



Foto: © Abigail Menem

AKTIVES ALTERN

IM KONTEXT KULTURELLER VIELFALT IN LUXEMBURG

ISABELLE ALBERT, MARTINE HOFFMANN, PETRA VANDENBOSCH,
CATHERINE RICHARD & NADIA BEMTGEN



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Département de l'intégration

IMPRESSUM

Forschungsprojekt

Le Vieillissement Actif au Luxembourg: Besoins des résidents luxembourgeois et non-luxembourgeois et leur participation et non-participation aux activités offertes par les différents services (PAN-VAL)

Finanzierung

Projektauftrag im Rahmen des Nationalen Integrationsplans (PAN) 2020, Abteilung für Integration des Ministeriums für Familie, Integration und die Großregion

Laufzeit

1. September 2020 – 30. November 2021

Forschungsteam

UNIVERSITÄT LUXEMBURG
Dr. Isabelle Albert (Projektleitung)
Catherine Richard
Joyce Afonso (Studentische Hilfskraft)

Weitere Studierende, die in das Projekt involviert waren:
Mélanie Carvalhais Marialves, Paula Franz, Andrea Pecirep,
Marina Spezzacatena, Sara Zverotic

GERO – KOMPETENZZENTER FIR DEN ALTER
Dr. Martine Hoffmann
Petra Vandenbosch
Nadia Bemtgen

Datenerhebung Survey

Quest S.A.

Korrektorat

Vibeke Walter

Graphische Gestaltung

proFABRIK SARL, Danyel Michels

© Isabelle Albert, Martine Hoffmann, Petra Vandenbosch,
Catherine Richard, Nadia Bemtgen
Universität Luxemburg & GERO 2021
Printed in Luxembourg

Bitte zitieren Sie diesen Report als

Albert, I., Hoffmann, M., Vandenbosch, P., Richard,
C., & Bemtgen, N. (2021).
Aktives Altern im Kontext kultureller Vielfalt in Luxemburg.
Luxemburg: Universität Luxemburg & GERO.

Mit der Unterstützung von



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Département de l'intégration

Die in dieser Veröffentlichung zum Ausdruck gebrachten Meinungen und Interpretationen sind ausschließlich die der Autorinnen und spiegeln nicht zwangsläufig die Positionen des Ministeriums für Familie, Integration und die Großregion wider.

VORWORT DER MINISTERIN

Foto: © SJIP_Yves Kortum



Aktivitäten für Senior*innen sind ausgezeichnete Gelegenheiten, um Menschen zu treffen: Man tauscht sich aus, man nimmt teil, man informiert sich, man entdeckt und lernt Neues in einer freundlichen und entspannten Atmosphäre. Die Senior*innen haben so die Möglichkeit, aus dem Haus zu gehen, soziale Kontakte zu pflegen, aktiv zu bleiben und am Gemeinschaftsleben teilzunehmen. Die Vielfalt ist einer der größten Trümpfe Luxemburgs, und es ist mir wichtig, dass die angebotenen Dienstleistungen für ältere Menschen an die Bedürfnisse und Erwartungen der gesamten Bevölkerungsgruppe angepasst sind, damit sich jeder unabhängig von seinem Alter oder seiner ethnischen Herkunft zurechtfinden und beteiligen kann.

Das Forschungsprojekt „Aktives Altern in Luxemburg“ der Universität Luxemburg, das in enger Zusammenarbeit mit GERO – Kompetenzzentrum für den Alter durchgeführt wurde, untersuchte die soziale Teilnahme älterer Menschen mit Migrationshintergrund, ihre Integration in das Gemeinschaftsleben und den interkulturellen und intergenerationellen Austausch.

Je älter die Bevölkerung wird, desto vielfältiger werden auch die Bedürfnisse der älteren Menschen. Hinzu kommen die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Migrationshintergrund. Umso wichtiger ist es, die Probleme, um die es geht, zu verstehen, nach möglichen Hindernissen und Hürden zu suchen und die Faktoren zu identifizieren, die die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erleichtern.

Dieses Forschungsprojekt hat gezeigt, dass die lokalen Angebote weiter diversifiziert werden müssen, um die Teilnahme älterer Menschen ausländischer Herkunft fördern zu können. Darüber hinaus sind die Sensibilisierung und Unterstützung der Fachkräfte ein wichtiger Bestandteil der Politik in diesem Bereich. In dieser Hinsicht schaffte das Projekt die Grundlage für Schulungsmodul über die Geschichte und die Wege der Migration, die Analyse lokaler Hindernisse und Möglichkeiten für die Beteiligung älterer Migrant*innen und die Organisation interkultureller Aktivitäten.

Ich bin überzeugt, dass die Ergebnisse der Studie dazu beitragen können, die lokalen Angebote für luxemburgische und nicht-luxemburgische Senior*innen zu verbessern. Auf diese Weise kann die Einbindung und Beteiligung von Menschen, die derzeit weniger sichtbar und präsent sind, in einer Weise gefördert werden, die der Vielfalt Rechnung trägt.

Ich möchte mich bei allen Personen und Organisationen bedanken, die zum Erfolg des Projekts und zur Ausarbeitung dieser Broschüre beigetragen haben. Ich hoffe, dass die Verbreitung dieser Publikation für Fachleute in diesem Bereich ein nützliches Instrument bei ihrer interkulturellen Arbeit sein wird und dass sie auch das Bewusstsein für interkulturelle und generationenübergreifende Fragen in der breiten Öffentlichkeit schärfen wird. Durch die Anerkennung der Vielfalt unserer Bevölkerung und des daraus entstehenden Reichtums können wir die interkulturellen Beziehungen und das Zusammenleben in unserer Gesellschaft weiter fördern.

Corinne Cahen

Ministerin für Familie und Integration

VORWORT

DES DIREKTORS DES GERO

Foto: © Alex Iberico



Als Gründungsmitglied der europäischen Union hat Luxemburg bereits sehr früh Akzente gesetzt und die nötigen Gegebenheiten geschaffen, um ein interkulturelles Zusammenleben zu fördern.

So fällt Besucher*innen, die zum ersten Mal nach Luxemburg kommen, sofort auf, wie multikulturell sich die Luxemburger Gesellschaft zusammensetzt.

Wir bei GERO sehen diese Vielfalt als eine Bereicherung für unser Land und gleichzeitig auch als eine Herausforderung.

Dieses besondere gesellschaftliche Profil, das sich aktuell vor allem in der erwerbstätigen Bevölkerung zeigt, wird in den kommenden Jahren auch immer mehr auf ältere Menschen zutreffen.

Differenziert angelegte Studien wie das PAN-VAL Projekt tragen dazu bei, die künftigen Bedürfnisse dieser Zielgruppe besser zu verstehen und unsere Aktivitäten dementsprechend anzupassen.

Bestehende Fortbildungen zum kultursensiblen Umgang mit älteren Menschen können anhand dieser Studienergebnisse aktualisiert und bedarfsorientiert weiter ausgebaut werden. In diesem Sinne soll der Aspekt der interkulturellen Diversität ein Stück weit in den öffentlichen Fokus gerückt und als der bereichernde Mehrwert begriffen werden, den er in der multikulturellen Gesellschaft Luxemburgs bereits innehat.

Alain Brever

Direktor des GERO – Kompetenzzentrum für den Alter

VORWORT

DER DIREKTORIN DES LDFC

Foto: © privat



Nicht erst seit die WHO im Jahre 2002 das Thema „Active Ageing“ in ein politisches Rahmenmodell überführt hat, wissen wir, dass aktives Altern im Sinne der Ermöglichung von Teilhabe, Gesundheit und Sicherheit es Menschen erlaubt, zufriedener zu Altern. Aktiv zu Altern ist allerdings auch immer mehr zu einer Erwartung an ältere Menschen geworden, der nicht alle Menschen gerecht werden können.

Das PAN-VAL Projekt trägt dieser Heterogenität der Lebensbedingungen älterer Menschen Rechnung, indem es auf die Vielfalt der Bedürfnisse älterer Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen eingeht und diese explizit macht. Wir sehen, dass nicht alle Menschen die gleichen Möglichkeiten haben, aktiv zu altern.

Die Ergebnisse von PAN-VAL liefern aber auch Hinweise darauf, wie man vielen dieser Menschen die Möglichkeiten zur sozialen Einbindung und damit auch zur aktiven Teilhabe am Leben eröffnen kann.

Wenn wir diese Ergebnisse ernst nehmen und der Vielfalt des Alterns Rechnung tragen, können wir dazu beitragen, dass auch in den kommenden Jahren aktives, selbstbestimmtes und zufriedenes Altern für möglichst viele Menschen in Luxemburg möglich sein wird.

Prof. Dr. Anna E. Kornadt

Direktorin des Instituts für Lebensspannenentwicklung, Familie und Kultur, Universität Luxemburg

DANKSAGUNG

Das Projekt „*Le Vieillissement Actif au Luxembourg: Besoins des résidents luxembourgeois et non-luxembourgeois et leur participation et non-participation aux activités offertes par les différents services*“ wurde aus der gemeinsamen Idee von engagierten Köpfen seitens der Universität Luxemburg und GERO geboren. Durch den kooperativen Zusammenschluss von Forschung und Praxis kristallisierte sich schnell eine Projektskizze heraus, die dem Projektauftrag 2020 im Rahmen des Nationalen Integrationsplans (PAN) der Abteilung für Integration des Ministeriums für Familie, Integration und die Großregion vorgelegt wurde.

Das ambitionierte Vorhaben des Projektes – eine präzisere Bestandsaufnahme über die Nutzung bzw. Nicht-Nutzung der sozialen Angebote in Luxemburg und ein differenziertes Bild über mögliche Beweggründe für und gegen die Teilnahme zu erlangen – war nur durch die tatkräftige Unterstützung einer Vielzahl von mitwirkenden Personen möglich.

An erster Stelle danken wir dem Ministerium für Familie, Integration und die Großregion für die finanzielle Förderung dieses Projektes und die Verlängerung um 6 Monate, die uns gütiger Weise bewilligt wurde.

Ein besonderer Dank gilt dem Lenkungsausschuss des PAN-VAL Projekts, der Verantwortungsträger*innen aus den Partnergemeinden, Clubs Seniors, Altenverbänden und dem Ministerium sowie mehrere interessierte Studierende versammelte und den Verlauf des Projektes über den gesamten Zeitraum unterstützend begleitete. Nur durch den Austausch mit diesen Schlüsselpersonen war es möglich, gemeinsam die für unsere Zielgruppe

relevanten Fragen zu formulieren und den Zugang zu interessierten Studienteilnehmer*innen zu erlangen.

Wir bedanken uns außerdem für die professionelle Zusammenarbeit mit dem Umfrageinstitut Quest, das uns beratend zur Seite stand und die aufwendige quantitative Datenerhebung durchgeführt hat. Ohne diese Zusammenarbeit wäre es nicht möglich gewesen, einen solch umfangreichen und repräsentativen Datensatz zu erheben.

Weiter bedanken wir uns bei den studentischen Hilfskräften und den Student*innen, die im Rahmen ihrer Abschlussarbeiten am Projekt beteiligt waren und ohne deren Unterstützung die zeitaufwendigen Transkriptionen und inhaltsanalytischen Auswertungen der Interviews nicht so schnell von Hand gegangen wären.

Ebenso bedanken wir uns bei den Kolleg*innen in Deutschland und der Schweiz, die unserer Einladung zu Workshops und Konferenzen im Rahmen des Projektes gefolgt sind – der fachliche Austausch mit ihnen hat uns geholfen, unsere Ergebnisse besser einzuordnen und mit bereits vorhandenen Studien im Ausland zu vergleichen.

Abschließend möchten wir explizit allen teilnehmenden Personen für ihr Vertrauen und ihr Interesse danken, das sie uns und dem Projekt entgegengebracht haben. Ohne ihre Offenheit und Partizipation – sei es in Form von Interviews, per Telefon oder online Fragebogen – wären uns wichtige Erkenntnisse zum besseren Verständnis der heterogenen Bedarfs- und Interessenlage der älteren Bevölkerung in Luxemburg weiterhin verschlossen geblieben.

AUTOR*INNEN

TEAM UNIVERSITÄT LUXEMBURG



Dr. Isabelle Albert ist Psychologin und arbeitet als Wissenschaftlerin am Institut für Lebensspannenentwicklung, Familie und Kultur. Sie ist Mitglied des Forschungsschwerpunktes „Migration and Inclusive Societies“ (MIS) der Fakultät für Geisteswissenschaften, Erziehungswissenschaften und Sozialwissenschaften. In ihrer Forschung beschäftigt sie sich mit intergenerationalen Familienbeziehungen im Kontext von Migration und Alter, der Weitergabe von Werthaltungen von einer Generation zur nächsten, mit kultureller Identität, dem Gefühl der Zugehörigkeit und mit Einsamkeit.



Catherine Richard arbeitet zurzeit als Forschungsspezialistin an der Universität Luxemburg. Sie hat einen interdisziplinären Hintergrund und arbeitete viele Jahre als Dokumentarregisseurin, bevor sie begann, an Forschungsprojekten mitzuarbeiten. Ihre Interessenschwerpunkte liegen auf Migration und insbesondere auf den psychosozialen Auswirkungen von Migration, Integration und partizipativer Aktionsforschung.

TEAM GERO



Dr. Martine Hoffmann ist Psychologin und Psychotherapeutin und leitet den Bereich für angewandte Forschung (geroRESEARCH) im GERO – Kompetenzzentrum für den Alter. Ihre Interessenschwerpunkte sind in den Bereichen der Präventions- und Interventionsforschung im Lebensspannenkontext angesiedelt. Die Förderung eines aktiven gemeinsamen Älterwerdens in einer sich ständig wandelnden Gesellschaft steht dabei im Mittelpunkt.



Petra Vandenbosch ist Sozialpädagogin und Beauftragte für Interkulturalität bei GERO – Kompetenzzentrum für den Alter. Im Fokus ihrer Arbeit stehen die Sensibilisierung für kulturelle Vielfalt und Diversität der älteren Menschen in Luxemburg, die Vermittlung interkultureller Kompetenzen in der Altenarbeit und transnationale Vernetzung.



Nadia Bemtgen (MSc Medical Anthropology) ist Koordinationsbeauftragte der Clubs Seniors. In enger Zusammenarbeit mit dem Familienministerium koordiniert sie die 20 Clubs Seniors auf nationaler Ebene.

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

AUSGANGS- ÜBERLEGUNGEN

- *Die Luxemburgische Bevölkerung wird nicht nur älter, sondern auch kulturell diverser.* Fast 20 Prozent der Gesamtbevölkerung Luxemburgs sind älter als 60 Jahre, davon sind ein Drittel Nicht-Luxemburger*innen.
- *Ältere Menschen sind keine homogene Gruppe.* Menschen verlieren nicht ihre Individualität im Alter. Vielmehr können sich Menschen gleichen Alters sogar stärker voneinander unterscheiden als ein durchschnittlicher „junger“ von einem durchschnittlichen „alten“ Menschen.
- *Soziale Einbindung* ist ein zentraler Baustein für aktives und gesundes Altern.
- *Soziale Angebote erreichen nicht alle gleichermaßen.* Obwohl landesweit vielerorts soziale Aktivitätsangebote für ältere Menschen bestehen, werden diese nicht von allen potentiellen Nutzer*innen und Zielgruppen in Anspruch genommen.
- *Soziale Isolation, Einsamkeit und das Gefühl nicht Dazuzugehören* können psychologische Hürden darstellen, die eine Teilnahme an sozialen Angeboten erschweren. Ältere Menschen mit Migrationserfahrung sind diesbezüglich besonders gefährdet.

AUSGEWÄHLTE ERGEBNISSE: HINDERNISSE DER TEILNAHME

- *Sprache* kann ein praktisches oder emotionales Hindernis zur Teilnahme an organisierten Aktivitäten sein.
- *Ein geringes Zugehörigkeitsgefühl* zur lokalen Bevölkerung kann eine Hemmschwelle für die Teilnahme an Aktivitäten darstellen. Dies gilt nicht nur für Zugezogene, sondern auch für langjährige Einwohner, die sich mit strukturellen Veränderungen ihrer Wohngemeinde konfrontiert sehen.
- *Gruppengrößen* bei organisierten Aktivitäten entsprechen nicht immer den Bedürfnissen, vor allem bei Personen, die sich in großen Gruppen eher unwohl fühlen.
- *Jüngere und ältere Senior*innen* können unterschiedliche Interessen haben und benötigen entsprechende Angebote.
- *Gesundheitliche Probleme* können ein Hindernis für die Partizipation darstellen.
- *Anderweitige Beschäftigungen* (z.B. Pflege eines Angehörigen, Aufgaben in der Familie) können die Teilnahme erschweren.

EMPFEHLUNGEN FÜR POLITIK UND PRAXIS

- *„Lessons learned“:* Nicht alle älteren Menschen wollen oder brauchen soziale Aktivitätsangebote. Aber diejenigen, die sie wollen oder brauchen, finden nicht immer den Zugang dazu. Auch decken bestehende soziale Aktivitätsangebote nicht immer Bedarf und Interessen der diversen Population älterer Menschen in Luxemburg ab. Und an diesen Stellen muss angesetzt werden!
- *Zielgruppe kennen*, für die man Aktivitäten anbieten möchte, sich mit ihren Bedürfnissen und Wünschen auseinandersetzen, um sie gezielt ansprechen und auf sie zugehen zu können.
- *Schlüsselpersonen* einbinden (ältere engagierte Mitbürger, erwachsene Kinder von Senior*innen, etc.), die sowohl als Vermittler*innen einbezogen werden können, um Teilnehmer*innen zu erreichen als auch als Inspirationsquelle für die Planung innovativer Aktivitäten und neuer Konzepte zum Einsatz kommen.
- *Gemeinsamkeiten schaffen* (durch die Wertschätzung der Biographie des einzelnen und durch gemeinsame neue Erfahrungen).
- *Bedarfsorientierte, wohnortnahe, niedrigschwellige, zugängliche soziale Angebote* schaffen.
- *Wertschätzende und kultursensible Willkommenskultur* etablieren, fördern und ins institutionelle Leitbild aufnehmen.
- *Interkulturelle Kompetenzen* fördern durch systematische Sensibilisierung und Schulung der in der Altenarbeit tätigen Mitarbeiter*innen.

