

katho

Katholische Hochschule **Nordrhein-Westfalen**  
Catholic University of Applied Sciences



foki

Institut  
für Forschung und Transfer  
in Kindheit und Familie

FORSCHUNGSBERICHT I

# Digitale kulturelle Bildung im Tanz bei Senior:innen

---

[diku BiTaS]

Prof. Dr. Michael Obermaier

Institut für Forschung und Transfer in Kindheit und Familie | Katholische Hochschule NRW  
Wörthstraße 10 | 50668 Köln

04.11.2021

Gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien im Programm NEU-START KULTUR, Hilfsprogramm DIS-TANZEN des Dachverband Tanz Deutschland. Durchgeführt Im Auftrag des Elementaren Tanz e.V. Köln.

## Inhaltsverzeichnis

Danksagung .....	3
Limitationen der Studie .....	3
1 Rahmendaten und Fragestellung der Studie.....	4
1.1 Beschreibung der Teilnehmer:innen .....	4
1.2 Skizze des evaluierten digitalen Tanzangebotes .....	4
1.3 Verortung des digitalen Tanzangebotes innerhalb der Gesundheitsversorgung .....	5
2 Forschungsdesign .....	6
2.1 Stufe 1: Explorative quantitative PP-Fragebogenerhebung.....	6
2.2 Stufe 2: Problemzentriertes Interview (Witzel 2000) und inhaltlich-strukturierende Inhaltsanalyse (Kuckartz 2018).....	7
2.3 Stufe 3: Kommunikative Validierung (Mayring 2015) .....	8
3 Ergebnisse Stufe 1: Kurzzusammenfassung .....	9
3.1 Rücklauf und Auswertung .....	9
3.2 Kontrastierender Vergleich .....	9
3.2.1 Alterserleben und Alterszufriedenheit.....	10
3.2.2 Körperliche Aktivität.....	12
3.2.3 Internetaktivitäten .....	13
3.3 Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes.....	14
3.4 Einschätzung Online-Format im Tanz und zum Tanz allgemein.....	15
3.4.1 Einschätzung Online-Format im Tanz.....	15
3.4.2 Einschätzung Tanz allgemein.....	16
4 Zusammenfassender Ausblick .....	17
4.1 Zusammenfassung.....	17
4.2 Ausblick.....	18
Literatur .....	19
Impressum.....	20

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Themenkomplexe der Untersuchung .....	5
Abbildung 2: Mixed-Method-Design in drei sequenziellen Stufen .....	6
Abbildung 3: Quantitative Auswertung.....	9
Abbildung 4: Tatsächliches und gefühltes Alter .....	10
Abbildung 5: Alterserleben.....	11
Abbildung 6: Alterszufriedenheit .....	12
Abbildung 7: Körperliche Aktivität .....	12
Abbildung 8: Internetaktivitäten .....	13
Abbildung 9: Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes .....	14
Abbildung 10: Einschätzung Online-Format im Tanz .....	15
Abbildung 11: Einschätzung der Wirkung des regelmäßigen Tanzangebotes .....	16

## Danksagung

Die Durchführung der vorliegenden explorativen Studie zur digitalen kulturelle Bildung im Tanz bei Senior:innen wurde durch die Förderung der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien im Programm NEU-START KULTUR, Hilfsprogramm DIS-TANZEN des Dachverband Tanz Deutschland sowie durch die Projektierung seitens des Elementaren Tanz e.V. Köln möglich, dafür aufrichtigen Dank. In gleicher Weise ist an dieser Stelle dem Deutschen Zentrum für Altersfragen (DZA) in Berlin zu danken für die Expertise, die kollegiale Kooperation und die Bereitstellung aller Datensätze und Referenzdokumente. Und schließlich gilt der Dank der Katholischen Hochschule Nordrhein Westfalen für die Bereitstellung der Ressourcen durch das Kölner Institut für Forschung und Transfer in Kindheit und Familie (foki).

## Limitationen der Studie

Die vorliegenden Daten unterliegen verschiedenen methodischen Limitationen, worauf an dieser Stelle hingewiesen wird. Zum einen handelt es sich um das Problem der Selektivität der geringen Stichprobe (N=11), die aufgrund der Rekrutierung neben einem starken Freiwilligkeitsbias auch eine Überrepräsentation von Personen mit Tanzaffinität und positiver Bewegungsbiografie mitbringen. Zum anderen wurden durch die Fragebogenuntersuchungen Selbstberichte erhoben, die nur über die Anonymitätszusicherung für soziale Erwünschtheit kontrolliert wurden, auch sind Primingeffekte nicht auszuschließen. Zudem handelt sich bei den vorliegenden Ergebnissen um Querschnittsdaten, so dass sich keine Aussagen über mögliche Kausalbeziehungen legitimieren lassen, sondern im besten Falle aufschließende Kovarianzmuster aufgezeigt werden können. Obschon das verwandte Erhebungsinstrument DEAS-Kurzbefragung 2020 [Aktuelle Lebenssituation Corona] des Deutsches Zentrum für Altersfragen valide hypothesenprüfende Aussagen erlaubt, so haben die nicht validierten Fragebatterien zur Medienkompetenz und zum Tanz explorativen und somit hypothesengenerierenden Charakter, der Grundlage für anschließende Forschung darstellt.

## 1 Rahmendaten und Fragestellung der Studie

Im Zeitraum von März 2021 bis September 2021 wurde das durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien im Programm NEUSTART KULTUR, Hilfsprogramm DIS-TANZEN des Dachverband Tanz Deutschland geförderte und durch den Elementaren Tanz e.V. Köln beauftragte Forschungsprojekt mit dem Titel *Digitale Kulturelle Bildung im Tanz bei Senior\_innen (diku BiTaS)* vom Kölner Institut für Forschung und Transfer in Kindheit und Familie (foki) der Katholischen Hochschule NRW durchgeführt.

Entscheidend für die Durchführung der Studie waren vor allem die aktuellen pandemischen Entwicklungen, die insbesondere nach dem Lockdown für Menschen im Pensionsalter eine doppelte Gefährdung bedeuteten: Soziale Isolation mit psychosozialen Folgen und motorische Regression mit physiologischen Folgen.

### 1.1 Beschreibung der Teilnehmer:innen

Konkret nahmen an dem hier evaluierten Angebot 12 Frauen im Alter zwischen 68 und 83 Jahren regelmäßig teil. Abgesehen von zwei Neuzugängen sind alle Teilnehmer:innen seit 10-15 Jahren in ein wöchentliches Kursangebot im Tanz (Elementarer Tanz) eingebunden, das Leistungsniveau streut teils stark. Zudem soll betont werden, dass es sich bei der Stichprobe nicht um eine exponierte Leistungselite oder pensionierte Leistungssportler:innen handelt, vielmehr haben die Teilnehmer:innen neben altersbedingten Einschränkungen einerseits mit Vorerkrankungen (etwa Krebserkrankung, Herz-Kreislaufkrankung, Lungenamputation, Hüftgelenkersatz) zu kämpfen und andererseits mit chronischen Beeinträchtigungen unterschiedlicher Intensität (Darmerkrankung, Arthrose). Für alle Teilnehmer:innen war die Beteiligung an einem digitalen Tanzangebot neu, der Großteil hatte keinerlei Vorkenntnisse in der Bedienung von Tablets und niemand hatte Erfahrungen mit kollaborativen digitalen Formaten und der Anwendung von Videokonferenzsoftware.

### 1.2 Skizze des evaluierten digitalen Tanzangebotes

Um diesen Gefahren intervenierend entgegenzuwirken, wurden im Rahmen des vom Elementaren Tanz e.V. getragenen Projektes „Ein digitales Tanz-Abenteuer für Senior:innen. Förderung einer vernachlässigten Gruppe im Tanz“ zwei Stränge verfolgt. Einerseits wurde mit Blick auf die körperliche Fitness und das physiologische Wohlbefinden versucht, das bislang analog stattfindende, wöchentliche Tanzangebotes durch ein digitales Angebot zu kompensieren, um so die Kontinuität im Training zu gewährleisten. Andererseits, mit Blick auf die psychosoziale Komponente, zielte das Projekt auf den Aufbau und die Stärkung von Medienkompetenz, um speziell während des Lockdowns soziale Teilhabe, bestehende Beziehungen und gemeinschaftliche Erlebnisse insbesondere der im Tanz so zentralen ästhetisch-sinnlichen Ausdrucksform weiterhin zu erhalten.

