch praktische Aktivitäten, praxisorientierte Methoden wie Workshops oder reale Aufgaben.
- Generationenübergreifendes Lernen – Aktivitäten, bei denen Teilnehmer aus verschiedenen Altersgruppen voneinander lernen.
- Gemeinschaftsbasiertes Lernen – Lernen, das innerhalb der lokalen Gemeinschaft stattfindet, oft durch Engagement im realen Leben.
- Digitales / Blended Learning – Bildung unter Einsatz digitaler Tools (online) oder einer Mischung aus Online- und Präsenzmethoden.
- Peer-Learning – Lernen unter Teilnehmenden mit ähnlichem Status oder ähnlicher Erfahrung, die sich gegenseitig unterstützen.
- Mentoring / Coaching – Einzelbetreuung durch eine erfahrenere Person, um das Lernen und die persönliche Entwicklung zu fördern.
- Kulturelle / kreative Ansätze – Einsatz von Kunst, Musik, Theater, Geschichtenerzählen usw. als Lerninstrumente.
- Kooperativ / partnerschaftlich – Praktiken, die die Zusammenarbeit zwischen Organisationen oder Gruppen beinhalten.
- Sonstiges (bitte angeben) – jede andere Methode, die oben nicht aufgeführt ist.

Zielgruppe

- Erwachsene mit geringen Qualifikationen – Erwachsene mit geringem formalen Bildungsniveau oder geringen Grundkompetenzen.
- NEETs – Personen, die weder eine Schule besuchen, noch arbeiten oder eine Ausbildung absolvieren (oft junge Erwachsene).
- Migranten/Flüchtlinge – Personen, die aus einem anderen Land zugewandert sind und oft mit Integrationsproblemen konfrontiert sind.
- Ältere Erwachsene – Erwachsene ab 65 Jahren
- Frauen – Maßnahmen, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten sind.
- Menschen mit Behinderungen – Personen mit körperlichen, sensorischen, geistigen oder psychischen Behinderungen.
- Andere gefährdete Gruppen – Gruppen, denen Ausgrenzung droht (z. B. Langzeitarbeitslose, Obdachlose).
- Allgemeine erwachsene Bevölkerung – durchschnittliche Erwachsene, die nicht zu den spezifischen Kategorien gehören.





Lernumfeld

- Formal – Lernen innerhalb offizieller Bildungssysteme, zertifizierte Kurse (z. B. Schulen, Universitäten).
- Nicht-formell – organisiertes Lernen außerhalb des formellen Systems (z. B. Workshops, Gemeinschaftsschulungen).
- Informell – Lernen durch alltägliche Erfahrungen, ohne strukturierten Kurs (z. B. Freiwilligenarbeit, Familie).

Entwickelte Fähigkeiten/Kompetenzen

- Lese- und Schreibkompetenz – Lesen, Schreiben und Verstehen von Texten (einschließlich funktionaler Texte wie Formulare).
- Rechnen – Anwendung von Mathematik und logischem Denken.
- Digitale Kompetenzen – Umgang mit digitalen Tools, z. B. Erstellung von Lebensläufen, Online-Tools, Online-Plattformen.
- MINT – Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik.
- Persönliche, soziale und Lernkompetenzen – Selbstbewusstsein, Motivation, Teamarbeit, Fähigkeiten zum lebenslangen Lernen.
- Bürgerkompetenzen – aktive Bürgerschaft, Verständnis von Demokratie und sozialer Verantwortung.
- Unternehmertum – Kreativität, Innovation, Projektmanagement, Risikobereitschaft.
- Kulturelles Bewusstsein und kulturelle Ausdrucksfähigkeit – Wertschätzung und Schaffung kultureller Inhalte (z. B. Kunst, Musik).
- Sprachkenntnisse – Fähigkeit, in einer oder mehreren Fremdsprachen zu kommunizieren.
- Berufsbezogene/berufliche Kompetenzen – praktische Fähigkeiten, die in bestimmten Berufen oder Tätigkeiten nützlich sind.
- Grüne Kompetenzen – Wissen und Verhaltensweisen, die Nachhaltigkeit und Umweltschutz fördern.
- Sonstiges – sonstige entwickelte Kompetenzen (bitte angeben).

Potenzielle Nutzer – Gruppen, die davon profitieren könnten, diese Praxis in ihrem Arbeitskontext anzuwenden, anzupassen oder sich davon inspirieren zu lassen.

Hinweis: Diese Kategorien orientieren sich an EU-Rahmenwerken wie den Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen (2018), dem Aktionsplan für Grundkompetenzen (2025) und dem Erasmus+-Programtleitfaden 2025 – Glossar

