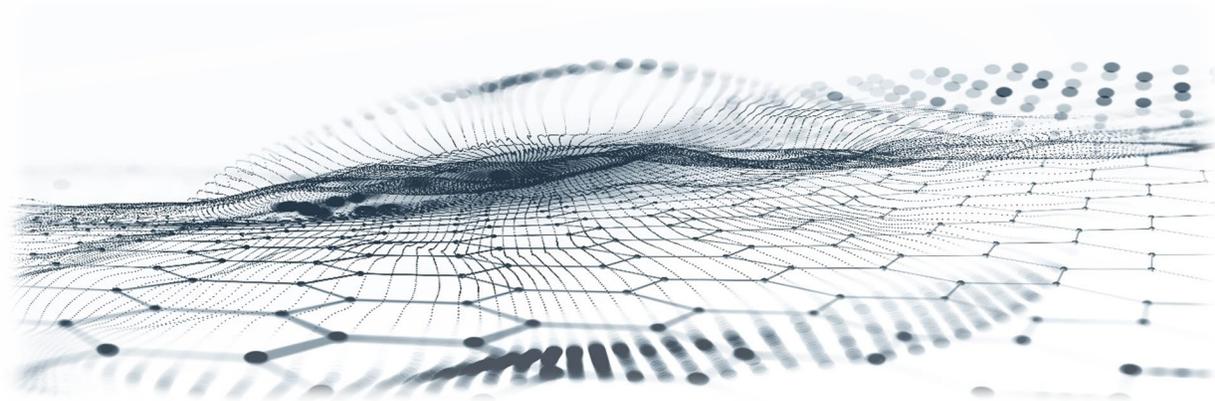


ABSCHLUSSBERICHT

Digitale kulturelle Bildung im Tanz bei Senior:innen [diku BiTaS]

Eine explorative Mixed-Methods-Studie am Beispiel des Elementaren Tanzes



Prof. Dr. Michael Obermaier | Rita Molzberger (M.A.)
Institut für Forschung und Transfer in Kindheit und Familie | Katholische Hochschule NRW
Wörthstraße 10 | 50668 Köln
20.12.2022

Laufzeit: 07.2021 – 11.2022

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

Kurzzusammenfassung.....	5
Danksagung	6
Limitationen der Studie.....	6
1 Rahmendaten und Fragestellung der Studie.....	7
1.1 Beschreibung der Teilnehmer:innen.....	7
1.2 Skizze des evaluierten digitalen Tanzangebotes.....	7
1.3 Verortung des digitalen Tanzangebotes innerhalb der Gesundheitsversorgung	8
2 Forschungsdesign	9
2.1 Stufe 1: Explorative quantitative PP-Fragebogenerhebung.....	9
2.2 Stufe 2: Problemzentriertes Interview (Witzel 2000) und inhaltlich-strukturierende Inhaltsanalyse (Kuckartz 2018).....	10
2.3 Stufe 3: Kommunikative Validierung (Mayring 2015) und Expert:innenworkshop	11
3 Ergebnisse.....	12
3.1 Rücklauf und Auswertung	12
3.2 Kontrastierender Vergleich	12
3.2.1 Alterserleben und Alterszufriedenheit.....	13
3.2.1.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung.....	13
3.2.1.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews.....	15
3.2.2 Körperliche Aktivität.....	16
3.2.2.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung.....	16
3.2.2.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews.....	16
3.2.3 Internetaktivitäten	17
3.2.3.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung.....	17
3.2.3.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews.....	18
3.3 Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes.....	18
3.3.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung.....	18
3.3.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews.....	19
3.4 Einschätzung Online-Format im Tanz und zum Tanz allgemein.....	20
3.4.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung Online-Format im Tanz.....	20
3.4.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews.....	21
3.4.3 Ergebnisse der quantitativen Erhebung zum Tanz allgemein	22

3.4.4 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews.....	23
4 Zusammenfassung der Ergebnisse.....	27
4.1 Zusammenfassung der quantitativen Ergebnisse.....	27
4.2 Zusammenfassung der qualitativen Ergebnisse.....	28
4.2.1 Nutzungsverhalten und Sozialität.....	28
4.2.2 Kognition und Wissen.....	29
4.2.3 Psychologische Anteile.....	30
4.2.4 Partizipation/ Teilhabe.....	33
4.2.5 Rolle der Tanzpädagog:in und Konzept des Elementaren Tanzes.....	33
4.2.6 Gesundheit, Fitness, Kulturelle Bildung.....	34
5 Expert:inneneinschätzungen.....	35
5.1 Design Expert:innenworkshops.....	35
5.1 Kulturelle Bildung und Tanz.....	36
5.2 Gelingen und Scheitern.....	36
5.3 Selbstsicherheit, Selbstwirksamkeit, Resilienz und Salutogenese.....	37
5.4 Elementarer Tanz und Freiheitserleben.....	38
5.5 Alter(n)sfragen.....	38
5.6 Einsamkeitsprävention.....	38
5.7 Medialität und Digitalität.....	39
6 Ausblick.....	40
Literatur.....	41
Anhang.....	43
Liste der Expert:innen.....	43
Impressum.....	45

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Themenkomplexe der Untersuchung	8
Abbildung 2: Mixed-Methods-Design in drei sequenziellen Stufen	9
Abbildung 3: Quantitative Auswertung.....	12
Abbildung 4: Tatsächliches und gefühltes Alter	13
Abbildung 5: Alterserleben.....	14
Abbildung 6: Alterszufriedenheit	15
Abbildung 7: Körperliche Aktivität	16
Abbildung 8: Internetaktivitäten.....	17
Abbildung 9: Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes	19
Abbildung 10: Einschätzung Online-Format im Tanz	21
Abbildung 11: Einschätzung der Wirkung des regelmäßigen Tanzangebotes	23
Abbildung 12: Screenshot Powerpoint Expert:innenworkshop.....	35

Kurzzusammenfassung

Vorliegende, explorative Studie zur digitalen kulturellen Bildung im Tanz bei Senior:innen untersuchte die Potentiale der Umstellung eines analogen auf ein - pandemiebedingt - digitales Tanzangebot (N=63) bei nicht medienaffinen Menschen im Alter zwischen 68 und 83 Jahren (N=12). Das zentrale Erkenntnisinteresse lässt sich auf drei Dimensionen verorten: Erstens auf den Erhalt körperlicher Fitness und des physiologischen Wohlbefindens durch digitale Angebote im Tanz. Zweitens, mit Blick auf die psychosoziale Komponente, zielte die Untersuchung auf den Aufbau und die Stärkung von Medienkompetenz, um - drittens - speziell während des Lockdowns soziale Teilhabe, bestehende Beziehungen und gemeinschaftliche Erlebnisse insbesondere der im Tanz so zentralen ästhetisch-sinnlichen Ausdrucksform weiterhin zu erhalten.

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.

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.

Keywords: Gesundheit, Alter, kulturelle Bildung, Digitalität, Leiblichkeit, Medienkompetenz, Tanzvermittlung, Mobile Health, Versorgungsforschung, Verhaltens- und Verhältnisprävention

Danksagung

Die Durchführung der vorliegenden explorativen Studie zur digitalen kulturellen 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. 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 Unterlagen. 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), insbesondere sei Frau Laura Schurff für die redaktionelle Mitarbeit unser Dank ausgesprochen.

Limitationen der Studie

Die vorliegenden Daten unterliegen verschiedenen methodischen Limitationen, auf die an dieser Stelle hingewiesen wird. Zum einen handelt es sich um das Problem der Selektivität der geringen Stichprobe (N=12), 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 Deutschen Zentrums für Altersfragen valide hypothesenprüfende Aussagen erlaubt, haben die nicht validierten Fragebatterien zur Medienkompetenz und zum Tanz explorativen und somit hypothesengenerierenden Charakter, der Grundlage für anschließende Forschung darstellt.

Als weitere Limitation sei benannt, dass es sich hier um die Untersuchung der Effekte des pädagogisch-künstlerischen Konzepts des Elementaren Tanz handelt, einer spezifischen Spielart des Modernen Tanzes, so dass eine Skalierbarkeit auf andere tänzerische Zugänge, wie etwa Ballett oder Paartanz, nicht gegeben ist.

Zuletzt sei darauf hingewiesen, dass in dieser Studie keine weiterführenden theoretischen Ausführungen vorgenommen werden; hier verweisen wir gerne auf das Herausgeber:innenwerk Obermaier, M./Steinberg, C./Molzberger, R./Obermaier, K. (Hrsg.) (2022): Tanzpädagogik - Tanzvermittlung. Grundlagen - Methoden - Anwendungsfelder. In Kooperation mit der Crespo Foundation Frankfurt. Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt.

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:

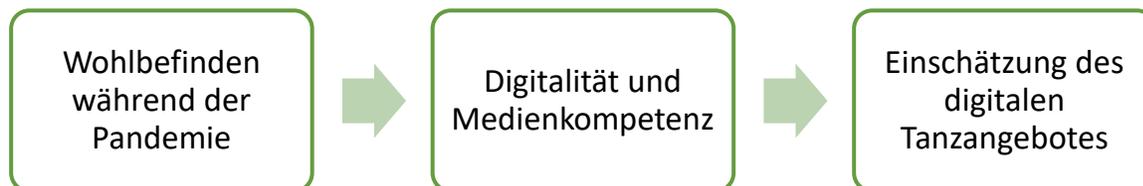


Abbildung 1: Themenkomplexe der Untersuchung

1.3 Verortung des digitalen Tanzangebotes innerhalb der Gesundheitsversorgung

Somit lässt sich das hier evaluierte Projekt einem zunehmend expandierenden 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-Methods-Design zugrunde, wie dies Abbildung 2 illustriert.

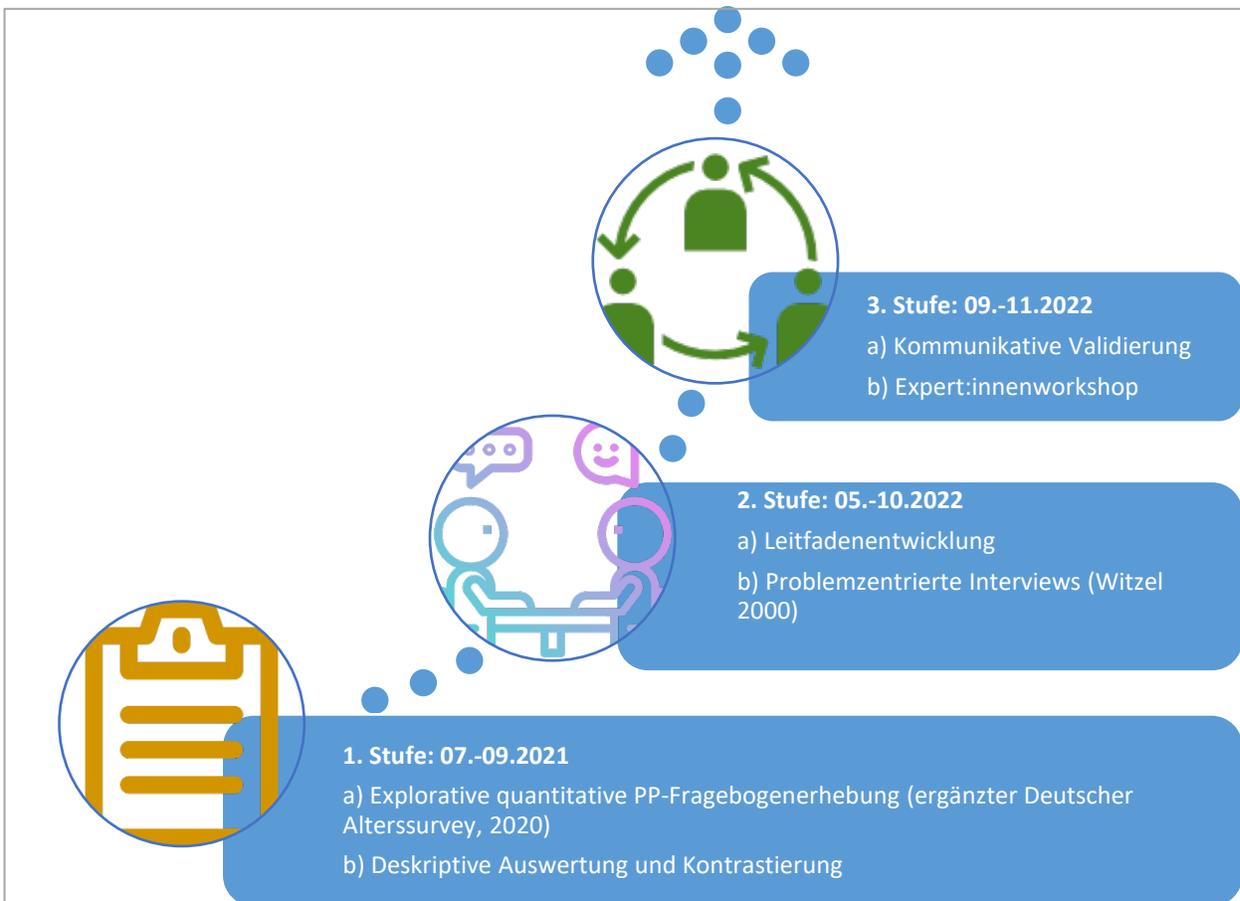


Abbildung 2: Mixed-Methods-Design in drei sequenziellen Stufen

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 soziale(r) 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* und *Tanz* (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 (1984/2000/2022) fundierte halbstrukturierte *Problemzentrierte Interview* (PZI) besonders geeignet, hypothesenprüfendes und hypothesengenerierendes Erkenntnisinteresse methodisch zu verbinden. Insofern ist der hier angezielte 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 Wissen 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 Kategorienebildung am Material bis hin zur weitgehend deduktiven Bildung von Kategorien reicht. Die sinnvolle Verzahnung beider Vorgehensweisen in der Bildung von Kategorien – induktiv bzw. deduktiv – ist in diesem Forschungsprojekt 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, eignet sich insbesondere für die inhaltlich strukturierende Anwendung „auf leitfadenorientierte, problemzentrierte und fokussierte Interviews“ (Kuckartz 2018, S. 98), wie dies hier der Fall ist.