Dazu wurden alle teilnehmenden Senior:innen mit der entsprechenden technischen Infrastruktur (Internetzugang, ipads, Videokonferenzsoftware, etc. ) ausgestattet, in der Anwendung geschult (zwei Schulungen durch professionellen Trainer) und so die Grundlagen gelegt für die im Zeitraum März 2021 bis Juli 2021 dreimal wöchentlich stattfindenden Angebote (N=63 Kurse)

im Bereich digitaler kultureller Bildung im Tanz. Entlang dieser Projektstruktur ergaben sich drei Themenkomplexe, welche die vorliegende Untersuchung bestimmen:

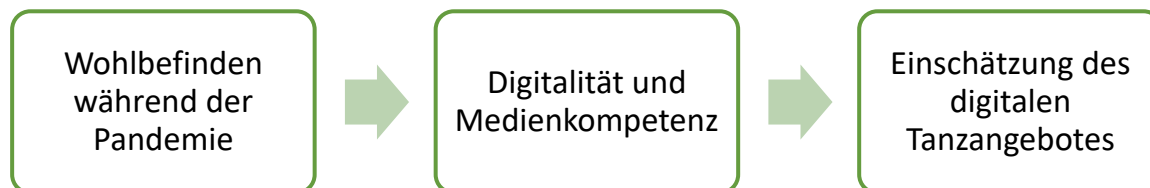


Abbildung 1: Themenkomplexe der Untersuchung

### 1.3 Verortung des digitalen Tanzangebotes innerhalb der Gesundheitsversorgung

Somit lässt sich das hier evaluierte Projekt einem zunehmend expandierendem Bereich der Gesundheitsversorgung zuordnen: dem Bereich der sog. M-Health (mobile health), einem der Telemedizin und E-Health verwandten Feld. M-Health, so der Achte Altersbericht (2020, S. 87) mit dem Schwerpunkt *Ältere Menschen und Digitalisierung*, „geht über Telemedizin insofern hinaus, als hier auch gesundheitsnahe Dienstleistungen angesprochen sind, die nicht einzig auf Prävention, Therapie oder Nachsorge von Erkrankungen, sondern in stärkerem Maße auf Lebensstil, Fitness und Wohlbefinden abzielen. Im Gegensatz zum Begriff E-Health bezieht sich M-Health auf Gesundheitsdienstleistungen, die für mobile Endgeräte sehr unterschiedlicher Art (wie Smartphone, Tablet, Smart Watch), vor allem in Form sogenannter Gesundheits-Apps bereitgestellt werden.“

Das hier untersuchte Projekt übersteigt durch die interaktiven und kollaborativen Komponenten das Spektrum gängiger E-Health Angebote bei weitem und schafft so den Rahmen für neue Formen von Referentialität und Gemeinschaftlichkeit (vgl. Stalder 2019, S. 95).

Neben dem Boom in Telemedizin, E-Health und M-Health besonders für Senior:innen hat die Pandemie ganz deutlich vor Augen geführt, dass das Digitale auch bei dieser Altersgruppe längst Alltagswirklichkeit ist, wie dies Luciano Floridi (2017, S. 295) trefflich ins Wort bringt: „In Wahrheit sind wir weder on- noch offline, sondern onlife: Wir leben zunehmend in diesem besonderen Raum, der sowohl analog als auch digital, sowohl online als auch offline ist.“

Inwieweit dieser onlife-Zustand jedoch bei den Projektteilnehmer:innen zu den entsprechenden Erfahrungen und Erlebnissen führt, dies ist eine Kernfragestellung der vorliegenden Untersuchung.

## 2 Forschungsdesign

Der Studie liegt ein in drei sequenziellen Stufen aufgebautes Mixed-Method-Design zugrunde, wie dies Abbildung 2 illustriert.

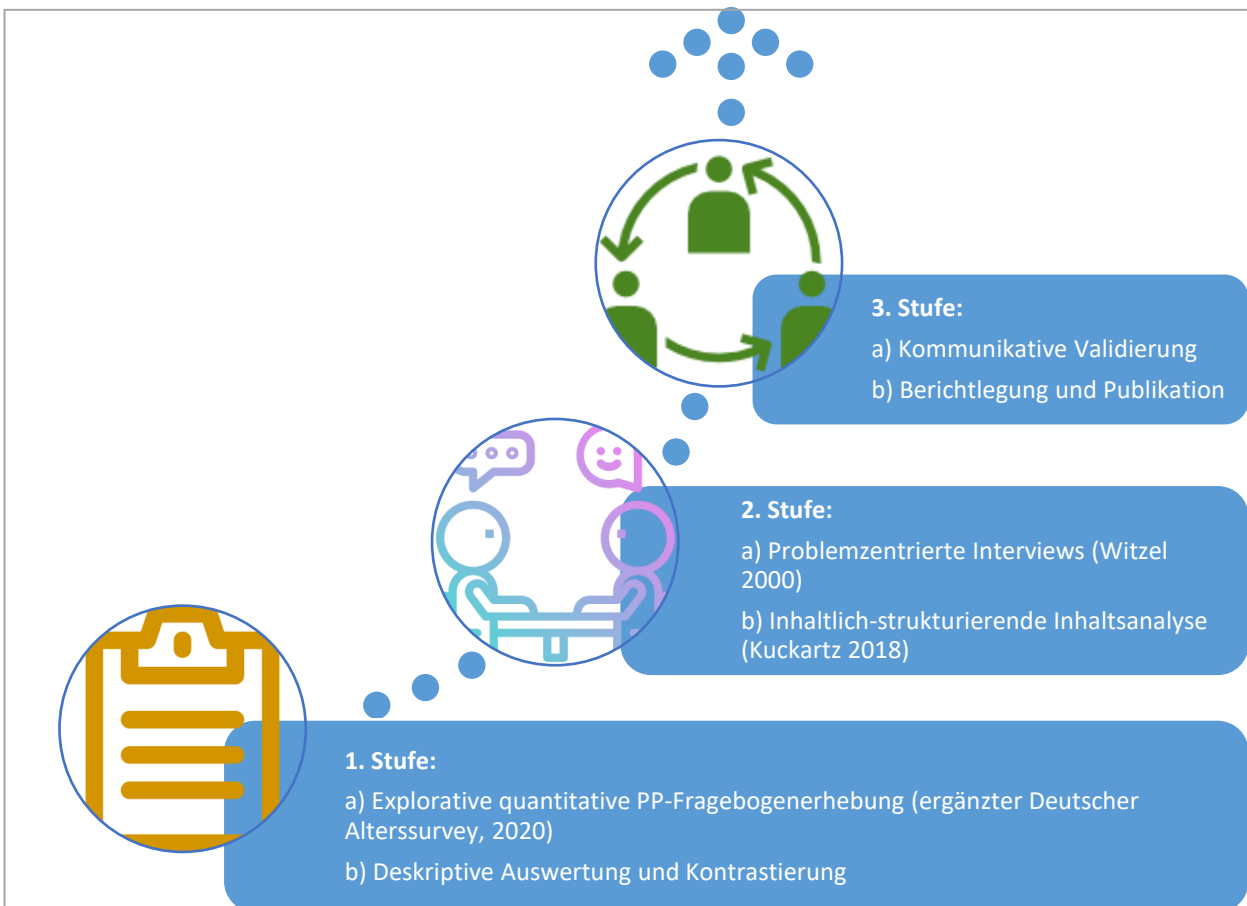


Abbildung 2: Mixed-Method-Design in drei sequenziellen Stufen

### 2.1 Stufe 1: Explorative quantitative PP-Fragebogenerhebung

Stufe 1 startet mit einer explorativ-hypothesenprüfenden quantitativen Paper-Pencil-Fragebogenerhebung, in der Daten der Teilnehmer:innen der digitalen Tanzangebote mit den Daten der repräsentativen Vergleichsgruppe (Datensatz Deutscher Alterssurvey [DEAS]: ergänzter Fragebogen der DEAS-Kurzbefragung 2020 [Aktuelle Lebenssituation Corona]; Deutsches Zentrum für Altersfragen 2020) kontrastiert werden. Im Zentrum des von INFAS validierten Fragebogens „standen Fragen zur aktuellen Lebenssituation sowie zu erlebten Veränderungen während der ersten Welle der Corona-Pandemie in verschiedenen Lebensbereichen“ (Engstler 2021a, S. 7). Der bestehende, zunächst 11 Fragebatterien (1-11) umfassende Fragebogen wurde um 2 Fragebatterien zu den Themenfeldern Medienkompetenz und Tanz (12-13) ergänzt, einige Fragebatterien wurden aufgrund für die Zielgruppe nicht zutreffender Fragen gekürzt. Insgesamt umfasste das 22 Seiten umfassende und in leichter Sprache formulierte Instrument 165 Items, davon 28 zu den Themenfeldern 12-13.

Schließlich deckte das eingesetzte Tool folgende 13 Themenfelder ab:

1. Bedrohungsängste durch die Corona-Krise
2. Eigene Infektion mit Corona-Virus oder im persönlichen Umfeld
3. Situation des Haushalts und der Familie
4. Veränderungen der sozialen Kontakte
5. Erhaltene, geleistete und möglicher Mangel an sozialer Unterstützung
6. Lebenszufriedenheit, Einsamkeit, Depressivität und Gesundheit
7. Körperliche Aktivität
8. Alterserleben und Altersdiskriminierung
9. Internetnutzung
10. Erwerbsbeteiligung, Einschränkungen und Veränderungen der Arbeitssituation
11. Materielle Lage, Lebensstandard, Erhalt staatlicher Leistungen
12. Medienkompetenz
13. Tanz

Die Kontrastierung fokussiert vor allem die Themenbereiche *Veränderungen der sozialen Kontakte* (4), *Lebenszufriedenheit, Einsamkeit, Depressivität und Gesundheit* (6), *Körperliche Aktivität* (7), *Alterserleben und Altersdiskriminierung* (8) und *Internetnutzung* (9). Die Themenbereiche *Medienkompetenz* (12) und *Tanz* (13) schaffen einen explorativen Zugang und somit die Grundlage für eine weiterführende Hypothesengenerierung.

