

# **Alters-Survey «Soziale Beziehungen im Alter»: Die Auswirkungen von Einsamkeit auf gesundes Altern**

**Manuela Schicka**

Fachhochschule Nordwestschweiz

Hochschule für Soziale Arbeit

Deutsch-Französisch-Schweizerische Oberrheinkonferenz  
«Gesundes Altern am Oberrhein: Perspektiven aus den drei Ländern+  
Basel, 28. März 2019

## Bedeutung von Einsamkeit im Alter

- Vorhandensein von persönlichen Beziehungen → wichtiger Faktor für gesundes Altern
- Einsamkeit: subjektives Gefühl, das durch Fehlen von persönlichen Beziehungen entsteht
- Diskrepanz zwischen der gewünschten und tatsächlicher Anzahl sozialer Kontakte
- Gefühlte Einsamkeit geht einher mit Isolation
- Einsamkeit wird oft mit steigendem Alter assoziiert → allerdings ist die direkte Beziehung nicht eindeutig geklärt
  - Welche Faktoren erklären Einsamkeitsgefühle bei älteren Menschen in der Nordwestschweiz?
  - Gibt es Zusammenhänge zwischen Einsamkeitsgefühlen und der Lebenszufriedenheit, psychischer Gesundheit und erhaltener Unterstützung?

## Studie «Soziale Beziehungen im Alter»

- 2015 – 2017: Strategische Initiative «Alternde Gesellschaft» der Fachhochschule Nordwestschweiz  
<https://www.fhnw.ch/de/die-fhnw/strategische-initiativen-15-17/alternde-gesellschaft>
- 19 Interdisziplinäre Projekte zum Thema Alter
- Studie «Soziale Beziehungen im Alter» als ein Forschungsprojekt
- Durchführung: Anfang 2017
- Versand von 5.000 Fragebögen an Personen ab 50 Jahren wohnhaft in den Kantonen Basel-Stadt, Basel-Land, Aargau, Solothurn
- 1.200 Fragebögen zur Auswertung



## Fragebogen – Aufbau I

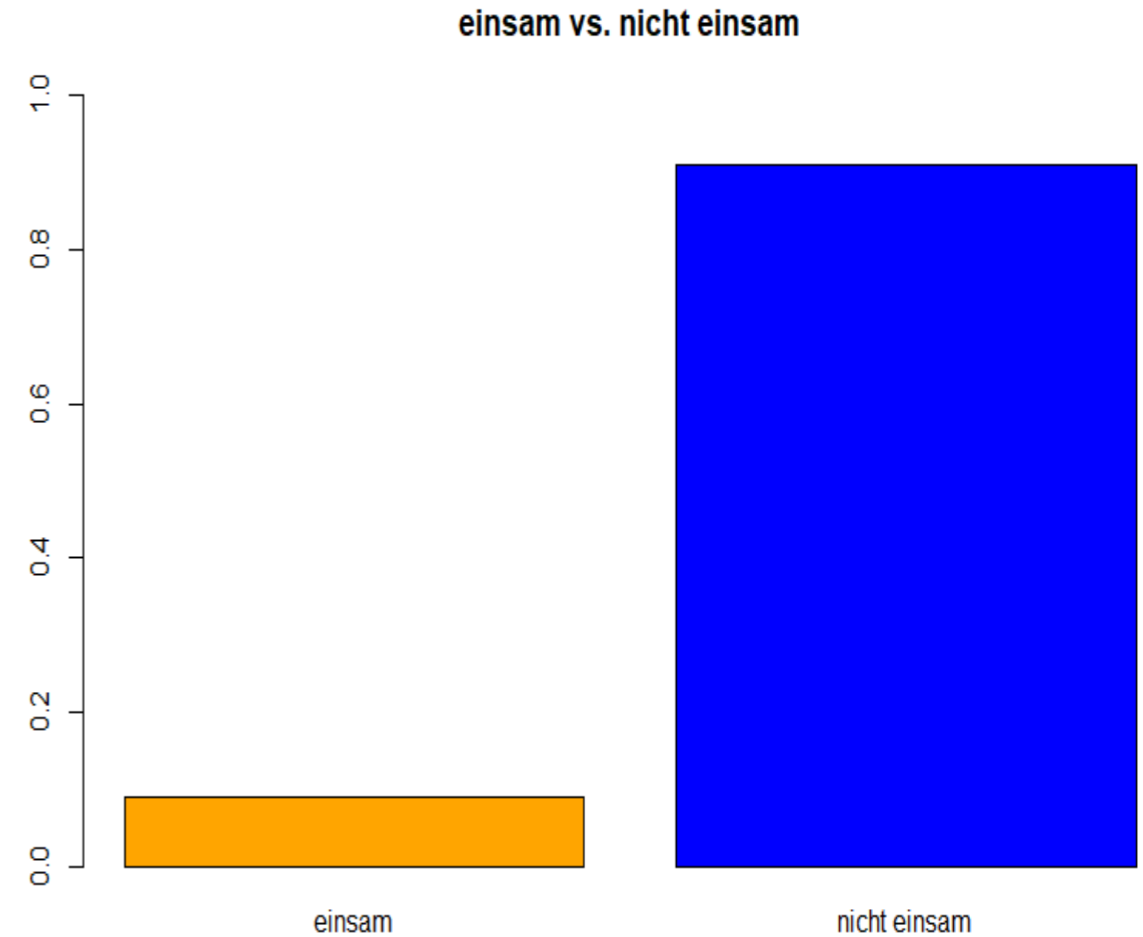
- Wahrnehmung vom Alter(n)
  - Subjektive Bedeutung des Älterwerdens
  - Age identification (Öberg & Tornstam, 2001)
- Lebenszufriedenheit und psychische Gesundheit
  - Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985)
  - Health Survey (sf36) – vitality, mental health
- Soziale Beziehungen und Einsamkeit
  - Loneliness scale (De Jong –Gierveld, 1987; De Jong-Gierveld & van Tilburg, 1999)
  - Kinder – Anzahl, Geschlecht, Alter, Wohndistanz, Kontakthäufigkeit
  - Kontaktpersonen – Geschlecht, Alter, Beziehung zu der Person, Beziehungsqualität (Network Relationship Inventory (Furman & Buhrmester, 1985))

