**Priv.-Doz. Dr. Günter Klug,** Präsident von pro mente Austria

**Was bedeutet der Zerfall des sozialen Zusammenhaltes?**

Soziale Rahmenbedingungen sind ein unser Leben massiv beeinflussender Faktor. Sie bestimmen nicht nur unser generelles Wohlbefinden, sondern auch ganz entscheidend unsere körperliche und psychische Gesundheit.

Große Untersuchungen der OECD (Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung) zeigen, dass in Ländern, in denen die Schere zwischen Arm und Reich sehr groß ist, alle – sowohl Reiche als auch Arme – an Lebensqualität verlieren, da der gesellschaftliche Zusammenhalt und der soziale Friede verloren gehen(1-4).
Wir leben in Österreich in einem Land, das traditionell einen hohen gesellschaftlichen Zusammenhalt hatte. Durch viele Entwicklungen in unserer sich massiv verändernden Gesellschaft laufen wir aber Gefahr, diesen nachhaltig zu verlieren.

**Gefährliche Treiber**

Zu den Treibern gehören Veränderungen am Arbeitsmarkt (immer mehr Ausbildung und Flexibilität werden nötig), der zunehmend ungleiche Zugang zu Bildung, zunehmend ungleich verteilte Chancen durch nicht ausreichende Unterstützung für ein teilhabendes Leben, Veränderung der Altersstruktur (immer mehr Ältere) sowie soziale Netzwerke mit ihren Algorithmen, die nur mehr die eigene Meinung bestätigen, Meinungsvielfalt verengen und damit Vorurteile massiv schüren.

Dazu kommen multiple Krisen, die Ängste aktivieren, den Fokus auf das eigene Wohlergehen verstärken, und das Gemeinwohl dadurch an Gewicht verliert.

In Summe führt das dazu, dass der langfristige Druck und damit auch der chronische Stress für jeden Einzelnen in unserer Gesellschaft steigen. Je mehr Problembereiche eine Person hat, desto schlimmer werden Druck und Stress.

**Chronischer Stress macht krank**

Es ist ganz klar bewiesen, dass chronischer Stress körperlich und seelisch krank macht.
Und hier geht es nicht um „Kleinigkeiten" wie Befindlichkeitsstörungen, sondern um weit mehr: Krebserkrankungen, Infektionen, Schlaganfälle, Herz- Kreislaufprobleme, Diabetes etc., und mehr Angsterkrankungen, Depressionen, Sucht und Suizid etc. können durch chronischen Stress getriggert bzw. bedingt sein.

**Armut und Einsamkeit bedingen einander**

Was sind die Gründe für diese Belastungen? Armut gehört zu den wichtigsten Faktoren. Wer keinen Job hat, wer Probleme hat, sich Wohnen und ausreichende Ernährung leisten zu können, ist in seinen sozialen Möglichkeiten massiv eingeschränkt, denn die Teilhabe am sozialen Leben ist ganz wesentlich eine Frage der finanziellen Leistbarkeit. Herrscht hier Mangel, führt dies zu Rückzug, Hoffnungslosigkeit und Scham und damit direkt zu Einsamkeit.

Einsamkeit alleine ist aber schon ein größerer Gesundheitsrisikofaktor als Rauchen und damit ein „Killer aus eigener Kraft“(5). Wenn dann auch noch massive private Probleme dazukommen oder die Neigung zu einer psychischen Problematik vorhanden ist oder bereits eine psychische Problematik besteht, wird es besonders dramatisch, da sich die Belastungen potenzieren.

Stigmatisierung und Scham führen zu weiterem Rückzug mit den entsprechenden körperlichen und psychischen Folgen. Es beginnt ein Circulus vitiosus: Probleme (Stress) machen krank und Krankheit macht Probleme (Stress).

**Prävention und frühzeitige Intervention sind wichtig**

Man muss sehr früh ansetzen. Dies zeigt sich auch daran, dass Länder mit hoher Lebenserwartung und guter Gesundheit ihrer Bevölkerung nicht die höchsten Gesundheitsausgaben haben. Sie investieren vielmehr besonders im sozialen Bereich.

So investieren OECD-Länder ca. 2 Dollar pro Jahr und Einwohner im Sozialwesen, in den USA sind es nur 55 Cent. Gleichzeitig geben die OECD Länder im Vergleich zur USA sehr viel weniger im Gesundheitswesen aus.
2015 waren die US nur 43. bei der Lebenserwartung (weit hinter dem OECD Durchschnitt), obwohl sie die mit Abstand höchsten Gesundheitsausgaben haben.(6)

Die Lebenslänge und Lebensqualität werden maßgeblich durch vier veränderbare Faktoren beeinflusst(7):

1. Gesundheitsverhalten (30%)
2. Klinische Versorgung (20%)
3. Soziale und ökonomische Faktoren (40%)
4. Physische Umgebung (10%)

Wir diskutieren meist über Punkt 1 und 2, dabei wäre der Punkt 3 besonders wichtig.