2.3 Stufe 3: Kommunikative Validierung (Mayring 2015) und Expert:innenworkshop

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 der Validierung darf nach Phillip Mayring (ebd., S. 126; H.i.O.) „hier nicht unerwähnt bleiben, [da es] 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 so der Expert:innenworkshop veranstaltet werden, um so die validierten Ergebnisse mit Blick auf zukünftige Forschungsbedarfe, Transferoptionen und kulturpolitische Handlungserfordernisse zu diskutieren.

3 Ergebnisse

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=2792 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:

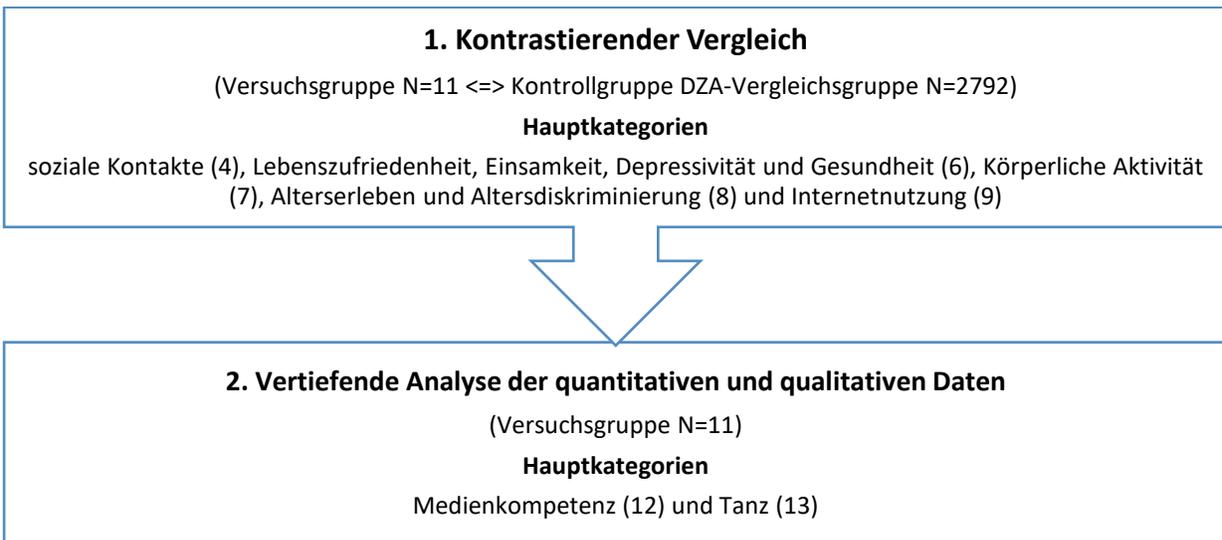


Abbildung 3: Quantitative Auswertung

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

3.2.1.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung

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 Alter¹ liegt in beiden Gruppen unterhalb des tatsächlichen Alters: Die Versuchsgruppe fühlt sich im Mittel 65,09 Jahre alt, die Vergleichsgruppe im Mittel 68,09 Jahre. 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 Teilnehmer:innen der Versuchsgruppe fühlen sich dagegen um 11,73 jünger als sie tatsächlich alt sind.

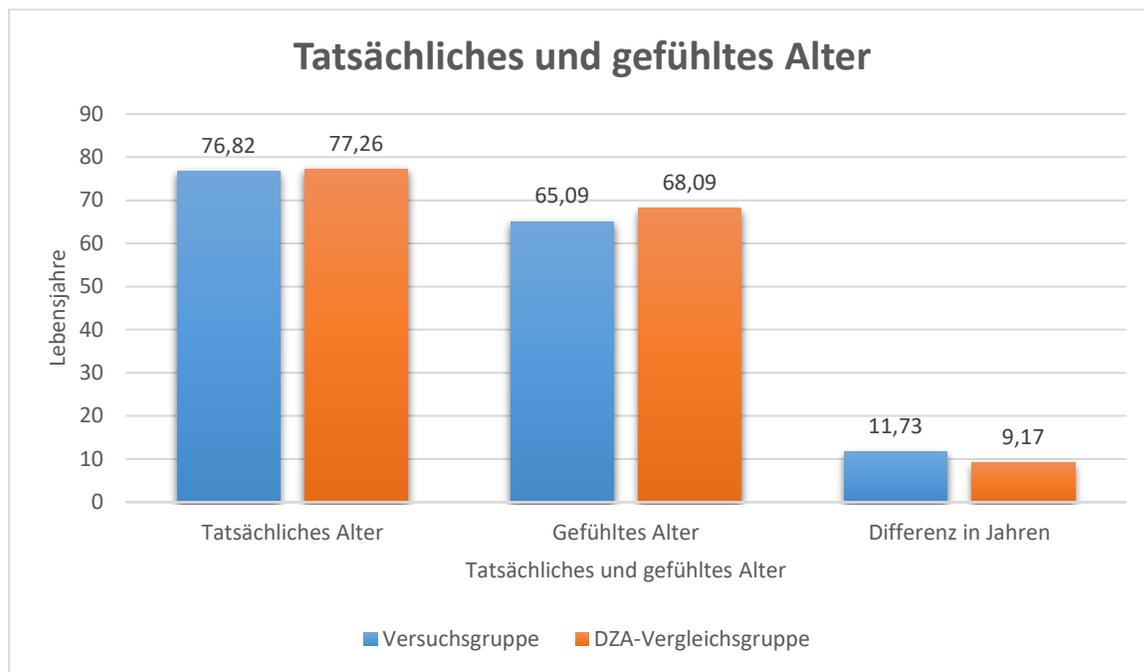


Abbildung 4: Tatsächliches und gefühltes Alter

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

¹ 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).

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.

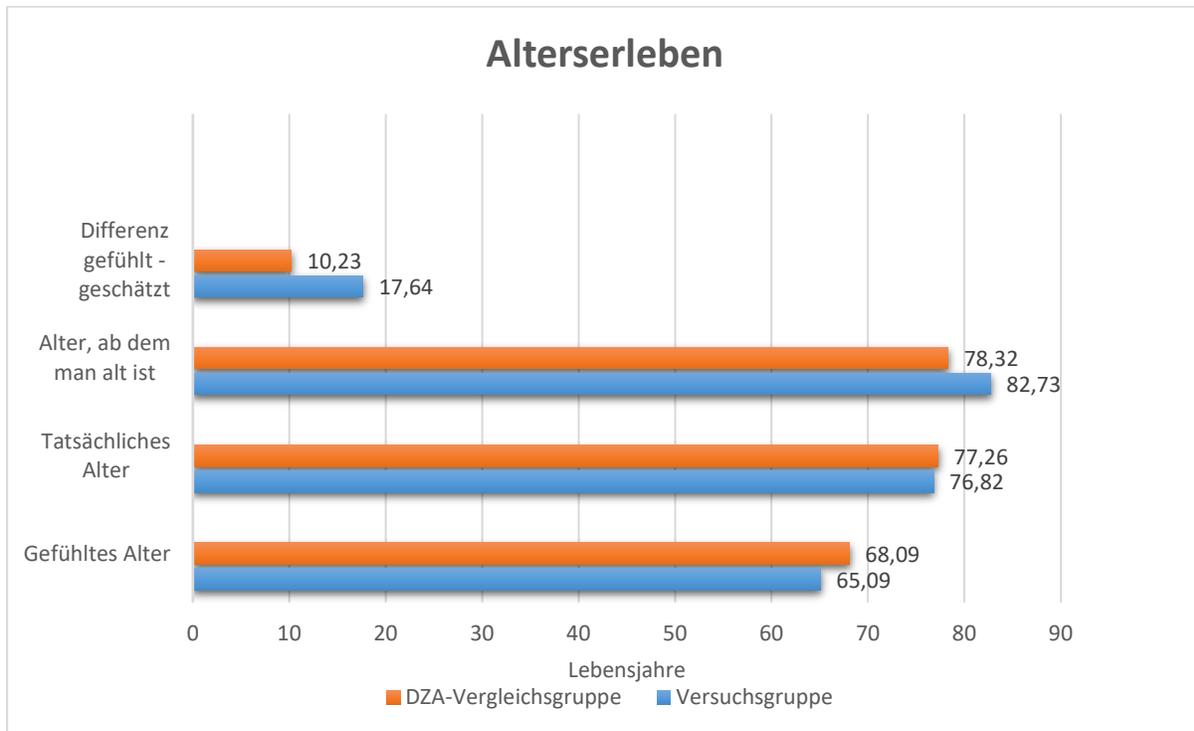


Abbildung 5: Alterserleben

Neben dem Alterserleben spielt die allgemeine Alterszufriedenheit eine wesentliche Rolle 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.

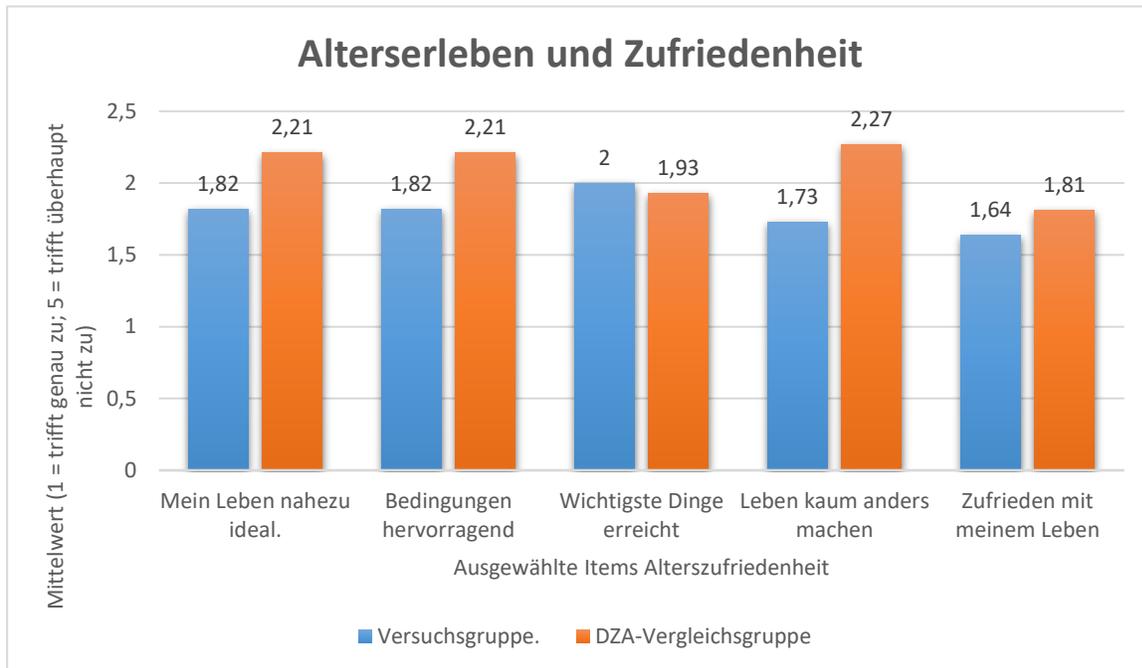


Abbildung 6: Alterszufriedenheit

3.2.1.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews

Psychologische Ebene:

Frage: Sie schätzen sich im Vergleich zur DZA-Gruppe um mehr als 9 Jahre jünger ein, wie und warum kommen Sie zu dieser Einschätzung?