## Fragebogen – Aufbau II

- Unterstützung (erhalten und gegeben)
  - Instrumentelle Unterstützung
  - Körperliche Pflege
  - Finanzielle Unterstützung
  - Emotionale Unterstützung
- Sozio-demographische Merkmale
- Panelbereitschaft

## Wie wird Einsamkeit gemessen?

- Jemanden, zum Besprechen von Problemen
- Leute, bei denen man sich wohl fühlt
- Jemand, der bei Problemen hilft
- Fehlen eines guten Freundes/einer guten Freundin
- Sich im Stich gelassen fühlen
- Jemand, auf den man sich verlassen kann
- Vermissen von Geborgenheit und Wärme
- Zu kleiner Freundeskreis
- Verbundenheit zu anderen Menschen
- Freunde sind immer da
- Vermissen einer engen Beziehung



## Ergebnisse – Wer hat ein erhöhtes oder niedriges Einsamkeitsrisiko?

<b>Erhöhtes Risiko</b>	<b>Niedriges Risiko</b>
Personen ohne Partner (im Vergleich zu Personen mit Partner)	Ausbildung auf Sek II und Tertiär I Niveau (Im Vergleich zu Personen ohne Abschluss oder obligatorischer Schulbildung)
Personen mit weniger als 3 Kontaktpersonen (Im Vergleich zu Personen mit 4 Kontaktpersonen)	Mit steigender Anzahl an Kindern (Im Vergleich zu Personen ohne Kinder)

- Keine oder nur geringe Unterschiede zwischen:
  - Männer und Frauen
  - Alter der Befragten
  - Wohnregion (Stadt - Land)

## **Ergebnisse – Zusammenhänge von Einsamkeit und Lebenszufriedenheit, erhaltene Unterstützung und psychische Gesundheit**

### Lebenszufriedenheit

- Steigende Einsamkeit geht mit einer geringeren Lebenszufriedenheit einher

### Psychische Gesundheit

- Steigende Einsamkeit geht mit einer geringeren psychischen Gesundheit einher

### Unterstützung

- Einsamkeit und erhaltene Unterstützung stehen nicht im Zusammenhang



## Fazit

- Einsamkeitsgefühle sind bei einem kleinen Teil der älteren Bevölkerung vorhanden
- Das Alter an sich hat keinen Einfluss darauf, sich einsam zu fühlen
- Vielmehr sind Faktoren, wie das Vorhandensein der Nuklearfamilie und soziale Beziehungen von Bedeutung
- Aspekte des gesunden Alterns, wie Lebenszufriedenheit und psychische Gesundheit stehen mit Einsamkeitsgefühlen im Zusammenhang → allerdings ist die Richtung des Zusammenhangs nicht klar

