



Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz

FÜR ÄLTERE MENSCHEN UND SOZIALE INKLUSION

Inhalt

Einleitung	2
TEIL 1 — THEORIETEIL.....	3
1 Hintergrund & Relevanz.....	3
1.1 Begriffsklärung.....	4
1.2 Menschenrechtsbildung und interkulturelles Lernen	6
1.3 Eigene kulturelle Prägung reflektieren	6
2 Gesundheitskompetenz in Österreich.....	7
3 Haltungen und Schlüsselkompetenzen	8
3.1 Stereotype, Ethnozentrismus und Vorurteile	9
3.2 Prinzipien des interreligiösen Dialogs.....	10
4 Interkulturalität, Religion und Einsamkeit.....	11
5 Kommunikation in interkulturellen und interreligiösen Begegnungen	13
5.1 Verständlich und respektvoll kommunizieren	13
5.2 Sensibler Umgang mit kulturellen und religiösen Unterschieden	14
5.3 Mit unterschiedlichen Meinungen konstruktiv umgehen	14
5.4 Eine wertschätzende Gesprächskultur schaffen	15
TEIL 2 — ÜBUNGEN	16
Übungsblock A: Interkulturelle Begegnung.....	16
Übungsblock B: Religion & Weltanschauung.....	17
Übungsblock C: Vom Vorurteil zum Dialog.....	18
TEIL 3 — LITERATURLISTE	19
Literatur & Quellen.....	19

Einleitung

Willkommen zu diesem Workshop-Modul!

Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz ist eine wichtige Voraussetzung für ein gelingendes Zusammenleben in einer vielfältigen Gesellschaft. Menschen unterscheiden sich in ihrer Kultur, Sprache, Religion, ihren Traditionen und persönlichen Lebensgeschichten. Diese Vielfalt bereichert unser Zusammenleben, kann aber auch zu Missverständnissen oder Unsicherheiten führen. Umso wichtiger ist es, Menschen mit Offenheit, Respekt und Wertschätzung zu begegnen.

Gerade in der Arbeit mit älteren Menschen spielen diese Kompetenzen eine wichtige Rolle. Als freiwillig engagierte Person oder Begleitperson müssen Sie dabei keine Expertin oder kein Experte für Kulturen oder Religionen sein. Vielmehr geht es darum, Unterschiede als Bereicherung wahrzunehmen, verständnisvoll zu kommunizieren und Menschen unabhängig von ihrer Herkunft oder ihrem Glauben respektvoll zu begegnen. Bereits ehrliches Interesse, aktives Zuhören und Offenheit können wesentlich dazu beitragen, Vertrauen aufzubauen und Brücken zwischen Menschen zu schaffen.

Dieses Workshop-Modul unterstützt Sie dabei, interkulturelle und interreligiöse Kompetenzen für die praktische Arbeit mit älteren Menschen zu entwickeln. Es basiert auf den Grundsätzen des **COMPASS-Handbuchs** des Europarats zur Menschenrechtsbildung mit jungen Menschen sowie auf dem Konzept des interkulturellen Dialogs des Europarats. Im Projekt **Com(p)AGE** werden diese Ansätze auf generationenübergreifendes Lernen übertragen. Im Mittelpunkt steht dabei das Prinzip „**Jede arbeitet mit.**“ Lernen entsteht durch Begegnung, Austausch und gemeinsames Reflektieren.

Im **ersten Teil** lernen Sie die theoretischen Grundlagen kennen. Sie beschäftigen sich mit kultureller und religiöser Vielfalt, den Ursachen von Vorurteilen und Ethnozentrismus sowie den Grundprinzipien eines respektvollen interreligiösen Dialogs. Im **zweiten Teil** wenden Sie dieses Wissen anhand praxiserprobter Übungen an, die speziell für die Arbeit mit ehrenamtlichen Multiplikatorinnen und Multiplikatoren im Projekt **Com(p)AGE** angepasst wurden. Im **dritten Teil** finden Sie weiterführende Literatur und Quellen zur Vertiefung.

Dieses Modul soll Sie nicht zur Expertin oder zum Experten für interkulturelle oder interreligiöse Fragen machen. Ziel ist es vielmehr, Ihre Sensibilität für Vielfalt zu stärken und Ihnen praktische Anregungen für einen respektvollen, offenen und wertschätzenden Umgang mit Menschen unterschiedlicher kultureller und religiöser Hintergründe zu geben.

Sie sind noch nicht freiwillig engagiert, möchten aber gerne mit älteren Menschen arbeiten? Dann melden Sie sich gerne bei uns! Wir freuen uns über jede Unterstützung und begleiten Sie Schritt für Schritt in Ihr Ehrenamt – dieser Kurs ist der ideale Einstieg dafür.

1 Hintergrund & Relevanz

Die europäischen Gesellschaften werden zunehmend vielfältiger. Menschen unterschiedlicher Herkunft, Sprachen, Kulturen, Religionen und Weltanschauungen leben, arbeiten und lernen miteinander. Diese Vielfalt bereichert das gesellschaftliche Zusammenleben, kann aber auch zu Missverständnissen, Unsicherheiten oder Konflikten führen. Umso wichtiger ist es, Kompetenzen zu entwickeln, die einen respektvollen und offenen Umgang miteinander ermöglichen.

Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz beschreibt die Fähigkeit, Menschen unabhängig von ihrer kulturellen oder religiösen Zugehörigkeit mit Offenheit, Respekt und Wertschätzung zu begegnen. Sie bedeutet nicht, alle Kulturen oder Religionen im Detail zu kennen. Vielmehr geht es darum, unterschiedliche Perspektiven anzuerkennen, Gemeinsamkeiten und Unterschiede wahrzunehmen und miteinander in einen respektvollen Dialog zu treten.

Gerade in der generationenübergreifenden Arbeit mit älteren Menschen begegnen Freiwillige und Multiplikator häufig Menschen mit unterschiedlichen Lebensgeschichten, kulturellen Prägungen und Glaubensvorstellungen. Eine offene Haltung und die Bereitschaft zuzuhören schaffen Vertrauen und fördern gegenseitiges Verständnis. Dadurch entstehen Begegnungen auf Augenhöhe, die gesellschaftliche Teilhabe und Zusammenhalt stärken.

Der Europarat fördert seit vielen Jahren den interkulturellen Dialog als wichtigen Beitrag zu Demokratie, Menschenrechten und friedlichem Zusammenleben. Grundlage dieses Ansatzes ist die Würde jedes Menschen sowie das Recht auf Gedanken-, Gewissens- und Religionsfreiheit, wie es in der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte (Artikel 18) und der Europäischen Menschenrechtskonvention (Artikel 9) verankert ist.

1.1 Begriffsklärung

Um interkulturelle und interreligiöse Kompetenz besser zu verstehen, ist es hilfreich, einige zentrale Begriffe zu kennen:

Kultur

Kultur umfasst weit mehr als Essen, Kleidung oder Feiertage. Sie beschreibt das Zusammenspiel von Werten, Sprache, Traditionen, Gewohnheiten, Normen und Lebensweisen, die Menschen miteinander teilen. Kultur ist dabei nichts Starres – sie verändert sich ständig und wird durch Begegnungen, Erfahrungen und gesellschaftliche Entwicklungen geprägt.

Kultur zeigt sich nicht nur in sichtbaren Merkmalen wie Sprache, Kleidung, Essen oder Festen. Ein großer Teil kultureller Prägungen bleibt unsichtbar. Dazu gehören beispielsweise Werte, Kommunikationsstile, Vorstellungen von Höflichkeit, der Umgang mit Zeit, Familienrollen oder Erwartungen an das Zusammenleben.

Menschen nehmen ihre eigene Kultur häufig als selbstverständlich wahr. Erst im Kontakt mit anderen wird deutlich, dass dieselbe Situation unterschiedlich interpretiert werden kann. Während in manchen Kulturen direkter Blickkontakt als Zeichen von Ehrlichkeit gilt, wird er in anderen eher als respektlos empfunden. Auch der Umgang mit Nähe und Distanz, Pünktlichkeit oder Entscheidungsprozessen kann kulturell unterschiedlich geprägt sein.

Interkulturelle Kompetenz bedeutet deshalb nicht, alle kulturellen Besonderheiten zu kennen. Viel wichtiger ist die Bereitschaft, Unterschiede wahrzunehmen, nachzufragen und nicht vorschnell zu bewerten.

Interkulturelle Kompetenz

Interkulturelle Kompetenz bezeichnet die Fähigkeit, Menschen unterschiedlicher kultureller Hintergründe respektvoll, offen und wertschätzend zu begegnen sowie angemessen mit ihnen zu kommunizieren und zusammenzuarbeiten. Sie umfasst nicht nur Wissen über andere Kulturen, sondern vor allem die Bereitschaft, die eigene Sichtweise zu reflektieren und andere Perspektiven ernst zu nehmen. Zu den wichtigsten Bestandteilen interkultureller Kompetenz gehören Offenheit, Empathie, Neugier, die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel sowie ein respektvoller Umgang mit unterschiedlichen Werten, Normen und Lebensweisen. Menschen mit interkultureller Kompetenz sind bereit zuzuhören, Fragen zu stellen und Unterschiede nicht vorschnell zu bewerten. Sie erkennen, dass das eigene Verhalten und die eigene Wahrnehmung ebenfalls kulturell geprägt sind.

Interkulturelle Kompetenz bedeutet nicht, alle Kulturen oder Traditionen im Detail zu kennen. Vielmehr geht es darum, Unsicherheiten auszuhalten, Missverständnisse als Lernchance zu verstehen und gemeinsam nach gegenseitigem Verständnis zu suchen. Sie trägt wesentlich dazu bei, Vorurteile abzubauen, Vertrauen aufzubauen und ein respektvolles Zusammenleben in einer vielfältigen Gesellschaft zu fördern.

Interreligiöser Dialog

Interreligiöser Dialog beschreibt die respektvolle Begegnung und den offenen Austausch zwischen Menschen unterschiedlicher Religionen oder Weltanschauungen. Im Mittelpunkt steht nicht die Frage, welche Überzeugung „richtig“ ist, sondern das gegenseitige Kennenlernen, Verstehen und Lernen voneinander.

Ein gelingender interreligiöser Dialog setzt voraus, dass alle Beteiligten einander auf Augenhöhe begegnen und unterschiedliche Glaubensüberzeugungen respektieren. Ziel ist nicht, andere von der eigenen Religion oder Weltanschauung zu überzeugen oder sie zu verändern. Vielmehr geht es darum, Gemeinsamkeiten zu entdecken, Unterschiede anzuerkennen und einen respektvollen Umgang miteinander zu fördern.

