



Geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen

Die geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen verfolgt das Ziel, Menschen jeden Alters und Geschlechts die **Teilhabe an der digitalen Gesellschaft** zu ermöglichen. Im Mittelpunkt steht dabei die Förderung von Menschen in ihren individuellen Interessen, Fähigkeiten, Stärken und Potenzialen - **unabhängig von Rollenerwartungen und Zuschreibungen**.

Die folgenden **vier Handlungsfelder** – Inhalt, Methode, Person und Rahmenbedingungen – bieten eine strukturierte Grundlage, um eine **inklusive und gerechte Lernumgebung** zu schaffen, die die Vielfalt der Lernenden wertschätzt und auf ihre spezifischen Bedürfnisse eingeht.





Geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen

Inhalte

- **Darstellung und Thematisierung vielfältiger Lebensrealitäten:** Verschiedene Aspekte von Diversität, wie Geschlecht, Alter, Herkunft und andere Merkmale, sollen sichtbar gemacht und thematisiert werden. Die **unterschiedlichen Erfahrungen und Lebensumstände** der Teilnehmenden müssen dabei berücksichtigt und wertgeschätzt werden.
- **Bezug zum Alltag der Teilnehmenden:** Die Inhalte sollten sich an den alltäglichen Erfahrungen und sozialen Kontexten der Teilnehmenden orientieren. Durch **praxisnahe Beispiele** können die Teilnehmenden das Gelernte besser auf ihre eigenen Situationen übertragen und anwenden.
- **Thematisierung und Dekonstruktion von Geschlechterverhältnissen:** Durch die Verwendung inklusiver Sprache und Bildmaterial wird das klassische Rollenverständnis erweitert, indem Männer auch in unterstützenden und Frauen in entscheidungstragenden Positionen dargestellt werden. Der **Fokus sollte dabei immer auf den Kompetenzen und Erfahrungen** einer Person liegen und nicht auf dem Geschlecht.
- **Mehrwert hervorheben:** Statt technischer Details sollte der **praktische Nutzen** der jeweiligen Anwendung im Vordergrund stehen: Welche Vorteile bringt sie im Alltag?
- **Technische Inhalte und Kompetenzbereiche:** Es sollen **grundlegende Medienkompetenzen, Verständnis von Datenschutz und Online-Sicherheit sowie Fähigkeiten zum kritischen Denken und zur Problemlösung** vermittelt werden. Ziel ist es, diese Inhalte so zu gestalten, dass sie für verschiedene Altersgruppen und Geschlechter gleichermaßen zugänglich und relevant sind, um die digitale Teilhabe und Selbstständigkeit zu fördern.
- **Verwendung von geschlechtergerechter und gendersensibler Sprache:** Um möglichst alle Menschen anzusprechen, sollte auf **geschlechtsneutrale Formulierungen** zurückgegriffen werden. Statt der **Paarform** wie „Teilnehmerinnen und Teilnehmer“, dem **Binnen-I** „TeilnehmerInnen“ oder dem **Doppelpunkt** „Teilnehmer:innen“ kann der Begriff „Teilnehmende“ verwendet werden. In manchen Fällen kann es auch hilfreich sein, den Satz umzuformulieren, wie zum Beispiel „Rat des Arztes -> ärztlicher Rat“.



Geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen

Methoden

- **Raum für Nachfragen und Pausen schaffen:** Um sicherzustellen, dass alle Teilnehmenden mitkommen, sollten regelmäßig Pausen und Gelegenheiten für Verständnisfragen eingeplant werden. Dies **fördert die aktive Teilnahme und das nachhaltige Verstehen** der Inhalte.
- **Methodenvielfalt zur Förderung der Teilhabe:** Die Vielfalt der eingesetzten Methoden sollte die Diversität der Teilnehmenden widerspiegeln. Praxisorientiertes Lernen, verbale als auch nonverbale Formen der Beteiligung oder der Austausch in Gruppen bieten **verschiedene Anknüpfungspunkte** und machen die Inhalte zugänglicher.
- **Möglichkeiten zur Selbsterfahrung und Stärkung schaffen:** Es sollte Raum gegeben werden, damit Teilnehmende Neues ausprobieren können, eigene Stärken und Potenziale entdecken und ihr Selbstbewusstsein durch das erfolgreiche Bewältigen unbekannter Herausforderungen stärken. Dies **fördert ihre Eigenständigkeit und ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten**.
- **Spaß und Leichtigkeit vermitteln:** Lernen funktioniert dann am besten, wenn die Lernenden mit Freude und Begeisterung an den Kompetenzerwerb herangeführt werden. Trainer:innen sollten daher die **Begeisterung für das Thema vermitteln und Kursinhalte humorvoll gestalten** (z.B. durch lustige Bilder oder unterhaltsame Beispiele wie die Internetsuche nach Witzen). Gleichzeitig sollten Probleme mit Humor genommen und als natürlicher Teil des Lernprozesses vermittelt werden.



