

## Lehrveranstaltung: Einsamkeit und Gesundheit

### Allgemeine Informationen

<b>Veranstaltungsname</b>	Einsamkeit und Gesundheit loneliness and health
<b>Veranstaltungskürzel</b>	5.57.10.53 (5.52.50.25)
<b>Lehrperson(en)</b>	Schnoor, Nathalie (nathalie.schnoor@haw-kiel.de)
<b>Angebotsfrequenz</b>	Regelmäßig
<b>Angebotsturnus</b>	In der Regel jedes Semester
<b>Lehrsprache</b>	Deutsch

### Kompetenzen / Lernergebnisse

*Kompetenzbereiche: Wissen und Verstehen; Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen; Kommunikation und Kooperation; Wissenschaftliches Selbstverständnis/Professionalität.*

Die Studierenden

- kennen die grundlegenden Definitionen von Einsamkeit und sozialer Isolation sowie Möglichkeiten und Grenzen der Messbarkeit
- kennen die gesundheitlichen Konsequenzen von starken Einsamkeitsgefühlen in mehreren Gesundheitsbereichen
- kennen Prävalenzen von Einsamkeit
- kennen Entstehungsfaktoren und soziale Risikofaktoren für Einsamkeit
- können daraus die politische Verantwortung fachlich fundiert ableiten
- können die Bedeutung von sozialen Beziehungen für die Gesundheit fachlich begründen
- kennen verschiedene Arten und insbesondere vier Gruppen von Intervention gegen Einsamkeit und wissen um die Bedeutung der Prävention
- sind mit dem öffentlichen Diskurs von Einsamkeit vertraut und können sich aus einer professionellen sozialarbeiterischen Perspektive beteiligen

### Angaben zum Inhalt

<b>Lehrinhalte</b>	<p>Im Zentrum der Übung stehen das Phänomen der Einsamkeit und seine Zusammenhänge mit der kognitiven, physischen und psychischen Gesundheit. Dabei werden verschiedene Fragen gestellt und Blickwinkel eingenommen:</p> <p>Was ist Einsamkeit? Und was ist soziale Isolation? Wie lassen sich soziale Isolation und Einsamkeit messen? Was weiß die Forschung über gesundheitliche Folgen? Welche Rolle spielen dabei auch Wechselwirkungen und das eigene Gesundheitsverhalten? Ein starkes und langanhaltendes Gefühl der Einsamkeit kann weitreichende gesundheitliche Konsequenzen haben, die zu einer erhöhten Sterblichkeit führen. Der Blick in aktuelle Beiträge soll den Umgang mit wissenschaftlichen Texten und Artikeln üben und an den fachlichen Diskurs heranzuführen.</p> <p>Durch die Betrachtung der Entstehungs- und Risikofaktoren schließen sich Fragen der Intervention und der Prävention an sowie die Forderung nach sozialer Gerechtigkeit an. Denn statistisch sind z.B. von Armut Betroffene und Menschen mit Migrationsgeschichte eher von Einsamkeit betroffen.</p> <p>In der Übung wird das öffentliche Bild von Einsamkeit ergründet und Stereotype werden herausgearbeitet: z.B. der Stereotyp der Einsamkeit im hohen Lebensalter. Diese Stereotype werden mit sozialwissenschaftlichen Daten abgeglichen und die Folgen von solchen Vorurteilen werden gemeinsam erörtert.</p>
--------------------	---

<b>Literatur</b>	<p>Holt-Lunstad, J./Smith, T. B./Baker, M./Harris, T./Stephenson, D. (2015): Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. In: Perspectives on Psychological Science 10, H. 2, S. 227-237.</p> <p>Lippke, S./Keller, F./Derksen, C./Kötting, L./Ratz, T./Fleig, L. (2021): Einsam(er) seit der Coronapandemie: Wer ist besonders betroffen? – psychologische Befunde aus Deutschland. In: Prävention und Gesundheitsförderung.</p> <p>Schnoor, N. (2022). Einsamkeit verstehen In guter Verbindung mit mir und anderen (1. Auflage). Köln: BALANCE Buch + Medien.</p> <p>Schnoor, N. (2021). Wie kann man sich vor Einsamkeit schützen? In: Psychosoziale Umschau, H. 07, S. 11-12.</p> <p>Schnoor, N. (2020). Macht Einsamkeit krank? Einflüsse von Alleinsein und Isolation auf die Gesundheit. In: Forum Soziale Arbeit und Gesundheit. H. 2, S. 40-43.</p>
------------------	---

<b>Lehrform der Lehrveranstaltung</b>	
<b>Lehrform</b>	<b>SWS</b>
Übung	2

<b>Prüfungen</b>	
<b>Unbenotete Lehrveranstaltung</b>	Nein