Einsamkeit und Informationsbarrieren

Prof. Dr. Johanna Muckenhuber,
FH JOANNEUM Graz

Alleinsein und Einsamkeit

- Freiwillige, selbst gewählte soziale Isolation

  vs

- Einsamkeit
  - Gefühl des Mangels
  - Nicht befriedigtes Bedürfnis nach sozialer Integration
  - Negativer Zustand der Abwesenheit bedeutsamer und erwünschter Sozialkontakte

(Peplau & Perkmann,1982)

- Einsamkeit als subjektives Gefühl der sozialen Isolation,

das nicht notwendigerweise mit objektiver Isolation einhergeht

(Weiss,1973; Perlman & Peplau,1981)

Leben in Gruppen und alleine

- Historisch: Leben in größeren Familienverbänden (Hariri, 2015)
- Anstieg der Ein-Personen-Haushalte in Österreich (Statistik Austria, 2023) → Anteil Alleinlebender an der Bevölkerung (Bacher & Beham, 2020)
  - 1988: 10% → 2024: 17,7%
  - Besonders viele ältere Frauen
    - 2020: 40% der über 60jährigen Frauen, 23% der Männer 60+
- Deutschland: 20,5% allein Lebende (destatis.de 2024)

Der Mensch als soziales Wesen

„Das eigene Wohl kann nur unter der Voraussetzung eines genügenden Gemeinschaftsgefühls gesichert werden.“ (Alfred Adler, 1933)

- Der Mensch als soziales Wesen
  - In soziale Bezüge eingebettet und darauf angewiesen (Datler, 2005)
- Menschliches Bedürfnis nach Sozialkontakten (Baumeister, Leary 1995)
- Soziale Isolation & Einsamkeit als Risikofaktor (Leigh-Hunt, 2017; Rico-Uribe, 2018)
  - Krankheit
  - Kürzere Lebenserwartung
  - Schlechtere psychische Gesundheit und Wohlbefinden
  - Erhöhtes Risiko für Depressionen, kardiovaskuläre Erkrankungen, Demenz

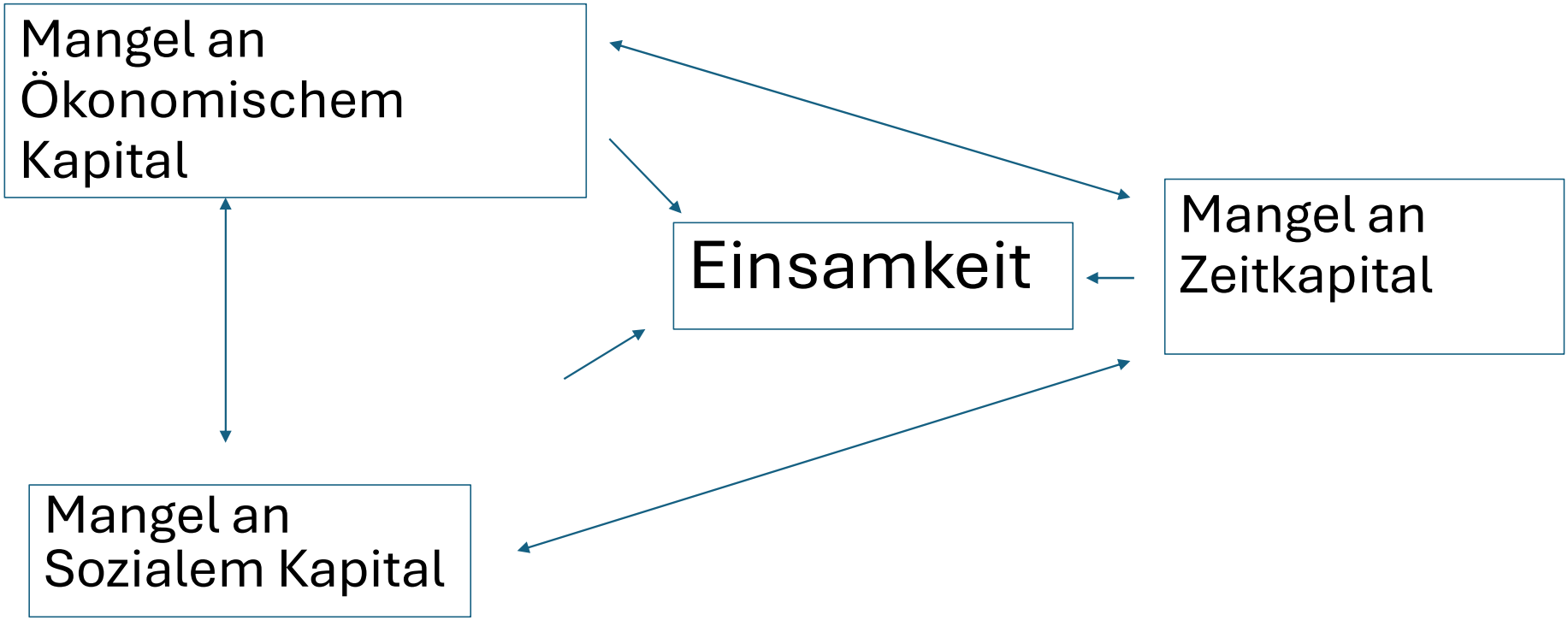
(Holt-Lunstad et al., 2015)

Gesellschaftliche Perspektiven auf Einsamkeit

- Gerechtigkeit
  - Soziale Kontakte erfordern
    - Geld, Raum, Zeit, Information, innere psychische Ressourcen
  - Ungleiche Verteilung dieser Ressourcen
  - Vulnerable Gruppen
    - Ältere Menschen
    - Alleinerziehende
    - Menschen mit Migrationsbiographie

