

I. Demographischer Wandel - Kultur

Gliederung:

1. Demographische Prozesse in der Gesellschaft
2. Kohorten Älterer
3. Altersleitbilder
4. Kompetenzen und Ressourcen des Alters
5. Interkulturelles Altern
6. Rollen und Rollenperspektiven am Erwerbseende
7. Emanzipation des Alters

Ziele:

Das Ziel dieses Moduls besteht vordergründig darin, den Charakter des demographischen Wandels in der Gesellschaft zu erkennen, zu verstehen und die damit verbundenen Probleme und Chancen zu reflektieren. Es soll verdeutlicht werden, daß es sich bei der Gruppe „Älterer“ um eine sehr heterogene Zielgruppe mit unterschiedlichen Interessen, Bedürfnissen und Vorerfahrungen handelt. Gleichzeitig soll den SeminarteilnehmerInnen ein Einblick in den Wandel der Altersleitbilder in Deutschland ermöglicht werden. Alter und Altern im Spannungsfeld von Selbst- und Fremdwahrnehmung soll den Blick für eine kritische Betrachtung dieses gesellschaftlichen Prozesses schärfen. Die Diskussion zu diesem Defizit- bzw. Kompetenzmodell (Leitbilder) soll die TeilnehmerInnen dazu führen, die Kompetenzen und Ressourcen des Alters zu erkennen, und damit das Alter als Chance für das Individuum und die Gesellschaft zu begreifen. In einem weiteren Schritt sollten die verschiedenen Rollenoptionen Älterer vorgestellt und in Hinblick auf die eigenen Möglichkeiten (Interessen, Bedürfnisse) reflektiert werden. Mit diesem Modul vermitteln wir ein kritisches, aber vor allem optimistisches Altersbild.

Didaktisch- methodische Hinweise:

Es ist empfehlenswert, sich den Inhalten dieses Moduls in kreativer Form zu nähern, welche zunächst eine affektive Annäherung durch die TeilnehmerInnen zuläßt. Arbeit mit Bildern, Filmsequenzen, Liedausschnitten und Texten fördert erfahrungsgemäß einen emotionalen Einstieg und führt zu „Bildern“, die für den weiteren Diskussionsverlauf hilfreich sind. Grundsätzlich ist zu sichern, daß in der Umsetzung Bezüge zu eigenen Erfahrungen (Lebenswelten) möglich sind. Ausreichender zeitlicher Spielraum soll ein emotional-kritisches Klima für die Weiterarbeit schaffen. Unterfüttert werden die biographischen Erfahrungen mit statistischen Daten, die zur Verdeutlichung der Dimension des „Alterns“ beitragen können.

**Veranstaltungs-
form:**

Vom zeitlichen Umfang sollte dieser Grundbaustein in Form einer Tagesveranstaltung durchgeführt werden.

**Materialien/
Arbeitshilfen:**

Statistiken zur Veränderung der Bevölkerung Deutschland (Lebensbäume)

Fotomaterialien zur Vielfalt des Alters (Porträts, Zeitungsausschnitte etc.)

Fallbeispiel: Selbstreflexionsübung „Alter in unserer Gesellschaft“

Videoclips bzw. Ausschnitte (siehe Anhang)

Texte zu Kompetenzen/Ressourcen des Alters

Text: Lernfähigkeit im Alter „Was Hänschen nicht lernt...?“

Literarische Auszüge oder Gedichte

Fachliteratur:

- Erfolgreich mit älteren Arbeitnehmern, Verlag Bertelsmann Stiftung, Gütersloh, 2003
- Altersbilder, Uwe Opolka, Deutsches Institut für Fernstudienforschung an der Uni Tübingen 1996
- Funkkolleg Altern, Studienbriefe 1-7, Deutsches Institut für Fernstudienforschung an ... Tübingen, 1996
- Start in den Ruhestand, Vorbereitung –erste Schritte, Oskar Schnetter, hänsler-Senioren-Edition, 1991
- Alterssozialpolitik, Dortmunder Beiträge zur angewandten Gerontologie, Bd. 5, Vincentz-Verlag, 1996
- Jeder ist seines Alters Schmied, Mascha Fisch, Fischer-Verlag, Düsseldorf 1989
- Die Alten kommen, Auf dem Sprung zur Macht, Heiner Hug, Orel Füssli-Verlag, Zürich 1992
- Altersbeben, Wie wir die demographische Erschütterung in der Wirtschaft meistern werden ?, Paul Wallace, Campus-Verlag, 1999
- Datenreport Alter, BMFSFJ, Schriftenreihe Band. 137, Bonn, 1997
- Länger erwerbstätig aber wie ?, Johann Behrens, Westdeutscher Verlag, Opladen 1999

