



# ZWAR *report*

Schriftenreihe der ZWAR Zentralstelle NRW

---

## *ZWAR Netzwerke auf dem Prüfstand*

---

ERGEBNISSE EINER STUDIE DER  
UNIVERSITÄT ZU KÖLN

---

---

# ZWAR Netzwerke auf dem Prüfstand

---

## ERGEBNISSE EINER STUDIE DER UNIVERSITÄT ZU KÖLN

---

Paul Stanjek, ZWAR Zentralstelle NRW

Unsere Gesellschaft braucht das Erfahrungswissen älterer Menschen und immer mehr ältere Menschen wollen ihre Lebensphase nach Erwerbs- und Familienarbeit eigenverantwortlich und mitverantwortlich gestalten und sich bürgerschaftlich engagieren. Und sie möchten das immer häufiger selbstorganisiert und projektorientiert tun. Doch selbstorganisiertes bürgerschaftliches Engagement entsteht nicht von alleine, sondern braucht Strukturen, die es ermöglichen und unterstützen.

**Die auf Eigenverantwortung und Selbstorganisation beruhenden stadtteilorientierten ZWAR Netzwerke sind ein seit 30 Jahren bewährtes Modell zur Ermöglichung der Teilhabe und des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen, das vor dem Hintergrund des demografischen Wandels immer mehr an Bedeutung gewinnt.**

In Nordrhein-Westfalen gibt es zur Zeit 155 ZWAR Netzwerke mit über 1600 Gruppen in über 50 Kommunen (Stand 2012). Die ZWAR Zentralstelle NRW berät und begleitet nordrhein-westfälische Kommunen bei der Gründung von ZWAR Netzwerken.

Wir freuen uns, dass mit der Untersuchung der Universität zu Köln qualitative Aussagen zur Wirkung von ZWAR Netzwerken zur Verfügung stehen. Im Folgenden stellen wir das ZWAR Netzwerkkonzept vor und überprüfen die Wirkung der Selbstorganisation der ZWAR Netzwerke anhand der Ergebnisse der Studie.

### Was hält ein ZWAR Netzwerk zusammen?

Soziale Netzwerke älterer Menschen brauchen Gemeinsamkeiten und Verbindung, um zusammenzuwachsen und langfristig zu bestehen. **Ein verbindendes Element ist der gemeinsame Sozialraum, der Stadtteil, das Gemeinwesen, die Nachbarschaft. Hier gibt es Geschichte(n), Berührungspunkte und Treffpunkte, die man miteinander teilt.** Man hat einen gemeinsamen Erfahrungshintergrund, der Gespräche und Annäherung ermöglicht. Hier begegnet man sich im Alltag beim Einkaufen oder Spaziergehen wieder. Und der Stadtteil bietet einen gemeinsamen Lebensraum, den es zu erhalten, zu verbessern und zu pflegen gilt.

Weiter förderlich für das Entstehen und Funktionieren von sozialen Netzen und Netzwerken ist eine gewisse Homogenität der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wie eine ähnliche Lebenssituation oder ein ähnliches Lebensalter. Bei einem ZWAR Netzwerk ist dies der bevorstehende oder schon vollzogene Übergang von der Erwerbs- oder Familienarbeit in das darauf folgende dritte Lebensalter. Hier erlebt man einen Bruch im Lebenslauf, der von den einen als Krise, von den anderen als Chance wahrgenommen wird. Soziale Beziehungen und sinnstiftende Tätigkeiten fallen weg und es entsteht die Notwendigkeit zur Neuorientierung, zur Suche nach neuen Kontakten, neuem Lebenssinn, nach neuen Zielen und Inhalten.

Ein weiteres Element, das ein soziales Netzwerk zusammenhält, ist ein gemeinsames Ziel, eine gemeinsame Vision. Bei einem ZWAR Netzwerk ist dies das gemeinsame Älterwerden in einer Gruppe von Gleichgesinnten. Auf dieser Folie entwickeln die ZWAR Netzwerke unterschiedliche Profile. Die einen haben ihren Schwerpunkt eher im Aufbau von nachbarschaftlichen Strukturen im Quartier und in gemeinsamen Freizeitaktivitäten, die anderen stärker auf bürgerschaftlichem Engagement für unterstützungsbedürftige Menschen in ihrem Stadtteil. Andere wiederum beteiligen sich an kommunalen Gremien wie Runde Tische oder Seniorenvertretungen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der ZWAR Netzwerke eint dabei der gemeinsame Aufbau einer Gruppe, die langfristig Zugehörigkeit, Verlässlichkeit und Verbindlichkeit bietet, um auch bei eigener Unterstützungsbedürftigkeit aufgefangen zu werden, falls dies notwendig werden sollte.

