

Post-Pandemic Populations

Die Corona-Pandemie und ihre psychosozialen Konsequenzen für ältere Menschen in Deutschland

Ein Zwischenresümee aktuell verfügbarer Evidenz

Markus Wettstein

Deutsches Zentrum für Altersfragen

Hans-Werner Wahl

Netzwerk Altersforschung, Universität Heidelberg

Veröffentlicht am

27. Mai 2021

Für weitere Informationen

Population Europe

WissenschaftsForum
Markgrafenstraße 37
10117 Berlin, Germany

Mediananfragen

+49 (0)30 2061 383 - 30
office@population-europe.eu

Die Corona-Pandemie und ihre psychosozialen Konsequenzen für ältere Menschen in Deutschland

Ein Zwischenresümee aktuell verfügbarer Evidenz

Markus Wettstein

Deutsches Zentrum für Altersfragen

Hans-Werner Wahl

Netzwerk Alternsforschung & Psychologisches Institut, Universität Heidelberg

Empfehlungen

- Ältere Menschen kommen nach jetzigem Forschungsstand insgesamt in Bezug auf psychosoziale Konsequenzen relativ gut durch die Corona-Krise. Es gibt aber auch stärker gefährdete Subgruppen wie Pflegeheimbewohner*innen. Die Ergebnisse von bereits veröffentlichten Studien zeigen, dass in Privathaushalten lebende ältere Menschen sich durch die Pandemie insgesamt keineswegs stärker psychosozial belastet fühlen als jüngere Menschen. Allerdings sind hochaltrige Menschen, die in Pflegeheimen leben, in der Corona-Krise in besonderer Weise von sozialer Isolation bedroht. Dieser muss unter allen Umständen entgegengewirkt werden.
- In der Corona-Krise sind ältere Menschen womöglich gefährdeter, diskriminiert und stigmatisiert zu werden. Diesem Trend müssen Wissenschaft, Gesellschaft, Politik und Medien entgegentreten. Auch wenn ältere Menschen für schwere oder gar tödliche Krankheitsverläufe bei Ansteckung mit dem COVID-19-Virus gefährdeter sind, sollte allzu einseitigen und pauschalen Darstellungen älterer Menschen als homogene und hoch verletzliche Risikogruppe deutlich widersprochen werden.
- Die COVID-19-Krise zeigt die noch mangelnde Digitalisierung bei älteren Menschen auf, was wahrscheinlich auch mit negativen psychosozialen Folgen verbunden ist. Zwar ist die Datenlage zu den Potenzialen von digitalen Technologien und Medien zur Bewältigung psychosozialer Anforderungen in der Corona-Krise sehr unbefriedigend. Sie zeigt aber deutlich die bisher nur mangelhaften Digitalisierungsbestrebungen vor allem im Bereich Pflege und Alter auf.
- Der existierende Forschungsstand zu den psychosozialen Konsequenzen der Corona-Pandemie muss als vorläufig betrachtet werden, und die Forschung zu den Folgen der Pandemie muss intensiviert, gut koordiniert und vernetzt fortgesetzt sowie interdisziplinär und international ausgerichtet werden. Die Entwarnung, die Befunde teilweise zu geben scheinen, muss nicht Bestand haben, wenn sich das Corona-Virus noch weitere Monate oder sogar Jahre ausbreitet und wenn sich die Lage immer wieder in Form von drastischen Infektionsanstiegen zuspitzt.