II. Basiswissen: Methodik

Gliederung:

1. Klassische Methoden (Vortrag, Gruppenarbeit etc.)
2. Biographisches Arbeiten (Erzählcafe, Arbeit mit Gegenständen...)
3. Zukunftswerkstatt (nach Robert Jungk)
4. Präsentations- und Visualisierungstechniken
5. Gruppe, Team – Gruppenarbeit, Gruppenprozesse
6. Kreative Aktivierungsformen
7. Umgang mit Neuen Medien (Plattform für Kommunikation und Wissenserwerb)
 - PC, Internet
 - Videobearbeitung

Ziele:

Das Modul focussiert in erster Linie darauf, daß die Teilnehmenden Methoden und Arbeitsweisen kennenlernen und praktisch einüben, mit denen sie später ihre Rollen als MultiplikatorInnen in ehrenamtlichen Strukturen wahrnehmen können. Es wird auf bereits vorhandenen Erfahrungen aufgebaut. Bei der Vermittlung neuer Methoden stehen insbesondere die Aspekte von Partizipation, Teilnehmerorientierung und bewußte Nutzung des vorhandenen Erfahrungswissens im Vordergrund. Die angebotenen Gliederungsschwerpunkte sind mittels beispielhafter Praxisbezüge zu bearbeiten. Dabei sind alle Arbeitsschritte (Methode) sowohl bezüglich der Anwendungssituation als auch der erzielten Ergebnisse zu reflektieren. Alle TeilnehmerInnen sollen lernen, in Gruppenprozessen zu arbeiten, unterschiedliche Rollen einzunehmen und ihre Wahrnehmungen dabei zu beschreiben. Dabei sind neue Formen der Visualisierung und Ergebnispräsentation zu vermitteln. Mit Blick auf die Neuen Medien verfolgen wir sowohl das Ziel der Vermittlung neuen Wissens (z.B. Internetanwendung) als auch die Nutzung der Neuen Medien für die Prozesse praktischer Arbeit (Kommunikation/-Präsentation/ Dokumentation).

Didaktisch-methodische Hinweise:

In diesem Modul sollen die TeilnehmerInnen in einem Mix aus theoretischem Wissen und praktischer Erfahrung (Beispielarbeit) arbeiten. Alle Techniken (Präsentation etc.) sind in der Gruppe (Kleingruppen) zu üben und anschließend einer Bewertung zu unterziehen. Die Beispiele für die Arbeit sollten aus dem Lebensalltag der TeilnehmerInnen gefiltert werden. Diese Arbeitsweise erhöht die Akzeptanz und führt zur praktischen Verwertbarkeit des Moduls. Die pädagogische Fachkraft befindet sich vordergründig in einer Beraterfunktion. Sie ermittelt Bedarfe bei den TeilnehmerInnen, führt ein, moderiert und begleitet den praktischen Prozeß. Generell hat der Baustein: Methodik Relevanz für die gesamte Projektlaufzeit. Er kann zu Beginn, aber auch im fortlaufenden Prozess eingesetzt werden.

Der Bezug zu den Neuen Medien beinhaltet in diesem Modul nicht, daß es zu einer Ausbildung am PC bzw. Internet kommt. Separate Vermittlung von TeilnehmerInnen in andere Angebote sind jedoch möglich. Die Techniknutzung muß einen direkten Bezug zu den praktischen Schritten innerhalb des Moduls haben.

Veranstaltungsform:

Die zeitliche Umsetzung des Moduls kann sehr flexibel gehandhabt werden. Denkbar ist dabei ein zeitliches Volumen von drei Stunden bis hin zu einer zweitägigen Seminarveranstaltung. Für die Anwendung der Methode: Zukunftswerkstatt ist ein erweiterter zeitlicher Rahmen erforderlich !!.

Materialien:

Methodenkiste der Bundeszentrale Pol. Bild.