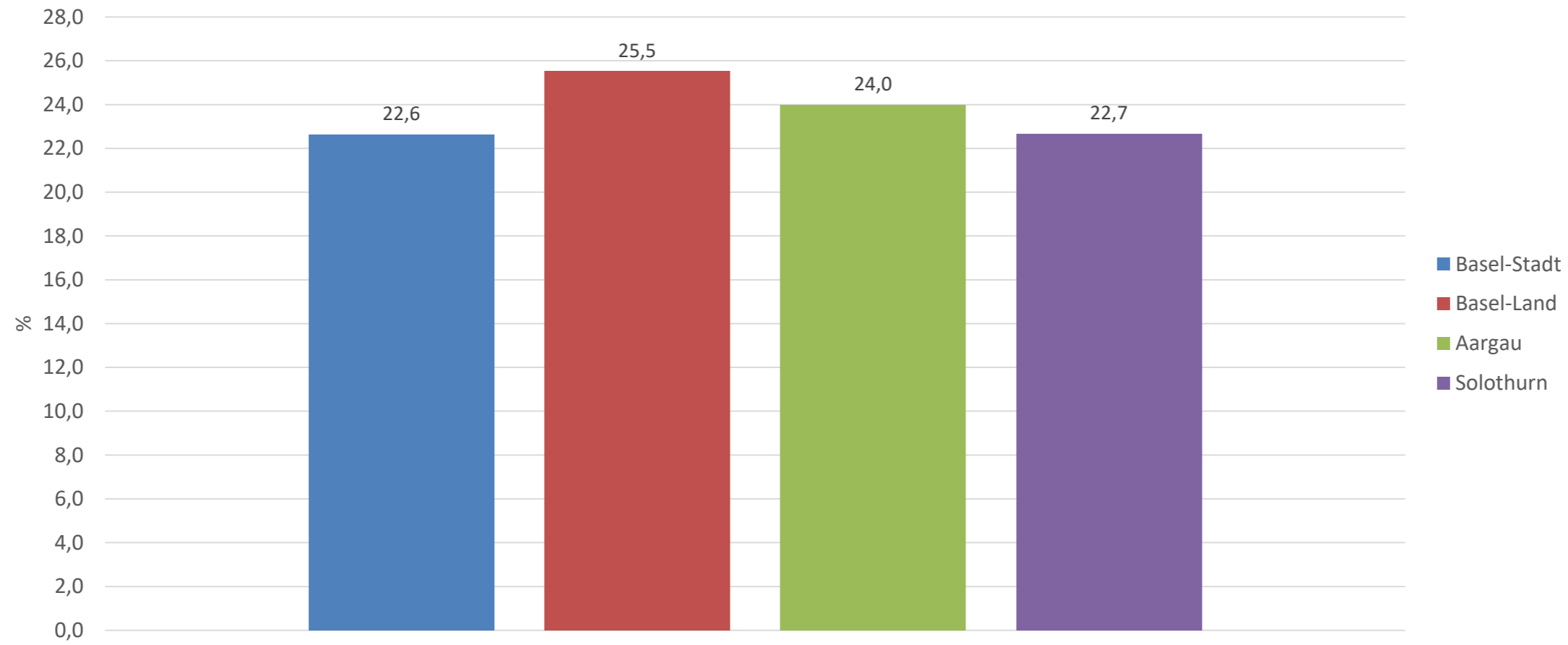
## Weitere wichtige Ergebnisse und Ausblick

- Weitere wichtige Ergebnisse
  - Befragte zeigen eine hohe Diversität an Kontaktpersonen
  - Nicht (nur) die Anzahl der Kontaktpersonen sind wichtig für die Lebenszufriedenheit, sondern wer zu den Kontaktpersonen zählt
  - Mehr Kontaktpersonen geht mit dem Erhalt verschiedener Unterstützungsleistungen einher
  - Die Nuklearfamilie ist die wichtigste Unterstützungsquelle älterer Menschen
  - Ältere Menschen sind nicht nur Empfänger von Unterstützung, sie geben sie selbst auch an andere
- Ausblick
  - Befragung wird dieses Jahr auf die gesamte Schweiz ausgeweitet
  - Schwerpunkt: Betreuung im Alter

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

[Manuela.schicka@fhnw.ch](mailto:Manuela.schicka@fhnw.ch)

## Teilnahme nach Kantonen



## Stichprobenbeschreibung

### Geschlecht:

- Frauen: 53%
- Männer: 46%

### Alter:

- 50 – 64: 31%
- 65 – 75: 51%
- 75+: 17%

### Kanton:

- BS: 13%
- BL: 23%
- AG: 43%
- SO: 19%

### Agglomeration:

- Städtisch: 62%
- Intermediär: 20%
- Ländlich: 14%

### Anzahl Kinder

- 0: 13%
- 1: 15%
- 2: 40%
- 3 und mehr: 29%

## Stichprobenbeschreibung

### Partnerschaftsstatus

- Verheiratet: 63.7%
- Verwitwet: 10.1%
- Geschieden: 7.5%
- Unverheiratet, mit Partner: 4.3%
- Neuer Partner: 5.6%
- Allein: 7.2%
- Andere: 0.7%

### Höchste Ausbildung:

- Kein Abschluss/obligatorische Schule: 9.7%
- Sek II: 43.6%
- Tert I: 29.3%
- Tert II: 15.3%