Der interreligiöse Dialog leistet einen wichtigen Beitrag zum friedlichen Zusammenleben in einer pluralen Gesellschaft. Er hilft dabei, Vorurteile abzubauen, Unsicherheiten zu verringern und gegenseitiges Vertrauen zu stärken. Gerade persönliche Begegnungen ermöglichen es, Menschen nicht auf ihre Religionszugehörigkeit zu reduzieren, sondern sie als individuelle Persönlichkeiten mit eigenen Erfahrungen und Lebensgeschichten kennenzulernen.

Weltanschauung

Eine Weltanschauung umfasst die grundlegenden Überzeugungen eines Menschen über das Leben, die Welt, den Menschen und das Zusammenleben. Sie beeinflusst, wie Menschen ihre Umwelt wahrnehmen, Entscheidungen treffen und ihr Leben gestalten. Eine Weltanschauung kann religiös geprägt sein, sie kann aber ebenso auf philosophischen, ethischen, humanistischen oder anderen nicht religiösen Überzeugungen beruhen.

Weltanschauungen geben vielen Menschen Orientierung, vermitteln Werte und beeinflussen Einstellungen zu Themen wie Familie, Solidarität, Verantwortung oder dem Umgang mit anderen Menschen. Dabei können Menschen mit sehr unterschiedlichen Weltanschauungen dieselben Werte teilen und respektvoll miteinander leben.

In einer demokratischen Gesellschaft haben Menschen unabhängig von ihrer religiösen oder nicht religiösen Weltanschauung die gleichen Rechte und Freiheiten. Dazu gehören insbesondere die Gedanken-, Gewissens- und Religionsfreiheit. Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz bedeutet deshalb auch, unterschiedliche Weltanschauungen zu respektieren und Menschen unabhängig von ihren persönlichen Überzeugungen mit Offenheit und Wertschätzung zu begegnen.

1.2 Menschenrechtsbildung und interkulturelles Lernen

Das **COMPASS-Handbuch** des Europarats versteht interkulturelles Lernen als einen Bildungsprozess, der Menschen dabei unterstützt, Vielfalt wertzuschätzen und positive Beziehungen zwischen Menschen unterschiedlicher kultureller Herkunft aufzubauen. Im Mittelpunkt stehen dabei nicht Unterschiede, sondern gegenseitiger Respekt, Offenheit und die Bereitschaft, voneinander zu lernen. Interkulturelles Lernen bedeutet deshalb nicht nur, Wissen über andere Kulturen zu erwerben, sondern auch die eigene Sichtweise zu reflektieren und Vorurteile kritisch zu hinterfragen.

Auch das **Weißbuch des Europarats zum interkulturellen Dialog** („*Gleichberechtigtes Zusammenleben in Würde*“, 2008) betont, dass der Dialog zwischen Menschen unterschiedlicher Kulturen, Religionen und Weltanschauungen eine wesentliche Voraussetzung für demokratische Stabilität, gesellschaftlichen Zusammenhalt und ein friedliches Miteinander ist.

Für die Arbeit im Projekt **Com(p)AGE** bedeutet dies, dass interkulturelle Kompetenz nicht durch reines Faktenwissen entsteht. Sie entwickelt sich vor allem durch Begegnung, gegenseitiges Zuhören, gemeinsame Erfahrungen und die Bereitschaft, andere Perspektiven kennenzulernen. Jede respektvolle Begegnung kann dazu beitragen, Vorurteile abzubauen, Vertrauen aufzubauen und Menschen unabhängig von ihrer Herkunft oder ihrem Glauben als gleichwertige Partnerinnen und Partner wahrzunehmen.

1.3 Eigene kulturelle Prägung reflektieren

Interkulturelle Kompetenz beginnt nicht mit dem Wissen über andere Menschen, sondern mit der Auseinandersetzung mit der eigenen kulturellen Prägung. Jeder Mensch wächst mit bestimmten Werten, Normen und Gewohnheiten auf. Diese beeinflussen häufig unbewusst, wie Situationen wahrgenommen und bewertet werden.

Fragen wie „Was empfinde ich als höflich?“, „Wie gehe ich mit Konflikten um?“ oder „Welche Rolle spielen Familie oder Religion in meinem Leben?“ sind oft kulturell geprägt. Werden diese eigenen Vorstellungen als selbstverständlich angesehen, kann es leichter zu Missverständnissen im Kontakt mit anderen Menschen kommen.

Wer sich der eigenen Prägung bewusst ist, kann anderen Menschen offener begegnen und Unterschiede besser einordnen. Selbstreflexion ist deshalb eine der wichtigsten Grundlagen interkultureller Kompetenz.

2 Gesundheitskompetenz in Österreich

Kulturelle und religiöse Vielfalt zeigt sich auf unterschiedliche Weise. Menschen unterscheiden sich nicht nur durch ihre Herkunft oder Religion, sondern auch durch ihre Sprache, ihre Traditionen, ihre Werte, ihre Weltanschauungen und ihre persönlichen Lebenserfahrungen. Diese Vielfalt prägt unseren Alltag und beeinflusst, wie Menschen miteinander kommunizieren, Entscheidungen treffen und ihre Umwelt wahrnehmen.

Vielfalt bietet zahlreiche Chancen. Unterschiedliche Perspektiven fördern gegenseitiges Lernen, Kreativität und gesellschaftlichen Zusammenhalt. Gleichzeitig können Unterschiede auch zu Missverständnissen, Unsicherheiten oder Konflikten führen – insbesondere dann, wenn Vorurteile, Stereotype oder fehlendes Wissen den Umgang miteinander bestimmen.