CD „Arbeiten mit mindmap“

Video: Alte machen Theater, Freies Werkstatttheater Köln, Köln

Beispiele „Biographisches Arbeiten“

Handreichung: Visualisierungs- und Präsentationstechniken (ZWAR)

Beispiel: Zielvereinbarung in einer Gruppe; Zielfindung in einer Gruppe

Internetadressen und spezielle Anbieter

Methodische Hinweise für Seminareröffnung ,Zwischenschritte und Auswertung

Fachliteratur:

- Kurs- und Seminarmethoden, Jörg Knoll, Beltz-Verlag, 1992
- Ein unglaublicher Frühling, Erfahrene Geschichte im Nachkriegsdeutschland, Alexander von Plato, BZPB, 1997
- Ältere Menschen und neue Medien, Computer- und Internetprojekte von Senioren, Verlag Peter Wiehl, 2002
- Seniorinnen und Senioren, Forum Informationsgesellschaft, Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie
- Zukunftswerkstätten, Robert Jungk, Heyne-Verlag, München 1989
- Selbstakzeptierung und Selbstverantwortung, Interaktionsspiele zur Persönlichkeitsentwicklung, Klaus W. Volpel, (Band 1-3), Iskopress, 1995
- PC-Computerspiele für Senioren, Dr. Günter Salomon, Verein Seniorinnen und Senioren in der Wissensgesellschaft e.V., 1999
- Praktisches Planen, Eine Anleitung..., Informationsstelle des Zürcher Sozialwesens
- Führen in sozialen Organisationen, Paula Lotmar, Haupt-Verlag, Bern 1993

III. Strukturen, Akteure und Inhalte lokaler Seniorenarbeit

- Gliederung:**
1. Arbeitsformen der Seniorenarbeit (Selbsthilfe, Projekte ...)
 2. Organisationsformen
 3. Inhaltliche Schwerpunkte der Seniorenarbeit
 4. Interessenvertretung
 5. Kulturarbeit
 6. Bildung...
 7. Vernetzung als Methode (Arbeit zwischen Kooperation/
Konkurrenz)
 8. Projektmanagement in der (gewerkschaftlichen)
Seniorenarbeit

Ziele: Hintergrund des Moduls ist die Darstellung der Breite und Vielfalt eines sehr ausdifferenzierten Marktes von Anbietern in der Arbeit mit älteren Menschen. Darüber hinaus geht es um die Vermittlung von Kenntnissen über die jeweiligen Organisationen, Zielgruppen und damit verbundenen Arbeitsformen in der Praxis. Aus der Basis dieses gewonnenen Wissens sollen die Teilnehmenden ein Bewußtsein dafür entwickeln, daß die gewerkschaftliche Seniorenarbeit nur ein Segment innerhalb der Gesamtpraxis darstellt. Damit verbunden soll vermittelt werden, worin das Spezifikum dieses Segmentes besteht aber gleichzeitig auch angeregt werden, die Kooperation mit anderen Strukturen zu suchen. Die damit entstehenden „neuen Netze“ sollen als qualitative Weiterentwicklung erfahren werden. Reibungen und Konflikte in den lokalen Prozessen sollen verdeutlicht und ausdiskutiert werden. Seniorenarbeit ist ein Markt, der zwischen Kooperation und Konkurrenz funktioniert.

In diesem Modul wird darauf fokussiert, wer sind unsere spezifischen Zielgruppen innerhalb und außerhalb gewerkschaftlicher Seniorenarbeit. Interessanter fachlicher Aspekt sind hierbei die Gestaltung von Übergängen vom Erwerbsleben in den Ruhestand sowie die Gewinnung eines engagierten Nachwuchses für die eigene Arbeit.

**Didaktisch-
methodische
Hinweise:**

Ausgangspunkt kann ein kurzer Überblick über die Angebote am Markt (Seniorenarbeit) sein. Mittels Präsentation (powerpoint, Folien etc.) werden die Teilnehmenden mit Überblickswissen ausgestattet. Die ModeratorIn sollte genügend Zeit für Plenumsdiskussion, die Bewertung und erste Schlußfolgerungen zulassen.

Sie hat die wichtige Funktion der Motivation und Unterstützung bei der Suche nach der „Identität“ der Teilnehmenden (ihrer Strukturen).