Ausgangslage

Die Corona-Pandemie hat weltweit die Lebenssituationen und -gewohnheiten vieler Menschen grundlegend verändert. Deutschland ist zunächst im Vergleich mit anderen europäischen Ländern relativ gut durch die Pandemie gekommen, was Infektionsausbreitung und Todesraten betrifft, musste jedoch zum Jahresende 2020 infolge einer zweiten Infektionswelle erneut drastische Lockdown- und Kontaktbeschränkungsmaßnahmen ergreifen. Politische und individuelle Maßnahmen zur Eindämmung des COVID-19-Virus sowie zum Schutz vor eigener Ansteckung haben auch in Deutschland Menschen vor die erhebliche Herausforderung gestellt, ihr Alltagsleben, die Pflege ihrer sozialen Beziehungen sowie ihre Freizeitgestaltung grundlegend neu zu organisieren. Die Pandemie hält gegenwärtig, trotz begonnener Impfungen, noch immer an, und eine Rückkehr zum Alltagsleben bzw. zu einer stabilen „neuen Normalität“ ist zeitnah nicht in Sicht.

Daher ist die Corona-Pandemie nicht nur eine Gesundheitskrise, sie hat auch bedeutende psychologische Implikationen (Zacher und Rudolph, 2020). Sie ist daher keineswegs nur ein Forschungsfeld der Virologie und Epidemiologie, sondern ebenso der Psychologie und der Sozialwissenschaften. Für viele stellt die Corona-Krise eine erhebliche psychosoziale Belastung dar. Die direkten negativen psychosozialen und gesundheitlichen Auswirkungen der Pandemie könnten besonders ältere Menschen treffen, für die das durchschnittliche Risiko eines schweren oder gar tödlichen Krankheitsverlaufs bei Infektion mit dem COVID-19-Virus größer ist als für jüngere Personen (Robert Koch-Institut, 2020). Dies könnte mit erhöhtem psychischen Belastungs-, Angst- und Stresserleben für ältere Menschen verbunden sein. Daneben könnte es auch indirekte Auswirkungen der Pandemie auf ältere Menschen geben, etwa weil sie sich möglicherweise häufiger wegen ihres Alters diskriminiert fühlen (Ehni und Wahl, 2020; Gaertner et al., 2021). Ältere Menschen wurden seit Beginn der Pandemie, etwa in der medialen Berichterstattung (Lichtenstein, 2020), häufig sehr pauschal als „Risikogruppe“ stigmatisiert, und sie kamen in öffentlichen Debatten selten selbst zu Wort (Pelizäus und Heinz, 2020). Negative Altersstereotype und Altersdiskriminierung können sich schädlich auf Gesundheit, Lebensqua-

lität sowie die Langlebigkeit der betroffenen Personen auswirken (Levy et al., 2020).

Andererseits ist die hohe Heterogenität der Gruppe der über 65-Jährigen empirisch längst etabliert (Nelson und Dannefer, 1992). Es sind also nicht alle Älteren gleichermaßen gefährdet, schwer an COVID-19 zu erkranken, und es sind auch aufgrund individuell höchst unterschiedlicher Risiko- und Schutzfaktorkonstellationen nicht alle älteren Menschen durch die Pandemie gleichermaßen psychisch belastet. Auch ist keinesfalls zu vernachlässigen, dass zunehmendes Lebensalter nicht nur mit biopsychosozialen Verlusten einhergeht, sondern auch mit einem Anstieg der psychischen Widerstandskraft (Resilienz; Staudinger und Greve, 2017). Zudem sind bestimmte durch die Pandemie verschärfte Belastungen wie familiäre und berufliche Verpflichtungen, finanzielle Aspekte, etwa Sorgen über Einkommenseinbußen durch Kurzarbeit, für die meisten Älteren deutlich weniger gegeben als etwa für Personen im frühen und mittleren Erwachsenenalter.

Psychosoziale Konsequenzen der Corona-Pandemie für ältere Menschen: Versuch eines evidenzbasierten Zwischenresümees

Was kann die Forschung zum jetzigen Zeitpunkt, noch mitten in der Pandemie, über die tatsächlichen psychosozialen Krisenfolgen für ältere Erwachsene und darüber, wie diese mit der Pandemiesituation zurechtkommen, sagen? Im Folgenden wird der stetig wachsende Forschungsstand in Bezug auf die psychosozialen Konsequenzen der Pandemie für ältere Menschen in Deutschland zusammengefasst und im Vergleich zu anderen Altersgruppen insbesondere zu jüngeren Menschen betrachtet.

