



Dokumentation

Für ein respektvolles Miteinander der Generationen Lebensalter mit neuen Augen sehen

Offener Fachtag im Rahmen der Diözesanversammlung 2026
des FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V.

Eine Veranstaltung zur Kampagne **RESPEKT KENNT KEIN ALTER!**
www.forum-aelterwerden.de/respekt

Zur Einstimmung

Aretha Franklin, *Respect* (1967)

Hey, what you want
(oo) Baby, I got
(oo) What you need
(oo) Do you know I got it?
(oo) All I'm askin'
(oo) Is for a little respect when you come
home (just a little bit)

Hey baby (just a little bit) when you get home
(Just a little bit) mister (just a little bit)
I ain't gonna do you wrong while you're gone
Ain't gonna do you wrong (oo) 'cause I don't
wanna (oo)
All I'm askin' (oo)

Is for a little respect when you come home
(just a little bit)
Baby (just a little bit) when you get home (just
a little bit)
Yeah (just a little bit)

I'm about to give you all of my money
And all I'm askin' in return, honey
Is to give me my profits
When you get home (just a, just a, just a, just
a)

Yeah baby (just a, just a, just a, just a)
When you get home (just a little bit)

Yeah (just a little bit) Do it for me now, just a
little bit

Ooo, your kisses (oo)
Sweeter than honey (oo)
And guess what? (oo)
So is my money (oo)

All I want you to do (oo) for me
Is give it to me when you get home (re, re, re,
re)
Yeah baby (re, re, re, re)
Whip it to me (respect, just a little bit)
When you get home, now (just a little bit)

R-E-S-P-E-C-T
Find out what it means to me
R-E-S-P-E-C-T
Take care, TCB

Oh (sock it to me, sock it to me)
Sock it to me, sock it to me)

A little respect (sock it to me, sock it to me)
Sock it to me, sock it to me)
Whoa, babe (just a little bit)
A little respect (just a little bit)
I get tired (just a little bit)
Keep on tryin' (just a little bit)

You're runnin' out of foolin' (just a little bit)
And I ain't lyin' (just a little bit)
'spect
When you come home (re, re, re, re)

Or you might walk in (respect, just a little bit)
And find out I'm gone (just a little bit)
I got to have (just a little bit)
A little respect (just a little bit)

Inhaltliche Einführung

„RESPEKT“ – Wer in den Duden schaut, findet zur Herkunft unseres deutschen Wortes „Respekt“ folgenden Eintrag:

französisch *respect* von lateinisch *respectus* = das Zurückblicken; Rücksicht, zu: *respicere* = zurückschauen; Rücksicht nehmen, zu: re- = wieder, zurück und specere = schauen

Das Wort Respekt hat also damit zu tun, dass wir zurück-schauen, wieder hin-schauen und Rücksicht nehmen. Respekt hat zu tun mit unserem Thema „Für ein respektvolles Miteinander der Generationen. Lebensalter mit neuen Augen sehen“.

Was verbinde ich mit Respekt?

Für manche Menschen hat das Wort Respekt einen fahlen Beigeschmack:

- Vielleicht wurde von mir Respekt gefordert – gegenüber einer (vermeintlichen?) Autoritätsperson.
- Vielleicht wurde mir wenig Respekt entgegengebracht – weil ich angeblich nicht das geleistet habe, was von mir erwartet wurde.
- Vielleicht ist „Respekt“ für mich aus der Zeit gefallen. Ich bemühe mich mehr um Kommunikation „auf Augenhöhe“.

Für manche Menschen ist das Wort Respekt wichtig geworden:

- Vielleicht hat Aretha Franklins kraftvoller Song „Respect“ von 1967 mir das Wort nähergebracht: Ja, auch ich will geachtet werden – so wie ich andere achte und respektiere.
- Vielleicht habe ich allenthalben respektvolles Miteinander erlebt, das auf Gegenseitigkeit beruht.
- Vielleicht habe ich mich politisch für die Achtung der Menschenwürde eingesetzt. Auch hier wird das Wort Respekt oft verwendet.

Den zweiten Blick wagen

Gisela Baltes fragt in einem ihrer Gedichte: „Warum beschränke ich mich so oft auf den ersten Blick?“

Wenn ich mich dabei ertappe, beim ersten Blick zu verharren, dann kann ich mir klar machen: ich und mein Gegenüber haben mehr verdient, als nur diesen ersten Blick und die ersten Vorannahmen.

Ich habe es verdient, ein zweites (drittes, viertes ...) Mal hinzuschauen. Genau hinzuschauen. Denn wenn ich mich selbst auf den ersten Blick beschränke, geht mir etwas verloren.

Der andere Mensch hat es verdient,

- immer wieder beachtet zu werden,
- nicht auf den ersten Eindruck festgenagelt zu werden,
- in diesem Sinne auf Augenhöhe behandelt zu werden.