Neben dem Wissenszuwachs liegt in diesem Modul der Schlüssel für die Initiierung neuer Ideen und Ansätze für die eigene Arbeit. Nach der Einführung bietet die Arbeit in erfahrungsorientierten Kleingruppen die Möglichkeit, Wahrnehmungen aus der Arbeitspraxis zu reflektieren, zu analysieren und erste Anregungen für Vernetzungsschritte zu entwickeln. Hier lässt sich mit Projektideen und dem Management von Projekten gut praktisch ansetzen. Zielrichtung dabei ist immer die Veränderung der eigenen Arbeit und die Mitgestaltung des Gemeinwesens als Lebensraum.

**Veranstaltungs-
form:**

Tagesveranstaltung

Materialien:

Organigramm zur Akteuren in der Seniorenarbeit
(Grundübersicht)

Inhaltliche Felder der Seniorenarbeit

Text: Selbstorganisation und selbstorganisiertes Lernen im Alter;
Empfehlungen für die Umsetzung dieses Ansatzes

Situation in der gewerkschaftlichen Seniorenarbeit
(Strukturorganigramm)

Grundprinzipien von Netzwerkarbeit (Folie)

Leitfaden für Kleingruppenarbeit (Situationsanalyse ...)

Arbeitshilfe: Praktisch planen

diverse Moderationsmaterialien

Fachliteratur:

- Lebenslanges Lernen. Mögliche Bildungswelten, Jochen Kade, Leske+Budrich, Opladen, 1996
- Gerontologische Bildungsarbeit, Neue Ansätze und Modelle, Ludger Veelken, Vincentz-Verlag, 1994
- Seniorenverbände im Modernisierungsprozess, BAGSO-Publikation nr. 9, Bonn 2001
- Studienführer für Senioren, Winfried Saup, BMBF, Bonn 2001
- Alter und gewerkschaftliche Politik, Jürgen Wolf u.a., Bund-Verlag, HBS-Forschungsband 12, 1994
- Versicherungsschutz im sozialen Ehrenamt, Karin Stiehr, Verlag Peter Wiehl, 1999

IV. Kultur und Perspektiven bürgerschaftlichen Engagements

Gliederung:

1. Begriffsklärung
2. Statistiken
3. Handlungsfelder (politische, soziale, ...)
4. Rahmenbedingungen für Engagement
5. Anerkennungskultur(en)
6. Netzwerkarbeit
7. Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit
8. Engagementfördernde Strukturen (BaS, NAKOS; BAGSO, BBE)
9. Weiterbildung und Engagement

Ziele:

Besondere Zielstellung dieses Moduls ist es, die Potentiale und Handlungsoptionen des bürgerschaftlichen Engagements kennenzulernen und in Bezug auf die gesellschaftspolitische und individuelle Ebene zu reflektieren. Die Teilnehmenden bekommen ein Bild von der Dynamik und den Veränderungen des bürgerschaftlichen Engagements (Rahmenbedingungen) hinsichtlich der Strukturen, der Inhalte, der Regeln und seines Managements. Unter Einbeziehung vorhandener Erfahrungen aus der Freiwilligenpraxis werden die Ebenen des Handelns, die Mechanismen des Umgangs miteinander/untereinander und die Formen des Zugangs zu möglichen Handlungsfeldern diskutiert. Die Beschäftigung mit möglichen Formen und den Wirkungen von Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit soll helfen, mögliche Interessenten anzusprechen, sie zu motivieren und ihnen bei der Wahl ihres Handlungsfeldes zu helfen. Damit verbunden, sollen vorhandene lokale Ressourcen (materielle, ideelle...) erschlossen werden.

Dieses komplexe und an positiven Erfahrungen orientierte Herangehen soll helfen, Nachhaltigkeit bei der Wirksamkeit von Strukturen des bürgerschaftlichen Engagements zu erzielen (Motivation, Begleitung, Weiterbildung).

