



RUB

RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

# PSYCHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN AUF EINSAMKEIT

Prof. Dr. Maike Luhmann | Jahrestagung des Deutschen Ethikrats | 19.06.2024

# VERSCHIEDENE FORMEN DER EINSAMKEIT

## Unterscheidung nach Beziehungsform

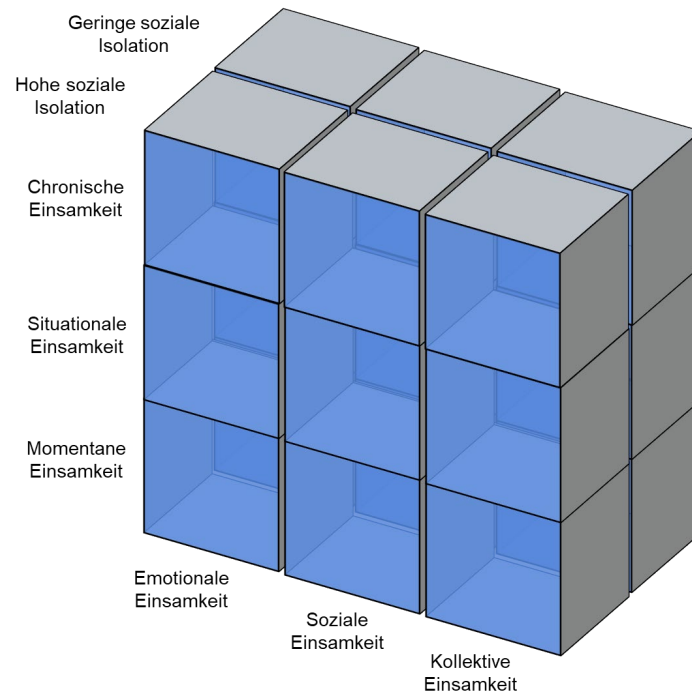
- Emotional | Sozial | Kollektiv

## Unterscheidung nach zeitlicher Dauer

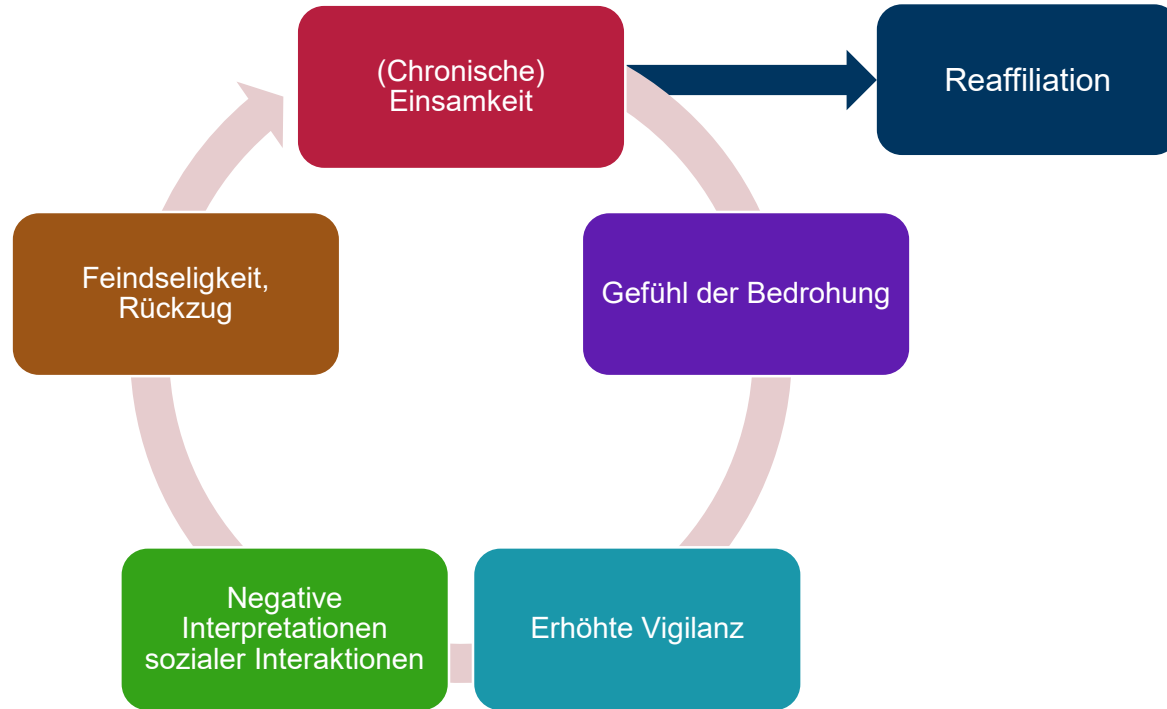
- Vorübergehend | Situational | Chronisch

## Differenzierung nach objektiver soziale Isolation

## Differenzierung nach Intensität vs. Häufigkeit



# PSYCHOLOGISCHE FOLGEN



# GESUNDHEITLICHE FOLGEN

## Chronische Einsamkeit erhöht das Risiko für ...

- Psychische Erkrankungen wie Depression, Angststörungen und Suizidalität (Beutel et., 2017; McClelland et al., 2021)
- Erkrankungen der oberen Atemwege (Cohen, 2021)
- Verschiedene Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems und Schlaganfälle (Valtora et al., 2016; Hawkley et al., 2010)
- Schmerzsymptome (Loeffler & Steptoe, 2021)
- Diabetes Typ 2 (Lukaschek et al., 2017)
- Mortalität (Holt-Lunstad et al., 2015)

# GESELLSCHAFTLICHE FOLGEN

## Ökonomische Folgen

- Schlechtere Job-Performance, geringere Kreativität (Ozcelik & Barsade, 2018)
- Verstärkte emotionale Erschöpfung, mehr Fehltage (Becker et al., 2022; Bowers et al., 2022)
- USA: Ökonomische Kosten durch Verlust an Produktivität werden auf jährlich 154 Mrd. US-Dollar geschätzt (Bowers et al., 2022)

## Politische Folgen

- Geringeres politisches Engagement (Langenkamp, 2021)
- Verstärkte Neigung, an Verschwörungstheorien zu glauben (Bierwiazzonek et al., 2024)
- Extremere politische Einstellungen (Neu et al., 2022)

# VIELEN DANK!



<http://www.pml.psy.rub.de>



[maike.luhmann@rub.de](mailto:maike.luhmann@rub.de)



[@maikeluhmann.bsky.social](https://bsky.app/profile/maikeluhmann.bsky.social)



[@maikeluhmann](https://x.com/maikeluhmann)