## Was bewegt ältere Menschen zum Mitmachen in einem ZWAR Netzwerk?

Menschen über 50 Jahre gehen immer bewusster mit den Veränderungen um, die der bevorstehende „Ruhestand“ mit sich bringen kann. Immer öfter kommen Menschen zu den ZWAR Netzwerkgründungen, die noch mehrere Jahre Erwerbsarbeit oder Familienarbeit vor sich haben. Sie sind sich bewusst, dass für sie bald eine neue Lebensphase beginnt, die sie nicht alleine gestalten können oder wollen, dass sie Anregung und Unterstützung von Menschen in der gleichen Lebenssituation benötigen, um gesund und aktiv älter zu werden.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von ZWAR Netzwerken möchten im ersten Schritt etwas für sich selbst tun. Für sich selbst etwas tun bedeutet, sich selbst zu fragen, was möchte ich erleben nach der Erwerbs- und Familienarbeit, wie möchte ich diese Lebensphase gestalten, was möchte ich für mich tun, was möchte ich mit anderen tun, was möchte ich für andere tun? Aus diesem Engagement für sich selbst entwickelt sich im ZWAR Netzwerk nach einiger Zeit nachbarschaftliches Engagement, das die Lebensqualität im Stadtteil durch ein neues informelles Netzwerk älterer Menschen belebt, um in einem weiteren Schritt in bürgerschaftliches Engagement für andere Menschen außerhalb des ZWAR Netzwerkes zu münden.

Dreh- und Angelpunkt eines ZWAR Netzwerkes ist die Selbstorganisation. **Ein ZWAR Netzwerk ist kein Verein, hat keine Satzung, keine „Ämter“ und keine Mitgliedsbeiträge. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bestimmen selbst was sie tun, ohne Vorgaben von anderen.** Wie sich die ZWAR Netzwerkteilnehmerinnen und –teilnehmer organisieren, wie sie ihr Miteinander gestalten, das wird miteinander besprochen und ausgehandelt. Deshalb spricht ein ZWAR Netzwerk ältere Menschen, die sich in selbstorganisierten und selbstbestimmten Strukturen engagieren wollen, besonders an. So eine Struktur bietet große Freiräume, die es zu füllen gilt und das ist für viele in den ZWAR Netzwerken eine lohnende Herausforderung.

## Was verbindet die ZWAR Netzwerk- teilnehmer/innen miteinander?

- Der Stadtteil
- Die Lebenssituation nach Erwerbs- und Familienarbeit
- Die Suche nach neuen Kontakten und sinnstiftenden Tätigkeiten
- Das Interesse, sich für sich selbst und für andere zu engagieren
- Die Vorliebe für Selbstorganisation



## Studienergebnisse der Universität zu Köln

Das Centrum für Altersstudien an der Universität zu Köln (CEFAS) hat im Rahmen des Projekts „Lernregionen und Lebensqualität der Generation Plus“ des Ministeriums für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Altes des Landes NRW den Gründungs- und Selbstorganisationsprozess der ZWAR Netzwerke Gelsenkirchen-Erle und Gelsenkirchen-Horst mittels teilnehmender Beobachtung ausgewertet sowie explorative Interviews mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern dieser Netzwerke geführt<sup>1</sup>. Ausgehend von den Ergebnissen dieser Untersuchungen haben wir vier Thesen formuliert, mit denen wir im Folgenden die Wirkung des Selbstorganisationskonzeptes der ZWAR Netzwerke auf die Ermöglichung von Teilhabe und Engagement und auf die Verbesserung der Lebensqualität älterer Menschen überprüfen.

## Die Selbstorganisation der ZWAR Netzwerke ist ein niederschwelliger Zugang zu gesellschaftlicher Teilhabe älterer Menschen

**Der Zugang zu ZWAR Netzwerken ist niederschwellig. Jeder, der sich beteiligen will, ist willkommen, unabhängig von dem, was er einbringen und bewirken möchte.** Es gibt keine vorgefertigten Angebote, sondern es wird nur das getan, was die Teilnehmerinnen und Teilnehmer vorschlagen und

selbst organisieren. Es gibt keine Bewertung der Inhalte der Aktivitäten. Vorschläge für Freizeitaktivitäten sind genauso willkommen wie Projektideen für bürgerschaftliches Engagement. **Sämtliche Aktivitäten des Netzwerkes kommen durch die Eigenverantwortung der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre Wünsche, Interessen und Themen einbringen sowie durch die Selbstorganisation aller derjenigen, die am gleichen Thema interessiert sind, zustande.**