INHALTSVERZEICHNIS

12 **Einleitung**

16 **Datenerhebung**

- 17 Quantitativer Survey
- 18 Qualitative Interviews

20 **Ausgewählte Ergebnisse**

- 21 Allgemeine und bereichsspezifische Lebenszufriedenheit
- 22 Soziales Netzwerk und Kontakte
- 26 Corona-Pandemie
- 27 Gefühl der Zugehörigkeit
- 29 Diskriminierungserfahrungen und sprachliche Schwierigkeiten
- 30 Präferenzen hinsichtlich der Sprache
- 30 Freizeitaktivitäten
- 31 Mitgliedschaft in Vereinen
- 32 Gründe für die Teilnahme und Nicht-Teilnahme an Aktivitäten

36 **Unterschiedliche Aktivitätsprofile**

- 37 Sehr Engagierte
- 37 Durchschnittlich/wenig Beteiligte
- 38 Nicht Eingebundene

40 **Einige Lehren aus der PAN-VAL Studie**

- 41 Sich willkommen fühlen
- 41 Schlüsselpersonen
- 41 Zukunftserwartungen 50+
- 42 Struktureller Wandel und steigende Diversität

44 **Entwurf eines Rahmenkonzeptes zur Schulung der interkulturellen Kompetenzen in der Altenarbeit**

- 45 Modul 1: Sensibilisierung – Bewusstsein schaffen für das Sosein meines Gegenübers
- 49 Modul 2: Offenheit und wertschätzende Begegnung
- 51 Modul 3: Gemeinsamkeiten schaffen
- 53 Modul 4: Good practices und Vernetzung
- 53 Modul 5: Interkulturelle Mediation

EINLEITUNG

Das Alter ist eine vielfältige Lebensphase, die zunehmend an Bedeutung gewinnt. Der Anteil älterer Menschen in der Bevölkerung ist in den letzten Jahren im Zuge des demographischen Wandels überall in Europa und in vielen Teilen der Welt gestiegen. Menschen werden älter – wer heute in Luxemburg geboren wird, hat eine durchschnittliche Lebenserwartung von über 80 Jahren – und gleichzeitig steigt auch die kulturelle Diversität in den älteren Altersgruppen. Dieser Trend zeigt sich besonders deutlich im Großherzogtum. Fast 20 Prozent der Gesamtbevölkerung Luxemburgs sind älter als 60 Jahre, wobei ein Drittel davon nicht die luxemburgische Staatsangehörigkeit besitzt. Zwar ist der Anteil an Nicht-Luxemburger*innen in den älteren Bevölkerungsgruppen damit noch geringer als in der Gesamtbevölkerung, dieser wird jedoch in den nächsten Jahren aller Voraussicht nach weiter steigen – unter den 50- bis 59-Jährigen sind schon heute 48,5 Prozent Nicht-Luxemburger*innen (STATEC, 2020). Dabei zeichnet sich Luxemburg durch eine hohe kulturelle Diversität aus – 170 verschiedene Nationalitäten sind vertreten, wobei portugiesische, französische, italienische, belgische und deutsche Staatsbürger*innen den größten Anteil ausmachen.

Ältere Menschen bilden per se keine homogene Gruppe. Vielmehr können sich Menschen gleichen Alters sogar stärker voneinander unterscheiden als ein durchschnittlicher „junger“ von einem durchschnittlichen „alten“ Menschen (Lang et al., 2020). Menschen haben unterschiedliche Bedürfnisse und Interessen. Neben kulturellen und individuellen Faktoren spielen hierbei auch sozio-ökonomische Faktoren wie Bildungsstand oder Position am Arbeitsmarkt eine Rolle (Karl et al., 2017; Wurm et al., 2010). Auch hierbei weist die Bevölkerung in Luxemburg eine große Diversität auf – auch und vor allem unter den Nicht-Luxemburger*innen, die aus unterschiedlichen Gründen ins Großher-

zogtum gezogen sind. Während in den Jahren des wirtschaftlichen Aufschwungs bis in die 1970er Jahre viele Zuwanderer*innen in der Industrie Arbeit fanden, gewann der Finanzsektor seit den 1970er Jahren zunehmend an Bedeutung, auch der Service- und Bausektor sind weiterhin wichtige Arbeitgeber. Daneben bieten zahlreiche Niederlassungen internationaler Unternehmen und supranationale Institutionen Beschäftigung für Hochqualifizierte. Unter den heute in Luxemburg lebenden Ausländer*innen finden sich daher sowohl dauerhaft ansässige Personen als auch Fach- und Führungskräfte, die für einen bestimmten Zeitraum im Rahmen ihrer Beschäftigung in internationalen Unternehmen ins Großherzogtum gekommen sind, sowie eine große Anzahl von Beamten*innen, die für die EU Institutionen arbeiten (siehe Albert & Heinz, 2021). Die Diversität der älteren Altersgruppen wird also auch im Hinblick auf sozio-ökonomische Aspekte in den nächsten Jahren weiter steigen.

Das Älterwerden ist mit einer Reihe von Herausforderungen, aber auch neuen Chancen und Möglichkeiten verbunden. Insbesondere der Übergang vom Erwerbsleben ins Rentenalter erfordert Anpassungsleistungen und Neuorientierungen. Dabei kann das aktive Altern entscheidend zur Lebensqualität älterer Menschen beitragen, soziale Einbettung fördern sowie sozialer Isolation und Einsamkeit vorbeugen. Einsamkeit und soziale Isolation sind zwar nicht an ein bestimmtes Lebensalter gebunden, jedoch können ältere Menschen besonders davon betroffen sein aufgrund von Übergängen und Verlusten, eingeschränkter Mobilität oder Gesundheit (NASEM, 2020). Dabei beschreibt soziale Isolation das objektive Fehlen von Netzwerkpersonen, Einsamkeit hingegen das Gefühl, über ein unzureichendes Netzwerk oder vertraute Bezugspersonen zu verfügen (Perlman & Peplau, 1984). Die Forschung

zu den Folgen sozialer Isolation und Einsamkeit hat deutliche negative Effekte in Bezug auf die kognitive und körperliche Gesundheit sowie auf das subjektive Wohlbefinden aufgezeigt, zudem besteht auch ein Zusammenhang mit einem höheren Mortalitätsrisiko (Holt-Lunstad et al., 2015). Studien haben außerdem gezeigt, dass Personen mit Migrationshintergrund ein größeres Risiko für Einsamkeit und soziale Isolation aufweisen (Burholt et al., 2020; Fokkema & Ciobanu, 2021). Sie haben mitunter kleinere oder weniger zufriedenstellende soziale Netzwerke im Aufnahmeland, da Netzwerkmitglieder zurückgelassen wurden (Ciobanu et al., 2017; Wu and Penning, 2015). Umso wichtiger ist es, im Aufnahmeland Möglichkeiten der sozialen Einbindung zu schaffen und das Gefühl der Zugehörigkeit zu stärken (siehe auch Albert, 2021; Franz, 2021).

Eine Überblicksstudie von Adams und Kolleg*innen (2011) fasste eine Reihe von Forschungsergebnissen in verschiedenen Ländern und Kulturen zusammen, die zeigten, dass soziale, freizeitbezogene und produktive Aktivitäten mit dem subjektiven Wohlbefinden älterer Menschen zusammenhängen. Dabei hat aktives Altern nicht nur einen positiven Effekt auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Autonomie älterer Erwachsener selbst, sondern ist auch wesentlich im Umgang mit den Herausforderungen des demographischen Wandels und somit für das Wohlergehen der Gesellschaft insgesamt (Zaidi & Howse, 2017).

Schon seit 2002 betont die Weltgesundheitsorganisation die Wichtigkeit des aktiven Alterns zur Förderung der Gesundheit und Teilhabe älterer Menschen (WHO, 2002) und die EU erklärte das Jahr 2012 zum Europäischen Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen. In ihrem rezenten Green Paper zum Alter betont die EU Kommission, dass gesundes und aktives

Altern zwar mit persönlichen Entscheidungen zusammenhängen und in der Verantwortung des einzelnen liegen, diese aber stark vom Kontext abhängen, in dem die Menschen leben und der durch die Politik geprägt wird (European Commission, 2021).

In Luxemburg fördert die Politik seit den 1990er Jahren das „aktive Altern“, wobei die Förderung der Gesundheit, die soziale Teilhabe älterer Menschen, die Integration von Nicht-Luxemburger*innen und die Intergenerationalität im Mittelpunkt stehen (MiFa, Tätigkeitsbericht 2018). Auf dem Active Ageing Index befindet sich Luxemburg im Vergleich zu anderen EU-Ländern im oberen Mittelfeld und erlangte insbesondere in den Dimensionen der sozialen Teilhabe sowie eines förderlichen Umfelds und der Fähigkeit zum aktiven Altern gute Werte (Karpinska & Dykstra, 2015). Jedoch zeigten Walker und Zaidi (2016) auf, dass bezüglich des aktiven Alterns nicht nur Unterschiede zwischen verschiedenen Ländern bestehen, sondern auch innerhalb der Länder. Für Luxemburg hat Oliveira (2018) hierbei insbesondere Unterschiede zwischen verschiedenen Altersgruppen sowie Geschlechtsunterschiede aufgezeigt. Der sozio-ökonomische Status hat ebenfalls einen Einfluss auf die Aktivitäten Älterer. So konnten Wurm und Kollegen (2010) beispielsweise zeigen, dass Personen mit höherem Bildungsstand sich häufiger sportlich betätigen, was wiederum einen positiven Effekt auf ihre Gesundheit, kognitive Kapazitäten und das subjektive Wohlbefinden hat. Auch haben weitere Studien gezeigt, dass Menschen mit Migrationshintergrund mitunter weniger stark eingebunden sind und im Aufnahmeland weniger von Angeboten für soziale Aktivitäten Gebrauch machen (Ehsan et al., 2021).

In Bezug auf die Gestaltung von Angeboten für eine heterogene und immer diversere Zielgruppe

ist es daher unerlässlich, deren Bedürfnisse sowie Lebensbedingungen immer wieder neu zu evaluieren. Zielgerichtete Angebote können Menschen bei der Gestaltung eines guten Lebens im Alter unterstützen und ihnen helfen, ihr Leben nach ihren eigenen Vorstellungen zu gestalten und gleichzeitig eingebunden zu bleiben. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, das bestehende Angebot anzupassen und zu erneuern, um den Herausforderungen des demografischen Wandels zu begegnen.

Die PAN-VAL Studie

Ausgangspunkt des PAN-VAL Projekts „Aktives Altern in Luxemburg“, das in enger Zusammenarbeit zwischen der Universität Luxemburg und GERO durchgeführt wurde, war die Frage, inwieweit soziale Aktivitäten und Angebote von einer diversen Population genutzt werden.

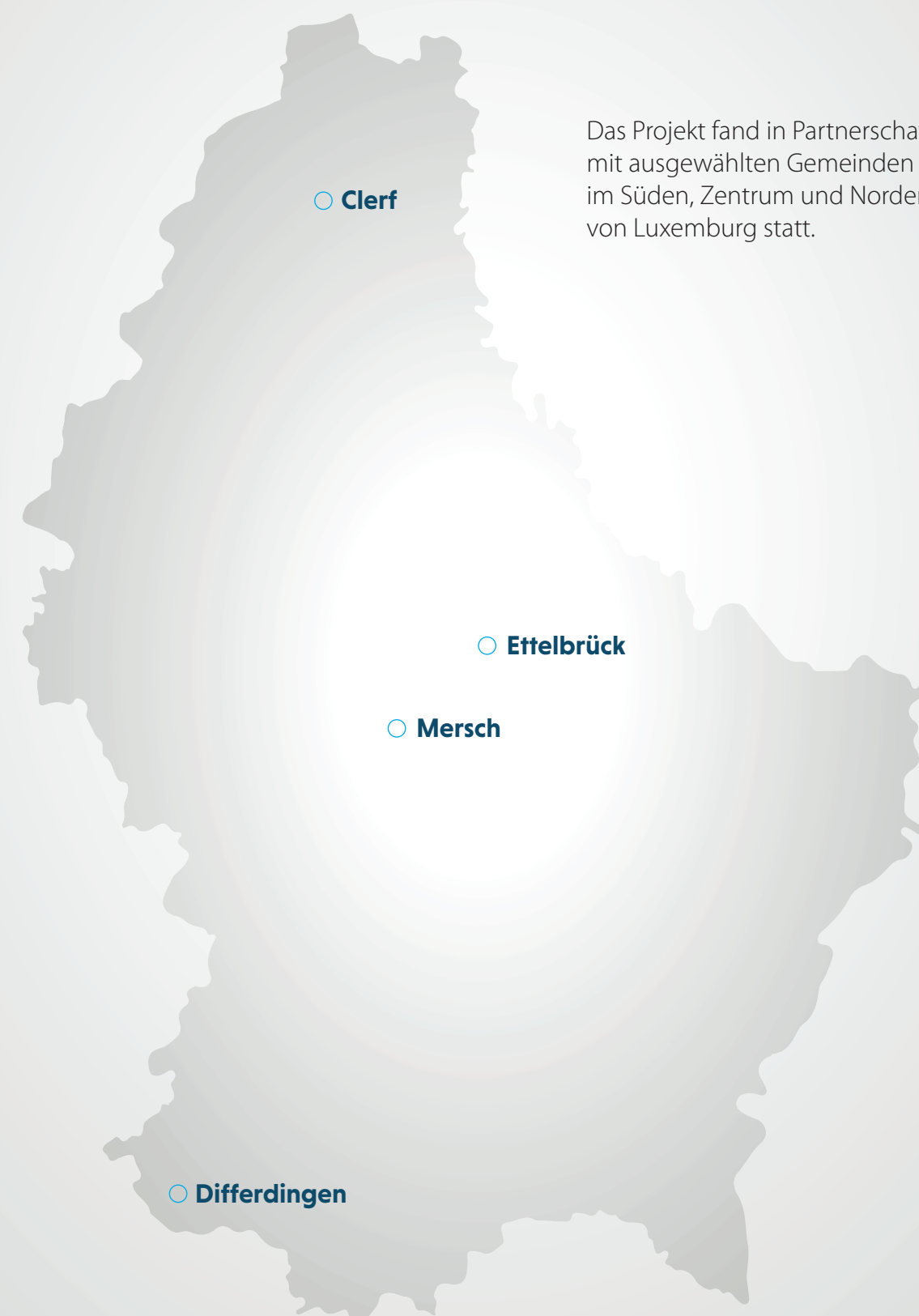
In der Studie wurden die Bedürfnisse und Erwartungen von Menschen über 50 (Luxemburger*innen und Nicht-Luxemburger*innen) in Bezug auf ihre sozialen Netzwerke, ihr soziales Eingebundensein, ihre Freizeitaktivitäten innerhalb ihrer Gemeinde und ihr Zugehörigkeitsgefühl sowie ihre Zufriedenheit mit verschiedenen Lebensbereichen untersucht. Gleichzeitig zielte die Studie darauf ab, zu ermitteln, welche Faktoren eine Teilnahme begünstigen und was Menschen daran hindert, an öffentlichen Freizeitangeboten teilzunehmen.

In der vorliegenden Broschüre werden die wichtigsten Ergebnisse der quantitativen und der qualitativen Teilstudien zusammengeführt sowie im Anschluss daran Hinweise für die Gestaltung von Angeboten gegeben. Hierbei werden Module präsentiert, um ältere Menschen mit Migrationshintergrund besser einzubeziehen und Dienstleistungen für ein aktives Altern einer immer diverseren Zielgruppe zu entwickeln.

Die Broschüre richtet sich damit an alle, die sich mit der Gestaltung von Angeboten für soziale Aktivitäten – für Ältere, aber nicht nur – im Kontext kultureller Diversität befassen.

PARTNERGEMEINDEN DES PAN-VAL PROJEKTS

Das Projekt fand in Partnerschaft mit ausgewählten Gemeinden im Süden, Zentrum und Norden von Luxemburg statt.



DATEN ERHEBUNG

Die vorliegende Studie verfolgte einen gemischten Methodenansatz, bei dem sowohl eine landesweite repräsentative quantitative Fragebogenerhebung sowie vertiefende qualitative Interviews in ausgewählten Partnergemeinden stattfanden. Um die Bedürfnisse der Älteren von morgen zu

antizipieren, wurden Teilnehmer*innen ab 50 Jahren¹ einbezogen. Damit trägt die Studie auch der Kontinuität der Entwicklung über die Lebensspanne Rechnung – wer früher aktiv war, wird dies wahrscheinlich auch später eher bleiben (Atchley, 1989).

QUANTITATIVER SURVEY

Die Fragebogenerhebung an insgesamt $N = 1000$ Teilnehmer*innen (51% Frauen, 49% Männer) erfolgte vom 3.-15. Dezember 2020 durch das Umfrageinstitut Quest. Dabei wurde eine kombinierte Erhebungsmethode aus Online- ($n = 313$) sowie Telefonbefragung ($n = 687$) durchgeführt. Es wurden Personen aus 97 der 102 luxemburgischen Gemeinden befragt. Von den Befragten wohnten 33,8 Prozent im Süden, 42 Prozent im Zentrum, 12,6 Prozent im Norden, 11,6 Prozent im Osten des Landes. Die Befragung erfolgte in den fünf Sprachen LU, DE, FR, PT, EN. Der Fragebogen enthielt insgesamt 13 Blöcke mit Fragen zu den folgenden Themenbereichen:

- Allgemeine Indikatoren des aktuellen Wohlbefindens (allgemeine und bereichsspezifische Zufriedenheit)
- Soziale Kontakte und Isolation (Umfang des sozialen Netzwerks, Kontakthäufigkeit)
- Sozial- und Vereinsleben (Aktivitäten, Vereinsleben, Angebotspräferenzen, Motivation zur Teilnahme, Hindernisse)
- Einsamkeit vor und seit der Corona-Pandemie
- Identifikation und Interkulturalität (Zugehörigkeitsgefühl, Diskriminierung)
- Aktives Altern (Altersselbstbilder)
- Soziodemographische Aspekte

Tabelle 1
Quantitative Stichprobe

3 Repräsentative Altersgruppen			
50 – 59 Jahre: 42%	Luxemburger*innen: 50%	Nicht-Luxemburger*innen: 37,4%	Doppelte Staatsangehörigkeit: 12,6%
60 – 69 Jahre: 29%	Luxemburger*innen: 50%	Nicht-Luxemburger*innen: 33,1%	Doppelte Staatsangehörigkeit: 16,9%
70+: 29%	Luxemburger*innen: 60,4%	Nicht-Luxemburger*innen: 24,8%	Doppelte Staatsangehörigkeit: 14,8%

¹ Die spezifischen Angebote für Ältere (z.B. Club Senior) richten sich an Personen ab 60 Jahren. Dennoch war es für die vorliegende Studie wichtig, auch jüngere Personen miteinzubeziehen, um die Bedürfnisse der Älteren „von morgen“ erheben zu können, an die sich die zukünftigen Angebote richten werden.

Von den Befragten waren 58,3 Prozent in Luxemburg geboren, die im Ausland Geborenen hatten durchschnittlich bereits $M = 33,4$ Jahre ($SD = 14,5$) in Luxemburg verbracht. Fast die Hälfte (49,5%) gab an, eine*n Partner*in zu haben, der oder die in Luxemburg geboren wurde. Insgesamt waren 75,1 Prozent zum Zeitpunkt der Befragung in einer Partnerschaft und 83,3 Prozent gaben an, Kinder zu haben. Fast ein Viertel der Befragten (23,3%) gab an, alleine zu leben.

Die Mehrzahl der Befragten (86,8%) gab an, Besitzer ihres Eigenheims zu sein. Zum Zeitpunkt der Befragung waren noch 38,7 Prozent der Befragten erwerbstätig, 81,4 Prozent hatten einen höheren Bildungsabschluss (d.h. Sekundarschul-, Hochschul- oder Berufsabschluss). Was die Zukunftspläne angeht, so gaben insgesamt 13,9 Prozent an, ins Ausland ziehen zu wollen – bei den Nicht-Luxemburgern waren es sogar 23,7 Prozent.