Das **COMPASS-Handbuch** des Europarats greift verschiedene Dimensionen von Vielfalt auf und ordnet sie zentralen Menschenrechtsthemen zu. Die folgende Übersicht zeigt wichtige Bereiche kultureller und religiöser Vielfalt sowie mögliche Spannungsfelder, die im Alltag auftreten können

Dimension	Mögliche Spannungsfelder	COMPASS-Thema
Kultur & Tradition	Ethnozentrismus, kulturelle Stereotype	Kultur und Sport
Sprache	Verständigungsbarrieren, Ausschluss	Migration / Diskriminierung
Religion	Vorurteile, Stigmatisierung, Konflikte	Religion & Weltanschauung
Weltanschauung (nichtreligiös)	Abwertung, fehlende Anerkennung	Religion & Weltanschauung
Migration & Herkunft	Rassismus, „Wir-und-die“-Denken	Migration

Diese Dimensionen treten in der Praxis selten isoliert auf. Häufig überschneiden sie sich und beeinflussen sich gegenseitig. So kann beispielsweise eine Person gleichzeitig einer religiösen Minderheit angehören, eine andere Muttersprache sprechen und Migrationserfahrungen gemacht haben. Deshalb ist es wichtig, Menschen nicht auf ein einzelnes Merkmal zu reduzieren, sondern sie in ihrer Individualität wahrzunehmen.

Menschen gehören gleichzeitig verschiedenen sozialen Gruppen an. Eine Person kann beispielsweise älter sein, eine Migrationserfahrung haben, einer Religionsgemeinschaft angehören, mehrere Sprachen sprechen und gleichzeitig in einem Ehrenamt aktiv sein.

Diese unterschiedlichen Zugehörigkeiten beeinflussen das Leben eines Menschen und seine Erfahrungen mit Teilhabe oder Ausgrenzung. Deshalb sollten Menschen niemals auf ein einzelnes Merkmal reduziert werden. Jede Person ist mehr als ihre Herkunft, Religion oder Sprache.

3 Haltungen und Schlüsselkompetenzen

Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz beginnt nicht mit Fachwissen über verschiedene Kulturen oder Religionen, sondern mit der eigenen Haltung. Menschen können nicht alles über andere Kulturen oder Glaubensgemeinschaften wissen. Entscheidend ist vielmehr die Bereitschaft, anderen Menschen offen, respektvoll und ohne vorschnelle Urteile zu begegnen.

Eine wertschätzende Haltung schafft die Grundlage für gelingende Kommunikation und gegenseitiges Vertrauen. Sie ermöglicht es, Unterschiede nicht als Bedrohung, sondern als Bereicherung wahrzunehmen und voneinander zu lernen. Gerade in generationenübergreifenden Begegnungen hilft eine offene Haltung dabei, Beziehungen aufzubauen und Missverständnisse zu vermeiden.

Verständigung gelingt nicht allein durch dieselbe Sprache. Auch Körpersprache, Mimik, Gestik, Sprechtempo oder Kommunikationsstile unterscheiden sich zwischen Kulturen. Manche Menschen formulieren sehr direkt, andere drücken Kritik eher indirekt aus. Missverständnisse entstehen deshalb häufig nicht aus böser Absicht, sondern aus unterschiedlichen Kommunikationsgewohnheiten.

Eine gelingende Kommunikation zeichnet sich durch aktives Zuhören, verständliche Sprache, Nachfragen und den Verzicht auf vorschnelle Interpretationen aus. Wer Unsicherheiten offen anspricht und Interesse an der Sichtweise des Gegenübers zeigt, schafft Vertrauen und erleichtert den Dialog.

Zu den wichtigsten Schlüsselkompetenzen interkultureller und interreligiöser Begegnung gehören:

- **Offenheit und Neugier:** Interesse an anderen Menschen, ihren Erfahrungen und Lebensweisen zeigen.
- **Empathie:** Sich in die Perspektive anderer hineinversetzen und ihre Gefühle sowie Sichtweisen nachvollziehen wollen.
- **Ambiguitätstoleranz:** Unterschiedliche Meinungen, Werte oder Lebensweisen aushalten können, ohne sie sofort bewerten zu müssen.
- **Dezentrierung:** Die Fähigkeit, die eigene Sichtweise als eine von vielen möglichen Perspektiven zu erkennen und andere Blickwinkel einzubeziehen.
- **Dialogbereitschaft:** Offen zuhören, Fragen stellen und respektvoll miteinander ins Gespräch kommen.

Diese Kompetenzen entwickeln sich nicht durch theoretisches Wissen allein, sondern vor allem durch Begegnung, Reflexion und gemeinsame Erfahrungen.

3.1 Stereotype, Ethnozentrismus und Vorurteile

Jeder Mensch nimmt die Welt durch die eigene Lebenserfahrung, Erziehung und Kultur wahr. Dadurch entstehen unbewusst Vorstellungen über andere Menschen und Gruppen. Diese können Orientierung geben, führen jedoch auch leicht zu vereinfachten oder falschen Einschätzungen.

Ein wichtiger Begriff in diesem Zusammenhang ist der **Ethnozentrismus**. Er beschreibt die Tendenz, andere Kulturen anhand der eigenen Werte, Normen und Gewohnheiten zu beurteilen. Die eigene Kultur wird dabei häufig als selbstverständlich oder sogar als überlegen angesehen.