So bietet ein ZWAR Netzwerk „... individualisierbare Teilhabemöglichkeiten: Die Teilnahme an geselligen Elementen ist als eine niederschwellige Möglichkeit der Beteiligung bei den meisten Aktivitäten vorhanden, auch wenn diese eigentlich andere Intentionen (z.B. der Förderung von Partizipation und Teilhabe, der Verfasser) verfolgen. Vom Einzelnen können Art und Umfang der eigenen Beteiligung aufgrund der individuellen Kapazitäten bestimmt werden.“<sup>2</sup>

Die ZWAR-Basisgruppe wird „...von den Teilnehmenden dazu genutzt (...), sich ein eigenes Aktivitätenprofil auf Basis individueller Interessen und Fähigkeiten zu erstellen. So werden die Gruppenveranstaltungen auch dazu genutzt, sich unter Umständen an einer Aktivität nicht zu beteiligen, wohl aber am geselligen Beisammensein, um sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.“<sup>3</sup>

<sup>1</sup> CEFAS-Centrum für Altersstudien an der Universität zu Köln: „Lernen, wer wir sind, herausfinden, was wir wollen und etwas dafür tun“ – Arbeitsgruppe Lernregionen und Lebensqualität der Generation „Plus“: Ergebnisse und Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Unveröffentlichtes Manuskript, Bonn Köln 2012.

<sup>2</sup> ebenda S. 55 | <sup>3</sup> ebenda S. 86f | <sup>4</sup> ebenda S. 84 | <sup>5</sup> ebenda S. 84 | <sup>6</sup> ebenda S. 91

---

# ZWAR Netzwerke auf dem Prüfstand

---

ERGEBNISSE EINER STUDIE DER  
UNIVERSITÄT ZU KÖLN

---



Als Beispiel für die Niedrigschwelligkeit von selbstorganisierten Aktivitäten führt die Untersuchung Sport und Bewegung an. Die Befragung ergab, dass ältere Menschen trotz Interesses an und Bereitschaft zu sportlichen Aktivitäten aus folgenden Gründen nicht an Sportangeboten teilnehmen:

- „Aus gesundheitlichen Gründen bestehen Bedenken, dass ein individueller Ausstieg aus der Aktivität vor Ablauf der geplanten Kurs- oder Trainingszeit nicht ohne sich erklären zu müssen, möglich ist.
- Aufgrund der Gruppensituation ist in Sportkursen oder Sportvereinen keine Anpassung an individuelle Leistungsniveaus möglich.“<sup>4</sup>

Werden Sport- und Bewegungsaktivitäten in einem ZWAR Netzwerk selbst organisiert, so nehmen hier auch Menschen teil, die Vereinen oder Sportangebote aus o.g. Gründen kritisch gegenüberstehen.

Es „... werden Aktivitäten bevorzugt, die einerseits die vorhandenen Fähigkeiten herausfordern, andererseits aber jederzeit die selbstbestimmte Steuerung der Intensität und Dauer einer Aktivität enthalten. (...) Dadurch sinkt die Barriere, sich innerhalb einer ZWAR-Interessengruppe sportlich zu betätigen und die Teilnahmemotivation ist entsprechend hoch. Außerdem unterliegt die Terminierung einer Aktivität einem Aushandlungsprozess (...), so dass hier (...) individuelle Alltagsstrukturen berücksichtigt werden können.“<sup>5</sup>

## Die Selbstorganisation der ZWAR Netzwerke führt zu nachbarschaftlichem Engagement und gegenseitiger Unterstützung älterer Menschen

ZWAR Netzwerke sind stadtteilorientiert. Menschen, die im gleichen Stadtteil leben, kommen sich näher, tauschen ihre Interessen und Wünsche aus und organisieren gemeinsame Aktivitäten. **So entsteht eine neue Form von Nachbarschaft mit tragfähigen sozialen Kontakten, sinnstiftenden Tätigkeiten und einem wachsenden Gefühl der Zugehörigkeit.**

„Verlässlichkeit, Vertrauen, Freiwilligkeit und das Prinzip der Gegenseitigkeit sind wichtige ideelle Eckpfeiler bei der Einschätzung des Wertes von ZWAR für die Zukunftsplanung. Die Gruppe und die entstehenden Kontakte sollen ein soziales Netz bilden, das helfen kann, Einsamkeit und Abhängigkeit zu vermeiden und im Alter selbstbestimmt zu leben. Dieser Wunsch kann, so zeigen die Aussagen der Befragten, unabhängig vom individuellen Gesundheitszustand oder der derzeitigen Lebens- und Wohnsituation bestätigt werden.“<sup>6</sup>

ZWAR Netzwerkteilnehmerinnen und -teilnehmer entwickeln vielfältige Aktivitäten im Freizeit- und Engagementbereich. Durch ihr gemeinsames Tun entstehen belastbare soziale Beziehungen im Netzwerk. Dadurch entsteht nach einer gewissen Zeit auch der Boden für gegenseitige Unterstützung.