QUALITATIVE INTERVIEWS

Vom 8. Dezember 2020 bis zum 20. Februar 2021 fanden leitfadengestützte Interviews mit $n = 39$ Teilnehmer*innen aus vier ausgewählten Gemeinden in unterschiedlichen Landesteilen statt – Differdingen im Süden, Mersch im Zentrum sowie Ettelbrück und Clerf im Norden. Diese Gemeinden wurden sowohl aufgrund ihrer geographischen Lage – um verschiedene Landesteile abzudecken – als auch aufgrund ihrer Bevölkerungsstruktur ausgewählt. Die Teilnehmer*innen wurden über verschiedene Kanäle rekrutiert (z.B. Zeitungen der Partnergemeinden, Internetseiten, soziale Einrichtungen und Dienste, Vereine und Verbände, Netzwerke, Schlüsselpersonen in den Gemeinden). Die Befragten waren zwischen 51 und 85 Jahre alt², darunter 21 Frauen und 18 Männer. 20 Teilnehmer*innen besaßen die luxemburgische Staatsbürgerschaft, 14 eine ausländische und 5 eine doppelte Staatsbürgerschaft. Die Nicht-Luxemburger*innen wiesen eine hohe Diversität auf, wobei vor allem europäische (darunter IT, FR, BE, DE, PT, UK, NL, ES), aber auch außereuropäische Staatsbürgerschaften vertreten waren. Die Interviews fanden entweder persönlich, per Telefon oder online statt.

Der Interviewleitfaden enthielt 41 Fragen in 7 verschiedenen Rubriken:

- Allgemeines Profil der Teilnehmer*innen
- Gefühl der Zugehörigkeit der Teilnehmer*innen
- Soziales Netzwerkprofil der Teilnehmer*innen
- Aktivitäten in der Gruppe
- Einzelaktivitäten
- Auswirkungen der Coronavirus-Pandemie
- Zusatzfrage bei Erwerbstätigkeit: Zukunftserwartungen bezüglich des Ruhestandes

Ziel der qualitativen Interviews war es, erleichternde und hinderliche Faktoren der Teilnahme an sozialen Aktivitäten zu identifizieren und herauszufinden, welche Bedürfnisse und Wünsche ältere Menschen mit und ohne Migrationshintergrund bezüglich der angebotenen gemeinschaftlichen Aktivitäten (z.B. in Vereinen und Clubs) haben, um so die aktive Teilnahme von weniger eingebundenen Senior*innen fördern zu können.

Im Hinblick auf die Stichprobengröße der qualitativen Studie wurden Empfehlungen aus der Literatur befolgt (z. B. Grounded Theory, Ethnographie; für einen Überblick siehe Saunders et al., 2018).

Die endgültige Stichprobengröße wurde im Laufe der Studie anhand der Sättigungskriterien unter Berücksichtigung der Vielfalt der Zielgruppe ermittelt und auf insgesamt 39 Teilnehmer*innen festgelegt. Die Befragungen fanden auf Luxemburgisch, Französisch, Deutsch, Englisch und Portugiesisch statt.

² Die hier berichteten Analysen beziehen sich vor allem auf die Teilnehmer*innen bis 75 Jahre, die den größten Teil der Stichprobe ausmachen. Die Gespräche mit älteren Befragten lieferten allerdings wichtige Hinweise bezüglich spezifischer Interessen und Bedürfnisse der verschiedenen Altersgruppen (in Bezug auf drittes und viertes Alter).



Foto: © silentgunman – stock.adobe.com

AUSGEWÄHLTE ERGEBNISSE

ALLGEMEINE UND BEREICHSSPEZIFISCHE LEBENSZUFRIEDENHEIT

Die Befragten zeigten im Allgemeinen und über die verschiedenen Lebensbereiche hinweg eine große Zufriedenheit (siehe Abbildung 1).

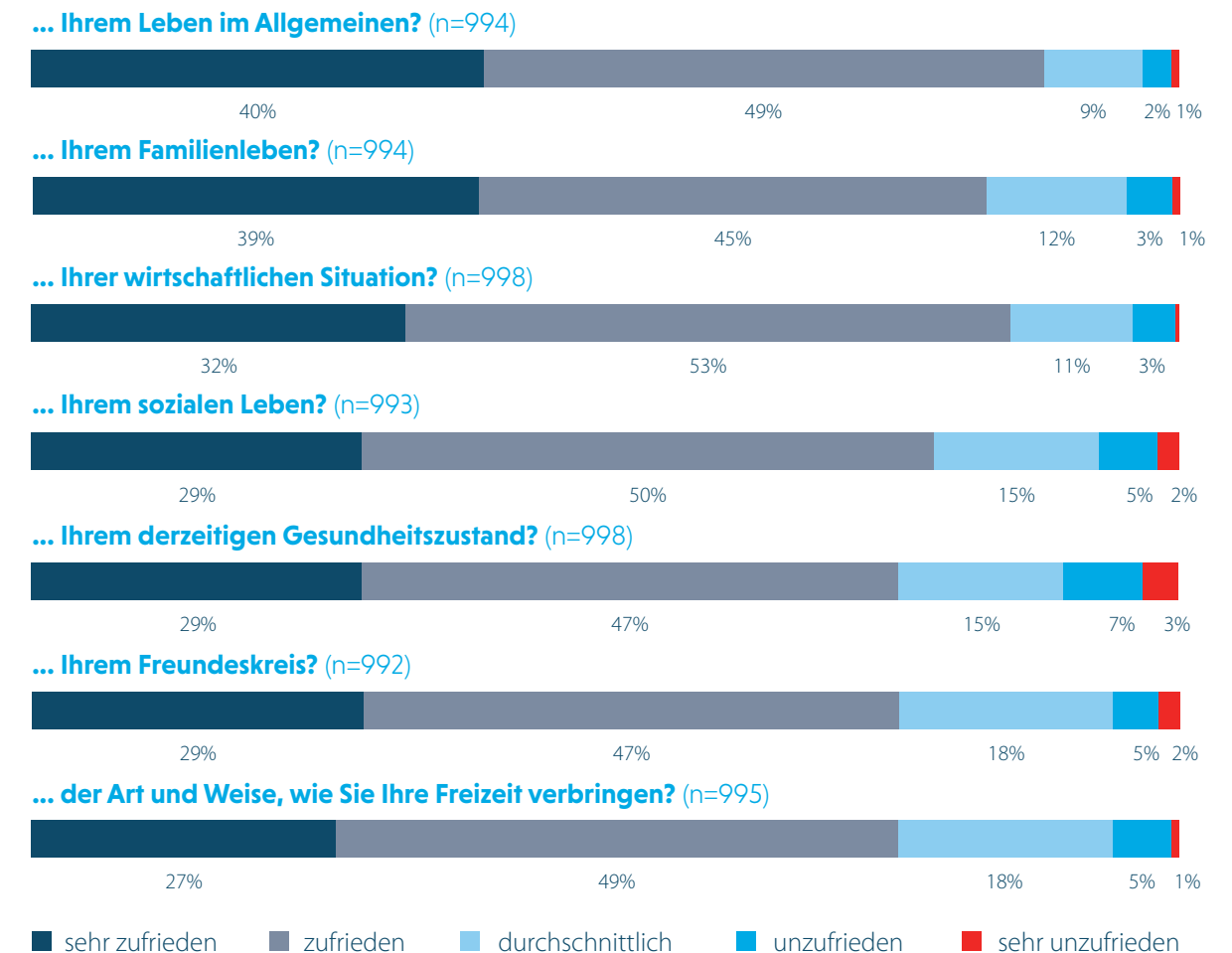
Die meisten der Befragten (89%) gaben an, mit ihrem Leben insgesamt zufrieden oder sogar sehr zufrieden zu sein. Während sich geschlechtsspezifisch in etwa dieselben Zufriedenheitswerte zeigten, ergaben sich geringe Unterschiede für die verschiedenen Altersgruppen – unter den 50-bis 59-Jährigen gaben im Vergleich zu den Älteren etwas weniger Befragte an, sehr zufrieden zu sein; dafür gaben aber auch weniger Personen aus dieser Altersgruppe an, unzufrieden zu sein. Auch gaben unter den Nicht-Luxemburger*innen weniger Befragte an, sehr zufrieden zu sein – häufiger ga-

ben sie an, zufrieden zu sein oder wählten moderate Werte; ähnlich war dies bei den Erwerbstätigen und den Alleinlebenden der Fall.

Mit Bezug auf die verschiedenen Lebensbereiche zeigte sich, dass die meisten mit ihrer Familie und ihrer wirtschaftlichen Situation zufrieden oder sogar sehr zufrieden waren (84% und 85%). In einzelnen Bereichen war die Zufriedenheit etwas weniger stark ausgeprägt, aber dennoch hoch – 79 Prozent waren mit ihrem sozialen Leben zufrieden. Mit ihrem aktuellen Gesundheitszustand, mit ihrem Freundschaftsnetzwerk und der Art und Weise, wie man seine Freizeit verbringt waren rund drei Viertel der Befragten zufrieden oder sehr zufrieden (jeweils 76%).

Abbildung 1

In normalen Zeiten und in dem Versuch, die aktuelle Situation der Corona-Krise zu ignorieren, wie zufrieden sind Sie mit



Unterschiede ergaben sich zwischen den Luxemburger*innen und Nicht-Luxemburger*innen insbesondere in Bezug auf soziale Aspekte: Nur 72 Prozent der Nicht-Luxemburger*innen waren jeweils mit ihrem sozialen Leben sowie mit der Art und Weise, wie sie ihre Freizeit verbringen, zufrieden oder sehr zufrieden im Vergleich zu 83 Prozent und 78 Prozent der Luxemburger*innen und 80 Prozent und 79 Prozent derjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit. Insbesondere waren die Nicht-Luxemburger*innen weniger zufrieden mit ihrem Freundschaftsnetzwerk: Nur rund zwei Drittel (67%) gaben an, zufrieden oder sehr zufrieden mit ihrem Freundeskreis zu sein. Bei den Luxemburger*innen waren hingegen 79 Prozent und bei denjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit 81

Prozent mit ihrem Freundeskreis zufrieden oder sehr zufrieden. Auch mit der ökonomischen Situation waren Einheimische und diejenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit zufriedener als Nicht-Luxemburger*innen. Bezüglich der Wahrnehmung der Gesundheit hingegen fielen die Einschätzungen der Befragten ungefähr gleich aus. Ein Blick auf die unterschiedlichen Altersgruppen zeigte außerdem, dass es unter den 60- bis 69-Jährigen die meisten Zufriedenen hinsichtlich des sozialen Lebens, des Freundschaftsnetzwerks sowie der Freizeitaktivitäten gab. Auch waren die Älteren zufriedener als die jüngeren Gruppen bezüglich ihrer ökonomischen Situation, Jüngere waren hingegen etwas zufriedener mit ihrer Gesundheit.

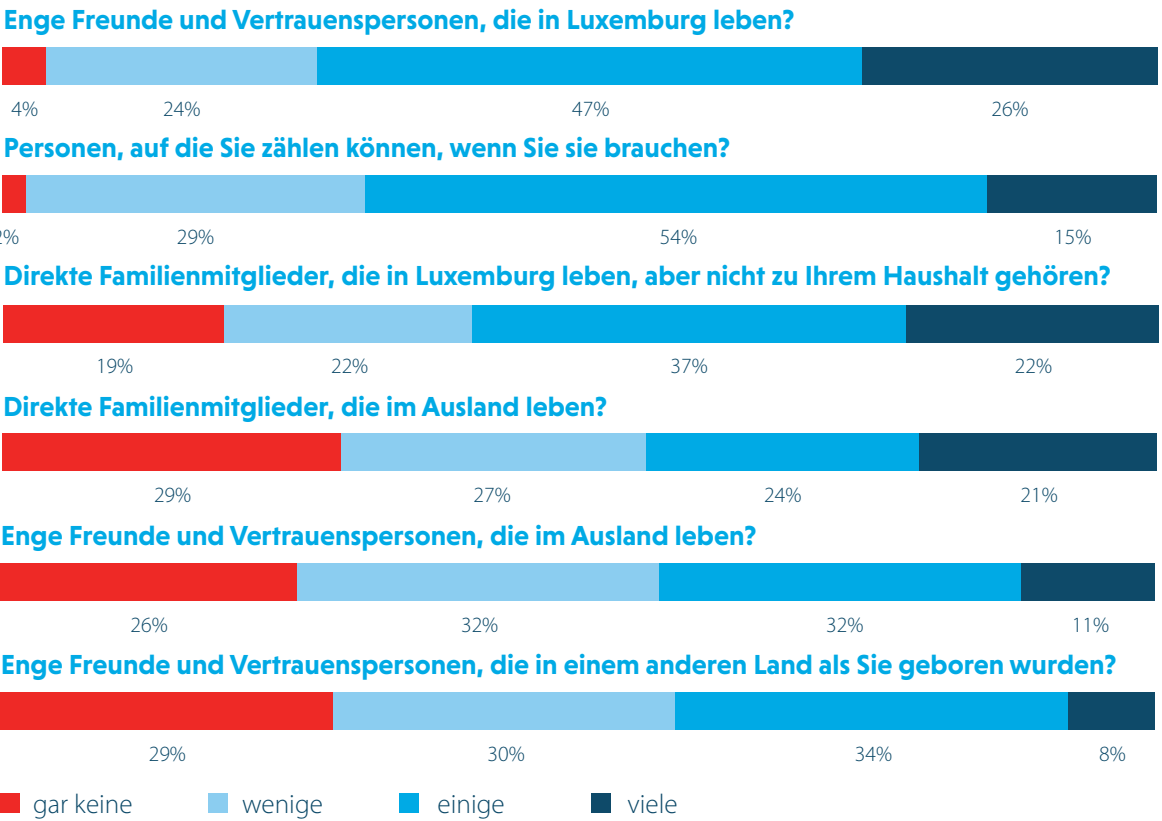
SOZIALES NETZWERK UND KONTAKTE

Insgesamt zeigte sich, dass die Befragten weitgehend über Familien- und Freundschaftsnetzwerke verfügen, für einen Teil der Befragten ist das soziale Netzwerk in Luxemburg jedoch beschränkt,

und es besteht eine große Variabilität in Bezug auf Größe und Zusammensetzung der Netzwerke. So hat knapp ein Viertel (24%) der Befragten nach eigenen Angaben nur wenige Freunde und Ver-

Abbildung 2

Wir interessieren uns genauer für den Umfang Ihres sozialen Netzwerks. Wie viele der folgenden Personen gibt es?

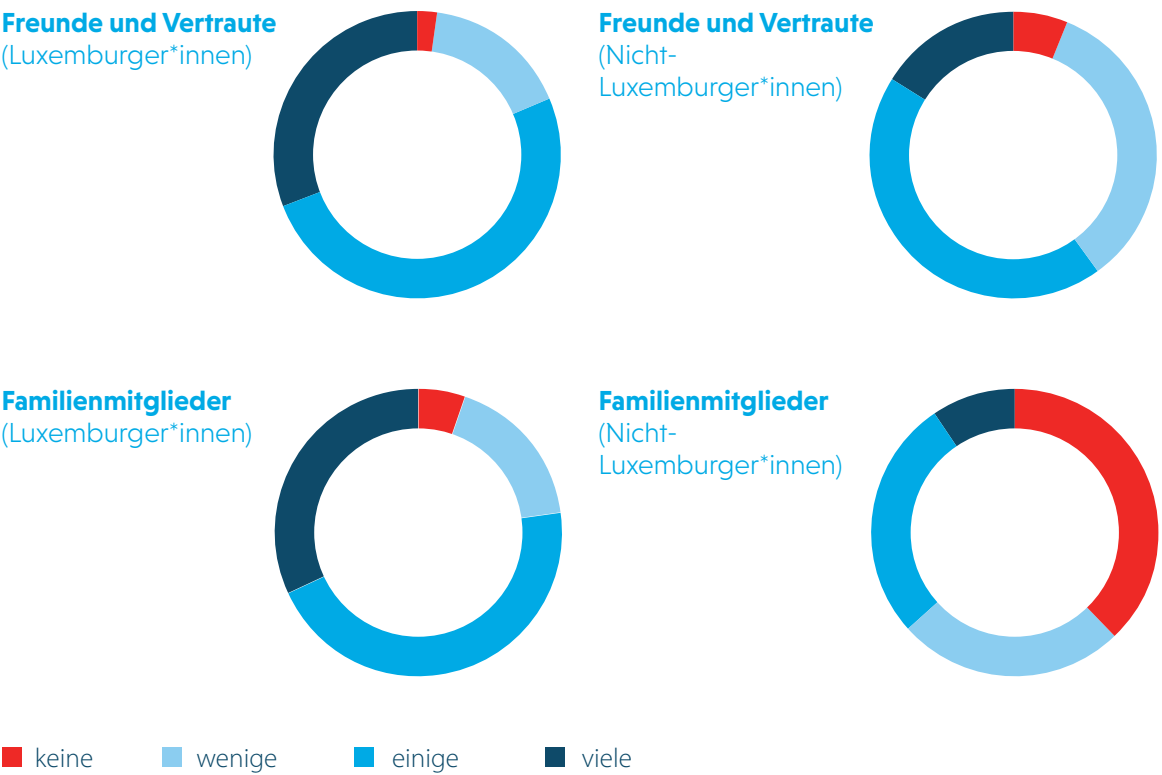


trauenspersonen in Luxemburg, 4 Prozent haben sogar gar keine, und fast ein Drittel hat nur wenige (29%) oder gar keine (2%) Personen, auf die man bei Bedarf zählen kann. Auch hat rund ein Fünftel der Befragten (19%) keine erweiterte Familie in Luxemburg, also außerhalb des eigenen Haushalts lebende Angehörige im Großherzogtum. Andererseits bestehen auch transnationale Netzwerke – sowohl was Familie als auch Freunde angeht: 45 Prozent haben einige oder viele direkte Fami-

lienmitglieder, die im Ausland wohnen, und bei 43 Prozent trifft dies auf Freunde und Vertrauenspersonen zu (siehe Abbildung 2).

Diese Besonderheiten erklären sich auch durch die Zusammensetzung der Stichprobe: Ein Vergleich der Netzwerke in Luxemburg verdeutlicht, wie unterschiedlich diese teilweise von Luxemburger*innen und Nicht-Luxemburger*innen beschrieben werden (siehe Abbildung 3).

