



## UNIVERSITÄTSKURS

# Digitale Lösungsansätze zur Vorbeugung von Einsamkeit



## Qualifikationsprofil

Der Universitätskurs „Digitale Lösungsansätze zur Vorbeugung von Einsamkeit“ zielt darauf ab, sich der gesellschaftlichen Herausforderung „Einsamkeit im Alter“ zu widmen. Spätestens die Covid-19-Pandemie mit ihren Isolations- und Quarantänemaßnahmen hat belegbare, immer komplexer werdende Herausforderungen für die psychische Gesundheit älterer Menschen auf der ganzen Welt aufgezeigt. Global ist demnach der Bedarf an psychischer Gesundheit hoch, aber die Maßnahmen bzw. Antworten sind unzureichend. Obwohl alt nicht gleich krank ist, steigt die Anzahl der älteren Menschen mit einem psychosozialen Versorgungsbedarf durch Einsamkeit. Studien zeigen, dass einsame Menschen ein mit dem Rauchen vergleichbar erhöhtes Sterberisiko haben. Doch Fragen unter anderem „Wie kann Einsamkeit identifiziert werden, um den Betroffenen zu helfen? Welche Möglichkeiten zur Prävention und Bewältigung von Einsamkeit gibt es?“ bleiben oftmals unbeantwortet.

In diesem Universitätskurs sollen Antworten bearbeitet werden, um u. a. im Langzeitbereich bei älteren Betroffenen gegen das schmerzliche Gefühl des Verlassens- und Abgeschnittenseins von anderen Menschen und gegen den Mangel an positiven sozialen Beziehungen (frühzeitig) entgegenwirken zu können. Dadurch werden das Wohlbefinden und die Lebenszufriedenheit unterstützt.

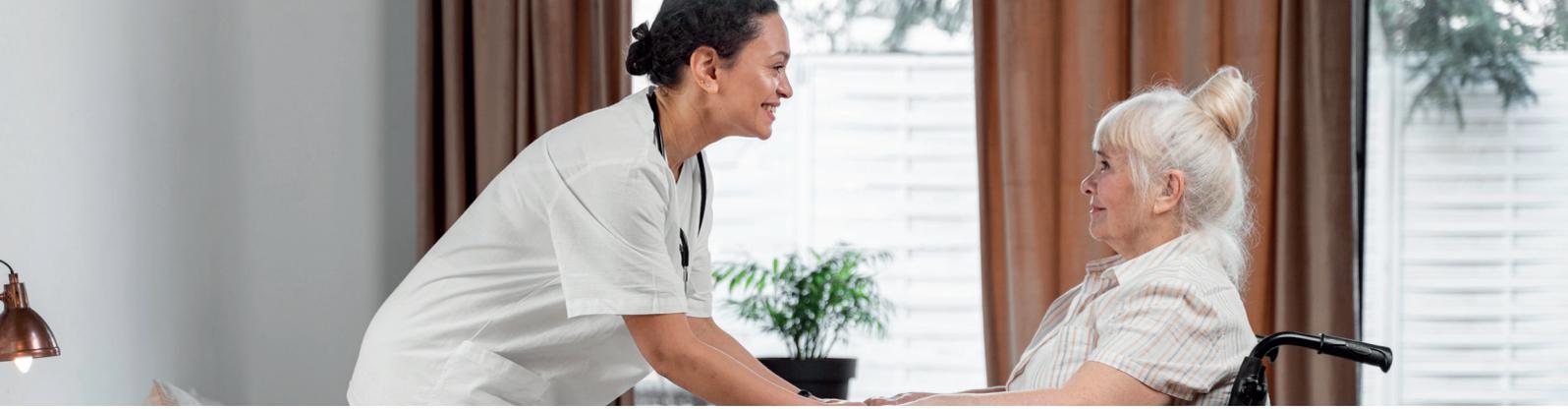
## Zielgruppe

Der Universitätskurs hat das Ziel, Fachpersonen in verschiedenen Sozial- und Gesundheitsprofessionen die notwendigen Fähigkeiten und Kenntnisse zu vermitteln, um ältere Menschen effektiv bei der Vorbeugung und Bewältigung von Einsamkeit zu unterstützen.