Stereotype sind vereinfachte Vorstellungen über bestimmte Gruppen von Menschen. Sie entstehen häufig durch fehlende persönliche Erfahrungen oder durch Darstellungen in Medien und Gesellschaft. Obwohl Stereotype manchmal positiv erscheinen, werden Menschen dadurch auf einzelne Eigenschaften reduziert und nicht mehr als Individuen wahrgenommen.

Vorurteile gehen einen Schritt weiter. Sie verbinden stereotype Vorstellungen mit einer Bewertung oder Ablehnung anderer Menschen. Vorurteile können zu Ausgrenzung, Diskriminierung und Konflikten führen.

Interkulturelles Lernen hilft dabei, diese Mechanismen bewusst wahrzunehmen und kritisch zu hinterfragen. Ziel ist es, Menschen nicht aufgrund ihrer Herkunft, Religion oder Kultur zu beurteilen, sondern ihnen offen zu begegnen und eigene Annahmen immer wieder zu reflektieren. Echte Begegnungen und persönliche Gespräche tragen wesentlich dazu bei, Vorurteile abzubauen und gegenseitiges Verständnis zu fördern.

Unbewusste Vorurteile (Unconscious Bias)

Viele Vorurteile entstehen unbewusst. Unser Gehirn ordnet Menschen automatisch bestimmten Gruppen zu und greift dabei auf frühere Erfahrungen oder gesellschaftliche Bilder zurück. Diese sogenannten unbewussten Vorurteile (Unconscious Bias) beeinflussen unser Denken und Handeln oft, ohne dass wir es bemerken.

Interkulturelle Kompetenz bedeutet daher nicht, frei von Vorurteilen zu sein. Vielmehr geht es darum, sich eigener Denkmuster bewusst zu werden und diese immer wieder kritisch zu hinterfragen.

3.2 Prinzipien des interreligiösen Dialogs

Interreligiöser Dialog bedeutet die respektvolle Begegnung von Menschen unterschiedlicher Religionen und Weltanschauungen. Dabei geht es nicht darum, Unterschiede aufzulösen oder andere von den eigenen Überzeugungen zu überzeugen. Vielmehr steht der gegenseitige Austausch im Mittelpunkt.

Ein gelingender interreligiöser Dialog basiert auf einigen grundlegenden Prinzipien:

Gleichwürdigkeit	Alle Menschen verdienen unabhängig von ihrer Religion oder Weltanschauung den gleichen Respekt.
Aufrichtiges Zuhören	Der Dialog lebt davon, die Sichtweisen anderer verstehen zu wollen und ihnen aufmerksam zuzuhören.
Keine Bekehrungsabsicht	Ziel des Gesprächs ist nicht, andere zu überzeugen oder ihren Glauben zu verändern.
Respekt vor Gemeinsamkeiten und Unterschieden	Unterschiede dürfen bestehen bleiben. Sie müssen nicht aufgelöst werden, um respektvoll miteinander leben zu können.
Offenheit für gegenseitiges Lernen	Jede Begegnung bietet die Möglichkeit, den eigenen Horizont zu erweitern und neue Perspektiven kennenzulernen.

Das Ziel des interreligiösen Dialogs ist daher nicht vollständige Übereinstimmung, sondern ein friedliches und respektvolles Zusammenleben in einer vielfältigen Gesellschaft. Gerade im Projekt Com(p)AGE bildet diese Haltung die Grundlage für generationenübergreifende Begegnungen, in denen Menschen unabhängig von ihrer kulturellen oder religiösen Prägung voneinander lernen und einander mit Respekt begegnen.

4 Interkulturalität, Religion und Einsamkeit

Einsamkeit entsteht nicht nur dadurch, dass Menschen alleine leben. Sie kann auch entstehen, wenn Menschen das Gefühl haben, nicht verstanden zu werden, nicht dazuzugehören oder aufgrund ihrer Herkunft, Sprache oder Religion ausgegrenzt zu sein. Soziale Beziehungen leben von Vertrauen, gegenseitigem Verständnis und dem Gefühl, angenommen zu werden. Fehlen diese Erfahrungen, kann dies zu Isolation und Einsamkeit führen.

Kulturelle und sprachliche Unterschiede können die Kommunikation erschweren und dazu führen, dass Menschen weniger am gesellschaftlichen Leben teilnehmen. Auch Diskriminierungserfahrungen, Vorurteile oder fehlende Möglichkeiten zur Begegnung können dazu beitragen, dass sich Menschen zurückziehen und sich nicht mehr als Teil einer Gemeinschaft fühlen.

Besonders ältere Menschen mit Migrationserfahrung sind häufig mit mehreren Herausforderungen gleichzeitig konfrontiert. Viele haben im Laufe ihres Lebens ihre Heimat verlassen und vertraute soziale Netzwerke, Nachbarschaften oder Familienstrukturen zurückgelassen. Mit zunehmendem Alter können sich sprachliche Schwierigkeiten verstärken oder der Zugang zu Informationen und Unterstützungsangeboten erschwert werden. Gleichzeitig leben manche ältere Menschen in einer Umgebung, in der ihre kulturellen Traditionen oder religiösen Bräuche nur wenig sichtbar oder anerkannt sind. Dadurch kann das Gefühl entstehen, zwischen zwei Kulturen zu stehen oder nirgendwo wirklich dazuzugehören.

Auch Angehörige religiöser Minderheiten können Einsamkeit oder Ausgrenzung erleben. Vorurteile, fehlendes Wissen über andere Religionen oder Unsicherheiten im Umgang mit religiöser Vielfalt können dazu führen, dass Begegnungen vermieden werden oder Missverständnisse entstehen. Häufig sind es jedoch nicht die Unterschiede selbst, sondern fehlende Kommunikation und gegenseitiges Verständnis, die Distanz schaffen.

Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz hilft dabei, solchen Entwicklungen entgegenzuwirken. Sie fördert die Fähigkeit, Menschen unabhängig von ihrer Herkunft, Sprache oder Religion mit Offenheit und Respekt zu begegnen. Wer bereit ist zuzuhören, Fragen zu stellen und Interesse an den Erfahrungen anderer Menschen zu zeigen, schafft Vertrauen und erleichtert den Aufbau sozialer Beziehungen.

Dabei geht es nicht darum, alle kulturellen Traditionen oder religiösen Überzeugungen zu kennen. Viel wichtiger ist eine wertschätzende Grundhaltung. Diese zeigt sich beispielsweise darin, unterschiedliche Lebensweisen zu respektieren, kulturelle Besonderheiten zu berücksichtigen und Menschen nicht aufgrund einzelner Merkmale zu beurteilen. Schon kleine Gesten – etwa das richtige Aussprechen eines Namens, Interesse an einer Lebensgeschichte oder das Nachfragen nach persönlichen Bedürfnissen – können dazu beitragen, dass sich Menschen willkommen und ernst genommen fühlen.

Interkulturelle Kompetenz bedeutet außerdem, mögliche Barrieren frühzeitig zu erkennen und ihnen sensibel zu begegnen. Dazu gehören beispielsweise eine verständliche Sprache, Geduld im Gespräch, Offenheit gegenüber unterschiedlichen Kommunikationsformen sowie das Bewusstsein, dass Werte, Gewohnheiten und Erwartungen kulturell geprägt sein können. Missverständnisse sollten nicht vorschnell bewertet, sondern als Anlass für einen offenen Dialog genutzt werden.

Indem Menschen unabhängig von ihrer kulturellen oder religiösen Prägung respektvoll miteinander in Kontakt treten, entstehen Vertrauen, gegenseitiges Verständnis und ein stärkeres Gefühl der Zugehörigkeit. Damit leisten interkulturelle und interreligiöse Kompetenz einen wichtigen Beitrag zur sozialen Teilhabe und können helfen, Einsamkeit und Ausgrenzung nachhaltig entgegenzuwirken.

Vielfalt als Ressource

Kulturelle und religiöse Vielfalt ist nicht nur eine Herausforderung, sondern auch eine wertvolle Ressource. Unterschiedliche Erfahrungen, Perspektiven und Lebensgeschichten erweitern den Blick auf die Welt und ermöglichen gegenseitiges Lernen.

Gerade in generationenübergreifenden Gruppen entstehen dadurch vielfältige Lernmöglichkeiten. Menschen bringen unterschiedliche Kompetenzen, Traditionen und Sichtweisen ein und können voneinander profitieren. Vielfalt trägt so zu Kreativität, Innovation und einem stärkeren gesellschaftlichen Zusammenhalt bei.

5 Kommunikation in interkulturellen und interreligiösen Begegnungen

Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz zeigt sich nicht nur im Wissen über unterschiedliche Kulturen oder Religionen, sondern vor allem in der Art und Weise, wie Menschen miteinander kommunizieren. Gerade Gespräche über Herkunft, Kultur, Religion oder persönliche Werte können sehr bereichernd sein, gleichzeitig aber auch Unsicherheiten oder Missverständnisse hervorrufen. Unterschiedliche Kommunikationsstile, verschiedene Erfahrungen oder persönliche Überzeugungen beeinflussen, wie Botschaften verstanden werden. Eine gelingende Kommunikation setzt deshalb voraus, dass Menschen einander mit Offenheit, Respekt und Interesse begegnen. Ziel ist nicht, andere von der eigenen Sichtweise zu überzeugen oder Unterschiede aufzulösen. Vielmehr geht es darum, einander zuzuhören, unterschiedliche Perspektiven kennenzulernen und gegenseitiges Verständnis zu fördern.

Gerade ehrenamtliche Multiplikatorinnen und Multiplikatoren übernehmen dabei eine wichtige Rolle. Sie schaffen Begegnungen, begleiten Gespräche und tragen dazu bei, dass sich alle Beteiligten willkommen und ernst genommen fühlen. Dabei müssen sie keine Expertinnen oder Experten für Religionen oder Kulturen sein. Entscheidend ist vielmehr eine respektvolle Grundhaltung und die Fähigkeit, Gespräche wertschätzend zu gestalten.

5.1 Verständlich und respektvoll kommunizieren

Eine gelingende Kommunikation beginnt mit einer verständlichen Sprache. Menschen bringen unterschiedliche sprachliche Voraussetzungen, Bildungsbiografien und kulturelle Erfahrungen mit. Deshalb sollten Informationen möglichst klar, einfach und nachvollziehbar vermittelt werden. Hilfreich sind insbesondere folgende Grundsätze:

- kurze und verständliche Sätze verwenden,
- Fachbegriffe möglichst vermeiden oder erklären,
- ausreichend Zeit für Gespräche und Fragen einplanen,
- aktiv zuhören und Interesse zeigen,
- bei Unklarheiten nachfragen, statt Vermutungen anzustellen,
- das Gesagte in eigenen Worten zusammenfassen, um Missverständnisse zu vermeiden.

