

Course: Einsamkeit und Gesundheit

General information

Course Name	Einsamkeit und Gesundheit loneliness and health
Course code	5.57.10.53
Lecturer(s)	Schnoor, Nathalie (nathalie.schnoor@haw-kiel.de)
Occurrence frequency	Regular
Module occurrence	In der Regel jedes Semester
Language	Deutsch

Qualification outcome

Areas of Competence: Knowledge and Understanding; Use, application and generation of knowledge; Communication and cooperation; Scientific self-understanding / professionalism.

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

Content information

Content	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: 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. 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. 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.
----------------	---

Literature	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. 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. Schnoor, N. (2022). Einsamkeit verstehen In guter Verbindung mit mir und anderen (1. Auflage). Köln: BALANCE Buch + Medien. Schnoor, N. (2021). Wie kann man sich vor Einsamkeit schützen? In: Psychosoziale Umschau, H. 07, S. 11-12. 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.
-------------------	---

Teaching format of this course	
Teaching format	SWS
Übung	2

Examinations	
Ungraded Course Assessment	No