- „Und um nochmals Positives zum Arzt zu sagen (...). Ich war beim Kardiologen. Und dann hat er gesagt: Ja, ich hätte gerne, wenn ich in Ihrem Alter bin, Ihr Gefäßsystem.“
- als „jung“ wird empfunden: Körperliche Fitness, Variationen üben, etwas Neues wagen, Wendigkeit, Reflexion und Hinterfragen = kein Stillstand und Verharren. Allgemein: In Bewegung bleiben, körperlich UND kognitiv: „Probier mal! Wenn es geht, dann geht es; wenn es nicht geht, dann versuch es doch.“
- Fähigkeit, sich realistisch einzuschätzen wird durch Tanz-Erfahrung unterstützt und differenzierte Einschätzung wurde durch Tanz-Erfahrung aufgebaut: „Und da sind auch schon Unterschiede durchaus da. Es gibt Tage, da hat man das Gefühl, oh nein, da geht gar nichts.“

3.2.2 Körperliche Aktivität

3.2.2.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung

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

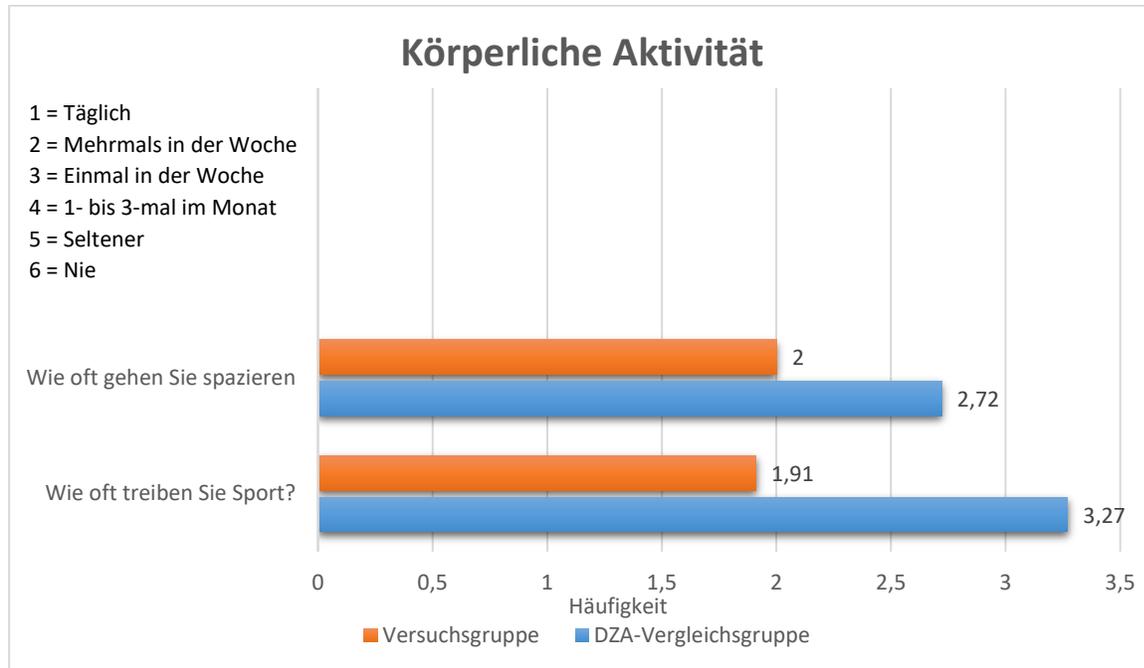


Abbildung 7: Körperliche Aktivität

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.

3.2.2.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews

Frage: Haben Sie durch die Angebote mehr Wissen über Ihren Körper und seine Funktionen erlangt?

- Benannt wird eine körperliche Aufmerksamkeit, die sich auch im Alltag zeigt:

„[Die Dozentin ist] sehr zu loben. Sie hat mitunter zehn Minuten vor Schluss oder auch nach Schluss ein Referat über und was Bezug nimmt auf das, was wir gemacht haben und gibt einen schönen Hintergrund. Das macht richtig Spaß einzuordnen.“

3.2.3 Internetaktivitäten

3.2.3.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung

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.

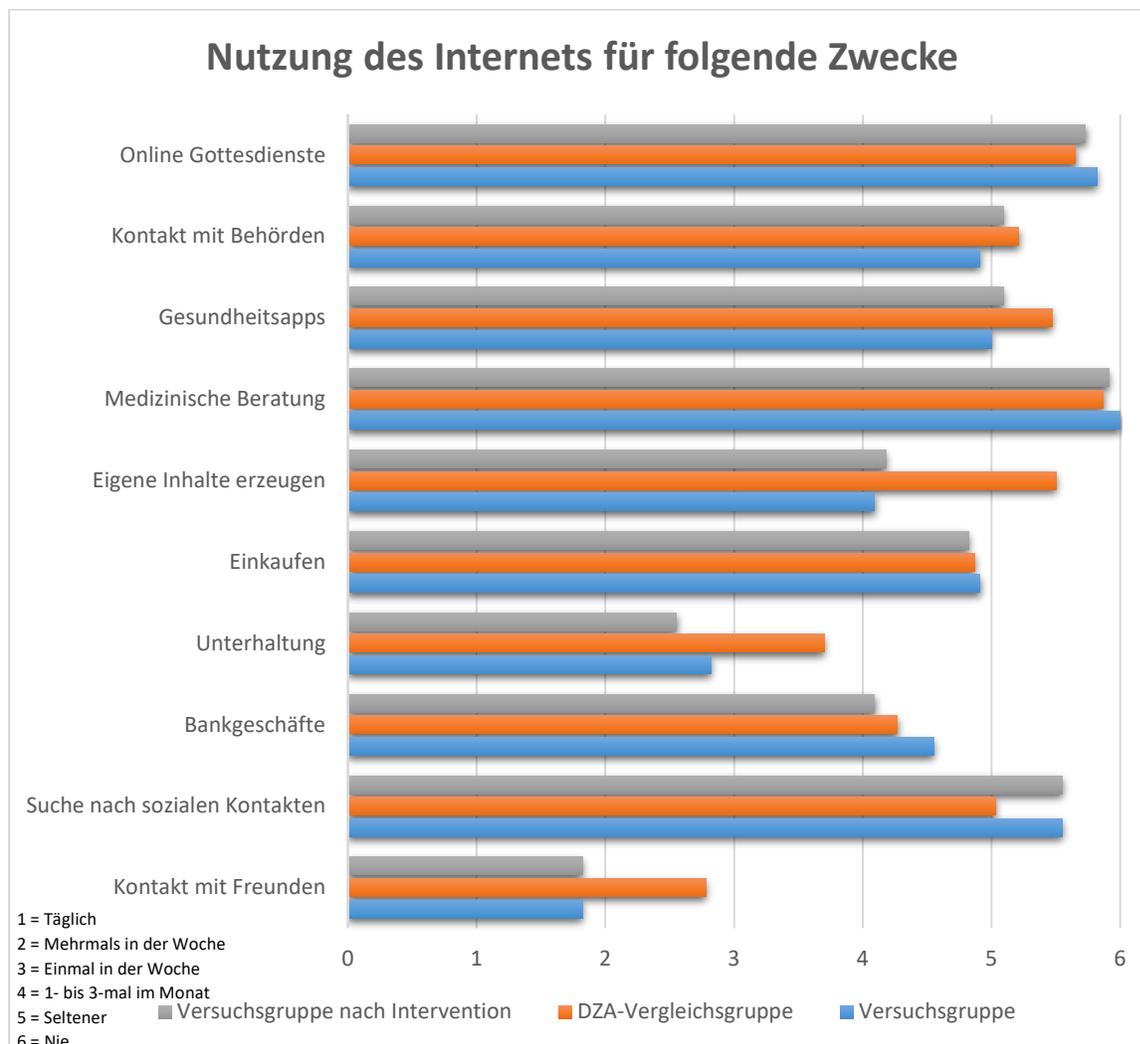


Abbildung 8: Internetaktivitäten

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.

3.2.3.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews

Aufgrund einer sehr kritisch-distanzierten Haltung zu den unterschiedlichen Onlineangeboten ist die Nutzung sehr gering, die Gründe hierfür werden in Abschnitt 3.3 differenziert dargelegt.

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.

3.3.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung

Die Fragen in beiden Erhebungsformen orientieren sich entlang der ursprünglich von Dieter Baacke entwickelten Operationalisierung von Medienkompetenz in den vier Dimensionen *Medienkritik, Medienkunde, Mediennutzung und Mediengestaltung*.

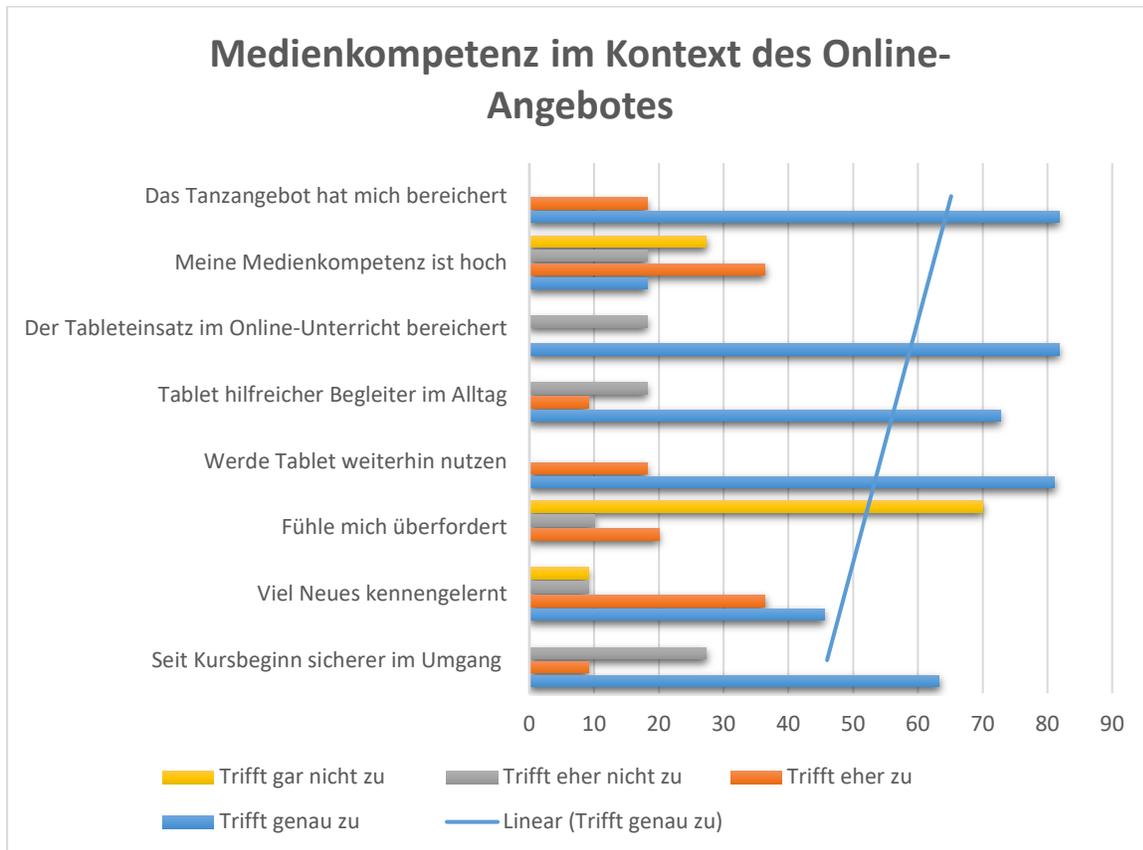


Abbildung 9: Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes

Insgesamt, so die Ergebnisse zum Aufbau der Medienkompetenz im Kontext des Online-Angebotes, melden die 11 Teilnehmer:innen vor allem auf der Ebene der Mediennutzung positive bis sehr positive Einschätzungen zurück. Dies insbesondere hinsichtlich der Bereicherung durch das Online-Tanzangebot sowie 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 Kursbeginn eingeschätzt, für über 70% der Teilnehmer:innen ist dies voll oder eher zutreffend.

3.3.2 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews

Fragen zur Mediennutzung:

- Hat Sie die Nutzung von Tablet und Internet zunächst vor große Herausforderungen gestellt? Wenn ja, welche?
Ja, große Herausforderungen – da großteils digitale Analphabeten. Schulungsangebot war z.T. Erstkontakt.
- Hat Ihnen das Schulungsangebot dabei geholfen, diese Herausforderungen zu bewältigen?
Ja, war aber im Umfang zu wenig. Flankierende Begleitung notwendig und erwünscht.