## 2.2 Stufe 2: Problemzentriertes Interview (Witzel 2000) und inhaltlich-strukturierende Inhaltsanalyse (Kuckartz 2018)

Insbesondere durch die Kombination induktiver und deduktiver Vorgehensweisen erscheint das von Andreas Witzel (1984/2000) fundierte halbstrukturierte *Problemzentrierte Interview* (PZI) besonders geeignet, hypothesenprüfendes und hypothesengenerierendes Erkenntnisinteresse methodisch zu verbinden. Insofern ist der Erkenntnisgewinn sowohl im Vorbereitungs-, Erhebungs- als auch im Auswertungsprozess vielmehr als induktiv-deduktives Wechselverhältnis zu organisieren. Das unvermeidbare und damit offenzulegende Vorwissen (Stufe 1), so Witzel (2000, S. 2, H.i.O.), „dient in der Erhebungsphase als heuristisch-analytischer Rahmen für Frageideen im Dialog zwischen Interviewern und Befragten. Gleichzeitig wird das Offenheitsprinzip realisiert, indem die spezifischen Relevanzsetzungen der untersuchten Subjekte insbesondere durch Narrationen angeregt werden. Theoretisches Wissens entsteht in der Auswertungsphase durch Nutzen von „sensitizing concepts“ (...), die in der weiteren Analyse fortentwickelt und mit empirisch begründeten Hypothesen am Datenmaterial erhärtet werden.“ Mit dieser elastischen und agilen Vorgehensweise in der Hauptkategorienentwicklung kann gewährleistet werden, dass die Problemsicht der Forschenden nicht diejenige der Befragten überdeckt, und die erhobenen Daten nicht im Nachhinein einfach mit Theorien *überformt* werden (vgl. ebd.). Vielmehr werden diese bereits auf Stufe 1 im Kontext der Hypothesenbildung als Legitimationsgrundlage erarbeitet.

*Inhaltlich strukturierende qualitative Inhaltsanalysen* haben sich in zahlreichen Forschungsprojekten bewährt und sind in der Methodenliteratur in verschiedenen Varianten hinreichend beschrieben worden (vgl. Kuckartz 2018; Mayring 2010; Lamnek 1993). In Bezug auf die Entwicklung der Kategorien, mit denen in der inhaltlich strukturierenden Inhaltsanalyse gearbeitet wird, lässt sich ein weites Spektrum ausmachen, das von der vollständig induktiven Kategorieneildung am Material bis hin zur weitgehend deduktiven Bildung von Kategorien reicht. Die sinnvolle Verzahnung beider Vorgehensweisen in der Bildung von Kategorien – induktiv bzw. deduktiv – sind in diesem Forschungsprojekte handlungsleitend und erkenntnisgenerierend. So werden die in der ersten Stufe entwickelten Hauptkategorien in der nächsten Phase 2 weiterentwickelt und ausdifferenziert. Das gesamte Datenmaterial wird anschließend in einem zweiten Materialdurchlauf erneut codiert und im Folgenden kategorienbasiert ausgewertet. Dieses Ablaufmodell, so Udo Kuckartz (2018, S. 98), eignet sich insbesondere für die inhaltlich strukturierende Anwendung „auf leitfadenorientierte, problemzentrierte und fokussierte Interviews“, wie dies hier der Fall ist.

### 2.3 Stufe 3: Kommunikative Validierung (Mayring 2015)

Ergiebig in der qualitativen Forschung ist die Diskussion um eigene Gütekriterien (Flick 1987; Mayring 2002). Solche Kriterien sind z. B. „Verfahrensdokumentation, argumentative Interpretationsabsicherung, Nähe zum Gegenstand, Regelgeleitetheit, Triangulation und kommunikative Validierung“ (Mayring 2015, S. 125). Gerade letztgenanntes Kriterium darf nach Phillip Mayring (ebd., S. 126; H.i.O.) „hier nicht unerwähnt bleiben, das immer mehr an Bedeutung gewinnt: *die kommunikative Validierung*.“ Bei der kommunikativen Validierung werden die Ergebnisse gemeinsam mit den Befragten auf Validität hin geprüft. Unter Rückgriff auf den vielzitierten Aufsatz von Thomas Heinze und Friedrich Thiemann (1982) kann das Interpretieren im Rahmen kommunikativer Validierung als wissenschaftliche Tätigkeit beschrieben werden, die

- „(a) zur Selbstverständigung der Menschen über ihre Alltagspraxis beiträgt; sie ist nicht argumentierende Streiterei über die Geltung theoretischer Sätze;
- (b) sich für die Konstitutionsbedingungen des subjektiven Lebens öffnet; sie betrachtet jedenfalls die Interpretierten nicht als bloße Derivate von Sozialstrukturen;
- (c) das wichtigste Forschungsinstrument, den Forscher selbst, in den Forschungsprozeß (sic!) einbezieht; sie ist deshalb gerade nicht objektivistisch;
- (d) die Untersuchungssituation, die Zusammenarbeit mit den Alltagsakteuren in die Interpretation einschließt; sie trennt die „Interpretationsprodukte“ nicht von den Bedingungen ihrer Entstehung;
- (e) (...) keine Ausführungen jenseits der Auseinandersetzungen mit den Alltagsakteuren macht“ (Heinze & Thiemann 1982, S. 641; H.i.O).

Nach Abschluss der kommunikativen Validierung können letzte Korrekturen in der Interpretation des Materials vorgenommen und der Abschlussbericht verfasst werden.



## 3 Ergebnisse Stufe 1: Kurzzusammenfassung

### 3.1 Rücklauf und Auswertung

Die Paper-Pencil-Erhebung auf Stufe 1 erfolgte im Juli 2021, eine persönliche Einführung und Erläuterung des Tools für die Teilnehmer:innen wurde zur möglichst einheitlichen Herangehensweise und vollständigen Bearbeitung des umfangreichen Bogens realisiert. Der (teil)anonymisierte Rücklauf (persönlich oder postalisch) betrug gerundet 85% (N=11). Die Qualität hinsichtlich der vollständigen Bearbeitung ist sehr hoch. Der vom Deutschen Zentrum für Altersfragen für Sekundäranalysen zur Verfügung gestellte Datensatz aus der DEAS Kurzbefragung 2020 mit einer Stichprobengröße von N=4823 umfasste nach dem Filter  $\text{alter}_{20} \geq 68$  (FILTER) N=2803 Datensätze.

Die Daten wurden entlang der vom Deutschen Zentrum für Altersfragen vorgeschlagenen Codierung in SPSS eingepflegt und deskriptiv ausgewertet (zum Codebuch vgl. Engstler 2021b). Aufgrund des in Abschnitt 1.1 dargestellten explorativen Charakters werden im Folgenden einerseits lediglich ausgewählte Aspekte akzentuiert, die u.a. für die weitere Bildung von Hauptkategorien (Stufe 2) wichtig erscheinen. Andererseits soll die Explikation der Hypothesen und weiterer Ergebnisse dem Abschlussbericht (Stufe 3) vorenthalten bleiben. Insgesamt werden im Folgenden zwei Auswertungsschritte vorgeschlagen:

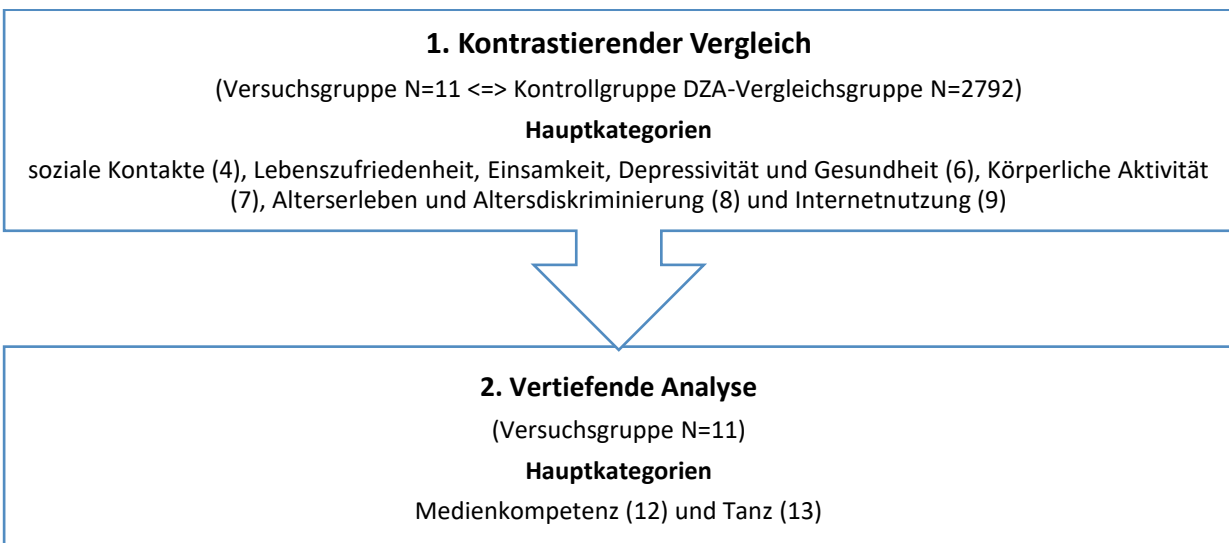


Abbildung 3: Quantitative Auswertung

### 3.2 Kontrastierender Vergleich

Insgesamt kann festgehalten werden, dass sich die Versuchsgruppe in den Themenbereichen *Kontakte (4)*, *Lebenszufriedenheit*, *Einsamkeit*, *Depressivität und Gesundheit (6)* und *Internetnutzung (9)* zumeist nicht wesentlich von der Vergleichsgruppe unterscheidet (siehe Mittelwerttabellen im Anhang) und die Werte zumeist in einem (sehr) positiven Bereich angesiedelt sind. In den Bereichen *Alterserleben (8)* und *Körperliche Aktivität (7)* lassen sich hingegen merkbare Unterschiede feststellen.