# ZWAR Netzwerke auf dem Prüfstand

ERGEBNISSE EINER STUDIE DER  
UNIVERSITÄT ZU KÖLN



„Es entsteht auch der Wunsch, innerhalb der Gruppe Hilfsangebote zu entwickeln, Teilnehmenden zu helfen und sich gegenseitig Unterstützung anzubieten als unentgeltlich freiwillige Unterstützungsleistungen. (...) Das ist ohne eine Vertrauensbasis nicht möglich. Diese Vertrauensbasis etabliert sich auf Erfahrungswerten erst nach und nach.“<sup>7</sup>

**Hilfreich bei der Entwicklung von Verbindlichkeit und Zugehörigkeit sind die Begleitung des Netzwerkes in der Anfangsphase durch eine qualifizierte hauptamtliche Gruppenbegleitung<sup>8</sup> sowie die Qualifizierungs- und Vernetzungsangebote der ZWAR Zentralstelle NRW für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von sozialen Netzwerken.**

Es entstehen Gruppennormen, die gegenseitige Unterstützung fördern und ermöglichen.

„Bei ZWAR wird derjenige, der Hilfe benötigt, nicht in erster Linie als Hilfsbedürftiger, sondern als jemand, der zum eigenen sozialen Netzwerk gehört, wahrgenommen. Damit erhalten gegenseitige Hilfeleistungen einen Stellenwert als gemeinschaftsfördernde Handlungen.“<sup>9</sup>

## Die Selbstorganisation der ZWAR Netzwerke fördert das bürgerschaftliche Engagement älterer Menschen

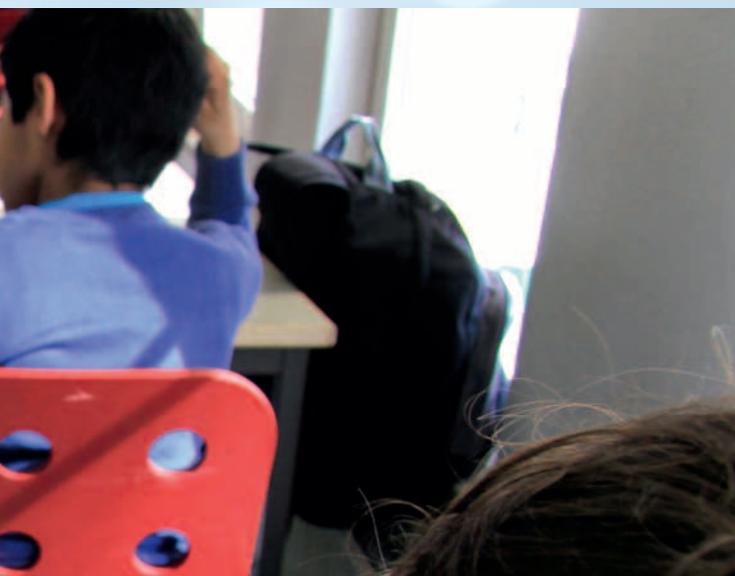
Das bürgerschaftliche Engagement, das in ZWAR Netzwerken entsteht, ist selbstbestimmt bei der Themenwahl und selbstorganisiert in der Umsetzung.

**Das führt zu Engagementformen, die sowohl auf der eigenen Betroffenheit als auch auf der gesellschaftlichen Verantwortungsübernahme der ZWAR Netzwerkteilnehmerinnen und -teilnehmer beruhen.**

„Da die gewünschten Tätigkeiten und der jeweilige organisatorische Rahmen im Bereich der Selbstorganisation und der organisatorischen und inhaltlichen Steuerung durch die Teilnehmenden liegen, werden im Unterschied zu bürgerschaftlichem Engagement in anderen Organisationen Rahmen und Richtung des Engagements nicht durch eine weltanschauliche oder durch das Organisationsziel vorgegebenen Bindung mitbestimmt. Damit nimmt intern die Diversität der Gruppe zu. Gleichzeitig steigt bezüglich der Kommunikation die Notwendigkeit der Absprachen und Aushandlungsprozesse untereinander.“<sup>10</sup>

