



Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg
Medizinische Fakultät Mannheim
Dissertations-Kurzfassung

**Interventionen und Präventionsprogramme gegen soziale Isolation
und/oder Einsamkeit bei Personen im fortgeschrittenen Alter: Eine
Literaturanalyse**

Autor: Michael Joshua van Roje
Institut / Klinik: IV. Medizinische Klinik
Doktorvater: PD Dr. H. Burkhardt

Die Prävalenzzahlen sozialer Isolation bei Personen im fortgeschrittenen Alter belaufen sich auf 7-17% und die wahrgenommene Einsamkeit auf 40%. Negative Auswirkungen beider Zielgrößen auf geistige und körperliche Gesundheit wurden bewiesen. Es gibt weder einheitlich geltende Definitionen noch einheitlich verwendete Messinstrumente beider Zielgrößen. Von den initial 264 auf „PubMed“ identifizierten Originalstudien der finalen Suchstrategie verbleiben nach Anwendung der Ein- und Ausschlusskriterien 25 relevante Studien. 62,5 % der Studien mit Fokus auf den Gebrauch von ICT zeigten einen Erfolg bei der Reduktion der Zielgrößen. Es müssen Anlaufstellen bzw. technische Unterstützung angeboten werden, welche die Interessierten durch den Gebrauch von ICT leiten. Das One-to-one Format eignet sich hervorragend zur Identifikation persönlicher Stärken und Schwächen, die im Einzelgespräch offen kommuniziert werden können. 83,3% der Gruppen-interventionen zeigen, dass der Fokus der Intervention auf einer aktiven Beschäftigung, Aktivitäten im sozialen Leben, Unabhängigkeit und Förderung sozialer Interaktion liegen sollte. 80% der Interventionen mit therapeutischem Ansatz scheinen im Sinne einer Reminiszenztherapie Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit zu steigern und so beide untersuchte Zielgrößen zu reduzieren. 60% der Interventionen vom „multidimensionalen Typ“ zeigen Erfolg, indem sie initial Stärken und Schwächen der Teilnehmer*innen identifizieren, um nach Kenntnis individueller Hemmungen eine maßgeschneiderte Intervention anzubieten. Insgesamt betrachtet scheint es keine optimale Intervention für Personen im fortgeschrittenen Alter gegen soziale Isolation und/oder Einsamkeit zu geben. Der Inhalt der Intervention sollte sich an persönlichen Ressourcen der Teilnehmer*innen orientieren.

Zusammenfassend können folgende Empfehlungen zur Ausführung der Intervention in Gruppen gegeben werden:

- Aktive Mitgestaltung und Partizipation an der Intervention,
- therapeutische Konzepte wie z.B. Psychoedukation und Stärkung der Selbstwirksamkeit,
- Kombination von geistiger und körperlicher Aktivität sowie Schaffung eines Kohärenzgefühls unter Einbindung der kreativen Ressourcen der Teilnehmer*innen mit dem Ziel einer multimodalen Sinnesreizung.

Dieses Konzept ist mit dem einer multidimensionalen Intervention vergleichbar, welche in der Lage zu sein scheint, der komplexen Problematik sozialer Isolation und Einsamkeit zu begegnen.