### 3.2.1 Alterserleben und Alterszufriedenheit

Der Altersmittelwert der Gesamtstichprobe beträgt 77,04 Lebensjahre, der Mittelwert der DZA-Vergleichsgruppe bei 69,91 Jahren, in der Versuchsgruppe bei 76,82 Jahren. Das gefühlte Alter<sup>1</sup> liegt in beiden Gruppen unterhalb des tatsächlichen Alters: Versuchsgruppe fühlt sich im Mittel 65,09 Jahre, die Vergleichsgruppe im Mittel 68,09 Jahren. Die Versuchsgruppe schätzt sich also um 2,5 Jahre jünger ein als die DZA-Vergleichsgruppe, die sich im Mittel um etwa 9 Jahre jünger als ihr tatsächliches Alter fühlt. Die Versuchsgruppe fühlt sich dagegen um 11,73 jünger als sie tatsächlich alt sind.

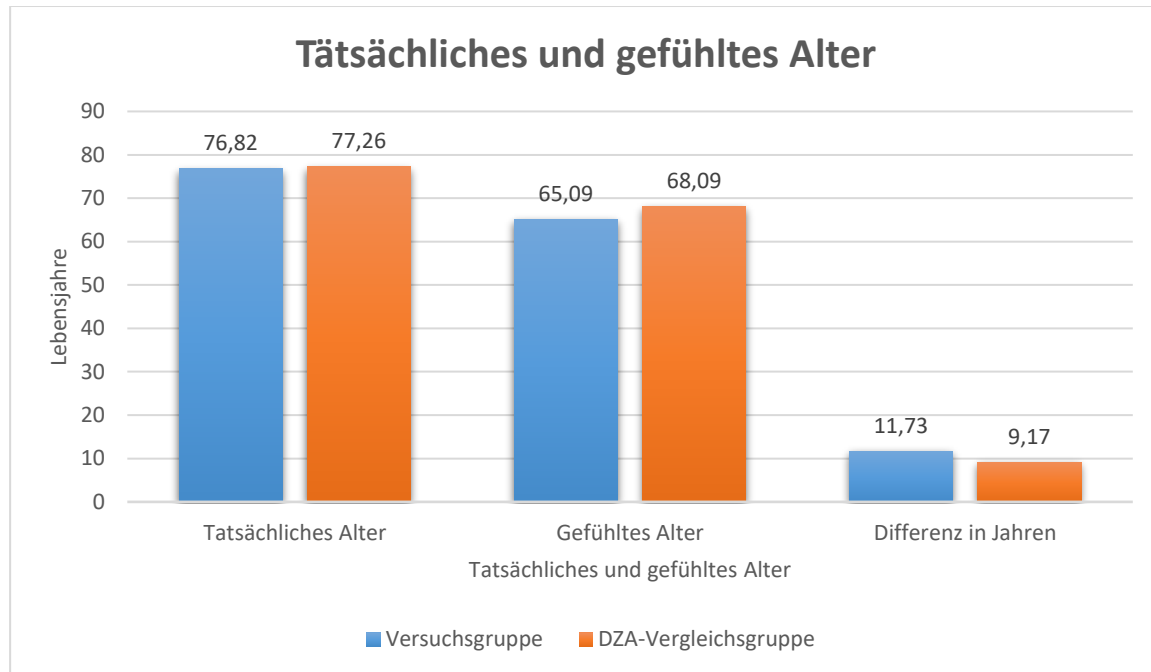


Abbildung 4: Tatsächliches und gefühltes Alter

Auch in der Einschätzung darüber, ab welchem Alter Menschen als „alt“ bezeichnet werden, unterscheiden sich beide Gruppen: bei der Versuchsgruppe liegt die Grenze für „alt“ bei 82,73 Lebensjahren, in der DZA-Vergleichsgruppe bei 78,32 Lebensjahren. Bei der Betrachtung der Abweichungen zwischen gefühltem und tatsächlichem Alter und der geschätzten Grenze für die Zuschreibung „alt“ (vgl. Abb. 5) zeigen sich teils bemerkenswerte Differenzen. Während die Abweichung zwischen gefühltem Alter und der geschätzten Grenze für „alt“ in der DZA-Vergleichsgruppe bei etwa 10 Jahren liegt, so zeigt sich in der Versuchsgruppe mit einer Zeitspanne von 17 Jahren eine prozentuale Zunahme von 72,43%. In der Versuchsgruppe fühlen sich die Personen jünger und schätzen andere Menschen erst in höherem Lebensalter als alt ein.

---

<sup>1</sup> Hinweis: Aufgrund eines Ausreißers in der Versuchsgruppe (gefühltes Alter ist 17, tatsächliches Alter 76) beim Item „gefühltes Alter“ wurde der Wert durch Imputation ersetzt (vgl. Angleichsmodell bei univariaten Analysen bei Schafer & Graham 2002).

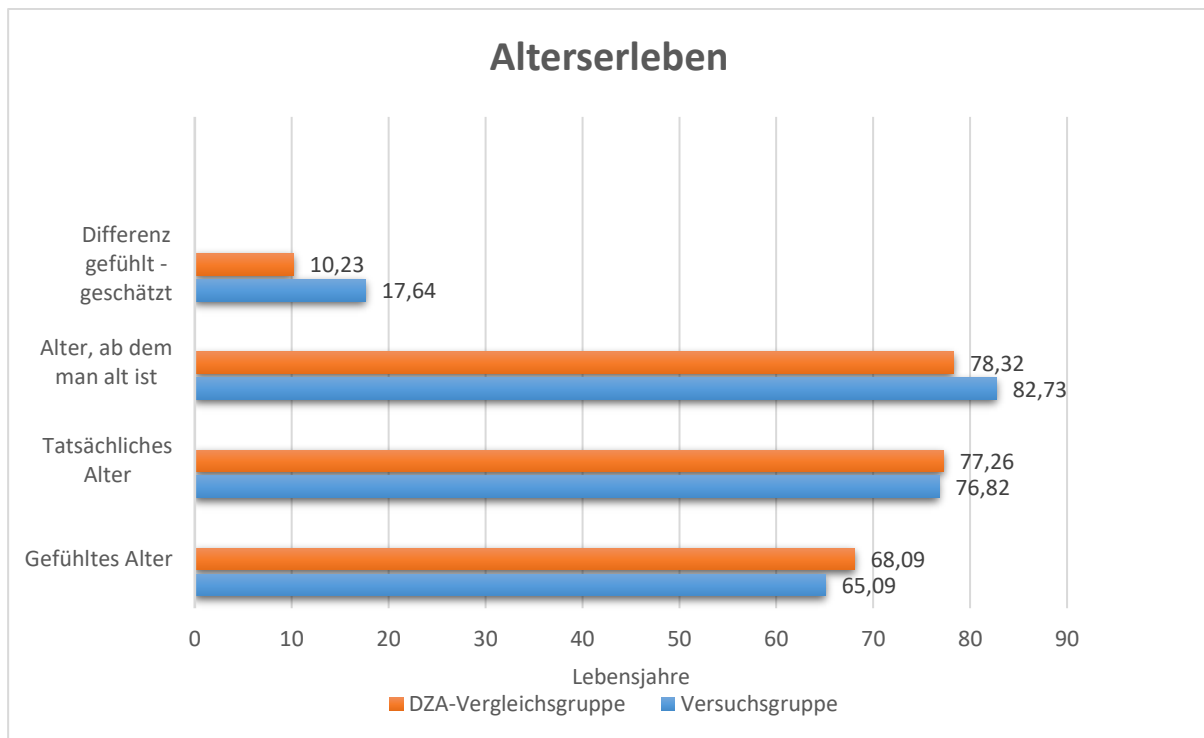


Abbildung 5: Alterserleben

Neben dem Alterserleben spielt die allgemeine Alterszufriedenheit eine wesentliche Grundlage für die Einschätzung der Intervention durch Online-Angebote im Tanz. In der hier vorliegenden Studie wurden Skalen aus unterschiedlichen Instrumenten integriert: Aus der Kurzform der deutschen Übersetzung der CES-D Skala (Center for Epidemiologic Studies Depression) (Hautzinger & Bailer, 1993), aus der Einsamkeitsskala (vgl. De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2006) und fünf Items zum subjektiven Alterserleben auf der Grundlage der nach Lawton (1975) entwickelten Skala (zum Ganzen vgl. Engstler 2021a).

