

Soziale Netzwerke und Psychosen – die Stärke von schwachen Beziehungen

Prof. Dr. Stefan Priebe
Universität London

The strength of weak ties

Mark S Granovetter, American Journal of Sociology, 1973
>50000 Mal zitiert!

„Starke“ Beziehungen

- Familie
- Partner
- Enge Freunde
- Hinsichtlich Menschen mit Psychosen:
 - „double-bind“ und „communication deviance“
 - „expressed emotion“
 - Psychoedukation
 - Familientherapie

Von wem haben Sie zuerst von
Ihrer jetzigen Arbeit (Wohnung)
erfahren?

„Schwache“ Beziehungen

- Bekannte
- Menschen, mit denen Kontakte jederzeit möglich sind, aber nicht erwartet werden
- Soziales und berufliches Umfeld
- Quelle von neuen Informationen und Verbindungen
- In der Ökonomie wesentliche Resource

Stärke von Beziehungen

- Häufigkeit der Kontakte
- Emotionale Intensität
- Intimität (gegenseitiges Vertrauen)
- Beidseitige praktische Hilfe

*“Die Bedeutung eines Wortes ist
sein Gebrauch in der Sprache.”*

Ludwig Wittgenstein,
Philosophische Untersuchungen 43, posthum

Patienten mit Psychosen

- Häufig wenige enge Beziehungen
- Sehr schwer und langwierig, neue enge Beziehungen aufzubauen
- Oft vorherige Versuche, Familien in Behandlungen einzubeziehen – mit oder ohne Erfolg
- Zum Teil bekannte Probleme in Familien, deren Lösung unwahrscheinlich ist

Soziale Isolation

- Soziale Isolation und Einsamkeit
- Zunehmendes Phänomen in westlichen Gesellschaften
- In 75% aller Haushalte in London lebt nur eine Person
- Wesentlicher Faktor für die Überlebenszeit
 - bei Krebs und kardio-vaskulären Erkrankungen
 - in Allgemeinbevölkerung

Patienten mit Psychosen

- Oft weniger soziale Kontakte
 - Europa: 45% keinen Kontakt zu einem Freund in einer Woche
 - England: 63% mit < 4 Kontakte mit unterschiedlichen Personen
 - Ost-London: < 2 Kontakte
- Armut
- Weniger Kontakte verbunden mit geringerer Lebensqualität

Forschung

- Begrenzt
- Konzeptionelle Schwierigkeiten:
 - Was ist ein sozialer Kontakt/eine Beziehung?
 - Wie zählen Internetkontakte?
- Konzeptionelle und methodische Schwierigkeiten:
 - Wie erfasst man einen sozialen Kontakt?
 - Erinnerungslücken und –verzerrungen
 - ‘experiential sampling’

Wie kann man soziale Netze erweitern?

- Verminderung hinderlicher Symptome ('Negativ-Symptomatik')
- Training sozialer Fähigkeiten
- Direkte Ermunterung und Unterstützung

Direkte Interventionen

- 5 Studien mit primärem Ziel, soziale Netze zu erweitern (630 Patienten)
- Unterstützung durch Psychiater, 'Peers', Ehrenamtliche oder Hunde
- 4 Studien mit positivem Ergebnis
- Vor allem: Multi-zentrische Studie in Italien (330 Patienten)
 - Anhalten zu sozialen Aktivitäten

Forschungsfragen

- Wie lassen sich soziale Netze erweitern?
- Verbessert eine Erweiterung des sozialen Netzes die Lebensqualität?
- SCENE Forschungsprogramm:
 - generische Intervention für verschiedene Berufsgruppen
 - kurz und fokussiert, keine zusätzliche soziale oder therapeutische Beziehung
 - Studie mit >500 Patienten

‘Coach für soziale Kontakte’- Format

- Intervention über 6 Monate
- Zwei längere Treffen im ersten Monat
- Ungefähr 6 Treffen insgesamt
- Potentiell (weitere) Kontakte per Telefon und soziale Medien
- Variabler Ort
- Einfach und mit kurzer Ausbildung

‘Coach für soziale Kontakte’ - Inhalt

- Motivation, Präferenzen und Optionen für Aktivitäten mit sozialen Kontakten
- Vereinbarung und Revision von Aktivitäten
- Initiale Unterstützung möglich
- Intervention über 6 Monate
- Fokus auf eine Art von Aktivität, eventueller Wechsel nach ca. 3 Monaten

Praktische Probleme

- Kostenlose Angebote
- Aktuelle und verlässliche Informationen
- Unterschiede zwischen Stadt und Land
- Motivation und Selbstvertrauen– initial und im Verlauf der Intervention
- Aufrechterhalten der Kontakte

‘Schwache’ Beziehungen

- Ein neuer Ansatzpunkt in der Psychiatrie
- Nicht spezifisch für eine diagnostische Gruppe
- Relevanz auch in der restlichen Medizin
- Erfordert wahrscheinlich neue – soziale - Interventionen
- Nicht nur für Individuen - Verbindung mit anderen Initiativen in der Gemeinde
- Gesellschaftliche Bedingungen