Dabei werden besonders die Auswirkungen der Pandemie auf (1) Wohlbefinden, Gesundheit und Lebensqualität, (2) Einsamkeit sowie auf (3) das Erleben von Altersdiskriminierung thematisiert. Zudem soll, da die meisten Studien nur in Privathaushalten lebende ältere Erwachsene einbezogen haben, kurz gesondert auf die besondere Situation der im Pflegeheim lebenden älteren Menschen eingegangen werden. Auch wird die Rolle von digitalen Technologien und Medien als

Tabelle 1: Psychosoziale Konsequenzen der Pandemie für Menschen in Deutschland: Übersicht über Maße und Ergebnisse

	Typische Indikatoren	Befunde
Wohlbefinden	<ul style="list-style-type: none"> – Lebenszufriedenheit – Erleben positiver und negativer Emotionen (affektives Wohlbefinden) – depressive Symptome – wahrgenommener Stress – Indikatoren psychischer Gesundheit wie Angststörungen 	<ul style="list-style-type: none"> – Nach dem Auftreten der Pandemie haben depressive Symptome, Ängste, psychische Belastung und psychische Störungen in Deutschland zugenommen (Bäuerle et al., 2020; Entringer und Kröger, 2020; Entringer et al., 2020; Gilan et al., 2020; Munk et al., 2020; Petzold et al., 2020). – Lebenszufriedenheit und affektives Wohlbefinden blieben im April 2020 gegenüber dem Vorjahr relativ stabil (Entringer und Kröger, 2020), sind aber zwischen März und Mai zurückgegangen (Zacher und Rudolph, 2020). – Von Einbußen im Wohlbefinden und psychischer Belastung scheinen jüngere Menschen stärker betroffen zu sein als ältere Menschen, die eine höhere Resilienz aufweisen (Bäuerle et al., 2020; Benke et al., 2020; Gilan et al., 2020; Peters et al., 2020; Röhr et al., 2020; Schlomann et al., in press).
Subjektive Gesundheit und Gesundheitsängste	<ul style="list-style-type: none"> – selbsteingeschätzte Gesundheit, Zufriedenheit mit der eigenen Gesundheit – Sorgen um die eigene Gesundheit – Pandemiespezifisch: Angst vor COVID-19 	<ul style="list-style-type: none"> – Sorgen um die eigene Gesundheit sind im April 2020 zurück gegangen und die Zufriedenheit mit der eigenen Gesundheit ist gegenüber dem Vorjahr angestiegen (Entringer et al., 2020; Entringer und Kröger, 2020). Ein erheblicher Anteil an Erwachsenen schätzt während der Pandemie die eigene Gesundheit besser ein, als sie das zu einem Zeitpunkt vor der Pandemie taten (Peters et al., 2020). Dagegen ist die Angst vor dem COVID-19-Virus jedoch im März 2020 größer als in den Vormonaten (retrospektiv bewertet; Jungmann und Witthöft, 2020). Im Juni und Juli 2020 fühlten sich die meisten Menschen in der zweiten Lebenshälfte aber nicht stark durch die Corona-Krise bedroht (Wettstein et al., 2020). – Von der Pandemie stark bedroht fühlen sich nicht mehr ältere Erwachsene als Erwachsene im mittleren Erwachsenenalter (Wettstein et al., 2020).
Einsamkeit	<ul style="list-style-type: none"> – Einsamkeitserleben 	<ul style="list-style-type: none"> – Einsamkeit ist im April 2020 gegenüber den Vorjahren in allen Altersgruppen angestiegen (Entringer et al., 2020; Entringer und Kröger, 2020; Huxhold und Tesch-Römer, 2021), jedoch am stärksten bei jungen Erwachsenen (Entringer und Kröger, 2020); die Einsamkeit ist mit dem Einsetzen der pandemiebedingten Beschränkungsmaßnahmen im März zunächst leicht angestiegen, jedoch nach zwei Wochen wieder leicht abgesunken (Buecker et al., 2020).
Altersdiskriminierung	<ul style="list-style-type: none"> – Erleben von (eigener/allgemeiner) Altersdiskriminierung 	<ul style="list-style-type: none"> – Erwachsene ab 50 Jahren stimmen der These, dass Ältere im Zuge der Corona-Pandemie diskriminiert würden, nicht mehrheitlich zu, lehnen diese jedoch auch nicht mehrheitlich ab (Wahl et al., 2020). Diese Einschätzungen variieren nicht mit dem Lebensalter der Befragten.