Beide Gruppen weisen einen Mittelwert um 2 auf, was als hoch einzuschätzen ist, die Versuchsgruppe meldet in nahezu allen Bereichen eine höhere Alterszufriedenheit als die Vergleichsgruppe zurück.

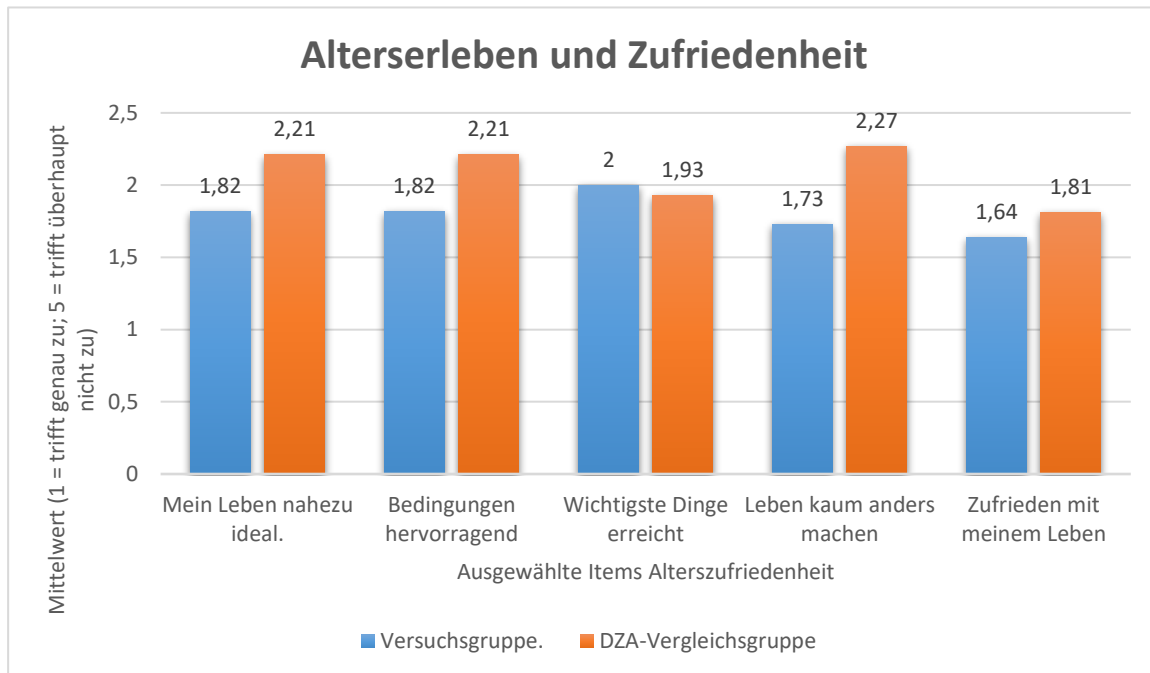


Abbildung 6: Alterszufriedenheit

### 3.2.2 Körperliche Aktivität

Insbesondere im Bereich *Körperliche Aktivität (7)* zeigen sich deutliche Unterschiede, wie dies in Abbildung 6 dargestellt wird.

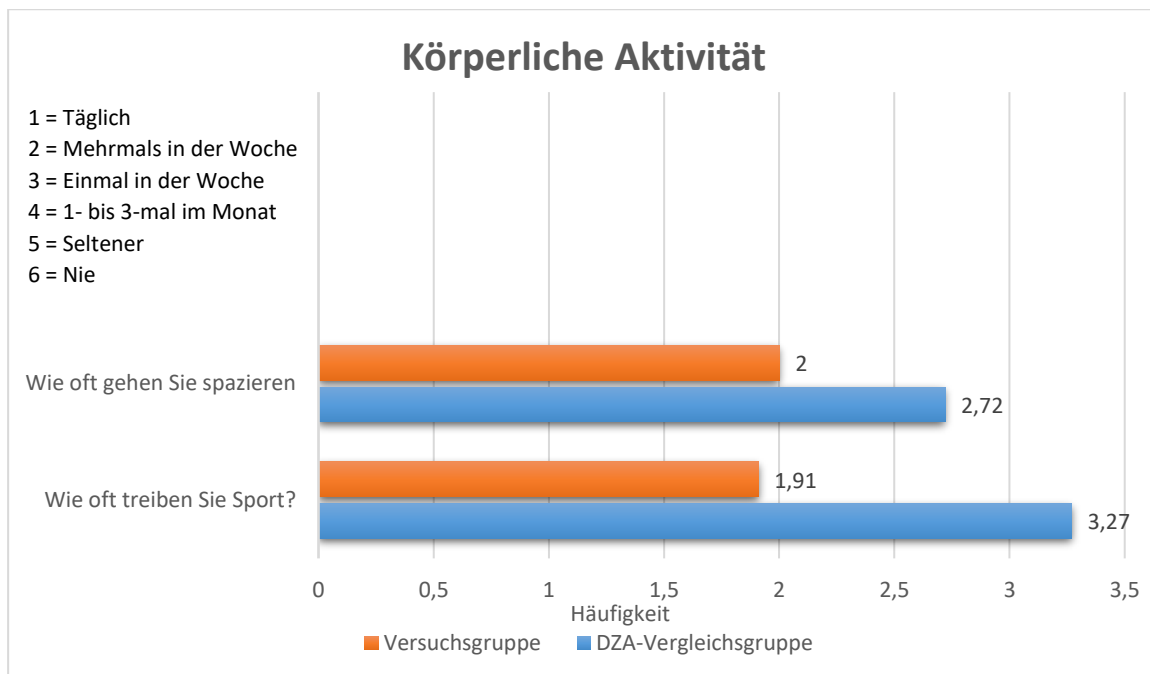


Abbildung 7: Körperliche Aktivität

Während die Versuchsgruppe angibt, täglich bis mehrmals in der Woche Sport zu treiben, beschränkt sich die körperliche Aktivität in der DZA-Vergleichsgruppe auf einmal wöchentlich oder seltener. Ähnlich, aber geringer ist der Unterschied bei der Frage nach der Häufigkeit von Spaziergängen.

### 3.2.3 Internetaktivitäten

Insgesamt, so die Ergebnisdarstellung in Abbildung 8, sind die Internetaktivitäten in der Altersgruppe ab 68 Jahren eher selten, das Internet wird in beiden untersuchten Gruppen vorzugsweise für die Kontaktnahme mit Freunden und für Unterhaltungszwecke genutzt, hier liegen die Nutzungshäufigkeiten im Bereich von täglich bis einmal wöchentlich.