- **Gesundheits- und Krankenpflegeberufe:** Langzeitpflegeeinrichtungen (stationär oder häuslich/mobil)
- **Therapeutische Berufe (Ergo-, Logo- oder Physiotherapie):** Rehabilitationszentren, geriatrische Kliniken und Pflegeeinrichtungen
- **Sozialarbeiter\*innen:** Seniorenzentren, Hospizen oder auch Gemeindezentren für ältere Menschen
- **Community Health Nurses**
- **Lehr- und Forschungspersonal im Bereich Alter und Gesundheit:** Universitäten, Forschungseinrichtungen und Bildungseinrichtungen

## Dauer und Lernziele

Der Universitätskurs umfasst zwei Tage (16 Stunden) in Präsenz und sieht Vor- und Nachbearbeitungsaufträge vor. Das übergeordnete Ziel des Trainingsprogramms ist es, die Menschen für das Thema Einsamkeit im Alter zu sensibilisieren, ein größeres Bewusstsein dafür zu schaffen, die Hintergründe des Problems in all seinen Facetten zu verstehen und in der Lage zu sein, die im Projekt entwickelten Instrumente zu nutzen, um Einsamkeit zu identifizieren, das gegenwärtige Ausmaß von Einsamkeit einzuschätzen und Einsamkeit möglichst zu verhindern und gemeinsam zu bewältigen.



## Inhalte

Die wichtigsten Lernfelder des Bildungsangebotes sind in den folgenden Einheiten (E) beschrieben:

### E1 Einsamkeit im Alter

- Einsamkeit bei älteren Menschen als soziales Phänomen
- Definition und Modelle des Konstrukts Einsamkeit
- Einsamkeit und soziale Isolation
- Einsamkeit als Risikofaktor (Determinante der Gesundheit)

### E2 Identifikation von Einsamkeit

- Risikofaktoren für Einsamkeit im Alter
- Methoden und Werkzeuge
- Digitale Ansätze (Digi-Ageing-Tool zur Ermittlung von Einsamkeit bei älteren Menschen)

### E3 Vorbeugung und Bewältigung von Einsamkeit

- Methoden und Werkzeuge (Reminiszenz)
- Digitale Ansätze durch die Digi-Ageing-Tools

### E4 Digi-Ageing Plattform

- Anwendung des Digi-Ageing-Toolkits
- Interaktive Präsentation und Einführung in alle Funktionen des Digi-Ageing-Toolkits

### E5 Digi-Ageing Tools

- Anwendung des Digi-Ageing-Screening- und Reminiszenz Tools

### E6 Kommunikation & Assessment

- Anwendung des Digi-Ageing-Tools
- Training der Kommunikation bei der korrekten Durchführung einer Bewertung

## Umsetzung in der Praxis

- Anwendung der Digi-Ageing-Tools in der Praxis
- Fallbericht

Nach Abschluss des zweitägigen Kurses werden die erworbenen Kenntnisse und Kompetenzen in die Praxis umgesetzt. Von den Teilnehmenden wird erwartet, dass sie mindestens ein vollständiges Digi-Ageing-Assessment unter Verwendung des Toolkits (Screening- und Erinnerungsinstrumente) mit einem oder mehreren realen Klient\*innen in der Praxis durchführen. Anschließend soll ein kurzer Fallbericht mit einer persönlichen Reflexion (maximal 2 Seiten) verfasst und an den\*die Trainer\*in geschickt werden.

## Kooperationspartner

**INNS'  
BRUCK**

**ISD - Innsbrucker  
Soziale Dienste**

 **LIV**  
LANDESINSTITUT FÜR  
INTEGRIERTE VERSORGUNG TIROL

 **ögkv**  
Gesellschaft der  
Pflegewissenschaft  
(GesPW)

2334  
**HÄFELEKAR**



## Information und Anmeldung.

UMIT TIROL – Privatuniversität  
für Gesundheitswissenschaften und -technologie  
Eduard-Wallnöfer-Zentrum 1  
6060 Hall in Tirol

Telefon: +43 50 8648 3802  
E-Mail: [academy@umit-tirol.at](mailto:academy@umit-tirol.at)

Division für Integrierte Versorgung  
Institut für Pflegewissenschaft  
Telefon: +43 50 8648 3857  
E-Mail: [study.pw@umit-tirol.at](mailto:study.pw@umit-tirol.at)  
[www.umit-tirol.at](http://www.umit-tirol.at)

Heute studieren,  
was morgen gefragt ist.

Ein Angebot der UMIT TIROL Academy.