potenzielle Hilfsmittel zur psychosozialen Bewältigung der Corona-Pandemie abschließend kurz diskutiert.

Tabelle 1 gibt einen Überblick über die psychosozialen Bereiche, die fokussiert werden, sowie über die empirischen Ergebnisse, die dazu bereits vorliegen.

Wohlbefinden: Wie geht es älteren Menschen psychisch während der Corona-Krise?

Altersunabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: Das Wohlbefinden vieler Menschen in Deutschland ist zu Beginn der Corona-Pandemie gesunken (Zacher und Rudolph, 2020), bei vielen traten eine erhöhte psychische Belastung sowie Angst (Petzold et al., 2020) auf. Auch die „Life With Corona“-Studie berichtet, dass zwischen März und Mai 2020 die Lebenszufriedenheit in der Mehrheit der untersuchten Länder, auch in Deutschland, zurückgegangen ist (<https://lifewithcorona.org/survey-highlights-week-26>). Zwar berichten Entringer und Kröger (2020) auf der Grundlage des Sozio-oekonomischen Panels, dass Lebenszufriedenheit und emotionales Wohlbefinden im April 2020 gegenüber dem Vorjahr bei deutschen Erwachsenen stabil geblieben sind (s. auch Damerow et al., 2020); auch in dieser Stichprobe sind jedoch Angst- und Depressionssymptomatik gegenüber 2019 angestiegen (s. auch Entringer et al., 2020). Ähnlich zeigen Befunde aus der COSMO-Studie auf (Gilan et al., 2020), dass die psychische Belastung der Befragten im März und April im Vergleich zu deutschen Normstichproben höher war. Zudem zeichnet sich bereits jetzt ein sehr wahrscheinlich durch die Pandemie (mit)verursachter Anstieg psychischer Störungen in Deutschland ab (z. B. Bäuerle et al., 2020; Munk et al., 2020). Im retrospektiven Vergleich nehmen dagegen Personen im mittleren und höheren Alter kaum eine pandemiebedingte Veränderung ihrer Lebenszufriedenheit sowie ihrer Zufriedenheit mit Familienleben und sozialen Kontakten wahr (Wahl et al., 2020), während es im „echten Längsschnitt“ offenbar durchaus einen Trend hin zu einer geringen Zufriedenheit mit dem Leben allgemein (Zacher und Rudolph, 2020) sowie mit dem Familien- und Arbeitsleben im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie gibt (Möhring et al., 2020).

Altersabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: In Studien mit deutschen Stichproben zeigte sich, dass die psychische Belastung während der Pandemie bei jüngeren Personen stärker ausfällt als bei älteren (Bäuerle et al., 2020; Benke et al., 2020; Gilan et al., 2020; Peters et al., 2020; Schlomann et al., in press). Ältere schätzen zudem während der frühen Pandemiezeit im März und April 2020 ihre Resilienz höher ein als jüngere Personen (Gilan et al., 2020). Die Ausprägungen älterer Menschen hinsichtlich Ängstlichkeit, Depressivität und psychischem Stress liegen während des ersten Lockdowns in Deutschland im April 2020 nicht über den etablierten Normwerten, die aus der Zeit vor der Pandemie stammen (Röhr, Reininghaus und Riedel-Heller, 2020).