Didaktisch- methodische Hinweise:

Dieses Modul setzt methodisch auf einen Selbstklärungsprozeß bei den Teilnehmenden. Die Erfahrungs- und Vorstellungsebene ist somit der Ausgangspunkt für die Beschäftigung mit den Perspektiven (Veränderungen, Erweiterungen etc.) des bürgerschaftlichen Engagements. Aus dem Sammeln der Erfahrungen (brain) heben die TeilnehmerInnen in Kleingruppen die

vorhandenen (erlebten) Defizite, Unzulänglichkeiten und Reserven ab und beschreiben die für sie relevanten Bedingungen der gewünschten Ausübung. Hier kann die ModeratorIn Visionen durchaus zulassen. Ergänzend zu diesem Diskussionsprozess speist die ModeratorIn Informationen, Definitionen und Praxiserfahrungen ein. Sie hebt die konkreten Praxisbezüge der Teilnehmenden besonders auf die gesellschaftspolitische Betrachtungsebene (Anerkennungskultur, Weiterbildung, Engagement fördernde Strukturen).

Veranstaltungsform:

Tagesveranstaltung

Materialien:

Zusammenfassung zu Begriffsdefinitionen

Motivlagen Älterer für das bürgerschaftliches Engagement
(Statistik: Motive Älterer für bürgerschaftliches Engagement)

Text: Engagementbereitschaft von älteren Menschen

Statistik: Engagierte Ältere in Feldern bürgerschaftlichen Engagements

Zusammenfassung: Gesellschaftliche Rahmenbedingungen für effizientes Bürgerschaftliches Engagement

Organigramm über Engagement fördernde Strukturen (Bundes-, Landes- und kommunale Ebene)

Formen einer praxisorientierten Öffentlichkeitsarbeit (Folie/ Präsentation)

Video: Modellprogramm - Seniorenbüro des BMFSFJ

Video: „Weg mit den Alten“

Video: Lernen im Alter, MDR-Beitrag – 15.06.2002

diverse Moderationsmaterialien

Fachliteratur:

- Ehrenamt in der Bürgergesellschaft, Robert-Bosch-Stiftung, 2000
- Kursbuch Fundraising, Mittelbeschaffung für selbstorganisierte Initiativen, cash coop Hessen, fjs-Arbeitshefte, 1994
- Die Freiwilligen: das Sozialkapital des neuen Jahrtausends, ISAB-Berichte aus Forschung und Praxis, 2001

V. Aktive Bürgerschaft Älterer -

Gliederung:

1. Seniorenarbeit interkulturell
2. Seniorenarbeit intergenerativ
3. Seniorenarbeit international

Ziele:

Dieses Modul soll vor allem dazu beitragen, Sensibilität für die intergenerative und interkulturelle Funktion der Seniorenarbeit zu erzeugen. Die Teilnehmenden sollen erkennen, daß sie mit ihren konkreten Beiträgen des bürgerschaftlichen Engagements wichtige Politikbereiche flankieren und die Dialogkultur (zwischen den Generationen bzw. Kulturen) mitgestalten können/müssen. In besonderem Maße lebt dieses Modul von den vorhandenen Lebenserfahrungen der Generation Älterer – Vergleiche zu anderen gesellschaftlichen Bedingungen (DDR/BRD) sollten gezielt genutzt werden, um den Entwicklungscharakter von bürgerschaftlichem Engagement zu verdeutlichen.

Im Zusammenhang mit der europäischen Entwicklung und „Internationalisierung“ des demographischen Wandels ist es Ziel, die Seniorenarbeit im Kontext des zusammen wachsenden Europas zu betrachten und hier ein völlig neues Handlungsfeld zu entdecken und zu beschreiben. Andere Plattformen, wie Städtepartnerschaften, gewerkschaftliche Kontakte ins Ausland etc. sind gezielt in der Diskussion zu nutzen. Motivativ ist darauf abzuheben, daß sich die Teilnehmenden im Rahmen ihrer „vor Ort“-Aktivitäten an nationalen und internationalen Kampagnen beteiligen (z.B. Internationaler Tag der Freiwilligen, Behinderten etc.).

Didaktisch- methodische Hinweise:

Die Gestaltung dieses Moduls ist grundsätzlich auf zwei Wege umsetzbar. In der ersten Variante setzen wir bewußt auf die intergenerative, interkulturelle Begegnung bei der Realisierung (ausländische Ältere, Jugendliche, Spätaussiedler, Flüchtlinge etc.). Die andere Variante setzt auf die Annäherung an dieses Arbeitsfeld unter Einbeziehung vorhandener Alltagserfahrungen aus Betrieb, Gewerkschaft, Stadtteil, Freundeskreis etc. Als Einstieg kann ein interessanter Zeitungsartikel bzw. eine kurze politische Reportage aus dem Fernsehen dienen. Die eigene Vorurteilsproblematik kann in diesem Modul berührt werden und sollte ausdiskutiert werden. Bei intergenerativer Arbeitsweise sind die kulturellen Unterschiede zu betonen und nicht zu verwischen.