Ebenso wichtig ist die nonverbale Kommunikation. Blickkontakt, Mimik, Gestik oder körperliche Distanz können in verschiedenen Kulturen unterschiedlich interpretiert werden. Was in einer Kultur als höflich gilt, kann in einer anderen ungewohnt oder sogar unpassend wirken. Deshalb sollte nonverbales Verhalten nicht vorschnell bewertet werden. Offenheit und Nachfragen helfen häufig mehr als Interpretationen. Respektvolle Kommunikation bedeutet außerdem, Menschen ausreden zu lassen, ihre Erfahrungen ernst zu nehmen und unterschiedliche Meinungen zuzulassen. Bereits kleine Gesten – ein freundlicher Blick, Geduld oder ehrliches Interesse – können wesentlich dazu beitragen, Vertrauen aufzubauen.

5.2 Sensibler Umgang mit kulturellen und religiösen Unterschieden

Jeder Mensch bringt eine individuelle Lebensgeschichte mit. Herkunft, Familie, Religion, Sprache oder persönliche Erfahrungen prägen die eigene Sicht auf die Welt. Gleichzeitig unterscheiden sich Menschen innerhalb derselben Kultur oder Religionsgemeinschaft oft genauso stark wie Menschen unterschiedlicher Herkunft.

Deshalb ist es wichtig, keine vorschnellen Annahmen zu treffen. Aussagen wie „Alle Menschen aus diesem Land sind ...“ oder „In dieser Religion macht man das immer so“ werden der Vielfalt menschlicher Lebensrealitäten nicht gerecht. Interkulturelle Kompetenz bedeutet, Menschen als Individuen wahrzunehmen und ihnen mit Offenheit zu begegnen.

Hilfreich ist dabei eine fragende statt bewertende Haltung. Anstatt Vermutungen anzustellen, können offene Fragen gestellt werden, beispielsweise:

- „Wie möchten Sie das gerne handhaben?“
- „Welche Bedeutung hat diese Tradition für Sie?“
- „Gibt es etwas, das wir berücksichtigen sollten?“

Diese Form der Kommunikation signalisiert Wertschätzung und Interesse und gibt Menschen die Möglichkeit, ihre Bedürfnisse selbst zu äußern.

Ebenso wichtig ist das Bewusstsein, dass kulturelle oder religiöse Unterschiede nicht zwangsläufig zu Problemen führen. Viel häufiger entstehen Missverständnisse durch fehlende Kommunikation oder unterschiedliche Erwartungen. Offenheit und gegenseitiger Respekt helfen dabei, solche Situationen gemeinsam zu klären.

5.3 Mit unterschiedlichen Meinungen konstruktiv umgehen

Gespräche über Religion, Kultur oder Weltanschauung können unterschiedliche Meinungen und manchmal auch kontroverse Diskussionen hervorrufen. Das ist grundsätzlich normal und kann eine wertvolle Gelegenheit sein, voneinander zu lernen. Wichtig ist dabei, zwischen einer Meinung und der Person zu unterscheiden. Unterschiedliche Sichtweisen dürfen geäußert werden, solange sie respektvoll formuliert werden und die Würde anderer Menschen achten.

Kommt es zu Spannungen oder Missverständnissen, können folgende Grundsätze helfen:

- ruhig bleiben und allen Beteiligten ausreichend Zeit geben,
- aufmerksam zuhören und nachfragen,
- Ich-Botschaften statt Verallgemeinerungen verwenden,
- Gemeinsamkeiten hervorheben, ohne Unterschiede zu leugnen,
- diskriminierende oder abwertende Aussagen respektvoll ansprechen,
- das Gespräch auf gegenseitiges Verständnis statt auf Überzeugung lenken.

Nicht jedes Gespräch endet mit einer gemeinsamen Meinung. Das ist auch nicht notwendig. Ziel ist vielmehr, unterschiedliche Perspektiven zu verstehen und trotz bestehender Unterschiede respektvoll miteinander umzugehen.

5.4 Eine wertschätzende Gesprächskultur schaffen

Eine offene und vertrauensvolle Gesprächsatmosphäre entsteht nicht von selbst. Sie entwickelt sich, wenn sich alle Beteiligten sicher fühlen und ihre Gedanken ohne Angst vor Abwertung äußern können. Gerade bei Themen wie Religion, Kultur oder Identität ist ein respektvoller Umgang besonders wichtig. Zu Beginn eines Workshops oder Gruppengesprächs können gemeinsame Gesprächsregeln vereinbart werden. Dazu gehören beispielsweise:

- Wir hören einander ausreden.
- Wir sprechen respektvoll miteinander.
- Unterschiedliche Meinungen dürfen bestehen bleiben.
- Wir sprechen möglichst aus eigener Erfahrung und verwenden Ich-Botschaften.
- Persönliche Erfahrungen werden vertraulich behandelt.
- Niemand muss seine Religion, Kultur oder Weltanschauung rechtfertigen oder erklären.

Eine solche Gesprächskultur fördert Vertrauen, gegenseitige Wertschätzung und Offenheit. Sie schafft einen sicheren Rahmen, in dem Begegnung, gemeinsames Lernen und interkultureller Dialog gelingen können.


Interkulturelle und interreligiöse Kompetenz zeigt sich vor allem in der täglichen Kommunikation. Wer verständlich spricht, aufmerksam zuhört, Unterschiede respektiert und Menschen ohne Vorurteile begegnet, schafft die Grundlage für Vertrauen und gegenseitiges Verständnis. Nicht vollständige Übereinstimmung, sondern Offenheit, Respekt und Dialogbereitschaft sind die entscheidenden Voraussetzungen für ein gelingendes Zusammenleben in einer vielfältigen Gesellschaft.