Abbildung 3
Das soziale Netzwerk in Luxemburg



Die Nicht-Luxemburger*innen und jene mit doppelter Staatsangehörigkeit haben hingegen eher transnationale Netzwerke als die Luxemburger*innen. Während 37 Prozent der Luxemburger*innen keinerlei Freunde oder Vertrauenspersonen im Ausland haben, ist dies nur bei 10 Prozent bzw. 16 Prozent der Nicht-Luxemburger*innen und denjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit der Fall. Bezüglich familiärer Netzwerke im Ausland ist der Unterschied noch deutlicher: 46 Prozent der Luxemburger*innen haben keine direkte Familie im Ausland gegenüber 9 Prozent der Nicht-Luxemburger*innen und 14 Prozent derjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit. Auf der anderen Seite zeigt sich hier die Wichtigkeit transnationaler Netz-

werke auch für einen Teil der luxemburgischen Befragten, von denen rund ein Viertel angibt, einige (18%) oder sogar viele (6%) direkte Familienmitglieder im Ausland zu haben.

Interessant ist auch die kulturelle Vielfalt der Freundschaftsnetzwerke, die unter den Nicht-Luxemburger*innen und jenen mit doppelter Staatsangehörigkeit größer ist als bei den luxemburgischen Befragten. Von den Luxemburger*innen haben 40 Prozent keine Freunde, die in einem anderen Land als sie selbst geboren wurden im Vergleich zu 15 Prozent der Nicht-Luxemburger*innen und 18 Prozent derjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit.

Nationale und transnationale Beziehungen im Fokus

Um die Relevanz der nationalen und transnationalen Beziehungen für die Nicht-Luxemburger*innen und jene mit doppelter Staatsangehörigkeit weiter zu beleuchten, wurde eine detaillierte Analyse der Kontakthäufigkeit mit den Familien- und Freundschaftsnetzwerken in dieser Teilstichprobe ($n = 470$) durchgeführt. Eine Clusteranalyse (Ward-Methode, k -means Cluster) zeigte wiederum die Vielfalt der sozialen Netzwerke auf. Es ergaben sich sechs verschiedene Muster: Die größte Gruppe – fast ein Viertel (23%) – bildeten die „Geselligen“. Sie zeichneten sich durch hohe Kontakthäufigkeit sowohl mit Familie und Freunden in Luxemburg als auch im Ausland aus. Daneben waren rund ein Fünftel (19,5%) „Luxemburg-orientiert“ – sie hatten wenig Kontakt zu Familie und Freunden im Ausland und hatten eher Kontakt zu ihren Familien- und Freundschaftsnetzwerken in Luxemburg. Eine fast ebenso große Gruppe (18,5%) war zwar „gesellig, aber ohne Familie in Luxemburg“ – sie zeichneten sich durch hohen Kontakt zu Freunden in Luxemburg und im Ausland sowie zu ihrer Familie im Ausland aus, verfügten gleichzeitig jedoch über keine weiteren Angehörigen in Luxemburg. Eine weitere Gruppe (16,4%) war stark „Familien-orientiert“, wobei sowohl Familienkontakte in Luxemburg als auch im Ausland häufig waren, jedoch ein geringeres Freundschaftsnetzwerk im In- und Ausland bestand. Davon abzugrenzen war eine weitere Gruppe (13,4%) – die auf die „Familie im Ausland Fokussierten“, die vor allem engen Kontakt zu ihrem transnationalen Familiennetzwerk pflegten, wenige Familienkontakte in Luxemburg hatten und auch insgesamt weniger Freundschaftskontakte im In- und Ausland als der Durchschnitt. Eine weitere Gruppe bildeten jene mit insgesamt „niedrigem Kontakt“ (9,5%) zu Freunden oder Familie im In- und Ausland.

Die Teilnehmer*innen in den Gruppen der „Familie im Ausland Fokussierten“, „Gesellig ohne Familie in Luxemburg“ und dem „Geselligen“ Cluster waren signifikant jünger als jene mit „niedrigem Kontakt“. Befragte mit doppelter Staatsangehörigkeit fanden sich häufiger in dem „Luxemburg orientierten“ und weniger häufig in dem „Familie im Ausland Fokussierten“ Muster und es gab keine Geschlechtsunterschiede.

Aus diesen verschiedenen Mustern können sich ganz unterschiedliche Bedürfnisse ergeben.

So zeigte sich, dass die Geselligen und die Familien-orientierten am zufriedensten mit ihrem sozialen Leben waren, hingegen waren die auf die Familie im Ausland Fokussierten unzufriedener mit ihrem Freundschaftsnetzwerk und diejenigen mit insgesamt niedrigem Kontakt allgemein unzufriedener als die restlichen Befragten.

Auch mit Bezug auf das Zugehörigkeitsgefühl der Befragten zeigten sich Unterschiede je nach sozialem Netzwerk: Insbesondere die Geselligen fühlten sich stärker zugehörig zu ihrem Wohnort, der Gemeinde und Luxemburg insgesamt, diejenigen mit niedrigem Kontakt hingegen fühlten sich insgesamt weniger zugehörig. Außerdem fühlten sich diejenigen, die in Luxemburg wenig Kontakt beziehungsweise keine weiteren Familienmitglieder hatten, weniger stark in ihrer Gemeinde verankert.

Vielfalt der Netzwerke in den qualitativen Interviews

Um die Zusammensetzung der persönlichen sozialen Netzwerke von Luxemburger*innen und Nicht-Luxemburger*innen genauer zu erfassen, wurden in den qualitativen Interviews zusätzlich die von Kahn und Antonucci (1980) vorgelegten Netzwerk-Karten zur Erfassung der Struktur sozialer Unterstützungsnetzwerke herangezogen.

Wie schon in der Fragebogenerhebung zeigte sich auch hier eine große Variabilität in der Ausgestaltung der sozialen Netzwerke: Neben teilweise sehr großen und dichten Netzwerken auf der einen Seite, fanden sich auf der anderen Seite auch auf wenige Personen fokussierte Netzwerke sowie Befragte, die keine näheren Personen in ihrem Netzwerk aufwiesen (Abbildung 4 kann als Beispiel zur Veranschaulichung dienen).

Neben der Netzwerkstruktur wurden auch die Funktion und Qualität der Netzwerke erörtert.

Entsprechend der von Carstensen et al. (2003) postulierten Theorie der sozio-emotionalen Selektivität zeigte sich eine zunehmende Fokussierung auf enge und emotional wichtige Kontakte mit dem Alter (siehe Zverotic, 2021).

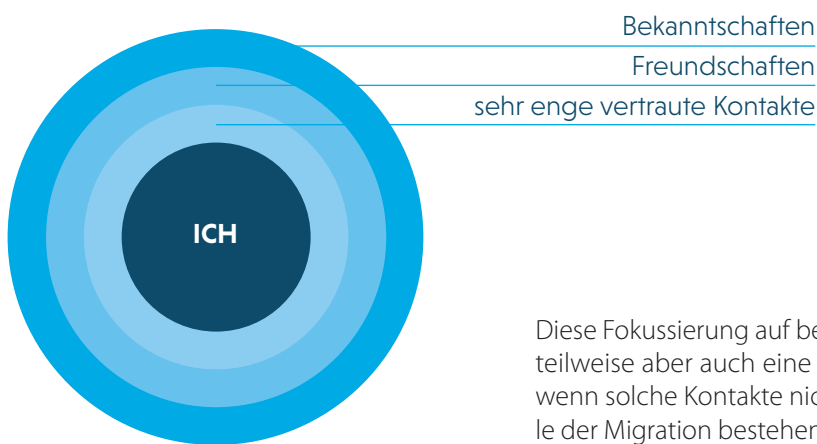
So betonte ein Teilnehmer, dass er sich vor allem auf die Stärkung bestehender Kontakte fokussierte:

Mais c'est vrai que maintenant avec le temps, je garde des liens très forts avec tout un tas de personnes qu'on se connaît depuis longtemps.

Männlich, 50+

Abbildung 4

Typische Struktur der persönlichen Netzwerke



Nicht immer besteht daher der Wunsch nach einer Erweiterung des Netzwerks – insbesondere dann, wenn bereits zufriedenstellende Beziehungen bestehen:

I don't have any interest to do so. I have my friends and family. That is enough for me.

Weiblich, 60+

Der Wunsch, bereits bestehende enge Kontakte weiter zu vertiefen, kann auch insbesondere dann stark sein, wenn mit zunehmendem Alter andere Verpflichtungen wegfallen und man mehr Zeit und Freiraum zur Pflege solcher Kontakte erlangt:

Am allerléifste beschäftegen ech mech nach ëmmer am léifsten mat der Famill. Dat ass well ech ëmmer geschafft hunn an elo Zäit hunn, wat all di Joeren net war. Am Moment ass mir dat dat wichtegst.

Weiblich, 60+

Teilweise wurde hier aber auch über sehr eingeschränkte Netzwerke berichtet:

Ich muss immer denken, wenn mein Mann nicht da wäre, dann wäre ich verdammt alleine hier, weil ich habe in den sieben Jahren hier wirklich ganz wenige Kontakte knüpfen können hier in Luxemburg.

Weiblich, 50+

Diese Fokussierung auf bestehende Kontakte kann teilweise aber auch eine Schwierigkeit darstellen, wenn solche Kontakte nicht bestehen oder im Falle der Migration bestehende Netzwerke zurückgelassen worden sind. Dies zeigte sich auch in den Interviews. Während Luxemburger*innen und Personen, die in jüngeren Jahren nach Luxemburg migriert sind, eher auf Luxemburg fokussierte soziale Netze aufweisen, haben diejenigen, die später eingewandert sind mitunter Schwierigkeiten, in Luxemburg ein neues Netzwerk aufzubauen.

Naja, ich hätte mir schon gewünscht, dass ich hier bessere und mehr Kontakte habe, auch gute Kontakte habe. Es ist sehr sehr schwierig. Und ich glaube auch, das hat dann doch was mit dem Alter zu tun, weil ich war ja fast 50 als ich hierhin gekommen bin. Und dann wird es eben auch schwieriger, jemanden kennenzulernen.

Weiblich, 50+

Dass fehlende Gelegenheiten zu Kontakten nicht nur im Kontext der Migration eine Schwierigkeit darstellen können, sondern auch für Einheimische, die jahrelang am selben Ort gewohnt haben, wird an folgendem Zitat deutlich:

Jo, also ech muss leider soen, dass ech net méi vill Kontakt mat de Leit hunn. (...) An soss vun den Noperen gesinn ech keen, ech gesinn kee Mënsch. Méin direkten Noper ass 200 Meter weit ewech an hunn do och keen Kontakt. Et kennt seelen een bei mech laanscht, ausser lo Hëllef Doheem all Dag mee soss ganz seelen.

Männlich, 70+

An unseren vertieften Interviews verdeutlicht sich einmal mehr die Unterschiedlichkeit der Zielgruppe älterer Erwachsener, die sich auch aus der Biographie des Einzelnen ergibt.

CORONA-PANDEMIE

Während der COVID-19-Krise waren ältere Erwachsene besonders gefährdet, schwer zu erkranken und hatten eine höhere Sterblichkeitsrate. Von Anfang an wurden daher Anstrengungen unternommen, um sie vor dem Kontakt mit dem Virus zu schützen und eine Ansteckung zu verhindern.

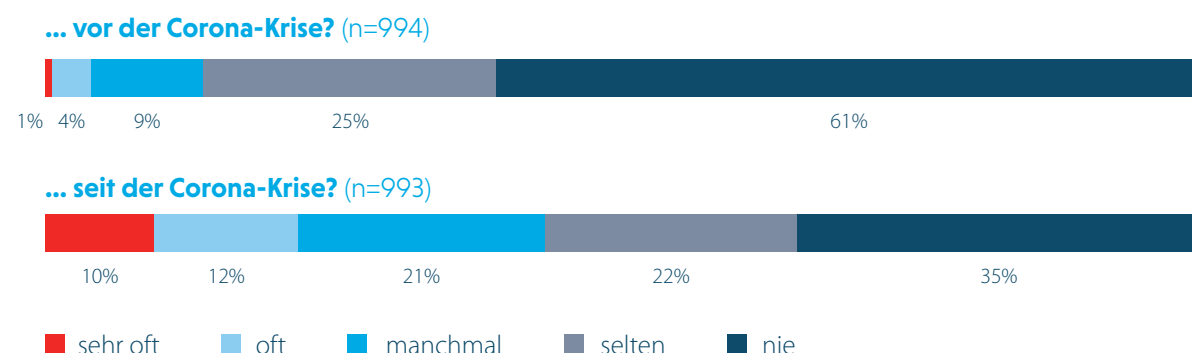
Während eine Verringerung der persönlichen Kontakte zum Schutz gefährdeter Gruppen notwendig war, mussten die sekundären Auswirkungen dieser Maßnahmen, wie das Risiko von Einsamkeit und sozialer Isolation, berücksichtigt werden.

In der PAN-VAL Studie beschäftigten wir uns daher auch mit der Frage, welche Auswirkungen die Pandemie und die damit verbundenen Maßnahmen auf ältere Erwachsene mit und ohne Migrationshintergrund hatten.

Nur 13,7 Prozent der Teilnehmer*innen gaben an, dass sie sich vor der Krise zumindest manchmal oder auch öfter einsam gefühlt haben, hingegen gaben 21,1 Prozent an, dass sie sich seit der Krise manchmal einsam fühlen, 12,5 Prozent oft und 9,6 Prozent sogar sehr oft (siehe Abbildung 5). Hierbei stellten 44,9 Prozent eine Zunahme der Einsamkeit fest, während bei 53,5 Prozent das Gefühl der Einsamkeit vor und nach der Krise unverändert blieb.

Abbildung 5

Wie oft haben Sie sich isoliert, einsam oder ohne Gesellschaft gefühlt?



Die Größe des sozialen Netzwerks in Luxemburg stand in negativem Zusammenhang mit der wahrgenommenen Einsamkeit vor der Pandemie genauso wie Treffen mit Freunden und das Gefühl der Zugehörigkeit. Die wahrgenommene Einsamkeit vor und seit der Krise hingen eng miteinander zusammen. Anders als vor der Krise stieg die wahrgenommene Einsamkeit seit der Corona-Pandemie allerdings mit der Größe des sozialen Netzwerks in Luxemburg. Die Beteiligung an organisierten Aktivitäten vor der Krise stand ebenfalls im Zusammenhang mit einer verstärkt wahrgenommenen Einsamkeit seit der Krise. Diese Resultate lassen erkennen, dass die Corona-Pandemie sowohl für jene, die bereits einsam waren, als auch und gerade für jene, die vor-

her stark eingebunden waren, einen Zuwachs an Einsamkeit mit sich brachte. Dies wird auch in den qualitativen Interviews deutlich.

Je me sentais plus seule qu'avant. Je suis seule, mais depuis le corona virus on se sent encore plus isolé.

Weiblich, 70+

Énorme, énorme. Toutes les activités sociales que j'aime ont été annulées, reportées, entravées. C'est tellement énorme, c'est horrible. (...) J'ai des personnes que je connais qui sont en télétravail depuis de mars ils sont en dépression, ils en peuvent plus.

Männlich, 50+

Nach mander Kontakt mat Mënschen. Verschidden Aktivitéiten missten och am Club ofgesot ginn. Mam Lockdown kann een och guer net méi erausgoen. Nëmmen an Geschäfte. (...) Well d'Aktivitéiten ausgefall sinn, hunn ech mech och méi einsam gespiert.

Männlich, 70+

If you want me to tell you, I feel discouraged and even now with this Covid thing, it has made it even worse. (...)

The restrictions too ... now I am not allowed to meet my family or friends like before.

Weiblich, 60+

Gleichzeitig wurde betont, wie wichtig bestehende soziale Netzwerke während der Krise waren:

But my husband is always with me. My dog too. We [referred to grandchildren] also try ... it doesn't always work, but sometimes we try to meet. So I don't feel lonely too often.

Weiblich, 60+

Dabei fand auch eine Konzentration und Intensivierung enger Kontakte statt:

Dat huet och säin gutt mat sech bruecht well ech einfach denken wann ech elo well Frënn gesinn dann huelen ech mir Zäit. (...)
An deem Sënn fannen ech et besser. (...)
Mee awer sou konnt ech duerch den Corona wierklech viles änneren wat ech soss warscheinlech net sou schnell geännert hätt.

Weiblich, 70+

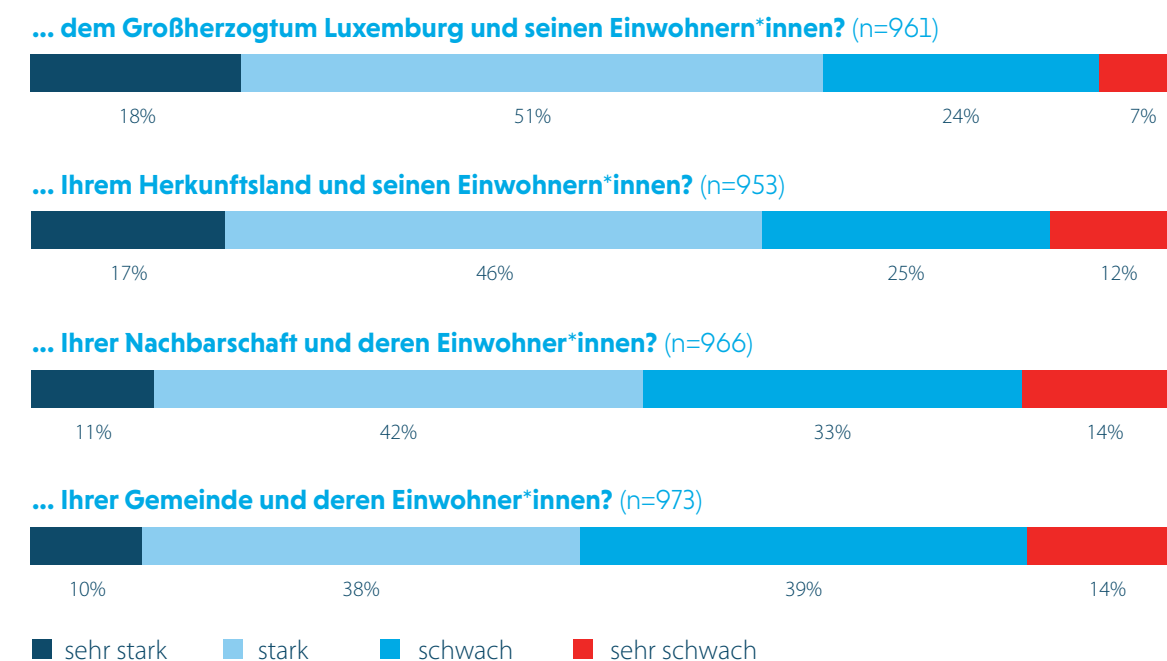
GEFÜHL DER ZUGEHÖRIGKEIT

Insgesamt äußerten die Befragten ein starkes Zugehörigkeitsgefühl zum Großherzogtum – mehr als zwei Drittel fühlten sich zugehörig oder sogar sehr zugehörig zu Luxemburg und seinen Einwohnern, zu ihrer Nachbarschaft fühlten sich etwas

mehr als die Hälfte (sehr) zugehörig (53%), das Zugehörigkeitsgefühl zur Gemeinde war mit 48 Prozent am wenigsten stark ausgeprägt (siehe Abbildung 6).

Abbildung 6

Wie würden Sie Ihr Zugehörigkeitsgefühl einschätzen zu ...