- Welche weiteren Hilfen haben Sie genutzt?
Hilfestellungen während des Kursangebots innerhalb der Gruppe und seitens der Gruppenleitung.
- Hat sich das Nutzungsverhalten von digitalen Angeboten seit Beginn des digitalen Tanzangebotes verändert?
Ja, hat sich geändert. Es werden verstärkt Suchmaschinen benutzt, außerdem Videoangebot (Youtube), Onlinespiele (Sudoku, Angry Birds, Tetris) und Mediatheken der öffentlich-rechtlichen Anstalten, auch für das Spezialinteresse Tanz. Für weiterführende Dienstleistungen (Ärztliche Konsultationen o.ä.) und Social Media wird das Internet nicht genutzt.

Fragen zur Mediengestaltung:

- Erzeugen Sie selbst digitale Inhalte?
"Kaum, außer gelegentlich Fotos und kurze Videos"
- Teilen Sie diese Inhalte innerhalb der Gruppe? Wenn ja, wie?
"Ja, WhatsApp"
- Teilen Sie die Inhalte auch im öffentlichen Internet, etwa auf youtube, instagram, facebook, tiktok? Warum?
"Nein, da die Verwendung der Inhalte nicht mehr steuerbar ist" (siehe nächste Frage)

Fragen zur Medienkritik:

- Wo sehen Sie kritische Aspekte in der Nutzung digitaler Angebote?
"Fake News, Machtlosigkeit ggü. großen Konzernen" (Bsp. Facebook, Werbungsangebote), Kinder- und Jugendschutz, Missbrauchsskandale, DarkNet und Kriminalität, Cybermobbing, Desinformationspolitik

3.4 Einschätzung Online-Format im Tanz und zum Tanz allgemein

3.4.1 Ergebnisse der quantitativen Erhebung 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.

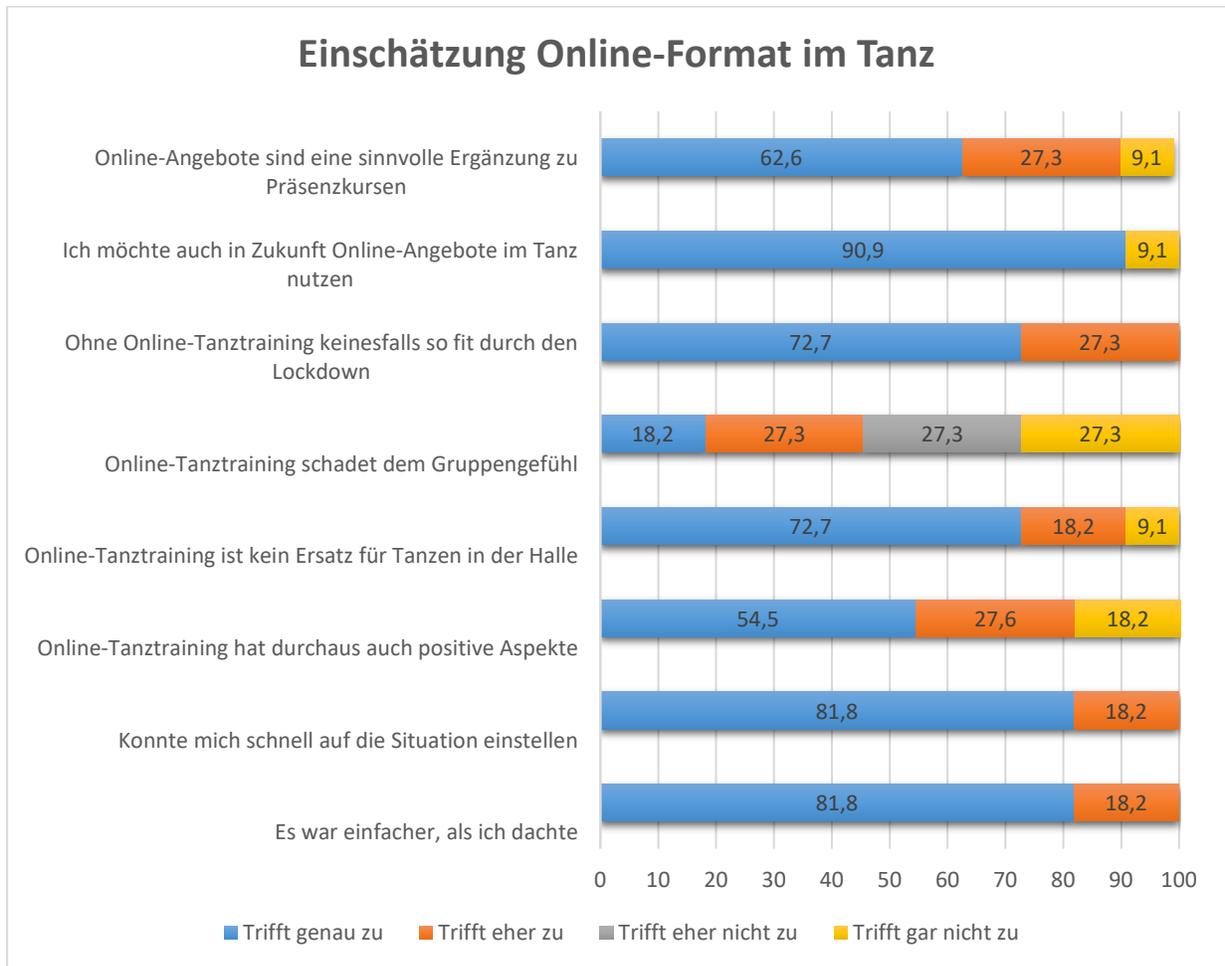


Abbildung 10: Einschätzung Online-Format im Tanz

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 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews

Frage: Welche Unterschiede können Sie zwischen den analogen und den digitalen Angeboten hinsichtlich der Gruppendynamik feststellen?

- Analog ist es motivierender als allein zuhause. Spannung, die sich innerhalb der Halle aufbaut, ist digital nicht gegeben. Gruppengefühl ist weniger intensiv; die digitale Begegnung ist hier kein Ersatz. Aber das Vorhandensein des digitalen Angebots wird als gruppenstärkend empfunden:

„Ja, ich glaube auch, die Erfahrung, dass wir das als Gruppe zusammen gemeistert haben, dass wir alle zusammengeblieben sind, das schweißt insgesamt zusammen.“

Frage: Gibt es Hürden im digitalen, die es im analogen Raum nicht gibt?

- Als das Technische einmal bewältigt war, wurden kaum noch Hürden empfunden. Ausnahme: Begrenzt Platzangebot zuhause.

„Also kann ich gerne bestätigen, das digitale Medium stört mich überhaupt nicht. Das ist für mich gar nicht da. Ich tanze das, was ich gerne möchte.“

Frage: Ist das digitale Angebot spürbar anders als das analoge Angebot in der Halle? Wo liegen die Unterschiede?

- Zusammenfassung: Im Spannungsaufbau, Platzangebot und der Gruppeninklusion („sich verbunden fühlen“)

Frage: Welche Punkte in den digitalen Angeboten finden Sie besonders gut? Wo liegen Vorteile?

- Raum- und Zeitunabhängigkeit:

„Auch wenn mal jemand krank ist, kann er sich trotzdem zuschalten.“

- Zeitersparnis durch wegfallende Wege
- Anderer Bildungszugang wird eröffnet durch Normalisierung des Digitalen
- Informationsverfügbarkeit
- Anderer Analysezugang durch technische Möglichkeiten (Zoomen, Stoppen, Wiederholen, Zeitlupen, unterschiedliche Perspektiven...) wird als Gewinn erlebt

3.4.3 Ergebnisse der quantitativen Erhebung zum 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.

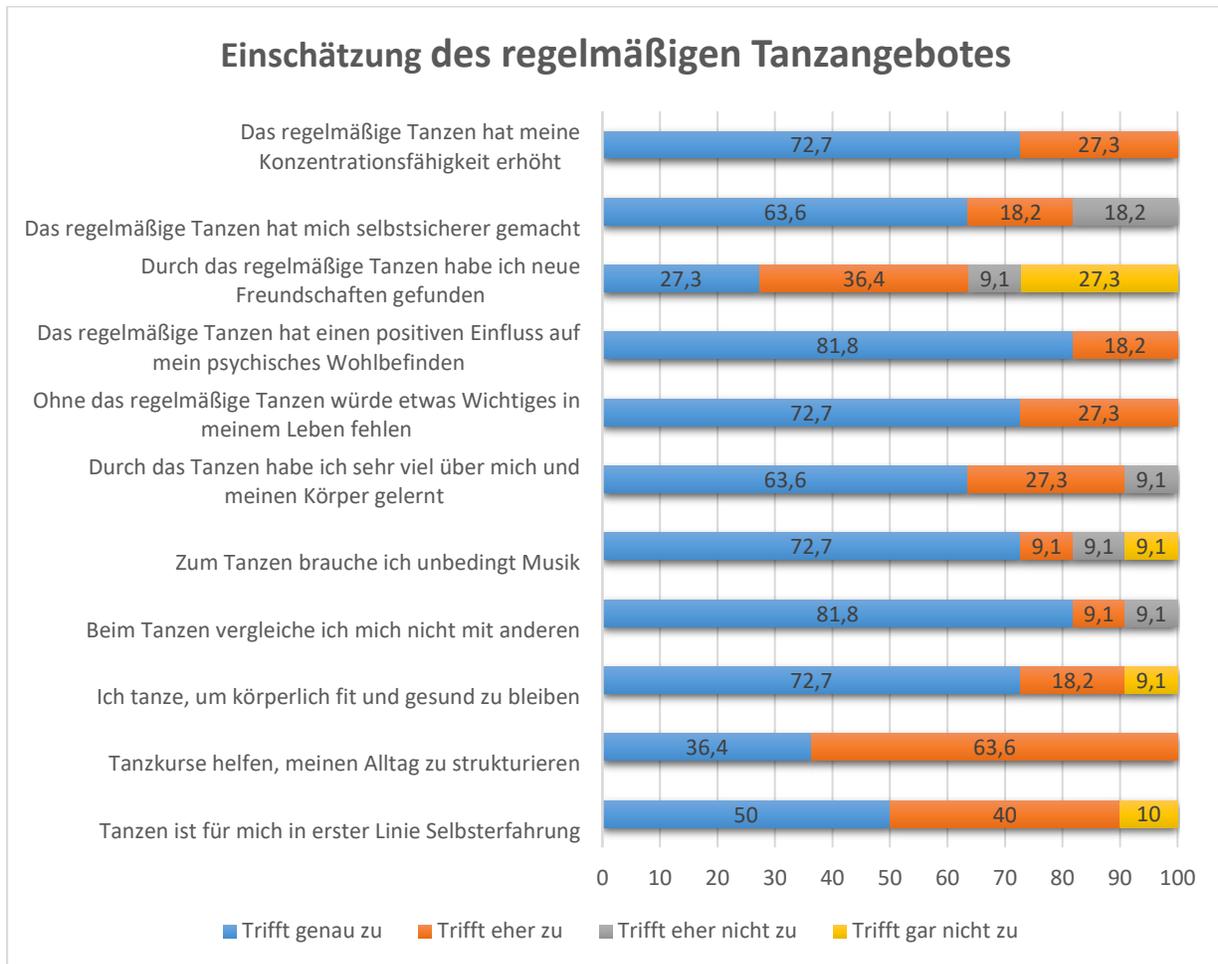


Abbildung 11: Einschätzung der Wirkung des regelmäßigen Tanzangebotes²

3.4.4 Ankerbeispiele aus den problemzentrierten Interviews

Frage: Haben die digitalen Angebote während der Pandemie zu Ihrem Wohlbefinden beigetragen? In welchen Bereichen, nennen Sie Beispiele?

- Das digitale Angebot hat wesentlich zum Wohlbefinden beigetragen. Betont wird das Glücksgefühl, das sich beim Tanz einstellt, verbunden mit der Freude, die anderen Beteiligten zu treffen (auch digital):

„(...), den Fall nicht festzuhalten oder nicht stehenzubleiben, sondern immer noch ein Stückchen versuchen weiterzugehen und immer in Bewegung bleiben, also im wahrsten Sinne des Wortes Freude, und Freude an der Musik dazu und damit [wird] man auch noch Glücksgefühle bekommen“

² 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“.

Frage: Über 70% von Ihnen gibt an, dass ohne das regelmäßige Tanzen etwas Wichtiges in Ihrem Leben fehlen würde, können Sie das konkretisieren?