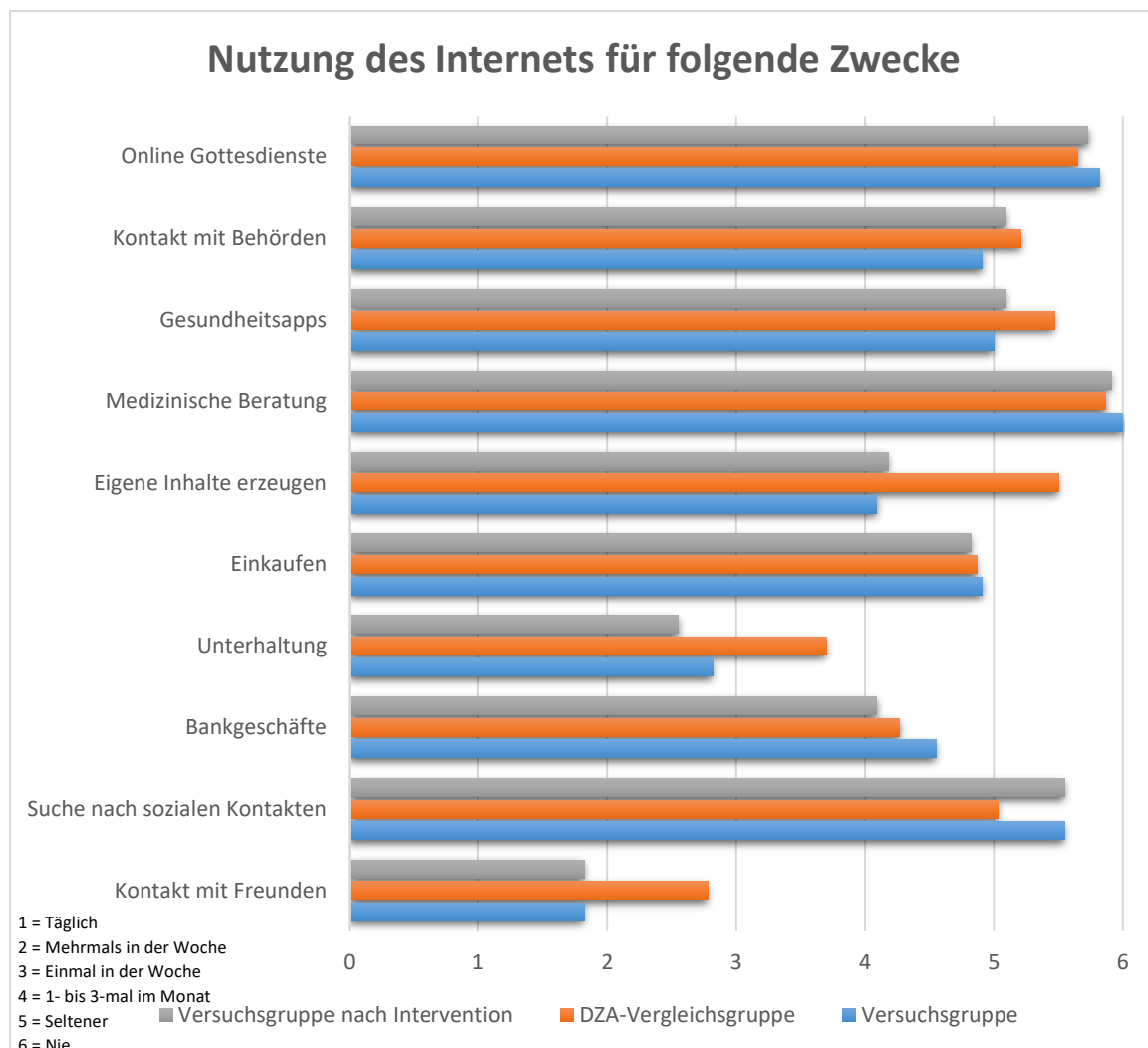


Abbildung 8: Internetaktivitäten

Obschon in den benannten Bereichen die Versuchsgruppe tendenziell aktiver ist, so zeigt sich im Bereich „Eigene Inhalte erzeugen“ ein wesentlicher Unterschied: Während in der Versuchsgruppe dies einmal wöchentlich bis 1- bis 3-mal pro Monat der Fall ist, gibt die DZA-Vergleichsgruppe an, dies seltener als 1- bis 3-mal pro Monat bis nie zu praktizieren.

Im Zuge der digitalen Umstellung des Kursangebotes in der Versuchsgruppe fanden zwei Schulungen zum Umgang und zur Kommunikation mit dem Tablet statt. Laut Einschätzungen der Teilnehmer:innen haben diese Schulungen keine wesentlichen Änderung in Ihrer Nutzung des Internets in den gegebenen Kategorien des Alterssurvey bewirkt.

Jedoch hat sich die Sicherheit im Umgang mit Medien und die eigene Medienkompetenz erhöht, was in den Skalen des Deutschen Alterssurvey nicht abgefragt wird. Dazu werden im Folgenden die Ergebnisse der zwei ergänzten Fragebatterien zur Medienkompetenz und zum Tanz vorgestellt.

### 3.3 Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes

Um eine Rückmeldung zur Einschätzung der eigenen Medienkompetenz, womöglich aber auch zur Wirkung des digitalen Angebotes einzuholen, wurde eine Fragenbatterie ergänzt.

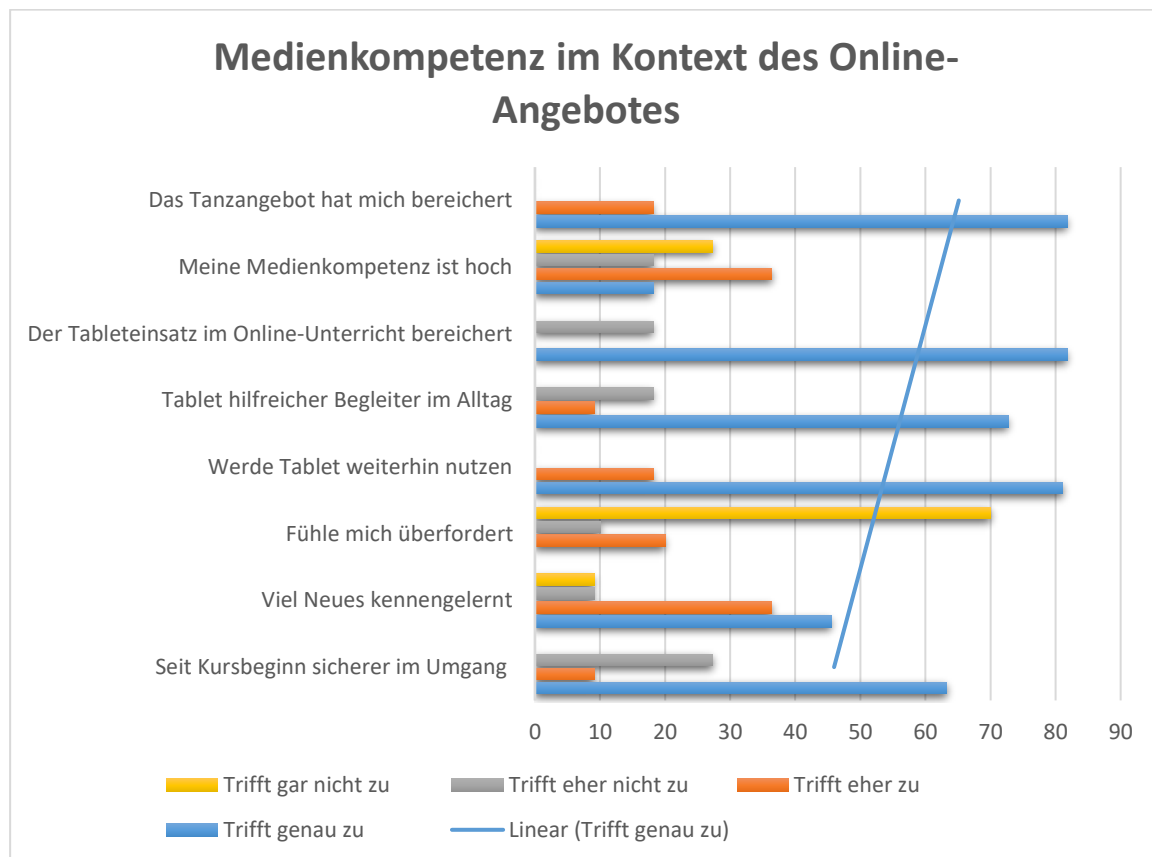


Abbildung 9: Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes

Insgesamt, so die Ergebnisse zum Aufbau der Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes, melden die 11 Teilnehmer:innen positive bis sehr positive Einschätzungen zurück. Dies

insbesondere hinsichtlich der Bereicherung durch das Online-Tanzangebotes, der Bereicherung durch die Verwendung des Tablets, das als nützliche Alltagshilfe eingeschätzt und von allen auch weiterhin genutzt wird. Ebenso positiv wird der Zuwachs an Sicherheit im Umgang mit digitalen Medien seit Kurzbeginn eingeschätzt, für über 70% der Teilnehmer:innen ist dies voll oder eher zutreffend.

### 3.4 Einschätzung Online-Format im Tanz und zum Tanz allgemein

#### 3.4.1 Einschätzung Online-Format im Tanz

Eine der Kernfragestellungen dieser Untersuchung ist, inwieweit ein Online-Tanzangebot für wenig medienaffine Senior:innen im Alter ab 68 Jahren überhaupt zielführend, sinnvoll und im Sinne von sozialer Teilhabe und sozialer Teilnahme in Sinne einer Kultur der Digitalität einzuschätzen ist. Nachfolgende Ergebnisdarstellung dient einer ersten Einschätzung und so der Hypothesengenerierung für die qualitativ ausgerichtete Stufe 2 des Forschungsdesigns.