Eine genauere Betrachtung der Unterstichproben zeigte, dass das Zugehörigkeitsgefühl bei Nicht-Luxemburger*innen auf allen drei Dimensionen etwas weniger stark ausgeprägt war im Vergleich zu Luxemburger*innen und denjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit.

In den vertiefenden qualitativen Interviews haben wir uns genauer dafür interessiert, wie ein Zugehörigkeitsgefühl zum Wohnort und zum Land insbesondere bei denjenigen entstanden ist, die nach Luxemburg eingewandert sind. In Inhaltsanalysen konnten hierbei verschiedene Wege und begünstigende Faktoren ausgemacht werden (siehe Pecirer, 2021 sowie Carvalhais Marialves, 2021).

Einen großen Stellenwert nahmen dabei Schlüsselpersonen ein, wobei es sich beispielsweise um Verwandte, Nachbarn oder Gleichaltrige handeln konnte, die den Befragten das Gefühl gaben, willkommen zu sein oder sie zu Aktivitäten mitnahmen.

Jo, dat war eigentlech direkt wéi mir koumen (...). Hei an der Strooss kruten d’Noperen e Puppelchen an si hunn eis direkt invitéiert. Dat wa jo eng Gewunnecht hei bei der Kanddaf e Steck Kuch zesummen iessen ze goen. An beim eischen Buergebrennen, direkt dat eischt Joer 2 Meint dono, deen hun mir dierfen ufänken, well mir hei nei am Duerf rageplennert waren. Doduerch waren mir direkt ennert den Leit an sou ass et geschitt.

Weiblich, 60+

Ein weiterer begünstigender Faktor für die Entwicklung eines Zugehörigkeitsgefühls besteht in der aktiven Teilnahme an gemeinschaftlichen Aktivitäten.

J’étais invitée pour aller dans le club luxembourgeois (...). Moi je ne parle pas le luxembourgeois, je parle français ... Quand j’ai commencé à prendre connaissance avec beaucoup de Luxembourgeois. Après (... ?) j’ai fait partie de clubs, des clubs de personnes luxembourgeoises. C’est là que je me sentais, comme Luxembourgeoise.

Weiblich, 60+

In der Tat wird die Bereitstellung von Gelegenheiten zu sozialen Aktivitäten in der Gemeinde von den Befragten positiv hervorgehoben.

C’est magnifique la commune [...], on fait beaucoup de choses. Je suis très contente.

Weiblich 70+

Neben der sozialen Einbindung spielen auch persönliche Schlüsselmomente eine Rolle, insbesondere wurde hierbei von mehreren Befragten die Geburt der Kinder als emotionaler Moment genannt, der mit dem Gefühl des „Wurzeln zu schlagen“ verbunden ist.

Well, I suppose, I suppose actually, when my 1st child was born. That was quite a key moment (...). Well, because having a baby is a big life event and it was a very good experience here.

Weiblich, 50+

Da ist sicherlich die Geburt meiner Kinder hier. Es ist, als ob sie hier Wurzeln annehmen und ich mit ihnen. Da hatte ich wirklich das Gefühl, okay, das ist der Ort, an dem ich bin.

Weiblich, 50+

Daneben spielen auch Aspekte der Gewöhnung sowie der persönlichen Lebenssituation (z.B. das Gefühl materieller Sicherheit) eine Rolle.

Ech wollt nie hei bleiwen, mee elo hunn ech mech ganz gutt hei gewinnt an kéint mech net méi op enger aneren Plaz gesinn.

Weiblich, 70+

Insbesondere wurde hier auch wiederum das Gefühl betont, willkommen zu sein.

D’abord je vous ai raconté mon premier jour d’arrivée ici. Je me suis senti accueilli. Mais après ça petit à petit on commence à s’adapter, à s’habituer c’est pour ça que je suis resté. Huit années je ne suis pas parti.

Männlich, 70+

Zugehörigkeitsgefühle können auch zu mehreren Ländern bestehen, was im Kontext der quantitativen Befragung deutlich wurde: 56 Prozent der Nicht-Luxemburger gaben an, sich zugehörig oder sehr zugehörig zu ihrem Geburtsland zu fühlen. Eine multiple Zugehörigkeit zeigt sich auch in folgendem Zitat aus unseren qualitativen Interviews:

Yes, I like Luxembourg. I can even say that I like Luxembourg more than Portugal. Do you understand? I go to Portugal in the summer or whenever I have to, but it’s more like holidays (...) I am Portuguese and I know it and I like it. And I like Portugal, this is very important, you know? But Luxembourg is my home now. I have my family here and peace.

Weiblich, 60+

Allerdings unterliegt das Zugehörigkeitsgefühl zum Wohnort einem Prozess und kann sich über die Zeit auch ändern, wenn sich die Lebensbedingungen und die Umgebung ändern. Die demographischen Veränderungen der letzten Jahre haben teilweise auch städtebauliche und infrastrukturelle Veränderungen in den Gemeinden nach sich gezogen und dies schlägt sich in den Möglichkeitsstrukturen der Interaktion der Bewohner untereinander nieder. Der Bedarf an niederschweligen Begegnungsmöglichkeiten sollte bei der Planung von sozialen Aktivitäten daher unbedingt Berücksichtigung finden. Dies wird auch an der folgenden Äußerung eines Luxemburgers deutlich:

Es gab damals eine kleine Gemeinde aus kleinen Ortschaften, die zu einem größeren Zugehörigkeitsgefühl beitrug, weil man die Leute damals besser kannte. Jetzt mit [andere Gemeinde] ist alles so groß geworden und man kennt niemanden mehr. Man kann nirgends mehr ein „Kaffikränzchen“ halten.

Männlich, 70+

DISKRIMINIERUNGSERFAHRUNGEN & SPRACHLICHE SCHWIERIGKEITEN

Während das Gefühl der Zugehörigkeit mit Partizipation und sozialer Einbindung zusammenhängt, können Gefühle der Diskriminierung ein Hindernis für die Teilnahme an sozialen Aktivitäten darstellen.

In der Gesamtstichprobe hatten weniger als ein Fünftel der Befragten nach eigenen Angaben schon einmal Diskriminierungserfahrungen gemacht, jedoch zeigte ein Vergleich der Unterstichproben, dass insbesondere von den Nicht-Luxemburger*innen und teilweise auch von denjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit solche Erfahrungen häufiger berichtet wurden. So gaben mehr als ein Viertel (27%) an, dass sie sich in Gruppen, in denen sie die einzigen Vertreter*innen ihrer Nationalität sind, unwohl fühlen (im Gegensatz zu 17% derjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit und 11% der Luxemburger*innen) und ebenso viele gaben an, schon einmal auf Grund ihrer Nationalität unfreundlich oder ungerecht behandelt worden zu sein – bei denjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit waren dies immerhin noch 24 Prozent, hingegen bei den Luxemburger*innen nur 8 Prozent.

Daneben gaben immerhin ein Fünftel der Nicht-Luxemburger*innen (20%) an, im Alltag aufgrund ihrer Sprachkenntnisse eingeschränkt zu sein oder missverstanden zu werden (im Vergleich zu 15 Prozent derjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit und 8 Prozent der Luxemburger*innen).

Die Wichtigkeit der Sprache für die Integration und im Alltag zeigte sich auch in den Äußerungen der Befragten in den vertiefenden qualitativen Interviews.

Interviewer: So for you, being a Luxembourgger would mean being able to speak the language?

Answer: Yes, absolutely. And it would mean having more connections, more friends, more real friends who are Luxembourgers, not just contacts or acquaintances (...).

Weiblich, 60+

Auch die Schwierigkeiten, die sich aus den Erfordernissen bezüglich der Sprachkenntnisse im Alltag ergeben, werden deutlich:

If I have to speak French, I can’t. I always ask someone who can, so that he can go to the doctor with me or for other things. Same is with Luxembourgish. But here more French is needed.

Weiblich, 60+

Auch hier können Schlüsselpersonen helfen, diese sprachlichen Hürden zu überwinden, wie eine Teilnehmerin berichtet:

Quand j'ai commencé à travailler, je savais à peine parler le français, ils m'ont accueillie comme ça en sachant que je ne savais pas encore beaucoup ni le français et je les remercie vraiment pour m'avoir accueillie et me donner l'opportunité ...

Weiblich, 70+

PRÄFERENZEN HINSICHTLICH DER SPRACHE

Im quantitativen Survey wurden die Teilnehmer*innen danach gefragt, in welcher Sprache sie Angebote für gemeinschaftliche Aktivitäten bevorzugen – dabei waren Mehrfachantworten möglich. Die Mehrheit der Luxemburger*innen gab als bevorzugte Sprache Luxemburgisch an (88%), daneben wurden Französisch (48%) und Deutsch (45%) genannt, weniger häufig wurde Englisch gewählt (19%). Bei den Nicht-Luxemburger*innen hingegen überwog Französisch als bevorzugte Sprache für angebotene Aktivitäten (67% der Nennungen), gefolgt von Englisch, Luxemburgisch und Deutsch zu jeweils rund einem Viertel (26%, 24% und 22%).

Diejenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit lagen dazwischen: Bei ihnen überwog eine leichte Präferenz für französische Angebote (57%), gefolgt von Aktivitäten auf Luxemburgisch (45%), Englisch (34%) oder Deutsch (30%).

Weitere Sprachen wie Italienisch und Portugiesisch wurden ebenfalls genannt, jedoch (aufgrund der Stichprobenstruktur) von weniger Befragten.

Dass die Sprache tatsächlich ein Hindernis für die Teilnahme an sozialen Aktivitäten sein kann, wird an folgendem Zitat deutlich:

Je n'y vais pas, parce que je me dis qu'ils vont parler entre eux. (...) peut-être qu'ils vont me parler la première fois un peu en français trois mots. Puis après, je devrais me remettre à aller au cours de nouveau, non! Je ne me sentirais pas bien. (...)

Weiblich, 70+

FREIZEITAKTIVITÄTEN

Bezüglich ihrer Freizeit gaben die meisten Befragten (88%) an, mindestens einmal pro Woche oder öfter Aktivitäten alleine (Lesen, Sport, Freizeit, Kultur) durchzuführen, fast ebenso häufig (84%) telefonisch zu kommunizieren und rund zwei Drittel (67%) gaben an, mindestens einmal pro Woche online zu kommunizieren. Private Treffen mit Freunden und Bekannten finden nach den Angaben der Befragten bei 60 Prozent mindestens wöchentlich statt, ebenfalls treffen sich die Hälfte der Befragten (51%) mindestens einmal pro Woche mit Familienmitgliedern, wohingegen 40 Prozent mindestens einmal in der Woche an organisierten Aktivitäten teilnehmen.

Interessanterweise verbringen 38 Prozent der Befragten mindestens einmal im Monat Zeit im Ausland, wobei nicht näher spezifiziert wurde, ob es sich um Urlaubsreisen, Tagesausflüge oder beispielsweise Einkaufen im nahen Ausland handelte.

Aktivitäten mit Familienmitgliedern waren bei Luxemburger*innen häufiger als bei den anderen beiden Gruppen, telefonische Kommunikation und Aufenthalte im Ausland hingegen am häufigsten bei denjenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit, gefolgt von den Nicht-Luxemburger*innen und den Luxemburger*innen.



Nicht-Luxemburger*innen nahmen im Durchschnitt weniger häufig an organisierten Aktivitäten teil als Luxemburger*innen (45% der Nicht-Luxemburger*innen gaben an, äußerst selten oder nie an solchen Aktivitäten teilzunehmen gegenüber 32%

der Luxemburger*innen), wohingegen diejenigen mit doppelter Staatsangehörigkeit am häufigsten an organisierten Aktivitäten teilnahmen (nur knapp ein Viertel von ihnen gab an, sehr selten oder nie teilzunehmen).

MITGLIEDSCHAFT IN VEREINEN

Es waren mehr Luxemburger*innen und Personen mit doppelter Staatsangehörigkeit aktive Mitglieder in Vereinen und Clubs als dies bei Nicht-Luxemburger*innen der Fall war (58% und 55% gegenüber 43%).

Weiterhin wurden die Teilnehmer*innen nach der Art der Vereine gefragt, in denen sie aktives Mitglied sind. An erster Stelle stand die Mitgliedschaft in Sportvereinen – 22 Prozent gaben hier eine aktive Mitgliedschaft an. Danach folgte die Mitglied-

schaft in den Bereichen Kultur-, Musik-, Theater und Tanz (19%) sowie in karitativen, wohltätigen und humanitären Vereinen (z.B. Umweltschutz, Menschenrechte) (18%). Daneben waren Teilnehmer*innen in nicht näher spezifizierten Vereinen (16%) oder waren im Bereich der Aus- und Weiterbildung aktiv (Konferenzen, Kurse, etc.) (9%) sowie im Seniorenbereich (8%). Die Mitgliedschaften bezogen sich ungefähr zu gleichen Teilen auf Vereine in der Wohngemeinde und in anderen Gemeinden in Luxemburg.

GRÜNDE FÜR DIE TEILNAHME UND NICHT-TEILNAHME AN AKTIVITÄTEN

Die Teilnehmer*innen wurden außerdem nach den Gründen für ihre Teilnahme an organisierten Aktivitäten gefragt (Mehrfachantworten möglich; siehe Abbildung 7).

Hier steht an erster Stelle das Bedürfnis, mit anderen Menschen zusammen zu sein und schöne Momente zu verbringen (32%), gefolgt von dem Wunsch, neue Leute kennenzulernen (32%)

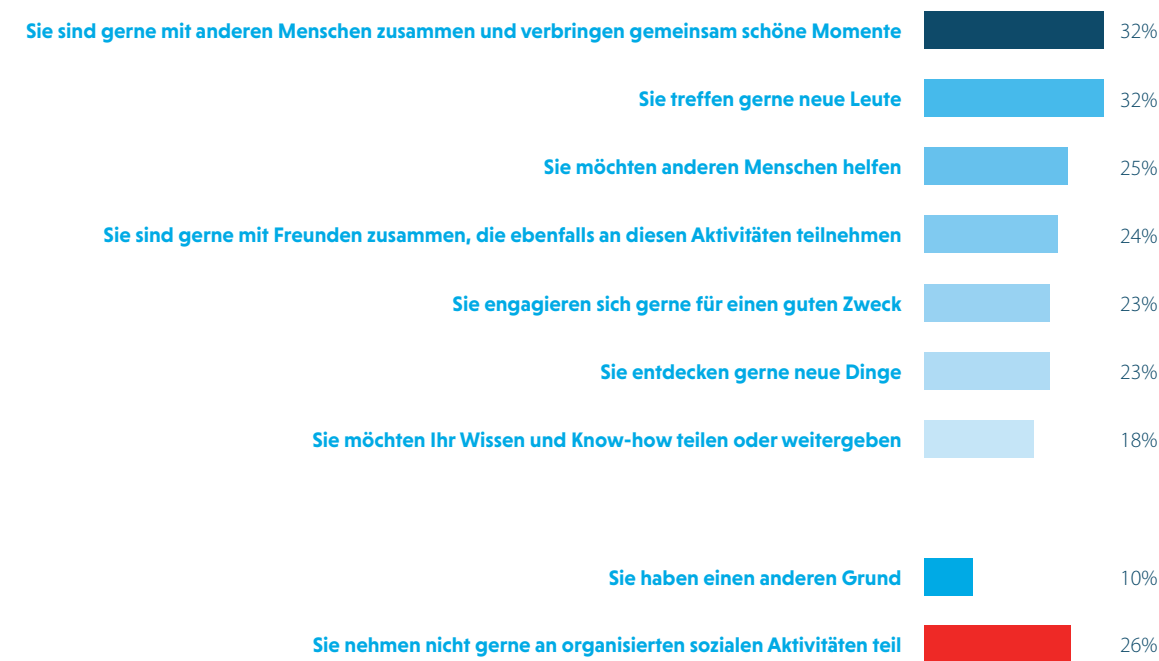
Ein Viertel (25%) gab an, gerne anderen Menschen helfen zu wollen oder sich für einen guten Zweck engagieren zu wollen (23%), sowie gerne Zeit mit Freunden zu verbringen, die ebenfalls an diesen Aktivitäten teilnehmen (24%). Daneben stand der

Wunsch, Neues zu entdecken (23%) oder Wissen und Know-how an andere weiterzugeben (17%).

Ein kleiner Teil gab andere, nicht näher spezifizierte Gründe an (10%). Rund ein Viertel (26%) gab hingegen an, nicht gerne an organisierten Aktivitäten teilzunehmen.

Abbildung 7

Was sind die Gründe, warum Sie sich gerne an organisierten sozialen Aktivitäten beteiligen? (mehrere Auswahlmöglichkeiten)



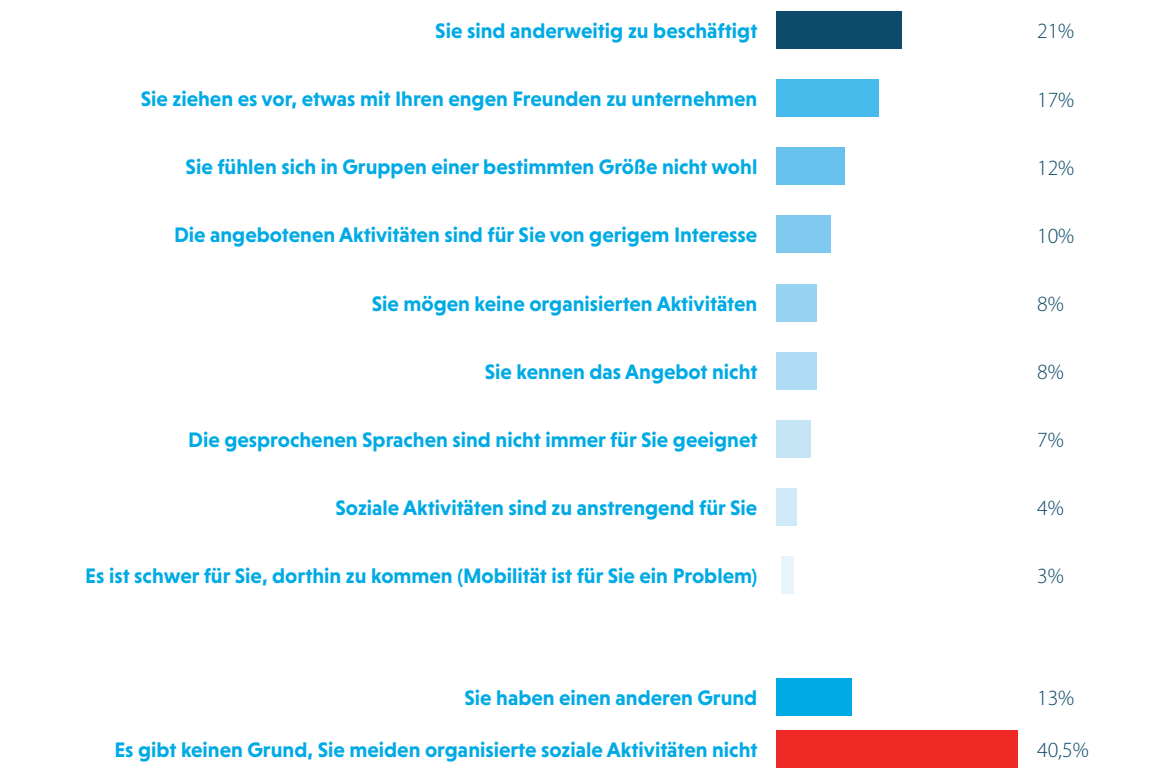
Auch die Gründe, nicht an organisierten Aktivitäten teilzunehmen, waren vielfältig (siehe Abbildung 8). An erster Stelle stand hier, dass man anderweitig zu sehr beschäftigt ist, was von einem Fünftel (21%) der Befragten angegeben wurde, gefolgt von 17 Prozent der Befragten, die es vorziehen, Aktivitäten mit ihren engen Freunden zu unternehmen. Von weniger Befragten (10%) wurde angegeben, dass sie das Angebot nicht interessant finden, 8 Prozent gaben an, dass sie nicht an organisierten Aktivitäten interessiert sind oder das

Angebot nicht kennen, sowie 7 Prozent dass die in den Aktivitäten gesprochenen Sprachen nicht immer für sie passen. Für 4 Prozent sind organisierte Aktivitäten zu anstrengend und 3 Prozent gaben an, dass es für sie schwer ist, dorthin zu kommen aufgrund einer eingeschränkten Mobilität.