- Zusammenfassend:
 - Ohne das regelmäßige Tanzangebot würden die oben genannten Glücksgefühle fehlen
 - Das positive Erleben erstreckt sich auf alle Alltagsbereiche
 - Das Zusammenschmelzen von Ästhetischem und Sozialem – jenseits reinen Muskeltrainings im Fitnessstudio - wird betont.
 - Das Angebot bietet eine spezielle Form der Geborgenheit

Frage: Was ist das Spezielle am Tanzangebot?

- Im Unterschied zum Betonen des rein Physischen, Individualistischen, Kompetitiven/ Bewertenden und Funktionalen ohne besondere Erlebnisqualitäten des Fitnessangebots, ermöglicht der Tanz neben sozialer Teilhabe ein bio-psychosoziales Erleben besonderer Art:

„Aber darum geht es ja. Also mit der Bewertung. Das ist auch ein Prozess. Also meistens, wenn man in die Gruppe reinkommt und fremd ist und in der Arbeit noch nicht so drin ist, bewertet man sich viel mehr, als wenn man dann irgendwann mal das versteht.“

Frage: Stimmen Sie der Aussage zu, dass Sie die digitalen Tanzangebote zunächst als Gesundheitsangebote nutzen und erst später als Angebote der Kulturellen Bildung?

- Zusammenfassung: Ein klares Nein. Kulturelle Bildung ist der Fitness vorgeordnet; Fitness ist nötig, um weiter tanzen zu können:

„Ich mache das auch, um hier zu bleiben, aber in erster Linie, um zu tanzen. Der Tanz hat für mich eine eigene Qualität.“

Frage: Wie schätzen Sie die Chancen der Verbindung von analogen und digitalen Zugangsmöglichkeiten ein?

- Zusammenfassung: Digitale Möglichkeiten eröffnen Horizonte, wobei diese Offenheit als grundlegend und positiv für Neuerungen und als Grundlage Kultureller Bildung bewertet wird.
- Digitales und Analoges stehen hier nicht in Konkurrenz, sondern in einem Ergänzungsverhältnis:

„Ich versuche alles was möglich ist von meinem Wohnzimmer aus zu machen. Angenommen Ihr macht eine lange Reise und Ihr wollt nicht abgehängt sein. Dann könnt Ihr sagen ‚Okay, ich wähl mich aus Mexiko rein und mach hier mit.‘ Ja, das sind sehr viele Vorteile.“

- Das Digitale erweitert die Zugangsmöglichkeiten erheblich und fördert Toleranz und Offenheit. So wird für Kulturelle Vielfalt sensibilisiert:

„Aber diese digitale Welt gibt ja sehr viel Zugang zu irgendwelchen Tanzdarbietungen weltweit. Die einen dann sehr tolerant werden lässt, sodass man mit den eigenen Muskeln nicht mehr so spielt, um es mal so zu sagen. Und es zeigt neue Ziele, man muss sie ja nicht erreichen, aber Sehen und Sehnen ist bestimmt interessant.“

„Den Gedanken ‚geschlossene Gruppe‘ halte ich für sehr schlecht. Eine Gruppe darf nicht geschlossen sein, denn es gibt sonst nicht die Möglichkeit der Befruchtung durch andere und [sie] wird irgendwann aussterben. Es ist ganz wichtig, dass sie Kontakte zu anderen hat. Eine Gruppe darf nie geschlossen sein, sie muss offen sein. Und das sind wir ja eigentlich auch, wenn ich das so erlebe, seit Jahren.“

Frage: Sie geben an, dass das regelmäßige Kursangebot eine starke Hilfe ist, den Alltag zu strukturieren, können Sie erklären inwiefern sich das konkret äußert?

- Zusammenfassung: Tanzangebot wird als verlässlicher Quell freudvoller Erfahrung erlebt und ist daher im Alltag unverzichtbar (insbesondere während des Lockdowns, wo sonstige Termine wegfielen). Es wird als zentral für Teilhabe und Teilnahme empfunden.
- „Es hat dem Tag einfach eine Struktur gegeben und die braucht man“
- „Und dann kam [in den digitalen Raum] der und der und dann ging es schon los“

Frage: Können Sie erklären, weshalb das Angebot so gestaltet ist?

- Zusammenfassung: Nein, dies konnte keine der interviewten Personen beantworten, da auf die Professionalität der Pädagogin vertraut wird. Didaktik wird zum Teil (wo nötig), transparent gemacht; Methodik-Verantwortung liegt bei der Pädagog:in.
- Erläuterung der Tanzpädagog:in: „Aber ich habe immer versucht, euch zu erklären, was der Vorteil davon ist, das mal zu machen. Als Gruppe schweißt das zusammen. Wie du heute in dem Interview gesagt hast, viele Dinge haben natürlich auch ein pädagogisches Ziel. Ja, und ich versuche natürlich, wenn ich merke, dass ihr so ein bisschen skeptisch seid oder wieder Widerstände habt, dann versuche ich euch das zu erklären.“

Frage: Bitte beschreiben Sie den Ablauf eines digitalen Tanzangebotes.

- Zusammenfassung: Der Ablauf eines digitalen Tanzangebotes ist unterschiedlich und nicht standardisiert, dabei aber didaktisch individuell und durch das Konzept des Elementaren Tanzes strukturiert, was als große Stärke empfunden wird. Bestimmend sind hier: Variation, Einbau neuer Elemente, Multiperspektivität (neue Ansichten gewinnen), Verbindung von Gymnastik, Musik, Kultureller Bildung und Künstlerischem Anteil:

„Das heißt, wir gehen jeden Tag ein kleines Abenteuer. Ein kleines Abenteuer, ein kleines Highlight. Egal, mal ist es für den ein Highlight, mal ist es so ein bisschen ‚Oh Scheiße, es ist noch nicht so gut‘ - als Herausforderung. Aber ich versuche immer wieder was zu geben, an dem ihr wachsen könnt.“ (01:02:42:01 - 01:03:04:19)

„Und wenn einer mit Rückenschmerzen kommt, dann machen wir Übungen für den Rücken. Und das macht Spaß.“ (01:04:34:13 - 01:04:53:04)

Frage: Gab es einen Zuwachs im Bereich der Allgemeinbildung? Können Sie Beispiele benennen? (Musik, Politik, Kultur, Sprache etc.)

- Zusammenfassung: Ja, einige: Auditive Wahrnehmung, Sensibilität für verschiedene Musikstile, Genres, Kulturelle Hintergründe:

„Ich habe dabei gelernt, intensiver zuzuhören und auch zu merken, was für Abschnitte da sind und was für Instrumente da sind. (...) Dazu kommt, [dass man lernt,] wo man wunderbar auch dann Musik nachschlagen kann und anhören kann.“

4 Zusammenfassung der Ergebnisse

4.1 Zusammenfassung der quantitativen Ergebnisse

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 sind in beiden Gruppen 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 fasst 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, so 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.
- Obwohl die Einschätzungen hier streuen, 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.
- Und schließlich zeigt sich die alltagsstrukturierende Funktion von regelmäßigen Kursangeboten, für 100% ist dies eine starke (64%) bis sehr starke (36%) Hilfe, ihren Alltag zu strukturieren.

4.2 Zusammenfassung der qualitativen Ergebnisse

Neben eher erwartbaren Ergebnissen, die die Befragungsergebnisse stützten oder illustrierten, zeigte sich auch Überraschendes in den Antworten der intensiven Interviewrunde. Dies soll nun in aller Kürze dargestellt werden.

4.2.1 Nutzungsverhalten und Sozialität

Die Nutzung von Tablet und Internet stellte alle Befragten, die sich teilweise selbst als digitale Analphabet:innen verstanden, zunächst vor große Herausforderungen. Dank Schulungsangebot und flankierender Begleitung, die als notwendig und auch weiterhin erwünscht markiert wird, wurden diese Herausforderungen jedoch angemessen gemeistert.

So hat sich das Nutzungsverhalten von digitalen Angeboten seit Beginn des digitalen Tanzangebotes insgesamt verändert; es werden nun verstärkt Suchmaschinen benutzt, außerdem Videoangebote (Youtube), Onlinespiele (Sudoku, Angry Birds, Tetris) und Mediatheken der öffentlich-rechtlichen Anstalten (arte), gerade auch für das Spezialinteresse Tanz. Für weiterführende Dienstleistungen (Ärztliche Konsultationen o.ä.) und Social Media wird das Internet nicht genutzt. Eine Ausnahme bildet Whats App zur Kommunikation mit bereits bekannten Personen. Das Digitale hat insgesamt einen festen Platz im Alltag erhalten und wurde zunehmend normalisiert. Aktives Erzeugen eigener digitaler Inhalte allerdings bleibt, abgesehen von Fotos und kurzen Videos, aus. Das Teilen von Inhalten im öffentlichen Internet wird gemieden; medienkritische Erwägungen sind hier maßgeblich. Benannt wurde hier nicht nur, dass die weitergehende Verwendung der Inhalte sonst nicht mehr steuerbar sei, sondern auch Themenbereiche wie Fake News, Machtlosigkeit ggü. großen Konzernen (Bsp. Facebook, Werbungsangebote), Kinder- und Jugendschutz, Missbrauchsskandale, DarkNet und Kriminalität, Cybermobbing und Desinformationspolitik. Insgesamt ist hier großes Problembewusstsein vorhanden.

In Hinsicht auf soziale Aspekte des digitalen Tanzangebots wurden Unterschiede zum analogen Angebot benannt; analoges Zusammensein wird als motivierender wahrgenommen. Die Spannung, die sich innerhalb der Halle aufbaue, sei unter digitalen Bedingungen nicht gegeben, auch das Gruppengefühl sei weniger intensiv. Dennoch wird das Vorhandensein des digitalen Angebots als gruppenstärkend empfunden:

„Ja, ich glaube auch, die Erfahrung, dass wir das als Gruppe zusammen gemeistert haben, dass wir alle zusammengeblieben sind, das schweißt insgesamt zusammen.“ (00:28:07:22 - 00:28:43:12)

Als das Technische einmal bewältigt war, wurden seitens der bereits miteinander vertrauten Mitglieder – abgesehen vom begrenzten Platzangebot zuhause – kaum noch Hürden empfunden:

„Also kann ich gerne bestätigen, das digitale Medium stört mich überhaupt nicht. Das ist für mich gar nicht da. Ich tanze das, was ich gerne möchte.“ (00:23:29:22 - 00:23:40:10)

Neue Mitglieder hatten es aufgrund der digitalen Bedingungen etwas schwerer, a) die Gruppenatmosphäre zu spüren und sich b) auf die Musik einzulassen.

Gemeinsam in einem digitalen Raum zu sein war für das leibliche Empfinden eine ambivalente Erfahrung; während einige meinten, man habe sich besser „verstecken“ können, empfanden andere dies gerade Gegenteilig. Interessant ist hier das Erleben bzw. Benennen von Intensität:

„Die Halle ist größer, aber auf dem Bildschirm war es intensiver. In der Halle verliert sich das auch, wenn man zwei Leute beobachten muss, weil wenn man zwei oder drei auf dem Bildschirm sieht, das ist viel intensiver, da sieht man jede Bewegung.“ (00:23:40:24 - 00:24:12:20)

Die Selbstwahrnehmung unterlag dabei kaum nennenswerter Veränderung. Auch von stärkeren unangenehmen Gefühlen (Angst, Scham) wurde selbst auf Nachfrage nicht berichtet.

4.2.2 Kognition und Wissen

Kognitive Aspekte haben dagegen größeres Gewicht: Auswirkungen auf Konzentrationsfähigkeit, geistige Wendigkeit und Gedächtnis werden bestätigt. Die Rolle der regelmäßigen Übung und der Wiederholung wird betont.