Allerdings legen neue Ergebnisse aus der COSMO-Studie (<https://projekte.uni-erfurt.de/cosmo2020/web/summary/23>) nahe, dass die psychische Belastung Erwachsener im Oktober – vermutlich infolge der wieder ansteigenden Infektionsraten – in der deutschen Bevölkerung zugenommen hat, und zwar am stärksten in der jüngsten (18–29 Jahre) und in der ältesten (65–74 Jahre) Gruppe. Der Anteil derer, die sich belastet fühlen, ist jedoch auch im Oktober bei den Personen unter 65 Jahren größer als bei älteren Menschen (<https://projekte.uni-erfurt.de/cosmo2020/web/summary/24>).

Gesundheit: Wie gesund fühlen sich ältere Menschen während der Corona-Krise, und wie sehr sorgen sie sich um ihre Gesundheit?

Altersunabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: Was die Gesundheit betrifft, scheinen interessanterweise Sorgen und Ängste um die eigene Gesundheit in der Corona-Krise allgemein zurückgegangen zu sein, während die Zufriedenheit mit der Gesundheit im Mittel angestiegen ist (Entringer und Kröger, 2020; Entringer et al., 2020). Auch die NAKO-Studie berichtet, dass knapp ein Drittel der Befragten während der Pandemie im April und Mai 2020 ihre eigene Gesundheit besser bewertete als noch vor der Pandemie (Peters et al., 2020).

Fragt man jedoch ganz spezifisch nach „Corona-Virus-Angst“, geben deutsche Erwachsene im März 2020 an,

dass ihre Angst größer ist als noch im Dezember 2019 und im Januar 2020 (retrospektiv bewertet; Jungmann und Witthöft, 2020). Dennoch fühlten sich die meisten Menschen in der zweiten Lebenshälfte, wie Ergebnisse des Deutschen Alterssurveys zeigen, im Juni und Juli nicht stark bedroht durch die Corona-Krise (Wettstein et al., 2020): Knapp 50 % halten die Bedrohung für gering, weniger als 10 % fühlen sich stark bedroht, und die übrigen 40 % stufen die Bedrohung als mittel ein.

Altersabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: Wie sehr sich Menschen in der zweiten Lebenshälfte individuell bedroht fühlen durch die Corona-Krise, ist relativ altersunabhängig (Wettstein et al., 2020): Ca. 50 % in jeder Altersgruppe (mittleres Erwachsenenalter, „junge Alte“ und „alte Alte“) nehmen die Bedrohung als gering wahr, und zwischen 7 % und 12 % halten die Bedrohung für groß. Die individuellen Einflussmöglichkeiten auf eine eigene Ansteckung mit dem Corona-Virus halten mehr als 80 % in jeder dieser Altersgruppen für mittel bis hoch (Wettstein et al., 2020).

Einsamkeit: Hat die Corona-Krise ältere Menschen isoliert?

Altersunabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: Einsamkeit ist offenbar bei deutschen Erwachsenen im April 2020 deutlich angestiegen, wenn man die Werte mit Werten aus den Vorjahren vergleicht (Entringer und Kröger, 2020; Entringer et al., 2020; Huxhold und Tesch-Römer, 2021). Auf Tagesebene betrachtet, gab es offenbar einen leichten Anstieg in der Einsamkeit von Mitte März an, dem Beginn der Maßnahmen zur Eindämmung des Virus, nach zwei Wochen jedoch ging das Einsamkeitsempfinden wieder leicht zurück (Buecker et al., 2020).

Altersabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: Gemäß der Ergebnisse aus der SOEP-CoV-Studie (Entringer und Kröger, 2020) sind es keineswegs ältere Menschen, deren Einsamkeit am stärksten angestiegen ist, sondern vielmehr junge Personen unter 30 Jahren. Jedoch fiel der auf Tagesebene betrachtete Anstieg in der Einsamkeit zwischen März und April mit steigendem Alter größer aus (Buecker et al., 2020). Innerhalb der zweiten

Lebenshälfte scheint es in allen Altersgruppen von 46 bis 90 Jahren zu einem ähnlich großen Anstieg der Einsamkeit im Sommer 2020 gegenüber den Jahren 2014 und 2017 gekommen zu sein (Huxhold und Tesch-Römer, 2021).

Altersdiskriminierung während der Corona-Pandemie: Erleben sich Ältere als stigmatisiert?

Altersunabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: In einer Online-Befragung (Juli – September 2020) mit deutschen Erwachsenen ab 50 Jahren fand die Aussage, dass Ältere im Zuge der Corona-Pandemie diskriminiert würden, mehrheitlich keine klare Zustimmung, aber auch keine klare Ablehnung (Wahl et al., 2020). Offenbar gibt es hier sehr unterschiedliche Wahrnehmungen, aber jedenfalls keine mehrheitliche Meinung dahingehend, dass die Pandemie Alterdiskriminierung befeuert habe. Weltweit deuten aber Begriffe wie „(Baby) Boomer Remover“ (Meisner, 2020), wie das COVID-19-Virus teilweise umschrieben wurde, durchaus darauf hin, dass es altersdiskriminierende Tendenzen gibt. Im Deutschen Alterssurvey gaben im Sommer 2020 ungefähr 5 % der befragten Menschen in der zweiten Lebenshälfte an, sie seien seit dem Beginn der Pandemie wegen ihres Alters benachteiligt oder schlechter gestellt worden (Wettstein und Nowossadeck, 2021).

Altersabhängige Trends in der deutschen Erwachsenenbevölkerung: In der beschriebenen Studie von Wahl et al. (2020) war die Zustimmung bzw. Ablehnung der Aussage, Ältere würden im Zuge der Pandemie diskriminiert, unabhängig vom Alter. Auch im Deutschen Alterssurvey war der Anteil der Personen, die berichteten, Altersdiskriminierung erfahren zu haben, in allen Altersgruppen vom mittleren bis ins hohe Erwachsenenalter ähnlich groß (Wettstein und Nowossadeck, 2021).

Psychosoziale Folgen bei Heimbewohner*innen

Die etwa 800.000 in (Pflege-)Heimen lebenden Personen in Deutschland sind allgemein gesehen eine

hoch vulnerable Gruppe und wahrscheinlich die verletzlichste Gruppe in der Corona-Krise überhaupt (Rothgang et al., 2020), jedoch in den bisher beschriebenen Studien nicht oder nur in sehr geringer Zahl repräsentiert. Ihre relativ abgetrennte Wohnform sowie ihre spezifischen Charakteristika (z. B. hohe Verwitwungsrate, häufig starke motorische, sensorische und kognitive Einschränkungen) gehen mit einem erhöhten Isolationsrisiko einher, das sich in der Corona-Krise bzw. dem Lockdown und während der Besuchsverbote weiter erhöht und einen kritischen Wert erreicht hat. Soziale Isolation gefährdet die psychische Gesundheit und erhöht das Krankheits- und Sterblichkeitsrisiko (Hawkey und Cacioppo, 2010). Befunde aus verschiedenen Ländern zeigen, dass Trauer, Depressivität, Angst und Einsamkeit bei den Heimbewohner*innen, teilweise auch bei den Besuchern und Angehörigen, infolge der Besuchs- und Kontaktrestriktionen auftraten (Benzinger et al., 2021).

