

Einsamkeit im Lebenszyklus



Einsamkeit ist bzw. kann ein Thema im ganzen Lebenszyklus des Menschen sein. Alleinsein muss nicht bedeuten, einsam zu sein. Auch innerhalb der Familie (und in anderen primären Vergemeinschaftungsformen) können Kinder oder Eltern einsam sein – immer dann, wenn der einzelne Mensch, in Gemeinschaft lebend, nicht vom Mitmenschen erreicht wird oder sich abkapselnd verschließt und seine soziale Mitwelt von seinem inneren Leiden nicht erfährt.

Das UN-Völkerrecht zu den Grundrechten der Kinder sieht (wie auch das europäische Grundrechtsdenken) in seinen Leitbildern der Familie eine Atmosphäre der Liebe, des Vertrauens und der Empathie vor. Einsamkeit kann entstehen, wenn ein Kind diese Atmosphäre vermissen muss. Im Grunde ist es eine Verletzung des in der Würde der Person (Art. 1 GG) naturrechtlich (UN: „Dignity is inherent“) verankerten Kindeswohls, das verletzt wird. Johan Galtung sprach in seiner Theorie der „strukturellen Gewalt“ von Vernachlässigung. Das Problem stellt sich im Alter nicht anders dar. Einsamkeit kann in allen Lebenslagen, in allen Altersphasen auftreten: Einsamkeit von Jugendlichen mit der Folge von Suizidversuchen, Einsamkeit im Studium, Einsamkeit im fortgeschrittenen mittleren Erwachsenenalter im Kontext z. B. von Trennungen, Verlusterfahrungen und anderen kritischen Lebensereignissen. Auch unbewältigte Belastungen in der Arbeitswelt spielen hier eine Rolle.

Ins Zentrum der Diagnostik und der Interventionen rückt das Phänomen der depressiven Grundgestimmtheit. Doch wird man nicht nur am Subjekt ansetzen können: Menschen stehen immer in Wechselwirkung mit ihrer sozialen Umwelt und sind in ihrer diesbezüglichen Einbettungsbedürftigkeit zu verstehen. Damit wird das Thema der Teilhabechancen evident.

Einsamkeit ist einerseits eine Frage der Sozialraumbildung und gerade in der Hochaltrigkeit ist Netzwerklosigkeit der zentrale Risikofaktor in der Vulnerabilität dieser Menschen. Doch soll ein weiterer Aspekt im Zugang zu diesem existenziellen Komplex offen angesprochen werden, nämlich, dass der Mensch auch in seiner individuellen Personalität gefordert ist, denn Hochaltrigkeit ist immer auch eine jemeinige Entwicklungsaufgabe, der sich der Mensch stellen und die er bewältigen muss. Dazu braucht er sicherlich „Hilfe zur Selbsthilfe“. Doch ist er – in Wechselwirkung zu seiner Umwelt stehend – auch selbst gefordert und muss dafür offen und mobil sein.

Mobilität meint hier durchaus auch z. B. Umzugsbereitschaft, aber auch innere – geistige und seelische – Offenheit zur Öffnung hin zu neuen Wegen, denn auch im hohen Alter ist ein weiteres Werden und Wachstum der Person möglich. Gewiss, diese Fähigkeit des Menschen ist nicht jenseits sozialer Ungleichheit zu verstehen. Deshalb ja auch das Postulat der Notwendigkeit der „Hilfe zur Selbsthilfe“ als gesellschaftliche Mitverantwortung, weil sich der Mensch eben nicht „am eigenen Schopfe aus dem Sumpf ziehen kann“. Doch die Hilfe muss auch angenommen werden. Regt die Umwelt zur Weiterentwicklung des Menschen an, liegt es am Menschen selbst, sich diesem Möglichkeitsraum auch zu öffnen: Das ist seine Mitverantwortung. Einerseits. Andererseits: Oftmals konturiert die abgründige Dunkelheit des Erlebnisgeschehens das hohe Alter, die depressive Grundgestimmtheit neigt zur Suizidalität. Die Sozialraumbildung muss den Menschen auch innerlich erreichen. Die sozialpolitische Herausforderung verweist auf die Grenzen reiner soziologischer Betrachtung: Mit dem Menschen in seiner Subjektivität ist „zu rechnen“, er ist (in seinen endogenen Blockaden) abzuholen und mitzunehmen auf die Reise zur Überwindung der Einsamkeit, die ihn daran hindert, am Projekt des gelingenden Lebens als Daseinsaufgabe teilzunehmen.



Univ.-Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt

Lehrstuhlinhaber für Sozialpolitik, qualitative Sozialforschung und Genossenschaftswesen und Erster Prodekan in der Wirtschafts- und Sozialwissenschaftlichen Fakultät der Universität zu Köln, Honorarprofessur für Sozialökonomie der Pflege in der Pflegewissenschaftlichen Fakultät der Philosophisch-Theologischen Hochschule Vallendar, Vorstandsvorsitzender des Kuratoriums Deutsche Altershilfe (KDA), Berlin