Aus eigener Betroffenheit haben sich ZWAR Netzwerkteilnehmerinnen und -teilnehmer beispielsweise zu ehrenamtlicher Öffentlichkeitsarbeit bereit erklärt. Sie hatten festgestellt, dass die lokalen (Senioren)Ratgeber zwar viele nützliche Adressen und Hinweise auf Angebote enthalten, es aber an qualitativen Aussagen in Form von „Insiderwissen aus der Praxis“ mangelt, das sie nun aus ihrem eigenen Erfahrungsschatz ergänzen wollen.<sup>11</sup>

Andererseits engagieren sich ZWAR Teilnehmerinnen und -teilnehmer „allein aufgrund von gesellschaftlichen Notwendigkeiten und konkret erkennbaren Notlagen“,



## Die Selbstorganisation der ZWAR Netzwerke

- bietet einen niedrighschwelligigen Zugang zu gesellschaftlicher Teilhabe
- fördert nachbarschaftliches Engagement
- fördert bürgerschaftliches Engagement
- fördert das persönliche Wachstum der NetzwerkteilnehmerInnen

wobei dieses Engagement „besonders mit Wünschen nach intergenerationellem Austausch verbunden“ ist.<sup>12</sup>

Die Zielgruppen des intergenerationellen Engagements der ZWAR Netzwerke „...zeigen eine größtmögliche Breite, wie etwa Familien, Kinder und Nachbarn aus der beobachteten Lebenswirklichkeit im sozialen Umfeld.“<sup>13</sup> Engagiert wird sich auch für ältere Menschen, hier handelt es sich um „im Krankenhaus behandlungsbedürftige Ältere oder (...) ältere (...) betreuungsbedürftige Personen.“<sup>14</sup>

## Die Selbstorganisation der ZWAR Netzwerke bedingt einen herausfordernden Lernprozess, der zu persönlicher Weiterentwicklung motiviert

Die Offenheit und Gestaltbarkeit der Inhalte und der (Organisations-)Strukturen bedingen den niedrighschwelligigen Zugang zu ZWAR Netzwerken. **Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer begeben sich in eine ihnen ungewohnte Lernsituation, die dazu herausfordert, neue Handlungs- und Kommunikationsformen zu entwickeln.** Sie lassen sich auf diesen Lernprozess ein, da sie die Chance erkennen, zusammen mit Menschen in der gleichen Lebenssituation eine verbindliche und langlebige Gruppe aufzubauen, in der man gemeinsam älter wird und in der auch Freundschaften entstehen können.

Die Teilnahme an einem ZWAR Netzwerk „... fordert (...) durch neue und für diejenigen, die aus der Kirchen- oder

Vereinsarbeit kommen, ungewöhnliche Gruppenprozesse und –strukturen auch heraus, sich überraschen zu lassen und sich auf neues Terrain zu begeben.“<sup>15</sup>

Dieser Lernprozess eröffnet den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit „... professionelle Kenntnisse und Fähigkeiten als Ressourcen einzusetzen und (...) in dem außerberuflichen Rahmen von ZWAR produktiv zu nutzen. (...) Von der passiven Gruppenteilnahme, die von (...) Erwartungshaltung geprägt ist, (...) wird hier innerhalb eines Gruppenprozesses der Schritt in Richtung Selbstaktivierung unternommen.“<sup>16</sup>

## Resümee

*Die Untersuchung der Universität zu Köln belegt deutlich die positive Wirkung der ZWAR Netzwerke sowohl für ihre Teilnehmerinnen und Teilnehmer als auch auf die Kommune und ihre Stadtteile, wo die ZWAR Netzwerke eine niedrighschwellige Ermöglicungsstruktur für nachbarschaftliches und bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen bilden. Die positive Wirkung für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Netzwerkes besteht in der Zugehörigkeit zu einer Gruppe Gleichgesinnter, die zu Engagement und persönlichem Wachstum motiviert und in der man gegenseitige Unterstützung findet.*



**ZWAR Zentralstelle NRW**

Steinhammerstrasse 3  
44379 Dortmund  
Telefon: 0231 – 96 13 17 - 0  
Telefax: 0231 – 61 8 51 72  
[www.zwar.org](http://www.zwar.org)

**Impressum**

Herausgeber: ZWAR Zentralstelle NRW  
ZWARreport  
Schriftenreihe der ZWAR Zentralstelle NRW  
Redaktion: Paul Stanjek  
Ausgabe Nr. 1, Dortmund 2013  
Titel: ZWAR Netzwerke auf dem Prüfstand  
Autor: Paul Stanjek