- Erleben von Einsamkeit: Bedeutung verinnerlichter kultureller und sozialer Normen
  - Unterschiede nach Gender, Alter, kulturellem Hintergrund

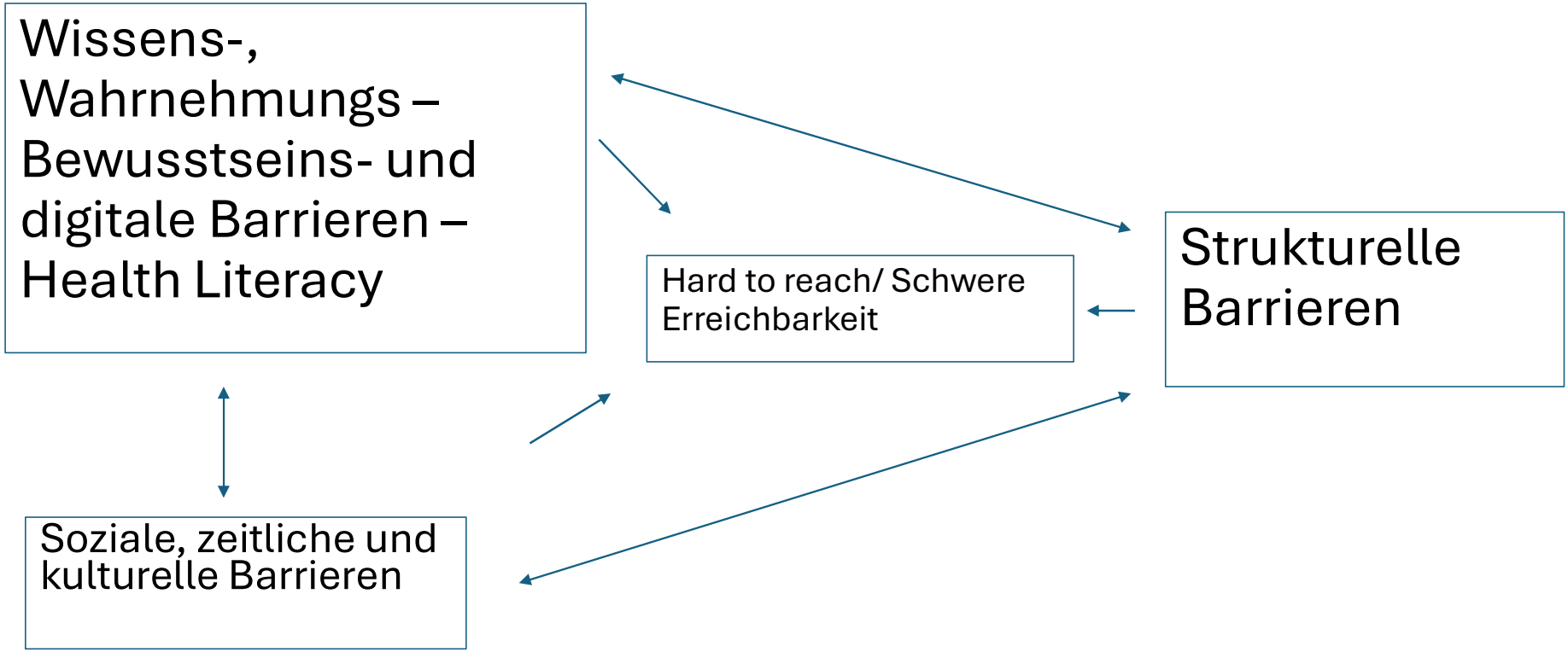
Äußere Barrieren gesellschaftlicher Teilhabe
Eine Bourdieusche Perspektive



Informationsbarrieren

- Hindernisse beim Finden und Zugang zu relevanten Informationen über Hilfe- oder Unterstützungsangebote, deren Verständnis, Bewertung und Nutzung (vgl. Nutbeam, 2000; Sørensen et al., 2012)

Auswirkungen von Informationsbarrieren auf die Erreichbarkeit der Zielgruppen



Arten von Informationsbarrieren

- Wahrnehmungs- und Bewusstseinsbarrieren
  - Normalisierung der eigenen sozialen Isolation (Cacioppo et al., 2009)
- Wissensbarrieren → Fehlende Kenntnis über Hilfsangebote (vgl. Röhr et al., 2021)
  - Digitale Kluft, Erreichbarkeit unterschiedlicher Zielgruppen
- Erfahrungswissen als Barriere
  - Schlechte Erfahrungen mit Hilfsangeboten und nicht erwünschten Folgewirkungen

Arten von Informationsbarrieren

- Soziale, zeitliche und kulturelle Barrieren
  - Zeitmangel
  - Welche Communities sind Referenz und Bezugspunkt
  - Kulturelle Bedeutung von Sozialkontakten
  - Gender Differenzen

- Strukturelle Barrieren
  - Barrierefreie Erreichbarkeit von Angeboten
    - und Räumliche Anbindung → ländliche Regionen
  - Öffnungszeiten
  - Sprache von Informationsangeboten

Hard to reach für Soziale Arbeit → Lösungsansätze

- **Zugang zu Hilfe als zentraler Interventionspunkt**
  - Wachsende Zahl an Angeboten – aber begrenzte Inanspruchnahme
- Aufsuchende Soziale Arbeit
- Sozialraum orientiert
  - Über einen langen Zeitraum, regelmäßig, zuverlässig vor Ort
- Umgang mit Zurückweisung von Hilfsangeboten