TEIL 2 – ÜBUNGEN


Dieser Teil enthält praxiserprobte Übungen aus COMPASS, die kulturelle und religiöse Vielfalt erfahrbar machen, Vorurteile bewusst machen und Dialog einüben. Alle Anleitungen sind in eigenen Worten zusammengefasst; die vollständigen Originalanleitungen finden sich im COMPASS-Handbuch.

Übungsblock A: Interkulturelle Begegnung

➡ Übung A1: Sprachbarriere ⌚ 30 Min.

1	Eine Person versucht, eine einfache Botschaft zu vermitteln, ohne die gemeinsame Sprache zu nutzen – nur über Gestik, Bilder oder Laute.
2	Die Gruppe rät und reagiert; Missverständnisse werden bewusst gemacht.
3	Variation: kurze Begriffe in mehreren Sprachen der Teilnehmenden austauschen.
4	Reflexion: Wie fühlt sich Nicht-Verstehen an? Was hilft bei der Verständigung?
 Hinweis: Nach COMPASS „Language barrier“ (Migration / Krieg / Diskriminierung). Macht Sprachbarrieren erfahrbar.	

➡ Übung A2: Lokale Kulturerbe-Stätten ⌚ 20 Min.

1	Kleingruppen wählen Orte im Umfeld, die für unterschiedliche Kulturen oder Religionen bedeutsam sind.
2	Sie recherchieren Geschichte und Bedeutung dieser Orte.
3	Die Ergebnisse werden auf einer gemeinsamen Karte zusammengeführt.
4	Reflexion: Wessen Erbe ist sichtbar – wessen nicht? Wie erzählen wir Geschichte gemeinsam?
 Nach COMPASS „Local Heritage Sites“ (Allgemeine Menschenrechte / Diskriminierung / Religion). Macht geteiltes und vielfältiges Erbe sichtbar.	

Übungsblock B: Religion & Weltanschauung

➡ Übung B1: Gute Information erkennen ⌚ 40 Min.

1	In einer fiktiven Gemeinde wird der Bau einer Moschee beantragt.
2	Die Teilnehmenden übernehmen Rollen (Anwohner:innen, Gemeindevertretung, Religionsgemeinschaften, Presse).
3	In einer simulierten Anhörung werden Argumente ausgetauscht und eine Entscheidung gesucht.
4	Reflexion: Welche Vorurteile zeigten sich? Wie gelingt ein fairer Interessenausgleich?

💡 Nach COMPASS „A Mosque in Sleepyville“ (Religion & Weltanschauung / Diskriminierung / Partizipation). Übt Religionsfreiheit und demokratische Aushandlung.

➡ Übung B2: Bald überholt ⌚ 20 Min.

1	Aussagen über Religion, Tradition und Wandel werden vorgelegt.
2	In Kleingruppen wird diskutiert, was sich wandelt und was bleibt.
3	Die Ergebnisse werden einander gegenübergestellt.
4	Reflexion: Wie verändern sich Glaubensformen und Zusammenleben über Generationen?

💡 Nach COMPASS „Soon to be outdated“ (Religion & Weltanschauung / Globalisierung / Bildung).

Übungsblock C: Vom Vorurteil zum Dialog

➡ Übung C1: Glaubende ⌚ 120 Min.

1	Die Gruppe sammelt Bilder und Annahmen über Angehörige verschiedener Religionen und Weltanschauungen.
2	Diese Zuschreibungen werden geprüft und mit realen Lebensgeschichten kontrastiert.
3	Begegnung oder Interview mit Menschen unterschiedlichen Glaubens (real oder über Materialien).
4	Reflexion: Woher kommen unsere Bilder? Was verändert echte Begegnung?

➡ Übung C2: Abschlussreflexion ⌚ 30 Min.

1	Jede Person nennt in einem Satz: Was nehme ich für Begegnung über Kulturen und Religionen hinweg mit?
2	Eine konkrete Maßnahme für mehr Dialog und Teilhabe wird notiert.
3	Offene Fragen werden gesammelt und gemeinsam beantwortet.

TEIL 3 – LITERATURLISTE

Literatur & Quellen

Europarat (2020). COMPASS – Handbuch zur Menschenrechtsbildung mit jungen Menschen. Straßburg: Council of Europe. www.coe.int/compass

Europarat (2008). Weißbuch zum Interkulturellen Dialog „Gleichberechtigtes Zusammenleben in Würde“. Straßburg: Council of Europe.

Europarat. Education Pack „All Different – All Equal“. Straßburg: Council of Europe.

Jackson, R. (2014). Signposts – Politik und Praxis für das Lehren über Religionen und nichtreligiöse Weltanschauungen in der interkulturellen Bildung. Straßburg: Council of Europe.

Europarat. Charta zur Politischen Bildung und Menschenrechtsbildung (EDC/HRE Charter). Straßburg: Council of Europe.

Europarat. COMPASITO – Handbuch zur Menschenrechtsbildung mit Kindern. Straßburg: Council of Europe.

Dieses Schulungssheet basiert auf COMPASS – dem Handbuch des Europarats zur Menschenrechtsbildung mit jungen Menschen (coe.int/compass) – sowie auf dem Weißbuch zum Interkulturellen Dialog und weiteren Ressourcen des Europarats. Inhalte und Übungen wurden in eigenen Worten zusammengefasst und für die Schulung zur Com(p)AGE Plattform adaptiert. © Council of Europe für die Originalmaterialien. | www.compage.at