13 Prozent hatten andere, nicht näher spezifizierte Gründe und 40,5 Prozent sagten, dass es für sie keinen Grund gibt, organisierte soziale Aktivitäten mit anderen zu meiden.

Abbildung 8

Was sind einige mögliche Gründe, warum Sie organisierte soziale Aktivitäten meiden? (mehrere Auswahlmöglichkeiten)





UNTER- SCHIEDLICHE AKTIVITÄTS- PROFILE

Die thematische Analyse der qualitativen Interviews ergab drei typische Profile von Senior*innen in Bezug auf kollektive Aktivitäten – die *sehr Engagierten*, die *durchschnittlich bis wenig Beteiligten*, die sich in zwei Untergruppen teilen ließen, sowie die *nicht Eingebundenen*.

Sehr Engagierte

Diese Gruppe der Teilnehmer*innen zeichnet sich durch die Teilnahme an gemeinsamen Aktivitäten aus und kann anhand verschiedener Merkmale beschrieben werden. Die meisten von ihnen engagieren sich sehr stark in organisierten Aktivitäten, die in ihrer Gemeinde angeboten werden, oder sind schon seit einiger Zeit in der Gemeindepolitik (in Ausschüssen oder anderen Gremien) aktiv. Ihr Engagement reicht nicht nur bis zur Rente zurück, sondern begann schon lange vorher.

Andererseits haben sie sehr starke soziale und familiäre Bindungen. Ihr Gefühl der Zugehörigkeit zu ihrer Gemeinde bzw. zu Luxemburg ist sehr stark. Bei den Einwohnern ausländischer Herkunft ist festzustellen, dass sie oft aktiv (und weniger passiv) ihre Integration vorangetrieben haben (siehe Pecirep, 2021), wie folgendes Zitat verdeutlicht:

Meng Iddi war ëmmer, intégréier dech, dann geet et dir gutt.(...) Ech sinn op si duergaangen an si hunn mech akzeptéiert an méttlerweil sinn ech een vun hinnen.

Weiblich, 50+

Dennoch können auch für Teilnehmer*innen aus dieser Gruppe Familienmitglieder (Kinder, Partner*innen) oder Freund*innen als Vermittler für Aktivitäten dienen. So beschreibt eine Teilnehmerin wie sie durch den Hinweis eines Bekannten politisch aktiv wurde.

Eine Häufung von Aktivitäten kann durch einen Schneeballeffekt festgestellt werden: Die Person nimmt eine Aktivität auf, und ihr starkes Engagement führt zu weiteren Anfragen für andere Aktivitäten. Gemeinsame Eigenschaften der Befragten dieser Gruppe sind eine positive Grundeinstellung, Belastbarkeit und hohe Kontaktfreudigkeit.

Die Teilnehmer*innen in dieser Gruppe genießen den zwischenmenschlichen Kontakt und haben eher weniger Erfahrung mit Einsamkeit. Allerdings hat sich in den quantitativen Analysen – wie bereits oben beschrieben – gezeigt, dass gerade Personen, die vorher besonders aktiv waren, in der COVID-19 Pandemie einen Anstieg in dem Gefühl, Gesellschaft anderer zu vermissen, gezeigt haben.

Durchschnittlich/ wenig Beteiligte

Die zweite Kategorie von Teilnehmer*innen kann in zwei Untergruppen unterteilt werden: die mäßig/gar nicht Engagierten, die mit ihrer derzeitigen Beteiligung an Aktivitäten zufrieden sind, und die mäßig/gar nicht Engagierten, die gerne stärker eingebunden wären und nach sozialen Aktivitäten suchen.

2.a. Mäßig/wenig beteiligt – zufrieden

Die Untergruppe 2.a. der mäßig bis gar nicht Beteiligten, aber dennoch Zufriedenen hat ein wichtiges gemeinsames Merkmal. Sie haben andere Prioritäten und Beschäftigungen, die sie ausfüllen, und sind daher weniger an der Teilnahme an kollektiven Gruppenaktivitäten interessiert. Dabei kann es sich um familiäre Aufgaben (Enkelkinder, Pflege des Partners/der Partnerin usw.), um Freundschaften (bevorzugt Aktivitäten mit Freund*innen im kleinen Kreis) oder um individuelle Tätigkeiten (Heimwerken, Nähen) handeln. Es kann auch vorkommen, dass die Personen in dieser Kategorie keine organisierten Aktivitäten in großen Gruppen mögen und es vorziehen, sich in kleinen Gruppen zu treffen oder ihre Aktivitäten spontan zu organisieren, ohne eine regelmäßige Verpflichtung eingehen zu müssen. Mögliche Hindernisse für die Teilnahme an organisierten Aktivitäten können daher zu große Gruppengrößen bei den Aktivitäten sein sowie die fehlende Motivation für eine regelmäßige Teilnahme oder langfristiges Engagement. Es kann sich auch um ein mangelndes Interesse am Inhalt der angebotenen Aktivitäten handeln, oder auch um eine gewisse Passivität. So äußert eine Befragte:

***Sie maachen och Trëppeltier an reesen, mee ech reesen net gär, domat geet et un. (...)
Wann se kachen oder baken, nee einfach nee. Also ech weess, dass dat alles leeft, mee et ass net mäint. Ech sinn sozial, mee kee Gruppemënsch.***

Weiblich, 70+

Das Ausmaß des Zugehörigkeitsgefühls zu Luxemburg oder der Gemeinde variiert in dieser Gruppe von Befragten von mittel bis stark. Bei Einwohner*innen ausländischer Herkunft kann ein stärkeres Gefühl der Zugehörigkeit zu einem anderen Land, etwa dem Herkunftsland der Befragten, oder einem weiteren Land bestehen.

Um eine stärkere Beteiligung an gemeinsamen Aktivitäten zu erreichen, könnten Aktivitäten in kleinen Gruppen sowie ein vielfältigeres Angebot an Aktivitäten von Vorteil sein. Bei eher passiven Personen können die Kinder, Partner*innen, Freund*innen oder Schlüsselpersonen in der Gemeinde als Vermittler dienen.

2.b. Mäßig beteiligt/suchend

Die Untergruppe 2.b. der mäßig Engagierten und Suchenden unterscheidet sich von der Gruppe 2.a. dadurch, dass sie mit ihrer derzeitigen Beteiligung an kollektiven Aktivitäten nicht zufrieden sind und eine stärkere Beteiligung an kollektiven Aktivitäten jetzt oder in naher Zukunft anstreben. Es handelt sich um eine Gruppe von Personen im Übergang, die sich im nahen oder kürzlich eingetretenen Ruhestand neu orientieren wollen. Die Altersspanne der Befragten in dieser Kategorie liegt daher zwischen 55 und 65 Jahren. Es ist festzustellen, dass die Rente für diese Personen einen größeren Einschnitt darstellt als für die Personen der Gruppe 1, die sehr engagiert sind und für die kollektive Aktivitäten immer eine wichtige Rolle in ihrem Leben gespielt haben und auch nach der Rente weiterhin spielen. Für die Gruppe 2.b. geht es darum, ein soziales Umfeld (das der Arbeit) durch ein anderes (das der kollektiven Aktivitäten) zu ersetzen. Diese Menschen sind motiviert, ihr soziales Netzwerk in ihrer Umgebung zu erweitern, da sie bisher nur wenige Kontakte geknüpft haben. Einige von ihnen haben lange in der Gemeinde gelebt, andere haben ein aktives Leben außerhalb der Wohngemeinde geführt oder sie sind erst in den letzten zehn Jahren dorthin gezogen. Sie zeichnen sich durch Neugierde, Weltoffenheit und ein erhöhtes Bedürfnis nach sozialen Kontakten aus. Befragte, die bedeutende Lebenserfahrungen im Ausland oder in einem multikulturellen Kontext gemacht haben und vielleicht sogar ein transnationales Zugehörigkeitsgefühl entwickelt haben, schätzen es, auch weiterhin Menschen aus anderen Ländern zu treffen.

*I was working in a big bank. So the, the mix of people that I would see on a daily basis in the bank was quite wide, you know, lots of different nationalities and it was quite interesting all the different things that people would have to tell you about. (...)
It would be good to kind of replace that diversity I suppose.*

Weiblich, 60+

Als hindernde Faktoren ließen sich hier eine mangelnde Identifikation mit der lokalen Bevölkerung, der für die Befragten dieser Gruppe wenig interessante Inhalt der Aktivitäten, die Sprachbarriere oder die Kosten der angebotenen Aktivitäten erkennen.

Nicht Eingebundene

Zur letzten Gruppe gehören diejenigen, die nicht eingebunden sind. Sie sind mit ihrer Situation meist unzufrieden und fühlen sich isoliert. Mögliche Hindernisse für eine Teilnahme an organisierten Aktivitäten sind hier gesundheitliche Beeinträchtigungen oder Schwierigkeiten bei der Integration in eine Gruppe. So äußert eine Befragte:

Die Gründe sind, dass ich nicht so akzeptiert werde wie ich bin. Dass man merkt, dass ich etwas langsamer gehe oder etwas anders kucke [...]

Also die Angst davor abgelehnt zu werden, nicht so angenommen zu werden, wie man ist. So eine soziale Phobie kann man schon sagen.

Weiblich, 60+

Meistens würden diese Befragten gerne ihren sozialen Kreis erweitern, aber verschiedene Faktoren hindern sie daran. Das Gefühl der Isolation kann durch einen kürzlich erfolgten Umzug in die Gemeinde oder durch die Tatsache verstärkt werden, dass die Gemeinde sich in den letzten Jahren städtebaulich stark verändert hat, was zu einem Rückgang des Gefühls der Zugehörigkeit zur Gemeinde führen kann. Das Gefühl der Zugehörigkeit zur Gemeinde ist bei den Befragten in dieser Gruppe durchschnittlich bis nicht vorhanden. So drückt es ein Befragter aus:

Alles hat sich im Zentrum abgespielt und da sind mal Leute zusammengekommen, um einen Aperitif zu trinken und das Gesellschaftliche fehlt mir ganz viel.

Mein Haus liegt ziemlich alleine und deshalb hab' ich keinen Bezug zu den anderen. Sonst hatte ich Kontakt zu den Nachbarn, aber weil da alles neu bebaut wurde, haben sie alles weggerissen und die sind auch nicht mehr da.

Männlich, 60+

Niederschwellige Angebote und Begegnungsräumen können hier Möglichkeiten schaffen, um mit anderen zusammenzukommen. Wenn die betroffenen Senior*innen in Kontakt mit sozialen oder medizinischen Strukturen stehen, können Sozialarbeiter*innen, sowie psychologisches und medi-

zisches Fachpersonal als Lotsen zu geeigneten Aktivitäten und/oder Strukturen dienen. In einigen Fällen kann eine psychotherapeutische Intervention angebracht sein, bevor Gruppenaktivitäten in Betracht gezogen werden.



Foto: © unbekannt

EINIGE LEHREN AUS DER PAN-VAL STUDIE

Sich willkommen fühlen

Sich willkommen zu spüren war ein wesentlicher Aspekt, um ein Zugehörigkeitsgefühl zu entwickeln, wie bereits oben erwähnt. Bei der Organisation und Umsetzung organisierter gemeinschaftlicher Aktivitäten sollten diese Erkenntnisse Berücksichtigung finden.

Im Hinblick auf die Entwicklung eines Gefühls der Zugehörigkeit zu Luxemburg oder zum Wohnort bezogen sich nämlich viele Antworten der Befragten auf die Art und Weise, wie sie in verschiedenen sozialen Kontexten willkommen geheißen wurden, sei es am Arbeitsplatz, in der Nachbarschaft oder während einer gemeinsamen Aktivität.

C'était dans le travail surtout, je me suis sentie vraiment appartenir à , parce que avec les Luxembourgeois, ..., ils étaient vraiment gentils avec moi.

Weiblich, 70+

Eine offene, einladende, nicht wertende Haltung gegenüber dem Anderen, Wertschätzung und Hilfsbereitschaft erweisen sich als starke Faktoren für die Schaffung eines positiven Gefühls der Zugehörigkeit zum Land.

C'est le moment où j'étais engagé dans mon travail. L'accueil que j'ai reçu au ministère des affaires étrangères (...) était positivement surprenant.(...) Je me suis dit, ici je vais donner le maximum de moi-même. Leur attitude m'a vraiment encouragé! À travailler autant que j'ai pu et à vivre sans problèmes. Là, je me suis senti (...), je me suis senti à l'aise.

Männlich, 70+

Schlüsselpersonen

Die Analyse der qualitativen Interviews hat zwei Typen von Schlüsselpersonen identifiziert, die sich unter zwei der Teilnehmerkategorien der PAN VAL Studie wiederfinden. Die sehr Engagierten können als Vermittler für andere, weniger aktive Senior*innen fungieren – sie stellen ein Bindeglied zwischen den angebotenen Aktivitäten und den potentiellen Teilnehmer*innen dar. In der Studie wurde zudem eine weitere Gruppe identifiziert, die sich als Schlüsselpersonen eignen können und zwar unter den mäßig Beteiligten, die auf der Suche nach neuen Aktivitäten sind und deren Reflexionen und Engagement eine wichtige Informationsquelle darstellen. Diese Teilnehmer*innen zeigten großes

Interesse an dem Thema und waren selbst kurz vor der Pensionierung oder kürzlich in den Ruhestand getreten. Ihre Einbindung in die Planung kann die Organisation von sozialen Aktivitäten stark bereichern, um das zukünftige Angebot immer wieder an die Bedürfnisse der Zielpopulation anzupassen. So wurde von einer Befragten vorgeschlagen:

Et wier net schlecht eppes fir an di Transitionunphas ze maachen, wou sech Leit kéinten kenneléieren, di gläich an d'Pensioun ginn. Ech hat mol gesinn am Club Senior (...), dass do 2 Workshopen waren, wei een sech op d'Pensioun virbereeden kéint. Amplaz just e Workshop ze maachen, kéint een villäicht sou eppes ëfters maachen, domat sech d'Leit besser kenneléieren. Beim Workshop ginn d'Leit nämlech dohin an dann erëm heem an dat war et. Eppes reegelméisseg es wier gutt. Den Follow-up felt.

Weiblich, 50+

Zukunftserwartungen 50+

Um in die Zukunft zu blicken, wurden Menschen ab 50 Jahren in die PAN-VAL Studie einbezogen. Es ist wichtig, die Bedürfnisse der jüngeren und zukünftigen Senior*innen zu kennen, um die angebotenen Aktivitäten an den Bedarf dieser Zielgruppe anpassen zu können. Hierbei zeigte sich, dass die Befragten 50+ sich teilweise noch nicht so stark mit der Thematik des Ruhestandes und zukünftigen Aktivitäten beschäftigen, auch weil sich spezielle Angebote für Senior*innen dann oft an eine ältere Population wenden und nicht als attraktiv für eine jüngere Population gesehen werden, wie folgende Aussage verdeutlicht:

Ech erwaarden mir wann ech d'Pensioun hunn dann kucken ech mir dat alles un an dann gesi mir ob dat net wierklech ob déi äälsten Persounen zougeschriwwen ass. Also ech erwaarden mir dat net nëmmen fir, meeschstens ass dat jo 70+, 75+, 80+. Also ech well dat fir 55+ hunn, an net fir déi äälst vun den ääleren [laachen]. Also ech muss mir dat ukucken, ech sinn frou dass mir dat héi hunn an wéi gutt dat dann ass dat gesinn ech an 2 Joer.

Es wurden auch Vorschläge für neue Angebote gemacht, die momentan fehlen:

Winetasting oder Whiskeytasting, Geschichte und Philosophie, Kunstkurse, Malen, Zeichnen. Mal was anderes. Nicht nur was man meint, was eine Person über 50 interessieren könnte.

Auch hier sind die Interessen der Befragten vielfältig:

Ech siche speziell Coursen fir ze programméieren. Um Handy ze programméieren zum Beispill. Fir dat doten kucken ech, wann déi Brochuren eraus kommen vun der Chambre des Métiers.

Auch sportliche Aktivitäten wurden hier genannt und ein Mangel an speziellen Angeboten für die Zielgruppe 50+ erwähnt:

Mee wann eben d'Méiglechkeet wier Basket mat lauter 50-Järegen ze spillen, dat géif mech scho reizen. Ech hat eng Kéier viru Joren hei (...) am Club nogefrot ob se eng Veteranenmannschaft hätten, an dat ass et einfach net ginn.

Struktureller Wandel und steigende Diversität

Die Kombination aus quantitativen und qualitativen Ergebnissen der PAN-VAL Studie unterstreicht die Bedeutung von Gemeinschaftsstrukturen, kollektiven Aktivitäten oder Treffpunkten in den Gemeinden. Während ein großer Teil der befragten Personen ein starkes Zugehörigkeitsgefühl zu ihrer Gemeinde erkennen ließ, wurde in den qualitativen Interviews teilweise ein Gefühl der Isolation aufgrund fehlender Begegnungsmöglichkeiten, mangelnder Identifikation mit der lokalen Bevölkerung oder fehlender abwechslungsreicher Aktivitäten geäußert. Dies traf vor allem auf Bewohner*innen in Gemeinden zu, in denen sich in den letzten Jahren ein starker struktureller Wandel vollzogen hat.

Teilweise waren die Befragten, die sich ihrer Gemeinde zugehörig fühlten, „schon immer dort“ oder waren schon in jungen Jahren mit ihrer Familie hergezogen. Hingegen waren die Befragten, die unter Isolation leiden, öfter erst später zugezogen. Aufgrund der Stadtentwicklung und des Bevölkerungswachstums werden die Einwohner*innen vieler Gemeinden, die sich im Wandel befinden, zunehmend mit einer wachsenden Diversität ihrer Bevölkerung konfrontiert sein. Es ist daher notwendig, Konzepte zu entwickeln, die Einheimische und Neuankömmlinge zusammenbringen, und das Angebot an Aktivitäten zu diversifizieren, um sich an diese vielfältigere Bevölkerung anzupassen. In Regionen, in denen das kulturelle und sportliche Angebot weniger umfangreich ist, spielen daher die Verbände und Vereine eine besonders wichtige Rolle bei der Integration.