„Ich könnte dazu sagen, wenn man dann nochmal drei Wochen nicht mitmachen kann aus irgendwelchen Gründen - oder auch vier Wochen. Wenn man dann wieder in die Gruppe kam, hat man gemerkt, dass man nicht mehr so schnell die Anforderungen verstanden hat oder ausführen konnte und die Schrittfolge war schwieriger zu befolgen.“ (00:33:04:01 - 00:33:36:23)

„Jede Bewegung besteht ja aus vielen einzelnen Punkten und die Achtsamkeit, diese Kurve zu bilden, erfordert Übung. Und wenn man die erhalten will, dann muss man es wiederholen. Deswegen ist es ganz wichtig, möglichst oft da zu sein.“ (00:34:19:05 - 00:34:42:20)

Auch Wissenszuwachs spielt für die Teilnehmenden eine große Rolle. So wird sowohl das Wissen über den eigenen Körper und seine Funktionen als auch Wissen im Bereich der allgemeinen und der ästhetischen Bildung als stets wachsend thematisiert:

„[Die Kursleitung] ist sehr zu loben. Sie hält mitunter zehn Minuten vor Schluss oder auch nach Schluss ein Referat was Bezug nimmt auf das, was wir gemacht haben und gibt einen schönen Hintergrund. Das macht richtig Spaß einzuordnen.“ (00:35:22:02 - 00:35:37:04)

„Ich habe dabei gelernt, [der Musik des Tanzangebots] intensiver zuzuhören und auch zu merken, was für Abschnitte da sind und was für Instrumente da sind.“ (00:38:07:17 - 00:38:40:08)

„Ja genau, ich wollte sagen ja, diese Aufmerksamkeit, die Musik ist bei mir so aufgestiegen. Ich erinnere mich, ja, es war ein Stück von dir. Es hat nur 90 Sekunden, aber es war so viel. Ich habe so viel dort gehört. Ja, und dann sollten wir diese Musik auch tanzen, und da war es die ganze Geschichte für mich. Ja, das: diese Aufmerksamkeit und jede Note zu hören und verstehen, warum und worum es geht.“ (00:38:56:10 - 00:39:34:12)

„Zu diesem Stück wollte ich noch sagen, wir sollten ja was finden, das eine Minute, vielleicht ein kleines bisschen mehr oder weniger dauert. Als Teil-Musik für irgendwelche Tanz Entwicklung sollten wir das suchen. Und bei der Suche es war so schwer. Die meisten davon waren zwei drei Minuten oder noch viel länger und da bin ich dadurch zu ganz anderen Dingen gekommen.“ (00:39:40:07 - 00:40:06:03)

„Ich kam zum Jazz und kam zu dem und zu jenem und habe ganz tolle Sachen entdeckt, auch beim Jazz von. Ja, ja, ich will jetzt gar nicht ins Einzelne gehen, aber da bin ich erst draufgekommen, wie wichtig es ist, doch mal YouTube auch zu benutzen. Das habe ich. Davor habe ich mich immer geweigert, YouTube zu nehmen. Ich weiß nicht, ich fand es zu offen.“ (00:40:06:03 - 00:40:27:15)

4.2.3 Psychologische Anteile

Auf psychologischer Ebene zeigte sich der Punkt „Altersempfinden“ als zentral. Die Befragten schätzten sich im Vergleich zur DZA-Gruppe um mehr als 9 Jahre jünger ein. „Jung-Sein“ wird hier mit eindeutigen Attributen versehen: Jung ist körperliche Fitness, aber auch, etwas Neues zu wagen, das Bekannte häufig zu variieren, Wendigkeit, Reflexion und eine Haltung des Hinterfragens. Es geht insgesamt um Beweglichkeit – körperlich und kognitiv. Dabei wird die Reflexionsfähigkeit auch als Fähigkeit, sich und andere realistisch einzuschätzen, verstanden.

Diese Fähigkeit wird nach Einschätzung der Teilnehmer:innen durch das Tanzen aufgebaut und unterstützt:

„Und da sind auch schon Unterschiede durchaus da. Es gibt Tage, da hat man das Gefühl, oh nein, da geht gar nichts. Und wenn man dann wieder so eine tolle Stunde hat, bei Krystyna ist, wo man einfach fröhlich aus der Halle geht, also da habe ich das Gefühl, ja, jetzt fühle ich mich halt jung, jünger, 20 oder so. Das muss man versuchen irgendwo für sich einzuordnen, realistisch zu sein.“ (00:46:45:09 - 00:47:22:02)

„Ich finde ja, das ist ganz wichtig, dass man diese Grenze offenlassen kann, ja und dann nicht sagen ‚nicht in diesem Alter‘. Normalerweise machen Leute das nicht, aber für mich mindestens ist das kein Argument. Probier mal! Wenn es geht, dann geht es; wenn es nicht geht, dann versuch es doch. Ja, das ist ganz, ganz wichtig.“ (00:43:56:22 - 00:44:26:02)

Zusätzlich zur Selbsteinschätzung werden auch andere Menschen als weniger alt eingeschätzt. Insgesamt ist ein überdurchschnittlich positives Bild vom Älter-Sein vorherrschend. Dies wird, halb ironisch, als Selbstschutz vor möglichen Negativbewertungen von außen verstanden, gründet aber auch darin, dass Altern als Lebensaufgabe angenommen und positiv bewältigt wird.

*„Da sieht man schon, was für Vorstellungen da sind. Allgemein gilt, in den 70ern, 80ern kann man das nicht mehr. Und wenn man 80 ist, geht man auf die 90 zu, dann ist sowieso alles vorbei, da lohnt sich schon gar nichts mehr. Und da finde ich, dass *wir* das Ganze leben und da muss man selber sich auch überlegen, wo stehe ich da?“ (00:46:17:00 - 00:46:45:09)*

Es wird deutlich, dass die digitalen Angebote während der Pandemie zum Wohlbefinden der Teilnehmenden beigetragen haben. Betont wird vor allem das Glücksgefühl, das sich beim Tanzen einstelle, verbunden mit der Freude, die anderen Beteiligten zu treffen (auch bei digitalen Treffen). Die Auswertung der Fragebögen hatte bereits ergeben, dass über 70% der Beteiligten angab, dass ohne das regelmäßige Tanzen etwas Wichtiges in ihrem Leben fehlen würde. Im Rahmen des Interviews konkretisierte sich diese Einschätzung. Es wurde angegeben, fehlen würden nicht nur das o.g. Glücksgefühl beim Tanzen selbst, sondern auch das allgemein positive Erleben, das sich auf alle Alltagsbereiche erstreckte. Die im Tanz erworbene oder verstärkte Aufmerksamkeit sowie das spezifische Ineinander von Ästhetischem und Sozialem (was als Differenz zum Training im Fitnessstudio benannt wird), entfaltet für die Teilnehmenden sehr weitgehende Relevanz. Auch Formen der Alltags-Entrücktheit werden hier thematisiert:

„Ich kann meinen Körper fit halten im Fitnessstudio, aber der Tanz ist unerreichbar, nicht erreichbar. Ohne Tanz würde das Wesentliche fehlen. Alles losgelöst-Sein, einfach alles nur vergessen. Für ein, zwei Stunden. Das ist himmlisch.“ (00:52:40:18 - 00:53:01:15)

„Weil im Laufe der Jahre ein gewisses Vertrauen aufgebaut worden ist. Man fühlt sich geborgen, und man hat die Möglichkeit, dem Rat zu folgen, jeden Muskel jeden Tag einmal zu besuchen und dann stellt man am nächsten Tag fest: Es gibt da noch mehr.“ (00:58:03:00 - 00:58:30:06)

Alltagsrelevanz entfaltet das Tanzangebot aber auch insofern, als es als verlässlicher Quell freudvoller Erfahrung erlebt wird, der zusätzlich strukturierende Wirkung hat. Es scheint den Teilnehmenden daher im Alltag unverzichtbar (insbesondere während des Lockdowns, wo sonstige Termine wegfielen). Es wird als zentral für Teilhabe und Teilnahme empfunden.

„[Bei Fitnesskursen] konnte ich auch mal nicht und mich zog es nie dahin. Ich musste mich so konzentrieren dahin zu gehen. Und bei Krystyna, da geht für mich die Welt unter, wenn ich irgendwie einen anderen Termin gerade an dem Tag habe.“ (00:54:12:18 - 00:54:38:23)

„Es hat dem Tag einfach eine Struktur gegeben und die braucht man.“ (00:50:11:19 - 00:50:18:11)

*„[Beschreibt die Situation zu Anfang einer Stunde]
Und dann der und der und dann ging es schon los und was hast du gemacht? Und dann war da sofort schon ein Gespräch. Also ich musste das ja gar nicht moderieren. Das war immer schön so, bevor der Kurs begann. Also eigentlich hatten alle immer sehr viel mitzuteilen, man hatte ja wenig Kontakt und wir haben uns dann auch oft auch die Zeit genommen, auch über bestimmte Dinge zu sprechen, sodass das Medium meines Erachtens nach schon die Kommunikation in der Gruppe gestärkt hat. Also klar, diese privaten Gespräche, die man hat in einer Halle, da wo man sich umkleidet oder wo man zum Auto geht, die müsste man dann extra machen, aber so gemeinsam ging es auch.“ (00:50:33:14 - 00:51:20:01)*

Dass das Kursangebot Raum für Individualität auch im Methodisch-Didaktischen lässt, wird als große Stärke empfunden. Genannt werden hier Variationen, der strukturierte Einbau neuer Elemente, Multiperspektivität (neue Ansichten gewinnen) sowie die spezielle Verbindung von Gymnastik, Musik, Kultureller Bildung und künstlerischem Anteil.

„Das heißt, wir gehen jeden Tag ein kleines Abenteuer. Ein kleines Abenteuer, ein kleines Highlight. Egal, mal ist es für den ein Highlight, mal ist es so ein bisschen ‚Oh Scheiße, es ist noch nicht so gut‘ - als Herausforderung. Aber ich versuche immer wieder was zu geben, an dem ihr wachsen könnt.“ (01:02:42:01 - 01:03:04:19)

„Und wenn einer mit Rückenschmerzen kommt, dann machen wir Übungen für den Rücken. Und das macht Spaß.“ (01:04:34:13 - 01:04:53:04)

4.2.4 Partizipation/ Teilhabe

Das digitale Angebot wird mit einer Reihe positiver Aspekte verbunden. Genannt wird nicht nur der eher pragmatische Punkt der Zeitersparnis durch wegfallende Wege, sondern auch die Raum- und Zeitunabhängigkeit, das Erleben einer Normalisierung des Digitalen (s.o.), die Verfügbarkeit und Zugänglichkeit sowie ein neuer und erweiterter Analysezugang durch die technischen Möglichkeiten (Zoomen, Stoppen, Wiederholen, Zeitlupe, unterschiedliche Perspektiven).

Digitales und Analoges stehen demnach nicht in Konkurrenz, sondern in einem Ergänzungsverhältnis.

„Ich versuche alles was möglich ist von meinem Wohnzimmer aus zu machen. Angenommen Ihr macht eine lange Reise und Ihr wollt nicht abgehängt sein. Dann könnt Ihr sagen ‚Okay, ich wähl mich aus Mexiko rein und mach hier mit.‘ Ja, das sind sehr viele Vorteile.“ (01:28:01:21 - 01:28:24:19)

Das Digitale erweitert die Zugangsmöglichkeiten erheblich und fördert Toleranz und Offenheit. So wird für Kulturelle Vielfalt sensibilisiert.

„Aber diese digitale Welt gibt ja sehr viel Zugang zu irgendwelchen Tanzdarbietungen weltweit. Die einen dann sehr tolerant werden lässt, sodass man mit den eigenen Muskeln nicht mehr so spielt, um es mal so zu sagen. Und es zeigt neue Ziele, man muss sie ja nicht erreichen, aber Sehen und Sehnen ist bestimmt interessant.“ (01:18:03:21 - 01:18:33:09)

Digitale Möglichkeiten eröffnen Horizonte, wobei diese Offenheit als grundlegend und positiv für Neuerungen an sich sowie als Grundlage Kultureller Bildung bewertet wird.

„Den Gedanken ‚geschlossene Gruppe‘ halte ich für sehr schlecht. Eine Gruppe darf nicht geschlossen sein, denn es gibt sonst nicht die Möglichkeit der Befruchtung durch andere und [sie] wird irgendwann aussterben. Es ist ganz wichtig, dass sie Kontakte zu anderen hat. Eine Gruppe darf nie geschlossen sein, sie muss offen sein. Und das sind wir ja eigentlich auch, wenn ich das so erlebe, seit Jahren.“ (01:33:09:16 - 01:33:39:00)

4.2.5 Rolle der Tanzpädagog:in und Konzept des Elementaren Tanzes

Quer zu allen im Fragebogen erhobenen Daten und den weiterführenden Interviewfragen zeigte sich in Antworten aller Themenbereiche, dass die Rolle der anleitenden Person als zentral und für alles Gelingen bestimmend erlebt wird. Wie das Angebot gestaltet wird, ob und inwiefern Didaktik und Methodik transparent gemacht werden, wie die individuellen Gegebenheiten der Teilnehmer:innen berücksichtigt werden – all das wird als durchweg positiv erlebt. Es steht zu vermuten, dass das Konzept des Elementaren Tanzes sowie die pädagogischen Fähigkeiten der dies vermittelnden Person gleichermaßen ins Gewicht fallen.