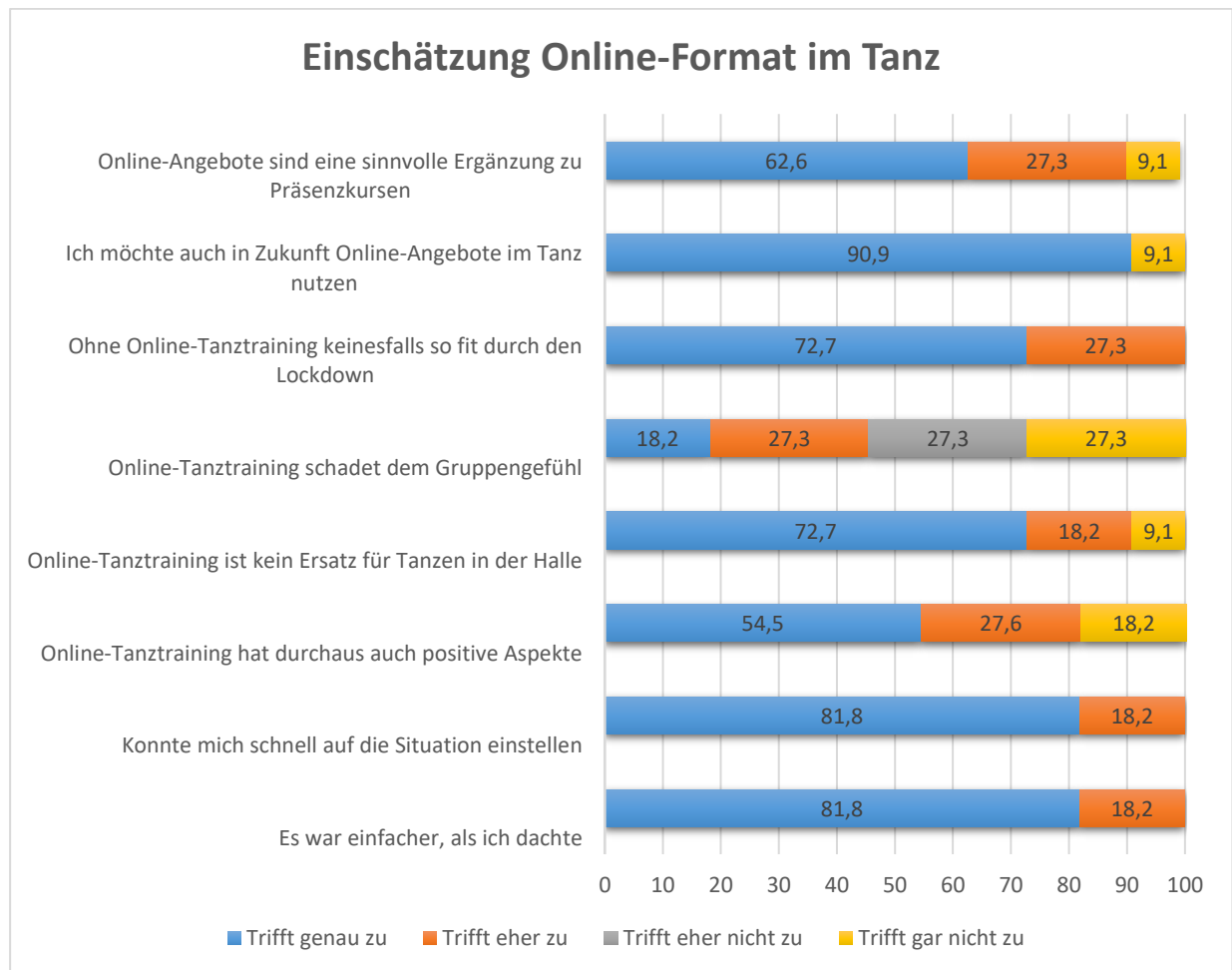


Abbildung 10: Einschätzung Online-Format im Tanz

Vor allem drei Ergebnisse verdienen Aufmerksamkeit: (1) Online-Tanzangebote sind zielführend und eine sinnvolle Ergänzung zu Präsenzkursen, nur eine Person wünscht sich dies nicht.

(2) Das Online-Tanzangebot wird im Sinne von m-health als effizient eingeschätzt. (3) Mit Blick auf die psychosoziale Komponente zeigt sich eine klare Bewertung von analog vor digital.

### 3.4.2 Einschätzung Tanz allgemein

Wie Abbildung 11 illustriert, streuen die Antworten zu den verschiedenen Fragen hinsichtlich der Einschätzung der Wirkung des regelmäßigen Tanzangebotes in den meisten Fällen nur sehr gering. So melden die befragten Teilnehmer:innen sowohl im kognitiven, im sozialen, im psychischen und im Bereich der Alltagsstrukturierung (sehr) positive Erfahrungen zurück. Weiterer Untersuchung bedarf es auch hinsichtlich der Motivation, ein regelmäßiges Tanzangebot zu nutzen.

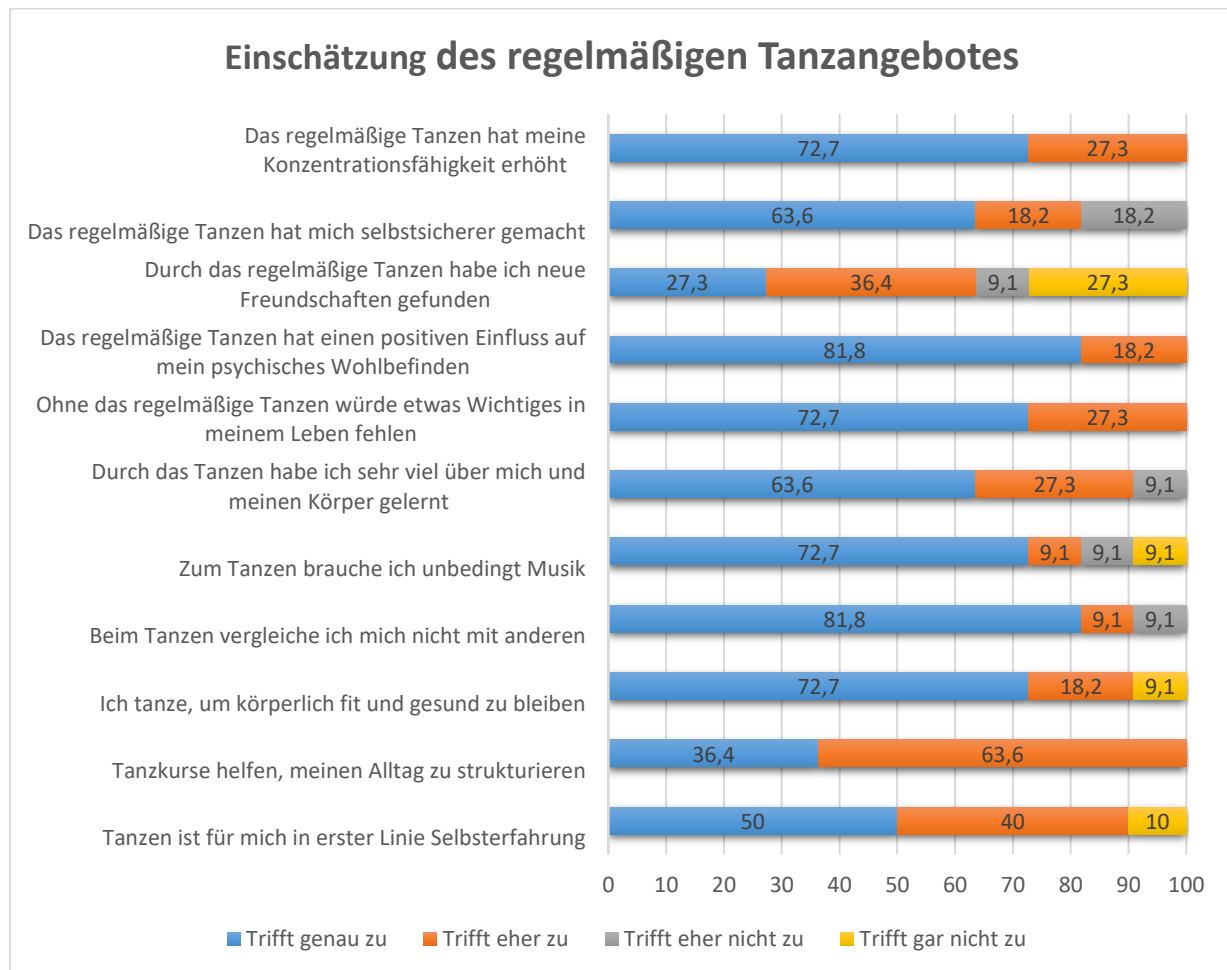


Abbildung 11: Einschätzung der Wirkung des regelmäßigen Tanzangebotes<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Das Item „Beim Tanzen vergleiche ich mich nicht mit anderen“ wurde der Übersichtlichkeit halber invertiert. Die Originalaussage lautet: „Beim Tanzen vergleiche ich mich ständig mit anderen“.