ENTWURF EINES RAHMENKONZEPTES ZUR SCHULUNG DER INTERKULTURELLEN KOMPETENZEN IN DER ALTENARBEIT

Das Leben in Luxemburg ist zunehmend durch verschiedene Kulturen, Vielsprachigkeit und menschliche Vielfalt geprägt. Zu den Schlüssелеlementen für ein gutes Zusammenleben – unter Berücksichtigung von Gemeinsamkeiten und Unterschieden – zählen Haltung, Verhalten und Kommunikation.

Im Rahmen des PAN-VAL Projektes soll – ausgehend von der erörterten Bedarfslage – ein Rahmenkonzept mit dem Schwerpunkt „*kultursensibler Umgang in der Altenarbeit*“ für Fachpersonen erstellt werden, das Ansatzpunkte für eine vertiefende Auseinandersetzung mit diesem Themenfeld liefert.

Das Basiskonzept sieht folgende Bausteine³ vor:

1. **Sensibilisierung**
2. **Offenheit und wertschätzende Begegnung**
3. **Gemeinsamkeiten schaffen**
4. **Good practices und Vernetzung**
5. **Interkulturelle Mediation**

Modul 1

Sensibilisierung – Bewusstsein schaffen für das Sosein meines Gegenübers

*Eine allgemeine interkulturelle Sensibilisierung ist eine notwendige Maßnahme, um Unsicherheiten und Missverständnisse zu entkräften, die das Verhalten von Teilnehmer*innen / Mitarbeiter*innen aus anderen Kulturkreisen hervorbringen kann.*

„Sich selbst (er)kennen“ – Die Bewusstseins-schaffung für interkulturelle Unterschiede sowie das Training eines selbstbewussten, reflektierten Verhaltens in der Interaktion (Perspektivenwechsel) bilden die Basis für eine gelingende Verständigung mit Menschen aus anderen Kulturkreisen.

„Über den Tellerrand hinaussehen“ – Wichtig sind dabei die Fähigkeit und die Bereitschaft, sich selbst zu hinterfragen und sich mit den eigenen kulturell gefärbten Annahmen, Denk- und Verhaltensweisen auseinanderzusetzen („décentration des zones sensibles“ Margalit Cohen-Emerique). Denn nur wer sich selbst kennt, kann die eigenen „zones sensibles“, sprich eigene stereotypengeleitete Urteilsheuristiken identifizieren und „in Schach halten“, um sich unvoreingenommen und nicht-wertend auf sein Gegenüber einzulassen.

Dadurch eröffnet sich ein „gemeinsamer Raum“ für den Erwerb von neuen Erlebens- und Verhaltensweisen. Auf dieser Grundlage können Fachpersonen ihr Repertoire an Kommunikations- und Handlungswissen in interkulturellen Kontexten ausbauen und erweitern.

Kulturelle Diversität – eine Begriffsbestimmung

Was versteht man unter dem Begriff „kulturelle Diversität“? Laut UNESCO (2009) bezieht sich der Begriff zunächst einmal und vor allem auf die Tatsache, dass es ein breites Spektrum an unterschiedlichen Kulturen gibt, wobei die Abgrenzung einzelner Kulturen voneinander nicht immer so einfach ist. Die kulturelle Vielfalt kann sich beispielsweise in Unterschieden in den sozialen Codes und Repräsentationen, Lebensstilen, Wertesystemen, Kom-

munikationsmustern und kognitiven Prozessen innerhalb und zwischen Gesellschaften zeigen. Das gesellschaftliche Bewusstsein für diese Vielfalt ist durch die Globalisierung und durch Migrationsprozesse in den letzten Jahren gestiegen.

Mehr als 160 Nationalitäten leben in Luxemburg, eine Besonderheit, die alle Aspekte des Lebens im Land beeinflusst. Im Jahre 2021 betrug der Ausländeranteil gemessen an der Gesamtbevölkerung rund 50 Prozent, für die Altersklasse der über 70-Jährigen ist dies fast ein Drittel.

³ Von den Bausteinen sind die drei ersten Module inhaltlich ausführlicher beschrieben, während die beiden letzten lediglich grob skizziert werden konnten und einer weiterführenden Ausarbeitung bedürfen.

Kulturelle Diversität beschränkt sich jedoch nicht auf die Nationalität und den kulturellen Hintergrund eines Menschen. Sie erhält erst im *situativen Kontext* und vor dem Hintergrund der gesamten *Persönlichkeit* ihre Bedeutung. Je nachdem werden die einen oder anderen dauerhaften und variablen persönlichen Eigenschaften oder Verhaltensmuster in einem spezifischen Moment für relevant erachtet. Wie diese wahrgenommen und welche Zuschreibungen oder Bewertungen ihnen angedeutet werden, hängt maßgeblich von den (impliziten) Kulturbildern des Gegenübers ab. Gerade im sozialen Bereich sind ein sensibler Umgang mit kultureller Vielfalt und ein Sich-Einlassen auf unterschiedliche Verhaltens- und Kommunikationsmuster unerlässlich. Mitarbeiter*innen müssen auf die Anforderungen einer multikulturellen Gesellschaft bestmöglich vorbereitet werden. Die Diskrepanz zwischen *Selbst-Kulturbild* und *Fremd-Kulturbild* fällt häufig groß aus. Wichtig ist es hier, einen dialektischen Ausgleich zu schaffen, weg von einer „Defizit-Orientierung“ (Abwesenheit von bestimmten Merkmalen) und hin zu einer „Ressourcen-Orientierung“ (Akzentuierung von kulturellen Besonderheiten). Deshalb ist eine kultursensible Haltung immer auf das fokussiert, was mit dem Gegenüber „verbindet“ und nicht auf das, was vom Gegenüber „entfremdet“.

Dazu bedarf es der Vermittlung von **interkulturellen Kompetenzen**. Es muss künftig verstärkt Wert auf Haltung und Verhalten in der Organisations-/Unternehmenskultur gelegt werden. Um sicherzustellen, dass Mitarbeiter*innen entsprechende Handlungskompetenzen verinnerlichen und eine offene, nicht-wertende Haltung in multikulturellen Kontexten an den Tag legen.

Der Blick durch die „kulturelle Brille“

So wie Persönlichkeit für das Individuum charakteristisch ist und Identität stiftet, lässt sich Kultur als etwas Ähnliches für die Gesellschaft verstehen. Kulturen sind ordnungs- und sinnstiftende Regelwerke, die das menschliche Zusammenleben strukturieren. Dieses Konvolut aus übergeordneten Regeln, Normen, Vorgaben, Gebräuchen, Weltanschauungen wirkt auf Mitglieder einer gleichen Kulturgemeinschaft ein: Die genannten Aspekte ummanteln die individuelle Wahrnehmung und finden Ausdruck im Fühlen, Denken, Wollen, Handeln und Verhalten.

Unser Gehirn ist ein sparsames Organ. Nun ist es natürlich, die Welt und die Menschen aus der eigenen Perspektive zu betrachten, eigene Deutungsmuster und Erklärungsheuristiken heranzuziehen, um dem, was sich uns zuträgt, einen Sinn zu verleihen. Ebenso ist es natürlich, Erfahrungen, die man mit Menschen aus einer anderen „sozialen Gruppe“ gemacht hat (z.B. anderer Kulturkreis, Nationalität, Altersgruppe, Geschlechtsidentität, etc.), im Hinblick auf alle anderen Menschen, die dieser Gruppe angehören, zu generalisieren. Da unser Gehirn nur eine begrenzte Menge von Informationen verarbeiten kann, hilft es sich selbst, den Wust an Informationen, denen es ausgesetzt ist, zu reduzieren, z.B. durch Kategorienbildung und Denkabkürzungen. Eine undifferenzierte Generalisierung von Merkmalen oder Zuschreibungen hilft zwar, eine schnelle Beurteilung vorzunehmen, doch dies geht auf Kosten der Genauigkeit. Und genau hier liegt die „Stereotypen-Falle“.

Beispiel: Negative Altersbilder wie auch negative kulturelle Stereotype können sich in diskriminierende Einstellungen und Verhaltensweisen gegenüber älteren Menschen und gegenüber Menschen anderer ethnischer Herkunft manifestieren.

Merke: *Sich immer wieder ins Bewusstsein zu rufen, dass die eigene Sicht weder die einzige, noch die einzig richtige ist, ist die Grundvoraussetzung für ein gelingendes Miteinander und interkulturelle Arbeit.*

Es ist demnach wichtig – im Rahmen der professionellen Gesprächsführung – sein Gegenüber nicht (nur) durch die eigene Brille zu sehen, sondern immer auch zu versuchen, die Perspektive des anderen einzunehmen. Anders ausgedrückt geht es darum:

- **Distanz** zu seinen eigenen Ideen, Vorstellungen, Überzeugungen und Urteilen zu nehmen und dadurch
- **Nähe** zum Gegenüber aufzubauen, um ein besseres (unverfälschtes) Verständnis für die Person und ihre Identität zu erlangen.

Um sich in *empathischem Zuhören* zu üben, kann es hilfreich sein, sich während des Gesprächsverlaufes zwischendurch immer wieder selbst zu fragen:

- Wie würde ich mich an der Stelle des anderen fühlen?
- Wie würde ich mir wünschen, dass man mit mir umgeht?

Selbsterkenntnis und Selbstreflexion

Wer bin ich? Wie möchte ich sein? Wie sehen mich andere? Wie möchte ich, dass andere mich sehen?

Dies sind Fragen, die den Prozess der Selbstreflexion anregen. In der interkulturellen Arbeit steht die Fähigkeit zur Selbstreflexion, sprich sich selbst und das eigene Verhalten zu hinterfragen, im Mittelpunkt. Es ist nicht erforderlich, die eigenen Wertmaßstäbe „auszuhebeln“, sondern sich konsequent und immer wieder erneut bewusst zu werden, dass es neben den eigenen auch andere Maßstäbe gibt, die aus anderen Lebenskontexten erwachsen können. Außerdem sollte man sich über den Einfluss oder die Einfärbung des kulturellen Hintergrundes, in dem man aufgewachsen ist, im Klaren sein. Hier finden sich die Antworten auf die Frage, weshalb man bestimmte Denk-, Glaubens- und Verhaltensweisen als „normal“ ansieht und andere als „Abweichungen“ von diesem Normalen.

In einem letzten Schritt lernt man dann, das „Eigene“ und „Fremde“ zu unterscheiden.

- Was macht uns eigentlich als Mensch aus?
- Welche Wertmaßstäbe, Normen und Weltanschauungen prägen mein Denken und Verhalten?
- Welche Rolle kommt den „anderen“ bei meiner Selbstwahrnehmung zu?
- Wie nehme ich die „anderen“ wahr?

Diese „**kulturelle Selbstreflexion**“, ist eine unbedingt erforderliche Übung, um den eigenen Selbstverständlichkeiten, Maßstäben und Grundannahmen auf die Spur zu kommen.

Nur wer sich kennt, kann in einem professionellen Kontext die Stereotypen-Falle umgehen, um unvoreingenommen auf sein „Gegenüber“ einzugehen und eine kultursensible Haltung zu erlangen.

- Anhand von verschiedenen Übungen (z.B. durch die „Brille des Anderen“ sehen) kann diese Kompetenz gelernt und trainiert werden. Dazu sollte man sich die notwendige Zeit nehmen. Es wird immer leichter werden, sich in sein Gegenüber hineinzuversetzen, nicht nur durch diese Brille des anderen zu sehen, sondern auch seine Handlungen, sein Denken zu verstehen. Wenn man diesen Arbeitsschritt anhand der Analyse von Fallbeispielen macht, lernt man auf einfühlsame und empathische Weise auf den anderen zu achten. Achtvolle Umgangsregeln zu verstehen und zu beherzigen gehört zu einer kultursensiblen Haltung.
- In die Haut des „anderen“ schlüpfen und erleben, wie Dinge anders interpretiert werden, kann ebenfalls sehr gut mit Hilfe des Spiels „**Barnaga**“ in einer Gruppe geübt werden. „Barnaga, a simulation game on cultural clashes“ (Sivasailam „Thiagi“ Thiagarajan & Raja Thiagarajan)

Mein Gegenüber

Mein Gegenüber in seinem „Sosein“ zu verstehen, sie/ihn mit ihrem/seinem kulturellen Hintergrund, Werten und (besonderen) Bedürfnissen wahrzunehmen und im Kontext meiner eigenen professionellen Tätigkeit anzunehmen, ist die Grundhaltung, die ich als Mitarbeiter*in einzunehmen habe.

Eine kultursensible Haltung bedeutet folglich, die Person hinter ihrer Nationalität oder Kultur zu sehen.

„Ich treffe keine Kultur, sondern ich treffe den Menschen und seine Identität. Identität ist komplex und kontinuierlich“ – Mylène Porta.

Als Analogie sei auf das Eisbergmodell verwiesen: Ähnlich wie bei einem Eisberg, bei dem lediglich die Spitze aus dem Wasser ragt, ist auch beim Menschen nur ein sehr kleiner Teil von außen fürs Auge sichtbar. Der Großteil liegt im Verborgenen und ist nicht sichtbar. Man sieht äußere Merkmale, Kleidung, Verhalten. Man hört die Sprache, die jemand spricht. Man nimmt die Art wahr, in der jemand einem gegenübertritt, in der jemand auf einen reagiert. Aber man sieht nicht in diese Person hinein. Man weiß nicht, wie sie sich fühlt, was ihr widerfahren ist, wonach sie sich gerade sehnt. Man kennt weder ihre Interessen, ihre Kompetenzen, noch ihre Ängste, Nöte und Bedürfnisse. Dies kann nur in achtsamen, vertrauensvollen Gesprächen „erschlossen“ werden.

*Da man sein Gegenüber also nie ganzheitlich wahrnehmen kann, sollte man sich daher vor vorschnellen Schlüssen und Urteilen hüten. Es bedarf **Zeit, Offenheit und Interesse**, um sein Gegenüber kennenzulernen, seine Selbst- und Weltsicht zu verstehen, seine Art zu denken, fühlen und handeln zu verstehen.*

„Hands on“ praktisches Schulungsmaterial

Als Antwort auf die zunehmenden Anfragen wurde von GERO bereits ein spezifisches Sensibilisierungsmodul ausgearbeitet und zahlreichen Mitarbeiter*innen in der Altenpflege erfolgreich angeboten.

Das Trainingsmodul ist so konzipiert, dass ausgehend von theoretischen Grundlagen der Schwerpunkt auf die konkrete Anwendung und den direkten Praxisbezug gelegt wird. Demnach ist es wenig theorielastig und sehr stark auf „hands on“ ausgelegt. Viele realitätsnahe Fallbeispiele erläutern die interkulturelle Arbeit in der Altenpflege. Neben Anregungen zum Mit- und Umdenken, werden Anreize zum Erfahrungsaustausch sowie zur Selbsterkundung gegeben.

Modul 2 Offenheit und wertschätzende Begegnung

Der Mensch muss ganzheitlich betrachtet werden, d.h. nicht als „Ausländer*in“ oder „Fremde*r“, sondern in erster Linie als MENSCH. Als dieser Mensch soll er oder sie sich wohlfühlen, um Vertrauen fassen zu können. Menschen sollen sich wertschätzend begegnen, mit dem Ziel des gegenseitigen Voneinander-Lernens.

Begibt man sich in ein neues Umfeld und trifft dort Menschen, die man (noch) nicht kennt, die vielleicht eine andere Sprache sprechen, anders aussehen, sich anders verhalten, fühlt man sich zunächst fremd und verunsichert. Dahinter steckt letztlich die Angst vor Ablehnung und Ausgrenzung und schlimmstenfalls vor Diskriminierung. Was wünscht man sich in dieser Situation? Wie wünscht man sich, dass andere einem begegnen? Was kann helfen, „menschliche Brücken“ zu bauen, die ein Gefühl des „Willkommenseins“ entstehen lassen? Die Auseinandersetzung und Beantwortung dieser Fragen bilden den Gegenstand dieses Moduls.

Was bedeutet „jemanden willkommen heißen“ in der konkreten Umsetzung?

In einem professionellen Kontext wird die Willkommenskultur maßgeblich durch die Grundhaltung der Offenheit und Akzeptanz gegenüber Personen anderer Herkunft, anderen Glaubens, anderen Denkens und Fühlens auf individueller und organisatorischer Ebene gesehen. Die praktische Umsetzung dieser Willkommens- und Anerkennungskultur steht und fällt dabei mit der Haltung und dem Verhalten der Mitarbeiter*innen. Folgendes gilt es zu beachten:

- Diversität stellt eine Chance für gemeinsame Entwicklung dar: Es gilt vorschnelle Kategorisierungen und Kulturalisierungen zu vermeiden.
- Institutionelle Rahmenbedingungen und soziale Praktiken sollen auf Teilhabe und Inklusion ausgerichtet sein.

Das „Willkommenheißen“ in dem hier verwendeten Bedeutungsrahmen meint immer mehr als eine freundliche Begrüßung. Es geht darum, ein Gefühl zu vermitteln, erwünscht, angenommen, respektiert und akzeptiert zu sein. Der Begriff „Willkommenskultur“ in diesem umfassenden Sinn zielt weder allein auf „Neuankömmlinge“ noch auf eine begrenzte Zeitperiode des Kennenlernens ab, sondern durchzieht – wie ein roter Faden – nachhaltig die professionelle Haltung.

Es gibt keine zweite Chance für den ersten Eindruck: Er ist ein Türöffner – legt den Grundstein für den Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung – und ist somit eine Chance, die man nicht verspielen sollte. In der Psychologie wird dieses Phänomen des ersten Eindrucks, der sich besonders stark ins Gedächtnis einprägt, als „primacy effect“ bezeichnen. Worauf haben Profis zu achten?

Einige Beispiele:

- **Hürden nehmen:**
Die Teilnehmer*innen / Anwesenden bei Veranstaltungen oder Treffen in ihrer Sprache zu begrüßen, zeugt von Wertschätzung, Respekt und Aufmerksamkeit.
- **Brücken bauen:**
Die neuen Teilnehmer*innen / Anwesenden in der Gruppe vorstellen und nicht darauf warten, dass diese den ersten Schritt von alleine machen.
- **Positive Gestaltung von Vielfalt:**
Kulturfaire Aktivitäten und Angebote gestalten, die nicht ausgrenzen, sondern die soziale Teilhabe und soziale Kohäsion begünstigen.

Wertschätzung vermitteln: Authentisches Interesse an der Person zeigen

Jeder Mensch trägt seine Lebensgeschichte im Rucksack, darin gebündelt sind alle Erlebens-Erfahrungen, Kompetenzen und Ressourcen, aber vielleicht auch Verluste oder Kränkungen, die erlebt wurden. Dieses Konglomerat von prägenden, sehr unterschiedlichen Lebenserfahrungen machen die Einzigartigkeit und die Besonderheit eines jeden Menschen aus.