„Und wenn das dann passt, die Person mit dem Inhalt, dann ist das ein Paket. Das stimmt so, auch wenn wir nicht tanzen und Gymnastik machen. Braucht man ja, das gehört ja dazu. Zum Tanz gehört das eben auch mit dazu, die Techniken.“ (01:00:01:02 - 01:00:30:14)

4.2.6 Gesundheit, Fitness, Kulturelle Bildung

Wie oben bereits angerissen, wird dem Tanzangebot – digital wie analog, hier sind keine signifikanten Unterschiede festzustellen – besonderer Wert beigemessen. Im Unterschied zum Betonen des rein Physischen, Individualistischen, Kompetitiven/ Bewertenden und Funktionalen ohne besondere Erlebnisqualitäten des Fitnessangebots, ermögliche der Tanz neben sozialer Teilhabe ein bio-psychosoziales Erleben besonderer Art:

„Aber darum geht es ja. Also mit der Bewertung. Das ist auch ein Prozess. Meistens, wenn man in die Gruppe reinkommt und fremd ist und in der Arbeit noch nicht so drin ist, bewertet man sich viel mehr, als wenn man dann irgendwann mal das versteht. Also wenn ich manchmal sehe, wenn Ihr so zu zweit improvisiert: Ihr taucht dann einfach in die Augen beim anderen und das trägt euch und da sind die anderen alle komplett egal.“ (00:57:22:21 - 00:57:54:17)

„Aber Tanzen ist für den ganzen Körper, für Seele, Herz, Emotionen. Alles ist frei und losgelöst, wenn man sich braucht. Also das im Verhältnis [zur Fitness]. Und ich finde, jedes hat seine Berechtigung. (01:11:50:12 - 01:12:09:11)

„Das entspricht meinem Erleben. Ich habe nicht so intensiv viel Gymnastik gemacht und bin hierher gekommen durch Zufall. Hier bin ich mit elementarem Tanz in Kontakt gekommen und hier freue ich mich sehr aufgehoben zu sein. Das mache ich, solange Gott will. Noch 100 Jahre.“ (01:12:10:17 - 01:12:32:23)

Den Teilnehmenden sind Allgemeine Fitness, Beweglichkeit und ein hohes Bewusstsein für die physischen Effekte zu eigen. Gesundheit als multidimensionales Phänomen wird durch das Tanzangebot besonders erlebt. Hierbei ist interessant, dass seitens der Befragten der durchweg der Aspekt „Bildung“ dem Aspekt „Gesundheit/Fitness“ vorgeordnet wird. Letztere werden als Voraussetzung für das eigentlich Intendierte, nämlich das Tanzen als kulturelle Bildungserfahrung, verstanden. Fitness ist nötig, um weiter tanzen zu können:

„Ich mache das auch, um hier zu bleiben, aber in erster Linie, um zu tanzen. Der Tanz hat für mich eine eigene Qualität.“ (01:15:29:19 - 01:15:36:24)

5 Expert:inneneinschätzungen

Wie im mit *Forschungsdesign* überschriebenen Kapitel 2 ausgeführt, wurden nach Abschluss der kommunikativen Validierung mit den Beteiligten letzte Korrekturen in der Interpretation des Materials vorgenommen, so dass nun die Expert:innenworkshops realisiert werden konnten, um so die validierten Ergebnisse mit Blick auf zukünftige Forschungsbedarfe, Transferoptionen und kulturpolitische Handlungserfordernisse zu diskutieren.

5.1 Design Expert:innenworkshops

Insgesamt konnten 15 Expert:innen für die Validierung der Ergebnisse gewonnen werden (siehe Anlage), die zweistündigen Workshops fanden am 18. und 21. November 2022 via Videoschleife statt (siehe Anhang).

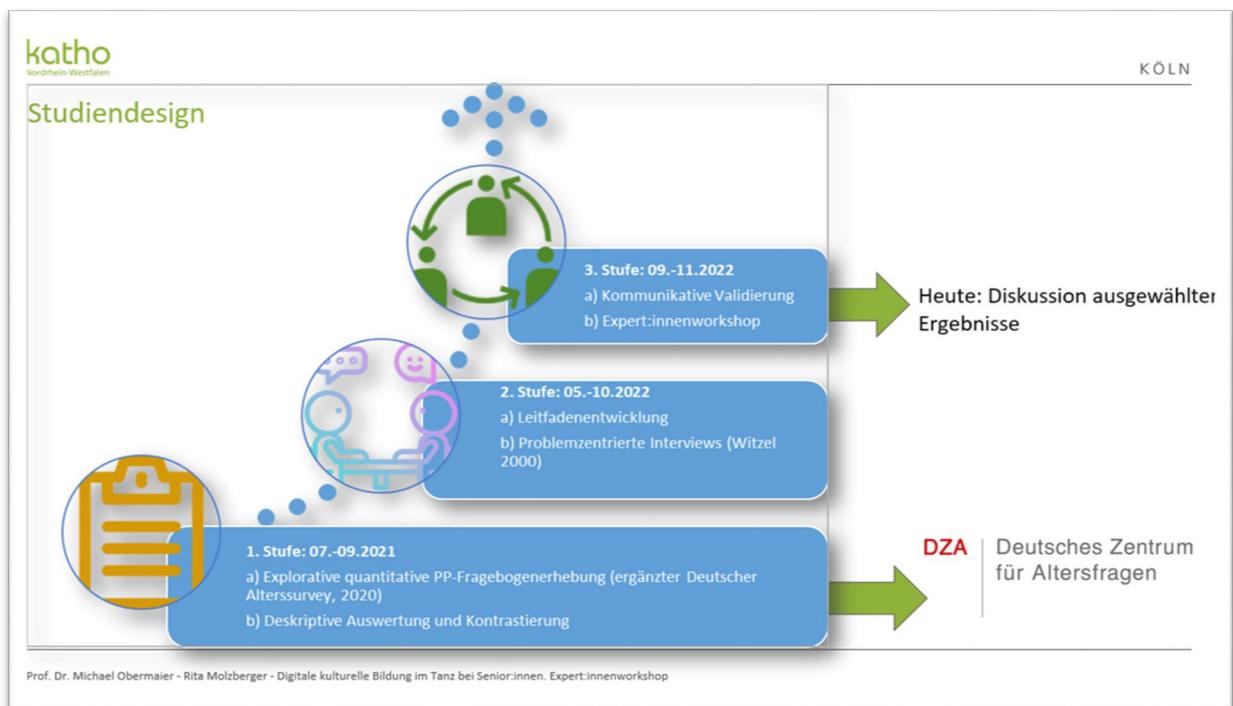


Abbildung 12: Screenshot Powerpoint Expert:innenworkshop

Neben der Reflexion des Designs und forschungsmethodologischen Vorgehens (siehe Abb. 12) wurden die Ergebnisse entlang von den unten aufgeführten, vier zusammenfassenden Thesen zunächst quantitativ vorgestellt, mit Ankerbeispielen illustriert und anschließend offen diskutiert:

1. Digitale (Tanz)Angebote öffnen gesellschaftliche Zugänge und befördern Inklusion und Partizipation.
2. Digitales und analoges Tanzen haben positiven Einfluss auf das psychische Alterserleben.

3. (Digitale) Tanzangebote wirken bei Senior:innen förderlich auf biopsychosozialer Ebene.
4. Fitness ist dem Tanz nachgeordnet.

Die beiden durchgeführten Workshops hatten demnach sowohl hypothesenprüfenden als auch hypothesen- und vor allem forschungsbedarfsgenerierenden Charakter; soweit die Ergebnisse der hypothesenprüfenden Diskussion keine Divergenzen ergab, werden diese hier nicht weiter thematisiert.

Die Expert:innenworkshops wurden didaktisch und methodisch identisch veranstaltet, die Zusammensetzung der beiden Runden war der zeitlichen Disponibilität der Expert:innen geschuldet und folgte keiner dahinterliegenden Zielsetzung. Die Moderation war zweigeteilt in eine moderierende und eine beobachtende Rolle. Um Ergebnisse maximaler Interpretationskonvergenz zu erzielen, wurden die entlang der vier Hypothesen gewonnenen Ergebniszusammenfassungen durch die beobachtende Person *in vivo* erstellt und im Kreise der Expert:innen auf Stimmigkeit geprüft, also kommunikativ validiert.

Die Ergebnisse der beiden Expert:innenworkshops werden nachfolgend auf sieben Dimensionen zusammengefasst, ein Ausblick in Kapitel 6 rundet den Bericht ab.

5.1 Kulturelle Bildung und Tanz

Wünschenswert ist hier eine Differenzierung der Kategorien. Mit Verweis auf die großen Unterschiede innerhalb der Felder Kultureller Bildung sowie diejenigen innerhalb des Tanzes (Stil, Vermittlungskonzept, Ziele etc.) wird angemerkt, dass die Formen und Wirkweisen digitaler Vermittlung ebenso unterschiedlich ausfallen müssen. Am Beispiel des Musizierens und Singens im Chor via digitaler Tools wird deutlich, dass keine Pauschalaussagen über das Gelingen digitaler Ersatz-Formate möglich sind. Auch für den Tanzbereich gilt dies: Schon Paartanz müsste unter ganz anderen Bedingungen digital ermöglicht werden bzw. wäre im Lockdown in Innenräumen weitgehend unmöglich gewesen (Tanzpartner:innen verschiedener Haushalte, Raumgröße etc.).

Hinsichtlich der Spezifika des Tanzes wurde deutlich, dass hier konditionelle und koordinative, nicht-automatisierte Bewegungen mit Zeit- und Präzisionsdruck (auch durch Musik) sowie dem Erfordernis der Schaffung von Balance von Wiederholung und Neuem komplex korrelieren und so ein dichter Kultureller Bildungsraum im Tanz gegeben ist; zukünftige Forschung müsste dies sichtbar machen.

Auch für die Erhebungen des Altersberichts ist daher eine Differenzierung des Begriffs „Kulturelle Bildung“ vonnöten.

5.2 Gelingen und Scheitern

Hieran schließen sich weitergehende Überlegungen zum Gelingen und Scheitern an, insofern die Ergebnisse der Studie keineswegs monokausal im Sinne zu überwindender Hürden und anschließenden Erfolgs zu deuten sind. Der Blick müsste hier einerseits auf die Bedingungen der

Möglichkeit gelingender Bildungserfahrungen gerichtet werden (Finanzierung, ggf. durch solidarische Modelle, Einheitlichkeit der Ausstattung, professioneller Support etc.) und andererseits auch das Scheitern als konstitutives Moment eben jener Bildungserfahrungen sichtbar machen. Denn offenbar schilderten die Proband:innen ja nicht eine Reihe von Wohlfühl-Momenten, sondern gerade auch das Glück darüber, etwas geschafft zu haben, das dann Resilienz stärkend auch für weitere Lebensbereiche wirkte. Dies gilt für das Überwinden von Hürden in Hinsicht auf körperliche wie auch auf geistige Beweglichkeit. Eine Relektüre des vorhandenen Datenmaterials in Abgleich mit theoretischer Hinterlegung (Konsistenztheorie sensu Klaus Grawe) könnte in dieser Hinsicht erhellend sein.

Ein gelingendes Erleben des digitalen Angebots bezieht sich, so ein Hinweis aus der Expert:innengruppe mit Bezug auf das Ankerbeispiel *„Also kann ich gerne bestätigen, das digitale Medium stört mich überhaupt nicht. Das ist für mich gar nicht da“*, nicht zuletzt darauf, dass das Medium gleichsam „verschwindet“ und so eine ähnliche Situation von Ko-Präsenz wie im analogen Raum geschaffen wird.

5.3 Selbstsicherheit, Selbstwirksamkeit, Resilienz und Salutogenese

Salutogenetische Aspekte im Antonovsky'schen Sinne wurden explizit aus Sicht der Versorgungsforschung hervorgehoben. Hier wurde eine klare Verknüpfung zum Kohärenzgefühl, also dem Vertrauen darauf, dass man den Herausforderungen des Lebens gewachsen ist, hergestellt. Insbesondere bezüglich der Medienkompetenz wurde aus den vorgebrachten Informationen und Ankerzitaten ein bemerkenswerter und vielschichtig wirkender Anstieg „herausgelesen“, denn eine starke Ausprägung des Kohärenzgefühls ist sehr wichtig für die tatsächliche Selbstwirksamkeit und Resilienz, wie folgendes Zitat einer Teilnehmer:in verdeutlicht:

„Man braucht nicht nur das Wissen und die Ressourcen, man muss es sich auch zutrauen. Gerade in Verbindung mit Alter, Hochaltrigkeit und/oder Pflegebedürftigkeit lässt diese Zuversicht nach, da ist die Studienlage eindeutig. Man erlebt vielfältige Einschränkungen, stößt zunehmend an Grenzen und traut sich insbesondere in Kombination mit eigenen, negativen Altersbildern immer weniger zu. Dass die Teilnehmenden sich dieser komplett unbekanntem Technologie gestellt haben und damit Erfolg hatten, könnte ihnen im präventiven Sinne eine Zuversicht geben, die besondere Relevanz erlangen könnte, wenn andere, bislang unbekannte Herausforderungen hinzukommen, z.B. durch Erkrankungen. (...) Auch könnte es sein, dass die Teilnehmenden sich durch das Einlassen auf und den Umgang mit den modernen Medien Eine Umkehr von negativen zu positiven Altersbildern ist auch aus salutogenetischer Sicht sehr begründenswert.“

Zudem wurde die Anschlussfähigkeit dieser Forschungsergebnisse an die Förderlinien der Nationalen Präventionsstrategie und des Bundesministeriums für Gesundheit betont.