Mit Blick auf die internationale Dimension des bürgerschaftlichen Engagement bietet sich eine gezielte Recherche im Internet an.

**Veranstaltungs-
form:**

Materialien:

Video: Sonnenallee
Video: Good Bye Lenin
Film: Leben in Demut (ARTE)
Film: Wie alt ihr noch werden ? (ZDF)

Statistisches Material zu Bevölkerungsgruppen Ausländer, Aussiedler etc.

Jugend als Engagemenpotential (Statistik)

Intergenerative Projektansätze (Material BMFSFJ)

Interessante Internetadressen und Portale

Beispiele von Seniorenorganisationen /Arbeitsansätzen/
Kooperationen internationaler Partner (West- und Osteuropa)

Material über Altern in anderen Kulturen

Fotos und Fotokollagen

Eigenes Videomaterial

Fachliteratur:

- interkulturelles Lernen (Arbeitshilfen für die politische Bildung), BZPB, Bonn 2000 (Nachdruck)
- Die Demographische Herausforderung, Regionale Umsetzung des Weltaltenplanes, BMFSFJ, Bonn 2002
- Jung und Alt, Beiträge und Perspektiven zu intergenerativen Beziehungen, Dortmunder Beiträge zu angewandten Beiträgen der Gerontologie-Band 6, Ludger Veelken, Vincentz-Verlag 1998
- Engagementförderung für Senioren in Deutschland und den Niederlanden, ISAB-Berichte Nr. 67, 2000

Anhang, Materialien, Arbeitshilfen

- Video „Weg mit den Alten“ – WDR
- Video „Tage vor dem Ruhestand“ N3
- Video „Wie alt wollt ihr noch werden“ ZDF
- Video „Modellprogramm: Seniorenbüros“ BMFSJ
- Film: Sonnenallee
- Film: Good Bye Lenin
- Film: Leben in Demut

Literatur

- Menschen im Übergang von der Erwerbsarbeit in den Ruhestand, bmb+f, Bonn 1999-Knopf u.a.
- Leitfaden zur Arbeit mit Freiwilligen, BAGSO, Bonn 2001
- Bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen: Motive und Aktivitäten, Kohlhammer, BMFSFJ-Schriftenreihe Band 184
- Engagementförderung als neuer Weg der kommunalen Altenpolitik, Kohlhammer, BMFSFJ-Schriftenreihe Band 160
- Fakten und Felder der freien Seniorenarbeit, BAGSO, Bonn 1999
- Freiwilliges Engagement in Deutschland, Kohlhammer, BMFSFJ-Schriftenreihe Band 194.3
- Freiwilligenarbeit, Angelika Weber (Hrsg.), Juventa-Verlag, 2002
- Soziale Altenarbeit, Cornelia Schweppe (Hrsg.), Juventa-Verlag, 1996
- Zukunft des Bürgerschaftlichen Engagement, ENQUETE-Kommission Deutscher Bundestag, Schriftenreihe: Band 4, Leske+Budrich Opladen, 2002
- Ansätze und Methoden der Engagementförderung im Dritten Lebensalter, Schriftenreihe der BaS, Band 5, Verlag Peter Wiehl, 1999
- Managementaufgaben und neue Projekte in der Seniorenarbeit, Schriftenreihe der BaS, Band 7, Verlag Peter Wiehl, 2000
- Praktische Beispiele der Förderung des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen in deutschen Großstädten, Schriftenreihe der BaS, Verlag Peter Wiehl, 1999
- Versicherungsschutz im Ehrenamt, Schriftenreihe der BaS, Verlag Peter Wiehl, 1999
- Leitfaden für Kommunen zur Information und Beratung über freiwilliges Engagement und Selbsthilfe, Joachim Braun, ISAB-Schriftenreihe Nr. 68, Köln-Leipzig 2000
- Starthilfe zum Aufbau von Selbsthilfegruppen-ein Leitfaden, Deutsche AG Selbsthilfegruppen e.V., NAKOS 1999