Respekt kennt kein Alter!

Früher wurde manchmal Respekt von jüngeren Menschen eingefordert: sie sollten „die Alten respektieren“. Oft war mit diesem Respektieren aber eigentlich verbunden, dass der Kontakt gemieden wurde, dass es Hemmungen und Ängste in der Kommunikation gab, dass eine „falsche Ehrfurcht“ gelebt wurde.

Dass wirkliche Begegnung ausblieb.

Wenn das Thema Respekt für uns alle gilt, dann unabhängig vom Lebensalter.

Und gegenseitig:

Ob Säugling, Kleinkind, Kindergarten- oder Schulkind, Teenie, Jugendliche*r, Twen, heranwachsender Mensch, junge Erwachsene, Erwachsene, Senior*innen, älter werdende, hoch- und höchstbetagte Menschen: Mensch ist und bleibt Mensch.

Und dafür: Respekt!

Austausch in den Tischgruppen

Leitfragen:

- Was heißt es für mich, respektvoll zu sein?
- Was empfinde ich als respektlos?
- Welche Erfahrungen habe ich zum „Respekt zwischen den Generationen“?

Film-Modul „älter werden. Gemeinsam wachsen – Generationen“ mit Aufgabe zur Alters-Einschätzung

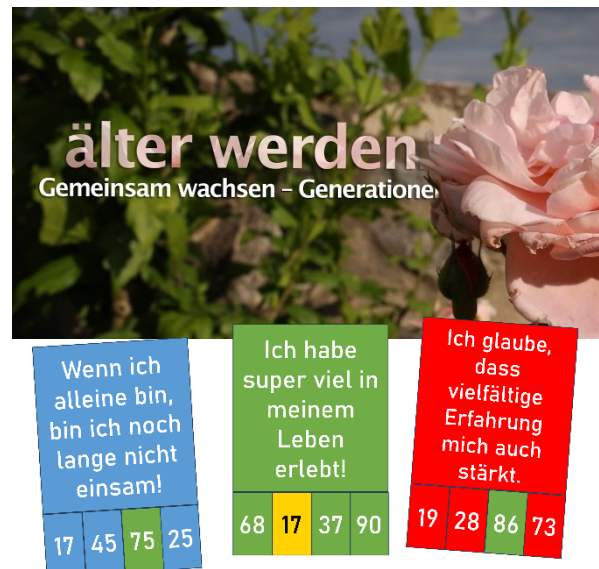
Reflexionsfrage: Warum habe ich es so – oder anders – eingeschätzt?

Video zum Nachschauen

unter:

www.forum-aelterwerden.de/filmprojekt

Auf der oben angegebenen Website finden Sie Arbeits- und Vertiefungsmaterialien zum Film-Modul, die beiden anderen Filme der Reihe „älter werden.“ und den Link zur Internetpräsenz der Medienzentralen der evangelischen und katholischen Kirchen, wo Sie die Film-Module kostenfrei anschauen und herunterladen können.



Wandelplenum

An vier Stellwänden im Veranstaltungsraum gibt es jeweils ein Thema.