Methodenhandbuch für die Bildungsarbeit mit älter werdenden Frauen und Männern: https://www.digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/02/Mobiseniora_03_Methoden_Glossar.pdf

www.wb-web.de bietet wertvolle Einblicke in die Methodik der Erwachsenenbildung und stellt praxisorientierte Ansätze vor.



Geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen

Personen

- **Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und Hintergründe:** Jede Person bringt unterschiedliche Vorkenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrungen mit. Diese individuellen Unterschiede, einschließlich physischer Beeinträchtigungen wie Seh- oder Hörschwäche oder auch motorische Probleme, sollten berücksichtigt werden, um einen optimalen Lernprozess zu ermöglichen. Dabei sollen nicht die Beeinträchtigungen selbst im Mittelpunkt stehen, sondern die Lösungsmöglichkeiten. Es ist wichtig, **Menschen dort abzuholen, wo sie stehen**, und ihnen auf Augenhöhe zu begegnen.
- **Altersstereotype reflektieren:** Trainer:innen sollten ein **reflektiertes und positives Altersbild haben**. Nur so können sie den Teilnehmenden glaubhaft Wertschätzung entgegenbringen und diese dazu motivieren, stets „am Ball zu bleiben“. Ziel ist dabei, den gesellschaftlichen Anschluss älterer Menschen sicher zu stellen.
- **Klare Haltung gegen diskriminierendes Verhalten und Äußerungen:** Eine klare und unmissverständliche Haltung gegenüber diskriminierenden Äußerungen und Verhaltensweisen sollte von Beginn an kommuniziert und konsequent umgesetzt werden. Lehrende und Vortragende sind hier in der **Verantwortung, eine inklusive und respektvolle Lernumgebung zu schaffen** und entsprechende Vorgaben einzuhalten.



Maßnahmen für Senior:innen in der digitalen Welt: <https://digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/02/https://digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/02/>

Qualitätskriterien für senior:innengerechtes Lehren und Lernen mit digitalen Technologien: https://digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/02/Qualitaetskriterien_in_der_SeniorInnenbildung.pdf

Didaktik-Leitfaden für die Bildungsarbeit mit älter werdenden Frauen und Männern: https://www.digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/01/Didaktik_Leitfaden_Bildungsarbeit_aelter_werdenden_F_M.pdf



Geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen

Rahmenbedingungen

- **Zeitliche Gestaltung:** Die Veranstaltungstermine sollten so gelegt werden, dass sie für die entsprechende Zielgruppe wahrnehmbar sind. Dies bedeutet, auf **verschiedene Lebenssituationen und Verpflichtungen der Zielgruppe** Rücksicht zu nehmen, wie etwa Berufstätigkeit oder familiäre Verpflichtungen. Zudem sollte die Dauer einer Einheit 2-3 Stunden nicht überschreiten.
- **Zugänglicher Veranstaltungsort:** Der Veranstaltungsort sollte so gewählt werden, dass er gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar ist. Die Lernumgebung sollte zudem **barrierefrei** und für alle zugänglich gestaltet sein, **sowohl physisch als auch digital**.
- **Kosten:** Je nach sozioökonomischer Situation hängt die Kursteilnahme mitunter auch von den Kosten des Bildungsangebotes ab. In diesen Fällen können **individuelle Förderungen** sehr gut greifen (Bildungsscheck, Bildungszuschuss, Bildungsgutscheine, ...). Es ist wichtig, dass Menschen mit begrenzten finanziellen Ressourcen nicht ausgeschlossen werden.
- **Passendes Setting wählen:** Bei der Vermittlung digitaler Kompetenzen sollte das Lernsetting sorgfältig ausgewählt und **an die Bedürfnisse der Zielgruppe angepasst** werden. Verschiedene Lernformate bieten unterschiedliche Vorteile und sollten entsprechend der Zielgruppe eingesetzt werden.
- **Ressourcen zur langfristigen Nutzung bereitstellen:** Lernmaterialien sollten auch nach dem Kurs weiterhin zugänglich sein. Dies ermöglicht den Teilnehmenden, das Gelernte in ihren Alltag zu integrieren und die **digitalen Kompetenzen langfristig zu festigen**.



Beispiele für Lernsettings: https://www.digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/02/Lernsettings_SeniorInnen_digitale_Welt.pdf

Lernorte im Alter: https://www.digitaleseniorinnen.at/wp-content/uploads/2025/01/Factsheet_Lernorte_im_Alter_2022.pdf