

Begegnungen zwischen Einsamkeit und Psychose

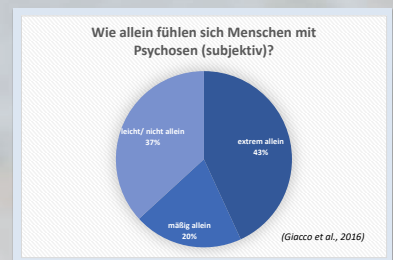
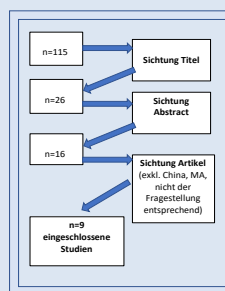
© M. Ritze & J. Brunemann, 2021

Hintergrund

Einsamkeit ist nicht eindeutig definierbar, da sie kein klassisches Gefühl wie Schmerz, Trauer oder Wut ist, sondern eher einen ganzen Gefühlskomplex beschreibt, der individuell geprägt ist. Die meisten Theorien definieren Einsamkeit übereinstimmend als zeitweiligen, subjektiven, bewusstseinsfähigen und widerwillig erduldeten Zustand, welcher durch Defizite in Sozialbeziehungen verursacht wird [1]. Der Zerfall familiärer Gemeinschaft, Individualisierung und Globalisierung könnten mögliche Gründe dafür sein [2]. Zahlreiche Studien haben den Zusammenhang zwischen dem Empfinden von Einsamkeit, dadurch verursachtem Stress und folgend einem höherem Risiko für diverse somatische Erkrankungen untersucht [3]. Einsamkeit ist eine aktive Mangel Erfahrung wie Hunger und Durst und enttäuschte Kontaktversuche führen möglicherweise zu depressiver Resignation, aber auch zu Furcht oder einem Gefühl der Bedrohung [4]. Menschen, die an einer Psychose erkrankt sind, fühlen sich oft allein [5].

Fragestellung und Methodik

Welches sind die Prädikatoren, die Einsamkeit bei Menschen, die an einer Psychose erkrankt sind, beeinflussen und welche Interventionen lassen sich daraus ableiten? Dazu wurde eine systematische Literaturrecherche in der Datenbank Pubmed unter Eingabe der Begriffe „loneliness AND psychosis“ durchgeführt.



Ergebnisse

Es konnten neun Studien identifiziert werden, die entgegen ihrer Heterogenität vergleichsweise ähnliche Gesamtaussagen treffen. Menschen die an einer Psychose erkrankt sind, sind signifikant einsamer als Menschen in der Allgemeinbevölkerung [6]. Dabei bleibt unklar, wie Einsamkeit und Psychose miteinander im Zusammenhang stehen [7]. Einsamkeit ist ein Prädiktor für reduzierte Lebensqualität und nicht weniger wichtig als andere klinische Symptome [8]. Es gibt Hinweise darauf, dass negative Bewertungsmuster bezüglich Selbststigmata, subjektiver Depressionen, Schuldgefühlen und Selbstwert das Einsamkeitsempfinden fördern. Dem gegenüber stehen die Qualität von Beziehungen, soziale Isolation und zwischenmenschliche Kompetenzen. Demnach sollten unter anderem therapeutische Programme zur kognitiven Umstrukturierung negativer Denkmuster, Förderung sozialer Netzwerke und Maßnahmen zur Reduzierung von Stigmatisierung eingesetzt werden.

Schlussfolgerungen

Sowohl im Rahmen psychiatrischer, als auch somatischer Gesundheitsfürsorge muss das Thema der Einsamkeit zukünftig mehr in den Fokus gerückt werden. Dazu sind weitere Forschungen, insbesondere zu Zusammenhängen und Mechanismen zwischen psychischen Erkrankungen und Einsamkeit, erforderlich. Unabhängig davon was die Ursachen der Einsamkeit sind, bedarf es zunächst menschlicher Zuwendung und Unterstützung bei der Kontaktaufnahme zu Menschen, die das individuelle Bedürfnis nach Einbindung befriedigen, um glücklich und weniger ungewollt allein zu sein [4].

Einsamkeit ist keine Krankheit,
sondern Teil des Menschseins und
erinnert uns daran, wie sehr wir
auf andere angewiesen sind.

[Cacioppo & Patrick, 2011]

Literatur

- 1) Döring, N. & Bartz, J. (1993). Psychometrische Einsamkeitsforschung: Deutsche Neukonstruktion der UCLA Loneliness Scale. *Diagnostika*, Bd. 39, Nr. 3, S. 224 – 239.
- 2) Möbius, W. & Försch, C. (2019). *7 Wege aus der Einsamkeit und zu einem neuen Miteinander*. Köln: DuMont Buchverlag.
- 3) Spitzer, M. (2018). *Einsamkeit. Die unerkannte Krankheit*. München: Droemer Verlag.
- 4) Cacioppo, J. T. & Patrick, W. H. (2011). *Einsamkeit. Woher sie kommt, was sie bewirkt, wie man ihr enttrinnt*. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- 5) Giacco, D., Palumbo, C., Strapelli, N., Catapano, F. & Priebé, S. (2016). Social contacts and loneliness in people with psychotic and mood disorders. *Comprehensive Psychiatry*, 66/2016, S.59-66.
- 6) Badcock, J.C., Shah, S., Mackinnon, A., Slain, H.J., Galley, C., Jablensky, et al. (2015). Loneliness in psychotic disorders and its association with cognitive function and symptom profile. *Schizophrenia Research*, Vol. 169/2015, S.268-273.
- 7) Michalska da Rocha, B., Rhodes, S., Vasilogioulou, E. & Hutton, P. (2018). Loneliness in Psychosis: A Meta-analytical Review. *Schizophrenia Bulletin*, Vol. 44 no.1/2018, S.114-125.
- 8) Świtaj, P., Grygiel, P., Chrostek, A., Wciórka, J. & Anczewska, M. (2018). Investigating the roles of loneliness and clinician- and self-rated depressive symptoms in predicting the subjective quality of life among people with psychosis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53/2018, S.183-193.