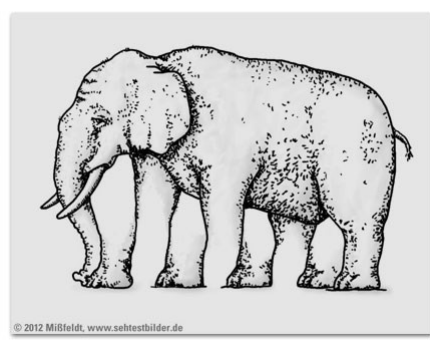
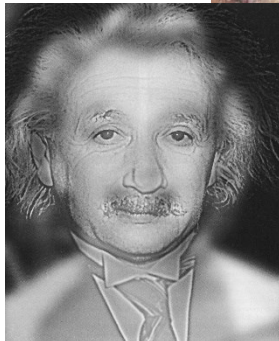
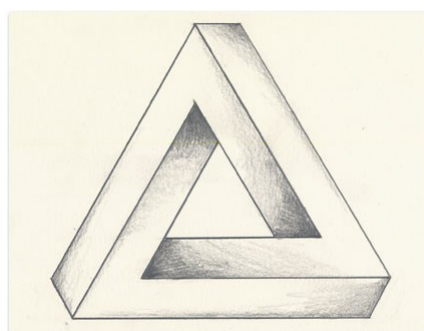
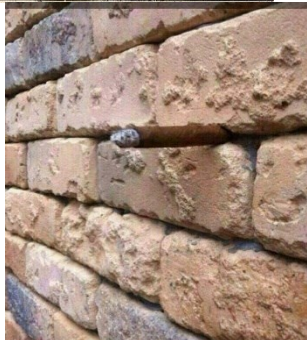
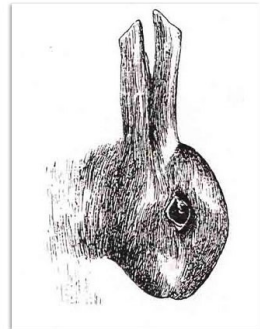
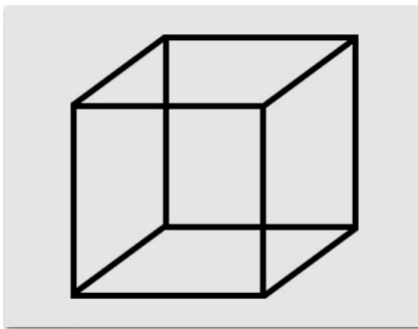
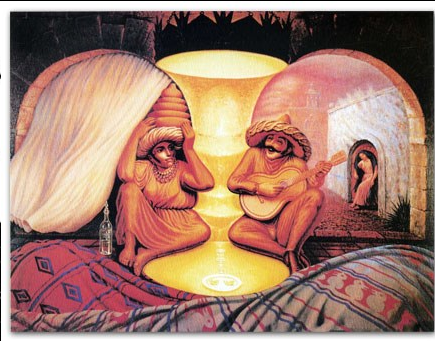
Knappe 10 Minuten arbeitet jeweils eine Gruppe am Thema, dann wechseln die vier entstandenen Gruppen weiter zum nächsten Thema, sodass alle Teilnehmenden alle Themen mitbearbeiten können.

Nach der Wandel-Phase werden durch die Moderator*innen der Stellwände Ergebnisse und Diskussionspunkte zusammengefasst. (Foto-Protokoll s. Anhang)

Bilder zum Thema „Perspektiv-Wechsel“ – Was lernen wir daraus?

- Perspektivwechsel lohnt sich – zweimal, dreimal hinschauen
- „zwei Seiten“
- „der Schein trügt“
- genau hinschauen – es gibt nicht nur eine Sichtweise
- geduldig hinschauen
- Hilfestellung ist wichtig
- nahe rangehen
- Augen zusammenkneifen
- der Sache auf den Grund gehen wollen

(Bildquelle: www.sehtestbilder.de)



„Die Generationen-Brille“ – Lebensalter mit neuen Augen sehen!

Stellen wir uns vor: Mit einer „Generationen-Brille“ könnten wir klarer sehen. Die Generationen-Brille hilft dabei, weniger auf das Alter einer Person zu schauen.

- bekannt seit vielen Jahren – da sieht man sich das Alter gegenseitig nicht mehr an!
- Klassentreffen: klarer Weg nach Jahren – v. Jugendbild zum Geschäftsführer
- Aussehen → Erfahrungen
- Auf Augenhöhe begegnen
- Heutzutage sind die jungen Menschen über Website vernetzt
- Innerlich nicht befreit
- Schwierig oder nicht berechtigt

Welchen Effekt könnten wir mit so einer Generationen-Brille bemerken?

- Bedürfnisse besser erkennen
- In Jüngeren auf den ersten Blick → aus Erfahrungen im Alter sieht man auf den zweiten Blick Alter anders
- switch zwischen Jung und Alt positiv sehen

In welchen Situationen hätte ich gern so eine „Generationen-Brille“ – oder würde mir wünschen, mein Gegenüber würde eine tragen?

- Junge hören und wahrnehmen, was Ältere nicht machen können – trotzdem einen super Weg gemacht haben
- Blickwinkel aus meinem Winkel?
- Generation? → Brille: „alt“ und „jung“

Geistliche Texte von Jung und Alt – Verbundenheit weiter gedacht

Was ist das Besondere an den Texten?

Guter und treuer Gott,
ich danke dir, dass ich heute Morgen aufstehen konnte und dass ich diesen Tag erleben darf.
Ich danke dir für all das Schöne bisher in meinem Leben, aber ich danke dir auch für das Schwere, denn es hat mich wachsen und reifen lassen. Ich danke dir, dass ich mein Alter annehmen kann und dass ich so alt werden durfte, wie ich jetzt bin.
Ich danke dir für alle Gaben und Fähigkeiten, mit denen ich noch viel Gutes tun kann.
Ich danke dir, dass du mich geschaffen hast – so einmalig und einzigartig. Ich weiß, dass ich mich annehmen kann mit allen meinen Fehlern und Schwächen, weil du mich annimmst und liebst. Ich danke dir für dein unwiderrufliches „Ja“ zu mir.
Du schenkst mir meine Würde. Ich bin wertvoll vor dir. Danke.
VOLKMAR FRANZ (*1960)