Begriffliche Differenzierungen wurden auch in diesem Feld als wünschenswert betrachtet: So sei bspw. der Unterschied zwischen „Selbstbewusstsein“ und „Selbstsicherheit“ noch einmal eigens zu diskutieren, um die Ergebnisse in Hinblick auf die Aussage *„das regelmäßige Tanzen hat mich selbstsicherer gemacht“* (vgl. Abb. 11) neu interpretieren zu können. Diese Überle-

gung speiste sich aus der These, es sei durchaus möglich, dass hier kein „Scheitern“ am möglichen Selbstsicherheitszuwachs zu konstatieren sei, sondern vielmehr ein reflexiver Zugriff auf Selbst-Einschätzungen das Gefühl der „Sicherheit“ verzichtbarer erscheinen ließe.

5.4 Elementarer Tanz und Freiheitserleben

Signifikant ist, das machen viele Ankerbeispiele deutlich, ein besonderes Erleben von Freiheit, Gelöstheit, gehobener Stimmung (vgl. O.F. Bollnow) im Tanz. Zu fragen ist nach dem Spezifischen dieser Freiheit und nach der Rolle, die speziell der Elementare Tanz als eine pädagogisch-künstlerische Artikulationsform des Modernen Tanzes hier spielt. Expert:innenseits wird vermutet, dass ähnliche Erfahrungen möglicherweise nicht im Zusammenhang mit Ballett oder LineDance zentral wären. Sich auszuprobieren und Neues zu versuchen, was ja als Momentum des sich-jung-Fühlens benannt wurde, gelänge vor allem dort, wo (angeleitete) Improvisation eine große Rolle spiele, wie im vorliegenden Fall gegeben.

5.5 Alter(n)sfragen

Auch die Frage, wann mit dem Tanzen (oder anderen Aktivitäten der Kulturellen Bildung) im Lebenslauf begonnen wird, wäre zu stellen, zumal von allen Teilnehmer:innen der Studie das positive Alter(n)serleben unisono als außerordentlich wichtiger Quell für bio-psychoziale Gesundheit betont wurde. Diese Einschätzung wurde von den Expert:innen geteilt und eine Erweiterung und Verknüpfung der Ergebnisse mit weiteren Studien, die auch andere Altersgruppen betreffen, als wünschenswert genannt. Um den Stellenwert der Tanzerfahrung im gesamten Lebenslauf sinnvoll erörtern zu können, wären hier Vergleichsdaten (DZA-Studien, Altersbericht etc.) wichtig.

5.6 Einsamkeitsprävention

Anschließend an die zuvor bereits thematisierten Aspekte der Salutogenese, geraten hier vor allem Selbstwirksamkeitserfahrungen und Erfolgserlebnisse in den Blick, die, gerade weil das das reflektierte und lustvolle Erleben des Älterwerdens gemeinsam in der Gruppe gelingt, über die Perspektive des Einzelnen hinausverweisen und so präventiv gegen Einsamkeitserfahrungen wirken. Das Online-Tanzangebot ist daher im Horizont des Sozialen zu betrachten. Gerade bezüglich der Alltagsbewältigung werden hier sozial-motivationale Aspekte in den Vordergrund gerückt: Man nimmt nicht nur um des Tanzens willen teil, sondern auch, um die anderen zu sehen und mit ihnen gemeinsam den (virtuellen) Tanz-Raum zu gestalten. Besonders anschlussfähig scheinen hier wissenschaftliche Theoreme, die es erlauben, Virtualität/Digitalität und (hier: zwischenleibliche, kinästhetische) Empathie zusammen zu denken. Empfohlen wurde hier insbesondere der Text von Thomas Fuchs: Der Schein des Anderen. Empathie und Virtualität. In: Breyer, T. (Hrsg.): Grenzen der Empathie. Philosophische, psychologische und anthropologische Perspektiven., München: Fink. 2015, S. 263-282.)

Ein weiteres Moment der Einsamkeitsprävention ist das von den Teilnehmer:innen angesprochene sich erweiternde „Vokabular“ Kultureller Bildung. Indem sich die Horizonte weiten und die Artikuliertheit wächst, drängt beides auf Austausch im Dialog, beispielsweise über Musik oder Interkulturelle Tanzangebote. Ein ästhetisches Erleben in der Gruppe zu teilen, wird als

bereichernd erlebt. Diesen sozial-motivationalen Aspekt in weitergehender Forschung näherhin zu betrachten, wird expert:innenseits als Desiderat genannt.

5.7 Medialität und Digitalität

Erhellende Einlassungen der Expert:innen bezogen sich auf das Medium selbst sowie auf Digitalität als rahmendes Phänomen. Es wird die These formuliert, dass das Medium proportional zum lustvollen Erleben des Tanzangebots *als Medium* mehr und mehr in den Hintergrund trete (vgl. 5.2) – ähnlich wie bei gelingender computervermittelter Kommunikation (Bsp. Video-Telefonie). Das Medium selbst macht hierbei nicht den Reiz aus; mit Freude „digital zu werden“ brauchte einen Anlass, den das Tanzangebot offenbar darstellte. Diesen Aspekt stärker zu bedenken, wenn es um digitale Angebote Kultureller Bildung geht, scheint äußerst sinnvoll: Der Anreiz durch einen attraktiven Anlass ist je neu zu schaffen. Dann kann sich „echte Hybridität“ einstellen, sodass Digitales und Analoges nicht mehr als getrennt und mehr oder weniger gut miteinander vermittelt, sondern als tatsächlich verwoben erlebt werden.

Der Expert:innenhinweis auf die spezifische Qualität der digitalen Kultur kann hier als besonders fruchtbar gewertet werden, ist sie doch a) von einer spezifischen Agilität (die Nähe zum Tanzen ist hier nahezu greifbar!), hat b) eine eigene Ästhetik gemäß der „Interfaces“ und Oberflächen und erlaubt c) ein Changieren zwischen vermittelten und unvermittelten Formen des Lernens und Sich-Bildens. Ergänzend hierzu bietet sich neben dem breiten Literaturfundament von Benjamin Jörissen (vgl. <https://www.zotero.org/joeriben/collections/QM7TZT44>) die Lektüre des Textes von Tobias Hölterhof: Was bedeutet „virtuelles Lernen“? Philosophische Überlegungen zum Begriff „virtuell“ im Kontext „virtuellen Lernens“. In: Zeitschrift für Theorie und Praxis der Medienbildung 2008, abrufbar unter <https://learninglab.uni-due.de/sites/default/files/hoelterhof0805.pdf> an.

6 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 explorativen Studie auf, nicht bei der Fokussierung auf Algorithmizität und der Entwicklung sogenannter Gesundheits-Apps für mobile Endgeräte sehr unterschiedlicher Art (wie Smartphone, Tablet, Smart Watch) stehen zu bleiben. Vielmehr ist 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 durch die konzeptionelle Offenheit dafür einen besonders geeigneten Praxis- wie Forschungsraum Kultureller Bildung zu bieten, sicherlich nicht nur für und mit Senior:innen.

Hier ist insbesondere mit Blick auf die pädagogisch-künstlerischen Grundlagen der Tanzvermittlung Forschungsbedarf angezeigt.

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.
- Fuchs, Thomas: Der Schein des Anderen. Empathie und Virtualität. In: Breyer, T. (Hrsg.): Grenzen der Empathie. Philosophische, psychologische und anthropologische Perspektiven., München: Fink. 2015, S. 263-282.
- 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.
- Hölterhof, Tobias: Was bedeutet "virtuelles Lernen"? Philosophische Überlegungen zum Begriff "virtuell" im Kontext "virtuellen Lernens". In: Zeitschrift für Theorie und Praxis der Medi-enbildung 2008, abrufbar unter <https://learninglab.uni-due.de/sites/default/files/hoelterhof0805.pdf> (Datum des letzten Abrufs: 23.12.2022)
- Jörissen, Benjamin: <https://www.zotero.org/joeriben/collections/QM7TZT44> (vollständiges Publikationsverzeichnis; Datum des letzten Abrufs: 23.12.2022)
- 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>
- Witzel, A./Reiter, H. (2022): Das problemzentrierte Interview - eine praxisorientierte Einführung. Weinheim: Beltz.

Anhang

Liste der Expert:innen

Titel	Nachname	Vorname	Institution
Dr.	Bade	Mandy	Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, Institut für Sozialmedizin und Gesundheitssystemforschung
Prof. Dr.	Bischof	Margit	Vorstandsmitglied Dachverband Tanz Deutschlang (DTD), Mitglied Gesellschaft für Tanzforschung (GTF)
	Fricke	Almuth	Leiterin Kompetenzzentrum für Kulturelle Bildung und Inklusion im Alter (kubia), Köln
	Gierz	Gabriele	Deutsche Sporthochschule Köln, künstlerische Leiterin von fokus!tanzperformance e.V.
	Gordana	Ancic	Stellvertretende Geschäftsführung Tanz- und Theaterwerkstatt Ludwigsburg, Bereich Kulturelle Bildung, Interkultur und Kultur und Alter.
Prof. Dr.	Heuel	Guido	Katholische Hochschule NRW, Abtl. Köln, Dekan des Fachbereichs Gesundheitswesen
Prof. Dr.	Hölterhof	Tobias	Katholische Hochschule NRW, Abtl. Köln, Professor für Erziehungswissenschaft, Schwerpunkte: digitales Lehren und Lernen sowie die Gestaltung digitaler Bildungsumgebungen
Prof. Dr.	Isfort	Michael	Katholische Hochschule NRW, Abtl. Köln, Professor für Pflegewissenschaft und Versorgungsforschung, Vorstandsmitglied im dip (Deutsches Institut für angewandte Pflegewissenschaft)
Dr.	Kim	Kyungwan	Deutsche Sporthochschule Köln, Institut für Bewegungs- und Sportgerontologie, Abteilung Sportinformatik und Sportspielforschung
	Molzberger	Rita	Katholische Hochschule NRW, Abtl. Köln, Lehrkraft für besondere Aufgaben mit Schwerpunkt Bildungsphilosophie
Dr.	Napetschnig	Alina	Deutsche Sporthochschule Köln und Department of Community Health der Hochschule für Gesundheit Bochum

	Obermaier	Krystyna	Diplom Choreografin, Sportwissenschaftlerin und Tanzpädagogin, Erste Vorsitzende Elementarer Tanz e.V., Köln
Prof. Dr.	Obermaier	Michael	Katholische Hochschule NRW, Abtl. Köln, Professor für Erziehungswissenschaft und Leitung des Institut für Forschung und Transfer in Kindheit und Familie (foki)
Prof. Dr.	Quinten	Susanne	Technische Universität Dortmund, Fachgebiet Musik und Bewegung in Rehabilitation und Pädagogik bei Behinderung, Leitung des Bewegungsambulatoriums BWA im Zentrum für Beratung und Therapie der TU Dortmund
	Sachs	Susanne	Katholische Hochschule NRW, Abtl. Köln, wissenschaftliche Mitarbeiterin am dip (Deutsches Institut für angewandte Pflegewissenschaft)
Prof. Dr.	Steinberg	Claudia	Deutsche Sporthochschule Köln, Professorin für Sportwissenschaft und Tanz, Leiterin des Instituts für Tanz und Bewegungskultur, Mitglied Institut für Sportdidaktik und Schulsport
	Tied	Anna	Deutsche Sporthochschule Köln, Bereich Bewegungstheater, Spiel, Musik und Tanz

Impressum

Empfohlene Zitation/ Suggested Citation:

Obermaier, Michael/Molzberger, Rita (2022): Digitale kulturelle Bildung im Tanz bei Senior:innen [diku BiTaS]. Eine explorative Mixed-Methods-Studie am Beispiel des Elementaren Tanzes. Abschlussbericht. Köln.

Titelfoto: Field of information particles. Nano elements and high technology. Big data and cyberspace cells. 3D illustration of artificial intelligence neural network.

Lizenziert über AdobeStock_497514939.jpeg

Gefördert durch:

