

**Thema:** Corona, Einsamkeit, pro mente Austria, Psychiater, Psychotherapeut, Günter Klug, Sonja Hörmanseder, Krisenhilfe, einsam, Studie

**URL:** [https://diabetes-austria.com/artikel/corona-pandem ...](https://diabetes-austria.com/artikel/corona-pandem...)



Diabetes Mellitus Unser Leben Neu am Markt Lebens Lust Menschen Services

Suchen...



**HIER zum Newsletter anmelden!**



## changing diabetes®



## Corona-Pandemie – „Brandbeschleuniger“ der Einsamkeit

16.12.2020

### **pro mente Austria warnt vor den Folgen der Vereinsamung immer breiterer Bevölkerungskreise; Strukturen zur Hilfe und Selbsthilfe müssen auch angesichts bevorstehender Corona-bedingter Sparprogramme gesichert bleiben**

Noch nie hat eine Erkrankung das Leben so vieler Menschen weltweit so radikal verändert wie die Corona-Pandemie. Noch nie hat sich der Umgang der Menschen miteinander in so kurzer Zeit so massiv geändert. Viele selbstverständliche Formen des zwischenmenschlichen Kontaktes sind stark eingeschränkt oder der Pandemie gänzlich zum Opfer gefallen. Vereinsamung und Einsamkeit sind aufgrund der Corona-bedingten Maßnahmen zu einem Massenphänomen geworden. Im Rahmen einer Pressekonferenz wies der Psychiater und Psychotherapeut Dr. Günter Klug, Präsident von pro mente Austria, darauf hin, dass das Phänomen der Vereinsamung aber bereits vor der Pandemie eingesetzt habe, die Pandemie aber diese gesellschaftliche Entwicklung „wie unter einem Brennglas in radikaler Weise verstärkt und ans Tageslicht bringt“. Mag.<sup>3</sup> Sonja Hörmanseder, Geschäftsfeldleiterin der Krisenhilfe Oberösterreich, bezeichnete die Corona-Pandemie als „Brandbeschleuniger“ in Sachen Einsamkeit. Hörmanseder wies darauf hin, dass die Pandemie jeden anders trifft und die daraus resultierende Einsamkeit viele Gesichter habe. Vereinsamung finde quer durch alle Altersgruppen, quer durch alle sozialen Schichten statt, wobei eine angespannte finanzielle Situation das Problem häufig noch zusätzlich verschärfe. „Rund um die Weihnachtsfeiertage wird diese oft radikale Entwicklung vielen Menschen besonders schmerzhaft bewusst“, betonte Hörmanseder.

### **Jede/r Zweite einsam, jede/r Vierzehnte trifft nie Freunde**

Eine EU-weite Studie des Unternehmens Kaspersky zeigt, dass im ersten Lockdown ca. 47% der ÖsterreicherInnen zumindest gelegentlich Einsamkeit empfanden (EU-Schnitt 52%). Vor allem die jüngere Generation war besonders stark davon betroffen. 70% glauben zwar, dass die Digitalisierung geholfen hat, mit anderen Menschen zumindest virtuell in Kontakt zu bleiben, aber nur 42% (EU 52%) glauben, dass die virtuelle Kommunikation auch dabei hilft, Einsamkeit zu bekämpfen. Studien aus dem ersten Lockdown zeigen weiters, dass der psychische Stress deutlich gestiegen ist.

Klug: „Bereits im Vorjahr hat sich die Weltgesundheitsorganisation WHO besorgt geäußert, dass immer mehr Menschen alleine leben und auch ihre Zeit alleine verbringen. Nach einer Statistik der EU verbringen bestürzende 7% der Bevölkerung nie Zeit mit FreundInnen und Verwandten. Und das Jahr für Jahr! Eine Entwicklung, die durch die Pandemie erwartbar noch verschärft wird.“

### **Wenn niemand zum Reden da ist ...**

Einsamkeit zeigt sich dann, wenn man sich jemandem anvertrauen möchte, aber keine geeignete Bezugsperson zum Reden da ist. Besonders betroffen sind gemeinhin Menschen mit chronischen Erkrankungen, psychisch belastete bzw. erkrankte Menschen, ältere Menschen und unfreiwillig Alleinlebende. Hörmanseder erläuterte den Einfluss der Pandemie auf bisher nicht gekannte Entwicklungen: „Neu ist, dass dieses Phänomen nun aber auch deutlich breitere Kreise trifft: Zum Beispiel Menschen, die ‚mitten im Leben stehen‘, auch Jugendliche und junge Erwachsene, die derzeit keine Freunde treffen dürfen bzw. in der Partnersuche behindert sind. Und auch all jene, die sich bewusst dafür entschieden haben, alleine zu leben, derzeit aber nicht ihre Alltagskontakte wahrnehmen dürfen. Verstärkt betroffen sind auch AlleinerzieherInnen, die mit ihren Belastungen noch mehr als sonst auf sich gestellt sind. Von Einsamkeit betroffen sind auch Menschen, denen im monatelangen Homeoffice eine wichtige Säule des sozialen Lebens abhanden gekommen. Ähnlich ergeht es vielen Menschen, die in Pension sind.“