Wir Menschen sind „erzählende Affen“ so der Titel des Buches von Samira El Ouassil und Friedemann Karig. Und es stimmt, wir können gar nicht anders als Geschichten zu erzählen. Sie sind ein Produkt unseres Geistes und wir re-konstruieren auf diese Weise unsere subjektive Wirklichkeit. Dabei fließen unsere Werte, Normen, Befindlichkeit, Bedürfnisse immer mit ein. Denn i.d.R. glauben wir das, was wir erinnern – auch wenn es sich nicht notwendigerweise so zugetragen haben muss – denn es entspricht unserer „inneren Logik“. Darin spiegelt sich die persönliche Sicht auf die Welt und das Selbst in der Welt. Interessiert man sich für die Geschichte(n) eines Menschen, fühlt sich die Person wahrgenommen, wertgeschätzt und angenommen. Dieses Gefühl des „Angenommenseins“ trägt ganz wesentlich zum sozialen Wohlbefinden bei und ist eine wesentliche Voraussetzung für das Erleben von „Zugehörigkeit“ in sozialen Gruppen.

Good Practice Beispiel: „Sharing Stories, Sharing Life“ ist der Titel eines durch die EU geförderten dreijährigen Projekts, das von GERO mit Partnern aus den Niederlanden, Österreich und England ins Leben gerufen wurde. Im Mittelpunkt steht das Vorbeugen von Einsamkeit und die Verbesserung des emotionalen Wohlbefindens durch das Mit-„teilen“ (engl. *sharing*) von bedeutsamen Erlebens-„Geschichten“ (engl. *stories*). Mit der *Sharing Stories*-Methode kann gelernt werden, alles Schwere und Belastende nicht etwa zu verdrängen oder zu leugnen, sondern den Fokus zu verändern und gezielt persönliche „Erinnerungsschätze“ aufzudecken. Durch diese Gesprächs-Methode lernen Menschen nicht nur ihr Leben anders wahrzunehmen, Stärken zu erkennen und

eigene Ressourcen zu re-aktivieren, sondern erfahren über den Austausch eine neue Art sozialer Verbundenheit. Möchten Sie mehr über das Projekt und die Umsetzungsmöglichkeiten in Ihrer Organisation erfahren, dann informieren Sie sich auf www.story-tree.eu oder kontaktieren Sie uns via E-Mail: info@gero.lu

Wie gehe ich mit der Herausforderung der Viel/Mehrsprachigkeit in Luxemburg um?

Die Sprache wird oft als Hürde angeführt, um in einer mehrsprachigen Umgebung mit Menschen in Kontakt zu treten. Die Mehrheit der Luxemburger spricht vier Sprachen. Wer dagegen über keine oder wenig Sprachkenntnisse verfügt, der fühlt sich von seinen „anderssprachigen“ Mitmenschen oftmals isoliert oder ausgeschlossen. Um zur interkulturellen Öffnung in der Altenarbeit in Luxemburg beizutragen, sollte beachtet werden:

- die Herkunftssprache der Personen zu berücksichtigen („Türöffner“ zur Teilnahme)
- mehrsprachige Aktivitäts- und Bildungsangebote zu implementieren
- sprachenübergreifende (kulturfair) Angebote zu entwickeln und zu etablieren



Foto: © Robert Kneschke – stock.adobe.com

Tip: Erste Informationen, wie schriftliche Einladungen, sollten wenn möglich auch in der Herkunftssprache der Teilnehmer*innen formuliert werden und durch persönliche, ggf. mündliche Einladungen durch vertraute Personen (Peers) ergänzt werden. Als langfristiges Ziel sollte angestrebt werden, in einer gemeinsamen Sprache zu kommunizieren. Die sprachliche Verständigung ist ohne Zweifel der Schlüssel für Bildung und gleichberechtigte Teilhabe und damit auch ein entscheidender Faktor für die Integration.

Beispiel: Im Süden von Luxemburg, einer Region, die sich durch einen großen Anteil ausländischer Gemeinschaften (v.a. aus Portugal stammende Menschen) auszeichnet, könnte „Französisch“ diese gemeinsame Sprache sein.

Jenseits von Sprache gilt es, die nonverbale Kommunikation zu beachten

Unter nonverbaler Kommunikation wird die außersprachliche oder auch averbale Kommunikation verstanden. Sie umfasst alle Formen der nicht-wörtlichen Verständigung. Warum diese Art der Verständigung so bedeutsam ist, verrät bereits die Redewendung „Blicke sagen mehr als Worte“.

Menschen kommunizieren nicht allein mit Worten. Ein langer Blickkontakt verbunden mit einem persönlichen Gespräch lässt schnell ein Gefühl der Nähe – selbst zwischen Fremden – entstehen. Der Tonfall der Stimme, der Sprachrhythmus, die Mimik und Gestik – all das sind nonverbale Signale des Körpers, die wir aussenden und die von unserem Gegenüber entschlüsselt werden.

Nonverbale Kommunikation findet immer statt. Wir können uns nicht nicht verhalten. Aber wir können darüber nachdenken, wie wir uns in bestimmten Kontexten „nonverbal“ verhalten. Wir können diese Signale, die teilweise automatisch ablaufen, aber auch bewusst steuerbar sind, reflektieren.

Wichtig ist es, dass die verbale und nonverbale Ebene während der Interaktion „kongruent“ sind, d.h. miteinander *übereinstimmen*.

Übung: Körpersprache entschlüsseln

Übung: Gefühle pantomimisch darstellen

Übung: 4 Seiten der Kommunikation

Modul 3 Gemeinsamkeiten schaffen

Menschen sind unterschiedlich. Das ist eine Gemeinsamkeit, die jenseits von Nationalität und Sprachverständnis liegt, und die Einheimische und Zugezogene „teilen“. Möchte man die soziale Teilhabe und kulturelle Öffnung fördern, gilt es, weitere Gemeinsamkeiten zu erörtern. Nur so lassen sich in einem professionellen Umfeld inklusive Gruppenaktivitäten und -angebote effizient planen.

Fragen, die man sich dabei stellen sollte:

- Welches sind Themenbereiche, die eher *gruppenspezifisch* das Interesse binden und was sind möglicherweise übergreifende Themenfelder, die für alle interessant und relevant sind?
- Welche Konzepte werden der komplexen Realität gerecht?
- Wie müssen ggf. die bestehenden Angebote neugedacht und geändert werden?

Im Fokus steht die Förderung eines gelingenden Miteinanders in einer multikulturellen Gesellschaft.

Hier fungiert GERO maßgeblich als Impulsgeber, um diversifizierte Anreize zu schaffen. Im Magazin *geroAKTIV* werden eine Vielfalt an Angeboten und Aktivitäten vorgestellt, mit der Zielsetzung, die Heterogenität und Diversität der Population 60+ in Luxemburg hinsichtlich Interessen- und Bedürfnislage möglichst gut abzudecken. Der Vorteil dieser „kulturfair“ Aktivitäten besteht darin, dass nicht die Sprache im Mittelpunkt steht, sondern die Interessenslage.

Einige Beispiele von Themen, die verbinden und sich besonders gut eignen, um Gemeinsames zu schaffen und zu erleben:

- Musik
- Kunst
- Kulinarik
- Sport
- Gesundheitsthemen

Worauf ist zu achten?

Verknüpfung von Information und Geselligkeit

- Der gesellige Aspekt darf nicht fehlen. Denn nur wer sich wohlfühlt, der wird auch wiederkommen.
- Es ist wichtig niedrigschwellige und leicht zugängliche Angebote zu schaffen. Denn wenn die Angebote leicht erreichbar/wohnnah sind, geht man eher dorthin.
- „Dritte Orte“ und informelle Treffpunkte (z.B. Kneipen, Bibliotheken) bieten hier eine interessante Alternative zu den eher formalen Angebotsstrukturen.

Partizipative Einbindung in Inhalt und Planung der Angebote

Idealerweise sollen neue Teilnehmer*innen (von Profis oder „Peers“) partizipativ in die Zielfestlegung, Planung, Durchführung neuer Angebote eingebunden werden. Es geht darum, die Diversität und Interkulturalität als Chance zum gemeinsamen Wachstum zu nutzen. Der Einbezug des Wissens, der Lebenserfahrung(en) und des Engagements von allen Teilnehmenden ist bedeutsam.

Good Practice Beispiel: GERO arbeitet derzeit – unter einem partizipativen Ansatz – an der Entwicklung eines interkulturellen Spiels mit dem Namen „KULTURA“. Hierbei wurden Personen 60+ aus unterschiedlichen Kulturkreisen und verschiedenen Nationalitäten angesprochen, um ihr „besonderes“ Wissen über ihr Herkunftsland zu teilen, um „gemeinsam“ dieses Spiel entstehen zu lassen. Diese partizipative Vorgehensweise stieß auf großes Interesse seitens der Ehrenamtlichen, die teilweise so „Feuer gefangen“ hatten, dass sie zu Multiplikatoren wurden und ganz wesentlich am Entstehungsprozess und Bewerbung des Spiels beigetragen haben.

Partizipation ist keine Einwegstraße! Sie darf nicht einseitig ausgerichtet sein, wenn sie funktionieren soll, sonst entsteht schnell Frustration. „Key figures“ bzw. Schlüsselpersonen können dabei den Zugang zu einer bestimmten Bevölkerungsgruppe bahnen.

Schlüsselpersonen sind lokale Akteur*innen, die im Feld über die Ressourcen verfügen. Die Sicht dieser Personen ist bedeutsam, wenn es um (a) die Entwicklung oder Veränderung von Angeboten und Maßnahmen geht. Und (b), wenn es darum geht, den Zugang zu einer bestimmten Bevölkerungsgruppe zu erleichtern, da sie Vertrauensträger*innen und somit im übertragenen Sinn „Brückenbauer*innen“ sind.

Wo findet man Schlüsselpersonen?

Schlüsselpersonen kann man oft in den entsprechenden Vereinigungen, Organisationen oder Verbänden ausfindig machen. Sie sind meist aktiv engagiert oder ehrenamtlich tätig und verfügen über ein weitreichendes soziales Netzwerk.

Doch selbst gegenüber Schlüsselpersonen könnten Unsicherheiten und Ambivalenzen bestehen bleiben, ob man teilnehmen soll/darf oder nicht. In dem Fall können ggf. auch die eigenen Kinder („zweite Generation“) den Zugang bahnen und die Motivation seitens ihrer Eltern ankurbeln.

Beispiel: Eine Dame aus Portugal ist an der Teilnahme an einer angebotenen Aktivität vom Seniorenclub interessiert, traut sich aber nicht sich anzumelden, weil sie bisher eher Daheim war und für die Familie gesorgt hat. In diesem Fall ist es sinnvoll, dass die zweite Generation, also ihre Kinder, die Informationen über Angebotsstrukturen kennen, um somit die Mutter zu unterstützen, den Seniorenclub zu besuchen.

Modul 4 Good practices und Vernetzung

In der kultursensiblen Arbeit ist es wichtig, sich zu vernetzen und auszutauschen, und dies sollte durch Good practices passieren. Gemeint sind hiermit bewährte, optimale bzw. vorbildliche Methoden, Praktiken oder Vorgehensweisen in der Arbeit im Umgang mit anderen Menschen. In der Umsetzung ist es wichtig, auf Folgendes zu achten:

- Vernetzung soll innerhalb informeller und organisierter Netzwerke angestrebt werden.
- Good practices sollten auf einschlägigen und öffentlich zugänglichen Internetseiten dokumentiert werden.
- Begleitende Evaluation der Arbeit (Stärken, Schwächen, Chancen, Risiken, Bedarf)
- Ein regelmäßiger Austausch (z.B. Gresil), vergleichender Erfahrungsaustausch und Unterstützung mit Blick auf Integration auf lokaler Ebene ist ratsam.

Modul 5 Interkulturelle Mediation

Bei der Interkulturellen Mediation handelt es sich um einen Sonderfall der Mediation.

Der Fokus liegt auf einer Konfliktvermittlung zwischen Personen, die aus verschiedenen Kulturkreisen stammen oder sich durch andere Merkmale unterscheiden. Ihre (kulturelle) Zugehörigkeit ist verschieden, was dazu führt, dass oft unterschiedliche Wertvorstellungen und Muttersprachen der Streitenden, unterschiedlicher Umgang mit Emotionen, unterschiedliches nonverbales Verhalten, unterschiedliche Machtsymmetrien, etc. vorliegen, die in die Problemanalyse und den Prozess der Lösungsfindung miteinbezogen werden müssen.

Es ist wichtig, eine Instanz für interkulturelle Mediation anzubieten, an die Mitarbeiter*innen sich wenden können, wenn ein Teil der Konfliktsubstanz durch die Kultur (mit)bedingt ist. Dies schafft zusätzlich Sicherheit, wenn sich die Fachkräfte in der Altenarbeit auf den Weg machen, verstärkt kultursensibel und offen zu arbeiten.

Referenzen

- Adams, K. B., Leibbrandt, S., & Moon, H. (2011). A critical review of the literature on social and leisure activity and wellbeing in later life. *Ageing and Society*, 31(04), 683–712. <https://doi.org/10.1017/S0144686X10001091>
- Albert, I. (2021). Perceived loneliness and the role of cultural and intergenerational belonging: the case of Portuguese first-generation immigrants in Luxembourg. *European Journal of Ageing*, 18, 299–310. <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00617-7>
- Albert, I. & Heinz, A. (2021). Family in a multicultural context: Country report for Luxembourg. In I. Albert, M. Emirhafizovic, C. N. Shpigelman & U. Trummer (Eds.), *Families and family values in society and culture* (pp. 271–288). Charlotte, N.C.: Information Age Publishers.
- Atchley R. C. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist*, 29(2), 183–190. <https://doi.org/10.1093/geront/29.2.183>
- Burholt, V., Winter, B., Aartsen, M., Constantinou, C., Dahlberg, L., Feliciano, V., De Jong Gierveld, J., Van Regenmortel, S., & Waldegrave, C. (2020). A critical review and development of a conceptual model of exclusion from social relations for older people. *European Journal of Ageing*, 17, 3–18. doi:10.1007/s10433-019-00506-0
- Carstensen, L.L., Fung, H.H., & Charles, S.T. (2003). *Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life*. Motivation and Emotion 27, 103–123. <https://doi.org/10.1023/A:1024569803230>
- Carvalhais Marialves, M. (2021). *Zugehörigkeitsgefühl der älteren Bevölkerung Luxemburgs*. Unveröffentlichte Bachelorarbeit an der Universität Luxemburg.
- Ciobanu, R. O., Fokkema, T., & Nedelcu, M. (2017). Ageing as a migrant: vulnerabilities, agency and policy implications. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 43(2), 164–181. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2016.1238903>
- Ehsan, A., Bolano, D., Guillaume-Boeckle, S., & Spini, D. (2021). Reducing loneliness in older adults: looking at locals and migrants in a Swiss case study. *European Journal of Ageing*, 18, 333–344. <https://doi.org/10.1007/s10433-020-00577-4>
- European Commission (2021). GREEN PAPER ON AGEING Fostering solidarity and responsibility between generations. https://ec.europa.eu/info/law/better-regulation/have-your-say/initiatives/12722-Demographic-change-in-Europe-green-paper-on-ageing_en
- Fokkema, T., & Ciobanu, R.O. (2021). Older migrants and loneliness: scanning the field and looking forward. *European Journal of Ageing*, 18, 291–297. <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00646-2>
- Franz, P. (2021). *Die Rolle von Einsamkeit und Zugehörigkeitsgefühlen beim „active ageing“/ Altern von älteren Migranten in Luxemburg*. Unveröffentlichte Bachelorarbeit an der Universität Luxemburg.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*, 10, 227–237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
- Karl, U., Ramos, A. C., & Kühn, B. (2017). Older migrants in Luxembourg – care preferences for old age between family and professional services. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 43(2), 270–286. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2016.1238909>
- Kahn, R. L., & Antonucci, T. C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles and social support. In P. B. Baltes & O. G. Brim (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 253–286). Academic Press, New York.
- Karpinska, K., & Dykstra, P.A. (2015). *The Active Ageing Index and its extension to the regional level. Synthesis Report*. European Commission.
- Lang, F. R., Kliegel, M., & Albert, I. (2020). Psychology and aging: European perspectives. A special issue of *European Psychologist*. *European Psychologist*, 25(3).
- Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région – Rapport d'activité 2018. <https://mfamigr.gouvernement.lu/de/publications.gouvernement%2Bde%2Bpublications%2Brapport-activite%2Bminist-famille-integration-grande-region%2Bmfamigr%2B2018-rapport-activite.html>
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (2020). *Social isolation and loneliness in older adults: Opportunities for the health care system*. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/25663>
- Olivera, J. (2018, May 1). Active ageing in Europe: How does Luxembourg fare? (384 ed.) <https://www.forum.lu/article/active-ageing-in-europe/>
- Pecirep, A. (2021). *Der Wendepunkt zum integrierten Ich. Was sind Schlüsselmomente für die Entstehung eines Zugehörigkeitsgefühls?* Unveröffentlichte Bachelorarbeit an der Universität Luxemburg.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1984). Loneliness research: a survey of empirical findings. In L. A. Peplau & S. Goldston (Eds.), *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*. (pp. 13–46). U.S. Government Printing Office, 1984. DDH Publication No. (ADM) 84-1312.
- Saunders, B., Sim, J., Kingstone, T., Baker, S., Waterfield, J., Bartlam, B., Burroughs, H., & Jinks, C. (2018). Saturation in qualitative research: exploring its conceptualization and operationalization. *Quality & Quantity*, 52(4), 1893–1907. <https://doi.org/10.1007/s11135-017-0574-8>
- STATEC (2020). *Etat de la population*. https://statistiques.public.lu/stat/ReportFolders/ReportFolder.aspx?IF_Language=fra&MainTheme=2&FldrName=1
- UNESCO (2009). *UNESCO World Report. Investing in cultural diversity and intercultural dialogue*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000185202>
- World Health Organisation (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: WHO.
- Wu, Z., & Penning, M. (2015). Immigration and loneliness in later life. *Ageing & Society*, 35(1), 64–95. doi:10.1017/S0144686X13000470
- Wurm, S., Schöllgen, I., & Tesch-Römer, C. (2010). Gesundheit. In A. Motel-Klingebiel, S. Wurm & C. Tesch-Römer (Eds.), *Altern im Wandel. Befunde des Deutschen Alterssurveys (DEAS)* (pp. 90–117). Stuttgart: Kohlhammer.
- Zaidi, A., & Howse, K. (2017). The policy discourse of active ageing: Some reflections. *Journal of Population Ageing*, 10, 1–10. <https://doi.org/10.1007/s12062-017-9174-6>
- Zverotic, S. (2021). *The diversity of social networks within the ageing population of Luxembourg*. Unveröffentlichte Bachelorarbeit an der Universität Luxemburg.