**Was tun gegen den Zerfall des sozialen Zusammenhalts?**

Was kann die Gesellschaft, also wir alle, gegen den Zerfall des sozialen Zusammenhaltes nun tun?

Hier sei einmal vorausgeschickt, dass es nicht nur in Zeiten steigender Preise wichtig ist, den Menschen ökonomische Möglichkeiten/Unterstützungen zu geben. Kurzfristige Hilfen sind wichtig, wirken aber eben auch nur kurzfristig. Langfristig stabilisiert nur die Schaffung einer ausgewogenen Gesellschaft.

**Das bedeutet: Die Schaffung einer Basis für ein stabiles Leben.**

Dazu braucht man:

***Ein Einkommen, von dem man leben kann.***
Dieses bekommt man aber in der heutigen Zeit nur, wenn man gut ausgebildet ist und eher Vollzeit arbeitet.

Um dies für möglichst viele Menschen erreichbar zu machen, müssen massive Bildungsoffensiven geschaffen werden. Es braucht den gleichen Zugang zu Bildung für alle Bevölkerungsschichten. Darüber hinaus benötigt man ausreichend Unterstützung, um während der Ausbildungszeit auch leben zu können.

***Vollzeitkinderbetreuung österreichweit*.**
Vollzeitarbeit für alle ist erst möglich, wenn Eltern ihre Kinder den ganzen Tag über außer Haus gut betreut wissen. Es darf nicht sein, dass der Großteil der Mindestsicherungsbezieher\*innen einen Teilzeitjob hat und trotzdem eine Zuzahlung braucht.

***Der Wert des Menschen orientiert sich nicht an seiner Arbeit*.**
Gleichzeitig müssen wir uns davon lösen, dass nur diejenigen etwas wert sind, die arbeiten. Es gibt Lebenssituationen (Krankheit, fehlende Ausbildung, fehlende Sprachkenntnis etc.), die Arbeit zeitlich befristet oder grundsätzlich nicht zulassen.

***Maßnahmen gegen Vereinsamung*.**
Es gibt Gruppen von Menschen, die ob der verschiedenen Stigmatisierungen oder aufgrund ihres Alters etc. massiv von Einsamkeit bedroht sind. Hier braucht es Initiativen, die das Treffen im öffentlichen Raum, besonders in Wohnungsnähe, wieder attraktiv machen.
Die Veränderung der Familiensysteme zwingen auch zur Schaffung neuer Modelle der Versorgung.

**Kurz zusammengefasst bedarf es folgender Punkte, um dem sozialen Zerfall unserer Gesellschaft entgegenzuwirken:**

* Armut bekämpfen
* Bildung fördern
* Meinungsvielfalt wieder als Wert etablieren
* Maßnahmen gegen die Einsamkeit setzen
* Stigmatisierungen auflösen

Unsere sozialen Unterstützungen müssen ein Ausmaß erreichen, dass betroffene Menschen Zeit haben, sich zu stabilisieren, und dadurch ein auch etwas längerer geplanter neuer Einstieg in die „Normale Welt“ möglich wird.

Damit wäre schon viel getan – für alle Menschen – aber besonders auch für jene mit psychischen Problemen!

1. Jonathan D. Ostry, Andrew Berg, Charalambos G. Tsangarides: *Redistribution, Inequality, and Growth.* In: *IMF Staffdiscussion Note.* [Internationaler Währungsfonds](https://de.wikipedia.org/wiki/Internationaler_W%C3%A4hrungsfonds), Februar 2014, S. 4, abgerufen am 4. Mai 2014 (englisch; [PDF; 1,3 MB; 320 Seiten](http://www.imf.org/external/pubs/ft/sdn/2014/sdn1402.pdf)).
2. http://www.oecd.org/inclusive-growth/All-on-Board-Making-Inclusive-Growth-Happen.pdf,
3. http://www.oecd.org/berlin/presse/inklusives-wachstum.htm
4. <http://www.oecd.org/berlin/presse/oecd-sozialbericht-einkommensungleichheit-in-deutschland-im-mittelfeld-vermoegensungleichheit-hoch.htm>
5. M. Spitzer 2018, Koyanagi 2018
6. The world fact Book 2015-16
7. University of Wisconsin. Population Health Institute, 2014

**Priv.-Doz. Dr. Günter Klug**

Präsident der „pro mente Austria“

Obmann der“ Psychosozialen Dienste Steiermark“

Med. Geschäftsführer der „Gesellschaft zur Förderung seelischer Gesundheit GmbH“

**Rückfragen Presse**

Urban & Schenk medical media consulting

Barbara Urban: +43 664/41 69 4 59, barbara.urban@medical-media-consulting.at

Mag. Harald Schenk: +43 664/160 75 99, harald.schenk@medical-media-consulting.at

**Allgemeine Anfragen**



Mag.a Maria Maunz-Ranacher

Bundessekretariat pro mente Austria

Annenstraße 24/5, 8020 Graz

+43 664 3964333

maunz@promenteaustria.at

[www.promenteaustria.at](http://www.promenteaustria.at/)