### **Einsamkeit ist lebensbedrohlicher als Rauchen, hoher Blutdruck oder Übergewicht**

**Thema:** Corona, Einsamkeit, pro mente Austria, Psychiater, Psychotherapeut, Günter Klug, Sonja Hörmanseder, Krisenhilfe, einsam, Studie psych

**URL:** [https://diabetes-austria.com/artikel/corona-pandem ...](https://diabetes-austria.com/artikel/corona-pandem...)

Wie gefährlich Einsamkeit ist, betonte der Psychiater und Psychotherapeut Klug: „Die derzeitigen sozialen und demografischen Trends tragen dazu bei, dass die Zahl der Menschen mit erhöhtem Einsamkeits-Risiko steigt. Sozial isolierte Menschen haben ein 2-3-fach höheres Risiko, in einem bestimmten Zeitraum zu sterben. Soziale Desintegration stellt für die Verkürzung der Lebenszeit ein höheres Risiko als Übergewicht, hoher Blutdruck oder Rauchen dar.“

### Große Aufgaben für die Zukunft

Was aber würden die Menschen nun brauchen?

- finanzielle Sicherheit: das eigene Leben gut weiterführen können (Arbeit, Einkommen, Wohnung, gesunde Ernährung etc.)
- humane Sicherheit: die Möglichkeit, eigene Fähigkeiten durch Bildung, Anregung, Kunst, Bewegung etc. entwickeln zu können
- soziale Sicherheit: Zeit und Möglichkeit, soziale Ressourcen zu pflegen, und das nicht nur zu Hause, sondern auch in einem motivierenden Umfeld

Um gut durch die Krise zu kommen, muss auch die Hoffnung auf eine stabile Zukunft ermöglicht werden. Dazu braucht es:

- ein klares, verständliches und nachvollziehbares Vorgehen der Regierung mit guten Erklärungen, das uns gut durch die Zeit der Krise führt
- eine Stabilisierung des Arbeitsmarktes
- ein frühzeitiges und effizientes Unterstützen nicht nur bei wirtschaftlichen, sondern auch bei psychischen und sozialen Problemen
- Projekte gegen Einsamkeit und Stress auf breiter Ebene, da sie Auslöser für körperliche und psychische Erkrankungen sind
- die Gewährleistung, dass die Aufnahme in stationäre Einrichtungen auch für psychisch Erkrankte selbst während der Pandemie immer problemlos möglich ist
- bereits jetzt die Erarbeitung langfristiger, realistischer Konzepte für die „Zeit danach“ hinsichtlich wirtschaftlicher, humaner und sozialer Sicherheit

Klug abschließend: „Zusammenfassend ist zu sagen: Österreich hat noch viele ‚Baustellen‘ in der psychosozialen Versorgung. Durch die zu erwartende höhere Zahl der Betroffenen über die nächsten Jahre hinweg muss dieser Bereich dringend gestärkt werden. Wenn die Corona-Pandemie vorbei ist, ist mit massiven Sparpaketen zu rechnen. Es ist von größter Wichtigkeit darauf zu achten, dass der psychosoziale Bereich bei diesen Sparpaketen nicht ‚unter die Räder‘ kommt!“

**pro mente Austria** ist der Dachverband von 24 gemeinnützigen Organisationen, die in Österreich im psychosozialen und sozialpsychiatrischen Bereich tätig sind.

Ziel von pro mente Austria ist es, das Leben und die Versorgung von Menschen mit psychischen Problemen nachhaltig zu verbessern und sie und ihr soziales Umfeld zu unterstützen und zu stärken.

Das Angebot der 24 Mitgliedsorganisationen von pro mente Austria ist breit gefächert. Sie betreuen österreichweit mit 4.000 MitarbeiterInnen jährlich rund 80.000 Menschen mit psychischen oder psychiatrischen Problemen bzw. Erkrankungen.



Downloads

Links

Impressum

**Thema:** Corona, Einsamkeit, pro mente Austria, Psychiater, Psychotherapeut, Günter Klug, Sonja Hörmanseder, Krisenhilfe, einsam, Studie psych

**URL:** [https://diabetes-austria.com/artikel/corona-pandem ...](https://diabetes-austria.com/artikel/corona-pandem...)

## Partner, Unterstützer und Freunde



© Kub & Hopfinger GmbH

Diese Webseite benutzt Cookies um Ihnen das beste Nutzungserlebnis zu bieten.

Ablehnen

Cookies erlauben