## 4 Zusammenfassender Ausblick

### 4.1 Zusammenfassung

Die vorliegende Studie hatte primär explorativen Charakter und untersuchte die Wirkung eines pandemiebedingt in den digitalen Raum verlagerten Tanzangebotes für elf Senior:innen im Alter zwischen 68 und 83 Jahren (Versuchsgruppe). Dabei standen die Einschätzungen der Auswirkungen des Online-Tanzangebotes (Moderner Tanz) sowohl auf der psychosozialen (Wohlbefinden, Einsamkeit, Depression, ...) und kognitiven (Medienkompetenz) als auch auf der physiologischen Ebene (Fitness oder Konzentrationsfähigkeit) im Zentrum des Erkenntnisinteresses. Zur Kontrastierung wurde die vom Zentrum für Altersfragen generierte Stichprobe (DZA-Vergleichsgruppe, N=2792) herangezogen, so dass sich folgende Ergebnisse skizzieren lassen:

- Die Versuchsgruppe fühlt sich um 11,73 Jahre jünger als sie tatsächlich sind (DZA-Vergleichsgruppe 9,17 Jahre) und schätzt andere erst mit 82,73 Jahren als „alt“ ein, in der DZA-Vergleichsgruppe liegt die Altersgrenze bei 78,32 Jahren.
- Die Lebenszufriedenheit und das Alterserleben ist in beiden Gruppe als hoch einzuschätzen, die Versuchsgruppe meldet zumeist etwas höhere Werte zurück (M+05).
- Mit Blick auf die körperliche Aktivität unterscheiden sich beide Gruppen stark; während die Versuchsgruppe täglich bis mehrmals in der Woche Sport treibt, ist dies in der DZA-Vergleichsgruppe einmal in der Woche oder seltener der Fall.
- Die Internetaktivitäten beider Gruppen sind als gering einzuschätzen, zumeist wird das Internet zum Zweck der Kontaktnahme mit Freunden oder zur Unterhaltung genutzt. Online Gottesdienste, medizinische Beratung oder die Suche nach neuen sozialen Kontakten liegt außerhalb des Nutzungsspektrums fast aller befragten Personen. Lediglich in der Erzeugung eigener digitaler Inhalte zeigt die Versuchsgruppe deutlich höhere Aktivitäten (1- bis 3-mal im Monat).
- Das Online-Tanzangebot (N=63 Kurse) hat alle Teilnehmer:innen bereichert, ebenso der Tableteinsatz im Online-Unterricht.
- Obschon sich die Teilnehmer:innen nur bedingt als medienkompetent bezeichnen, werden alle das Tablet weiter nutzen, 70% fühlen sich gar nicht, 10% eher nicht und 0% völlig überfordert; 25% schätzen, dass sie mit Blick auf ihre Sicherheit im Umgang mit digitalen Medien durch das Kursangebot eher nicht dazu gewonnen haben, für 75% hingegen ist dies schon der Fall.
- Bezogen auf den Tanz schätzen die elf Teilnehmer:innen die Online-Angebote als sinnvolle Ergänzung von Präsenzkursen ein, wobei die Online-Angebote für 72% keinen Ersatz für Präsenzunterricht in der Halle darstellen.
- Für alle Beteiligten war die Umstellung von analog auf digital „einfacher, als gedacht“, so dass sich alle „schnell auf die Situation“ einstellen konnten.
- Über 90% wollen auch in Zukunft Online-Angebote im Tanz nutzen.
- Obschon die Einschätzungen hier streuen, so schadet der Online-Unterricht für über die Hälfte der Befragten kaum oder gar nicht dem Gruppengefühl, 18% finden, dass Online-Angebote dem Gruppengefühl schaden.

- Mit Fokus auf die körperliche Fitness geben 73% an, dass sie keinesfalls so fit durch den Lockdown gekommen wären, für die verbleibenden 27% war dies eher der Fall.
- Daran anschließend klärt sich auch eine zentrale Motivation für den Besuch der Tanzangebote: Die Aussage „Ich tanze, um körperlich fit und gesund zu bleiben“ trifft für 72% voll und ganz und für 18% eher zu.
- 100% geben an, dass das regelmäßige Tanzen ganz allgemein ein wichtiger Bestandteil ihres Lebens ist und starke bis sehr starke Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden sowie die Konzentrationsfähigkeit hat, bei über 80% der Teilnehmer:innen trifft dies auch auf den Bereich der Selbstsicherheit und auf den Zugewinn an Wissen über die eigene Person und den eigenen Körper zu.
- So stellt das Tanzen für 50% reine Selbsterfahrung dar, für 40% trifft dies eher zu. Damit korrespondiert auch die Aussage von über 80% der Befragten, dass sie sich beim Tanzen nicht mit anderen vergleichen, sondern ich-zentriert bei sich sind und sich selbst erleben.
- Und schließlich verdeutlichten die Aussagen die alltagsstrukturiende Funktion von regelmäßigen Kursangeboten, für 100% ist dies eine starke (64%) bis sehr starke (36%) Hilfe, ihren Alltag zu strukturieren.

#### 4.2 Ausblick

Die vorliegende Studie liefert viele Hinweise darauf, dass auch Tanzangebote im digitalen Raum für wenig medienaffine Senior:innen ein großes Unterstützungspotential sowohl auf der physiologischen als auch auf der psychosozialen Ebene bieten können. Im Konkreten zeigte sich, dass die Umstellung des bislang analog stattfindenden, wöchentlichen Tanzangebotes auf ein digitales Online-Angebot durch die Verbindung von medienpädagogischen und tanzpädagogischen Arrangements von den Adressat:innen leicht zu bewältigen war, so dass das Angebot auf sehr hohe Akzeptanz stieß und somit auch das entwicklungsförderliche Potential entfalten konnte.

Mit Blick auf neue digitale Technologien und kulturelle Entwicklungen machen diese Ergebnisse Hoffnung, dass in Zukunft Programme und Angebote im Kontext von mobile health für Senior:innen in stärkerem Maße auf Lebensstil, Fitness und Wohlbefinden, vor allem aber auf soziale Teilhabe, aktive Teilnahme und somit auf gemeinschaftliche Erlebnisse abzielen.

Schließlich fordern die Ergebnisse dieser explorative Studie auf, nicht bei der Fokussierung auf Algorithmität und der Entwicklung sogenannter Gesundheits-Apps für mobile Endgeräte sehr unterschiedlicher Art (wie Smartphone, Tablet, Smart Watch) stehen zu bleiben. Vielmehr sind die evidenzbasierte Entwicklung neuer Formen der Gemeinschaftlichkeit, des sinnlich-ästhetischen Erlebens und der Kollaboration ins Zentrum der Anstrengungen zu rücken, um eine zukunftsfähige und inklusive Kultur der Digitalität zu befördern.

Vermittlungskonzepte des Modernen Tanzes scheinen dafür einen besonders geeigneten Praxis- wie Forschungsraum zu bieten, vielleicht nicht nur für und mit Senior:innen.

## Literatur

- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2020). Achter Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland Ältere Menschen und Digitalisierung und Stellungnahme der Bundesregierung. Berlin.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness. Confirmatory tests on survey data. *Research on Ageing*, 28(5), 582-598.
- Deutsches Zentrum für Altersfragen (DZA) (2021). Fragebogen der DEAS-Kurzbefragung 2020. Berlin.
- Engstler, H. (2021a). Deutscher Alterssurvey (DEAS): Kurzbeschreibung des SUF DEAS2020, Version 1.0. Herausgegeben vom Deutsches Zentrum für Altersfragen (DZA). Berlin.
- Engstler, H. (2021b). Deutscher Alterssurvey (DEAS): Codebuch des SUF DEAS 2020 Kurzbefragung, Version 1.0. Herausgegeben vom Deutsches Zentrum für Altersfragen (DZA). Berlin.
- Flick, U. (1987). Methodenangemessene Gütekriterien in der qualitativ-interpretativen Forschung. In: Bergold, J.B./Flick, U. (Hrsg.): Ein-Sichten. Tübingen: dgvt, S. 247-262.
- Floridi, L. (2017). Die Mangroven-Gesellschaft. Die Infosphäre mit künstlichen Akteuren teilen. In: Otto, Ph; Gräf, E. (Hrsg.). 3Th1CS – Die Ethik der digitalen Zeit. Berlin: iRights.Media.
- Hautzinger, M.; Bailer, M. (1993). ADS - Allgemeine Depressions-Skala. Weinheim: Beltz.
- Heinze, T.; Thiemann, E. (1982). Kommunikative Validierung und das Problem der Geltungsbe-gründung. In: Zeitschrift für Pädagogik, H 28. S. 635-642.
- Kuckartz, U. (2018): Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung. Weinheim: Beltz.
- Lamnek, S. (1993). Methoden und Techniken. Weinheim: PVU.
- Lawton, M.P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A revision. *Journal of Gerontology*, 30, 85-89.
- Mayring, P. (2002). Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken. Weinheim: Beltz.
- Mayring, P. (2015). Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 12., überarbeitete Auflage. Weinheim: Beltz.
- Schafer, J. L., & Graham, J. W. (2002). Missing data: Our view of the state of the art. In: *Psychological Methods*, 7(2). S. 147–177. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.2.147>
- Stalder, F. (2019). Kultur der Digitalität. 4. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Witzel, A. (1985). Das problemzentrierte Interview. In G. Jüttemann (Hrsg.). *Qualitative Forschung in der Psychologie: Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder* (S. 227-255). Weinheim: Beltz. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-5630>
- Witzel, A. (2000). Das problemzentrierte Interview. In: *Forum Qualitative Sozialforschung/ Forum: Qualitative Social Research*. H 1(1), Art. 22, <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0001228>

## Impressum

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Obermaier, M. (2021). Digitale Kulturelle Bildung im Tanz bei Senior:innen. Ergebnisbericht der explorativen Befragung I. Gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien im Programm NEU-START KULTUR, Hilfsprogramm DIS-TANZEN des Dachverband Tanz Deutschland, durchgeführt im Auftrag des Elementaren Tanz e.V. Köln. Working Paper. Köln. Online im Internet: [https://elementartanz.de/?page\\_id=255](https://elementartanz.de/?page_id=255)

Gefördert durch:

