



Gemeinsam statt einsam

Eine gemeinsame Veranstaltung der BAGSO und der DGGG

Unter dem Titel „Gemeinsam statt einsam“ kamen Vertreterinnen und Vertreter aus Forschung und Praxis bei einer Podiumsdiskussion zusammen, die von der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen und der Deutschen Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie (DGGG) initiiert wurde. Dabei standen Strategien und Projekte im Fokus, die das Auftreten von Einsamkeit verhindern oder Wege aus der Einsamkeit aufzeigen. Die Podiumsdiskussion fand am 12. September 2022 in Frankfurt am Main im Rahmen des diesjährigen Gerontologie-und-Geriatrie-Kongresses statt.

Einsamkeit im Alter hat negative Folgen für das Wohlbefinden, die körperliche und geistige Gesundheit und ist assoziiert mit erhöhter Sterblichkeit. Obwohl das Thema Einsamkeit im Alter in den letzten Jahren – und noch einmal verstärkt durch die Covid-19-Pandemie – mehr Aufmerksamkeit erhalten hat, sind dringend mehr effektive Maßnahmen zur Prävention und Reduzierung von Einsamkeit nötig.

Nach einer kurzen Einführung und der Präsentation aktueller Daten zum Einsamkeitserleben im Alter in Deutschland wurden beispielhafte Maßnahmen und Initiativen aus der offenen Altenarbeit und der sektorenübergreifenden Versorgung vorgestellt und diskutiert. Expertinnen und Experten aus der Praxis und der Wissenschaft beleuchteten den Handlungs- und Forschungsbedarf. Zielsetzung des Symposiums war es, herauszustellen, was Einsamkeit bedeutet und wie Einsamkeit aus unterschiedlichen, persönlichen Perspektiven empfunden wird. Dabei wurde u.a. folgenden Fragen nachgegangen: Was wissen wir aus Sicht der Wissenschaft und Forschung noch nicht über Vermeidung und Reduzierung von Einsamkeit? Welche Konzepte gegen Einsamkeit haben sich in der Praxis etabliert? Wo müssen die politischen Akteure stärker eingreifen und aufmerksamer werden?

Der BAGSO-Kurzfilm „Einsam im Alter“ eröffnete die Veranstaltung, durch die Silke Leicht, die Stellvertretende Geschäftsführerin der BAGSO, und Professor Paul Gellert, Vorstandsvorsitzender der Sektion III und Präsidiumsmitglied der DGGG, führten. Einfühlsam porträtiert der Film drei Menschen, die aufgrund ihrer eingeschränkten Mobilität, einem zu geringen Einkommen und dem Tod der Lebenspartnerin von

Einsamkeit betroffen sind. Anschließend folgte ein Impulsreferat von Dr. Oliver Huxhold, der einer der führenden Experten zum Thema Einsamkeit im Alter ist und den Forschungsschwerpunkt „Soziale Beziehungen und Gesundheit“ beim Deutschen Institut für Altersfragen (DZA) leitet. In seinem Vortrag zitierte er aktuelle meta-analytische Befunde zu Interventionen, die Einsamkeit im Alter reduzieren und verhindern sollen, und schlussfolgerte, dass die Ergebnisse kontrollierter Studien bei zu Hause lebenden älteren Menschen wie auch bei Menschen, die in Pflegeeinrichtungen leben, in der Zusammenschau keine Effektivität zeigen.

Auf dem Podium brachte Margit Hankewitz die Perspektive der offenen Arbeit mit älteren Menschen ein. Sie ist Mitglied im Vorstand der BAGSO sowie Vorsitzende des Sozialwerk Berlin e.V. und leitet das Stadtteilzentrum Käte-Tresenreuter-Haus. Sie erläuterte die Wichtigkeit von niedrighwelligen Angeboten: „Es müssen Möglichkeiten zur Begegnung geschaffen werden, aber entscheidend ist der erste Schritt der älteren Menschen über die eigene Türschwelle.“ Sie führt mit einem Beispiel fort: „Einsamkeit führt zu Krankheiten, häufig auch zu Depressionen. Ein Beispiel war eine alte Dame, die mit 80 Jahren in unser Haus kam, weil ein Therapeut sie nach dem Tod eines Angehörigen in unser Haus geschickt hatte. Inzwischen leitet Sie unsere Gruppe zum kreativen Arbeiten und braucht inzwischen auch keine Medikamente mehr. Mit 85 Jahren kam Sie zu mir und sagte, sie hätte sich verliebt. Es lohnt sich also um jeden zu kämpfen und Begegnungsmöglichkeiten zu schaffen.“ Dr. Lysann Kasprick, Gesundheitswissenschaftlerin, Sozialpädagogin und Leiterin des Projekts „RubiN – Regional ununterbrochen betreut im Netz“ erläuterte die Erfahrungen in der Modellregion Leipzig, bei dem ein sektorenübergreifendes Care- und Casemanagement über das Modell der „GeriNurse“ entwickelt wurde. Grundsätzlich sei es für Menschen wichtig, so lange wie möglich in der eigenen Wohnung zu bleiben. „Dafür ist der Erhalt von Alltagskompetenzen wichtig und hierfür muss besonders die Rolle von Therapeuten mitgedacht werden“, so Dr. Lysann Kasprick. Dr. Janssen griff dies auf und ergänzte: „Es ist wichtig, so viel wie möglich mit Stakeholdern zusammenzuarbeiten, um zu sehen, wo es etwas Innovatives gibt. Jeder Projektpartner hat sein eigenes Netzwerk. Hier ist es wichtig, zusammenzuarbeiten und auch zu hören, welchen Wunsch die einzelnen Akteure äußern. Die Menschen aus der Praxis sagen das kurz und knapp und das muss man dann in einen wissenschaftlichen Rahmen bringen.“ Dr. Niels Janssen ist Gesundheitswissenschaftler und Psychologe. Er forscht am Alzheimer-Zentrum Limburg, Universität Maastricht, wo er an mehreren (inter)nationalen Projekten beteiligt ist. Eines dieser Projekte ist das euPrevent PROFILE-Projekt, ein Projekt, das darauf abzielt, Einsamkeit bei älteren Menschen, die in der EU-Region Maas-Rhein leben, zu verhindern und zu verringern.

Nach einer Diskussion, bei der auch das Publikum eingebunden wurde, schloss die Veranstaltung mit der Frage nach der Wirksamkeit. Was muss auf Praxisebene und in der Forschung unbedingt angegangen werden? Die vielen Innovationsfondsprojekte sollten auch in die Regelversorgung eingebracht werden, ist eine der Forderungen von Dr. Kasprick. Doch der Umbau des Gesundheitssystems sei anstrengend, ergänzte sie. Dr. Huxhold meinte, dass man messbar Einsamkeit reduzieren und die Kriterien dafür entwickeln müsste. Dr. Janssen betonte die Wichtigkeit der personenzentrierten Ausrichtung von Interventionen im Gegensatz zum „one size fits all“-Modell. Frau Hankewitz hob die „Begegnungsmöglichkeiten in ‚Pantoffelnähe‘“ hervor und die Rolle von Bund, Ländern und Kommunen bei der Finanzierung.



Gemeinsam statt einsam (von links nach rechts): Dr. Niels Janssen, Dr. Lysann Kasprick, Margit Hankewitz, Silke Leicht, Prof. Dr. Paul Gellert, Dr. Oliver Huxhold