- Reflexion auf das Alter
- Wertschätzung des bisherigen Lebens
- für die Gesellschaft etwas tun

Ich glaube an den Heiligen Geist,
ich glaube,
... dass er meine Vorurteile abbauen kann,
... dass er meine Gewohnheiten ändern kann,
... dass er meine Gleichgültigkeit überwinden kann,
... dass er mir Phantasie zur Liebe geben kann,
... dass er mir Warnung vor dem Bösen geben kann,
... dass er mir Mut für das Gute geben kann,
... dass er meine Traurigkeit besiegen kann,

- für alle
- Gelassenheit
- es fehlt die Schwester

... dass er mir Liebe zu Gottes Wort geben kann, ... dass er mir Minderwertigkeitsgefühle nehmen kann, ... dass er mir Kraft in meinem Leid geben kann, ... dass er mir einen Bruder an die Seite geben kann, ... dass er mein Wesen durchdringen kann.	
Herr, segne meine Augen, dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen, dass sie das Unscheinbare nicht übersehen, dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige, dass andere sich wohl fühlen können unter meinem Blick. ANTJE SABINE NAEGELI (*1948)	• genauer hinschauen – was passiert in meiner Umgebung • „der erste Blick“ – taxieren, Meinung ändern • Vorurteile • es braucht den zweiten Blick
Gott Du bist die Hoffnung, wenn ich ratlos bin. ... Du bist mein Licht an grauen Tagen. ... Du bist die Quelle für meine Lebensenergie. ... Du bist mein Begleiter in schweren Situationen. ... Du bist meine Kraft, wenn ich mich schwach fühle. Denn ich spüre, du bist da, wenn ich dich brauche. KATHARINA MELCHER (18 JAHRE) UND MYRIAM KORN (18 JAHRE)	• „Hoppla!“ – tiefe Erfahrungen!

Warum und wofür überhaupt respektvolles Miteinander der Generationen fördern?

- gegenseitiges „Profitieren“ der Generationen
- Gesprächsrunden initiieren: inner-generationell und inter-generationell
- voneinander lernen: Wissen – Erfahrungen – Fertigkeiten
- harmonischeres Miteinander wird erreicht
- Ageismus-Prävention
- erkennen, wann man „Altes“ loslassen muss

Kirche & Glaube • Werte vermitteln → auch gegenseitig • stärker auf die Jungen hören können	Nachbarschaft & Freizeit • Hilfe & Unterstützung im Alltag • Engagement bei DRK, Feuerwehr → Respekt zeigen! • bunte Quartiersküche, Quartiersfeste • Sport	Gesellschaft & Politik • besonders wichtig: Thema Rente versachlichen → Verständnis schaffen • weniger „draufhauen“ • Rassismus-Prävention • Zusammenhalt • Demokratieförderung • Verständnis für (rechtliche) Betreuende und	Arbeitswelt & Engagement • Erfahrungen Älterer einbinden und Wissen Jüngerer teilen! (z.B. Neue Medien) • Bereitschaft jüngerer, sich zu engagieren • Wertschätzung erfahren können
--	--	--	---

		Pflegende (Angehörige) (teils Gesetzes-lücken) • gesellschaftliche Entwicklung betrifft alle – bei aller Vielfalt und Komplexität • eigene Blase / Bubble / Hamsterrad verhärtet sich sonst • politische Entscheidungen und Wahlen verbessern	
--	--	--	--

Abschluss des Vormittags

Gedicht

Auf den ersten Blick ...

Schon auf den ersten Blick
gefällt mir manches oder nicht.
Von meinem ersten Eindruck
lasse ich mich gerne leiten.
So steht oft nach dem ersten Blick
bereits mein Urteil
über manchen Menschen fest.

Was wäre,
wenn sich Gott bei mir
mit einem ersten Blick begnügen würde
und keine Möglichkeit bestünde,
den ersten, vielleicht schlechten Eindruck

noch zu ändern?

Ich weiß,
dass Gottes liebevoller Blick
beständig auf mir ruht,
dass er mir immer wieder neue Chancen gibt,
mich zu bewähren.

Und ich beschränke mich so oft
auf einen ersten Blick?

Wie kurzsichtig von mir!

© Gisela Baltes (impulstexte.de)

Anhang:

- Präsentation des Fachtags
- Geistliche Texte von Jung und Alt
- Fotoprotokoll der Wandelplenums-Stellwände „Generationenbrille“, „Warum und wofür“ und „Vexierbilder“
- Einblicke in die Workshops am Nachmittag
- „Durchbuchstabieren“ von Respekt, Miteinander und Generationen (Abschluss des Fachtags)
- Material-Hinweise vom Materialmarkt Generationen
- Liedtexte und Youtube-Links der Abendgestaltung