Rolle von digitalen Technologien und Medien zur psychosozialen Bewältigung der Corona Krise

Nach den Befragungsergebnissen von Domhoff, Seibert, Rothgang und Wolf-Ostermann (in press) werden in der Pandemie im Bereich von Pflegeheimen und auch in der ambulanten Pflege verstärkt digitale Technologien mit Erfolg zur Minderung des Infektionsrisikos der Mitarbeiter*innen, zur Verbesserung professioneller Kommunikation sowie zur Reduktion sozialer Isolation der Heimbewohner eingesetzt (s. auch Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) und SOCIUM Forschungszentrum Ungleichheit und Sozialpolitik, 2020). Die wenigen in Bezug auf nichtpflegebedürftige ältere Menschen in Privathaushalten vorliegenden Daten sprechen dafür, dass Informations- und Kommunikationsmedien in der Pandemie, etwa als Ersatz für wegfallende persönliche Treffen, auch von älteren Menschen als nützlich erlebt, jedoch eher nicht deutlich häufiger genutzt werden (Wahl et al., 2020). Ältere Menschen scheinen ihre weiter bestehende digitale Exklusion in der COVID-Krise besonders deutlich auch als allgemeine sozial-gesellschaftliche Exklusion zu erleben (Seifert et al., 2020). Insgesamt hat COVID-19 die noch mangelhaften Anstrengungen in Richtung Digitalisierung im Pflegebereich, trotz ihres erhebli-

chen Potentials gerade in diesem Bereich (Benzinger et al., 2021), deutlich gemacht (vgl. auch Deutscher Bundestag, 2020).

Fazit

Die Pandemie und die durch sie bedingte Lockdown-Maßnahmen haben bei vielen zu einem verringerten Wohlbefinden und einem erhöhten Einsamkeitserleben geführt, und dies gilt für alle Altersgruppen. Allerdings legen altersvergleichende Studien nahe, dass ältere Menschen weniger gefährdet sind als jüngere Menschen, erhebliche Einbußen im Wohlbefinden und einen deutlichen Anstieg im Einsamkeitserleben zu erleben. Dies mag zunächst überraschen, spiegelt aber auch andere Befunde wider, die zeigen, dass ältere Menschen allgemein gut in der Lage sind, sich widrigen Umständen wie Gesundheitseinbußen anzupassen und ein hohes Wohlbefinden durch Prozesse von Selbst- und Emotionsregulation (z. B. Charles und Carstensen, 2010) aufrechtzuerhalten. Dies gilt aber wahrscheinlich nicht für Pflegeheimbewohner*innen; diese sind die wohl psychosozial am stärksten gefährdete Gruppe älterer Menschen.

Insgesamt ist eine Sicht auf die Pandemie wichtig, die diese nicht nur als eine Krise rein medizinischer Natur betrachtet. Die Pandemie zeigt, dass ein biopsychosozialer Gesundheitsbegriff in der gesundheitlichen Versorgungspraxis noch keineswegs etabliert ist. Maßnahmen während der Pandemie müssen über Infektionsschutz und Impfungen hinausreichen, und „der Schutz psychosozialer Gesundheit muss integraler Bestandteil im Corona-Krisenmanagement sein“ (Röhr, Müller, et al., 2020, S. 187).

Altersdiskriminierung, die sich mit dem Einsetzen der Pandemie verschärft haben könnte, ist ein ernst zu nehmendes Problem. Wissenschaft, Medien und Politik müssen einseitigen Altersstereotypen, welche die Verletzlichkeit älterer Menschen überbetonen, entgegenzutreten und dazu beitragen, dass neben der Verletzlichkeit im höheren Alter auch Aspekte von Kompetenz, Erfahrung und Anpassungsfähigkeit thematisiert werden und so ausgewogene anstatt einseitiger Altersbilder vermittelt werden. Die Heterogenität des Alters (Nelson und Dannefer, 1992) sollte auch im

öffentlichen Diskurs mehr Berücksichtigung finden. Nicht zuletzt könnten ältere Menschen infolge ihrer Resilienz und Krisenerfahrung wichtige Ratgeber während der Krise sein.

Grundsätzlich ist zu beachten, dass die beschriebenen Studien und die ihnen zugrundeliegenden Daten auch mit verschiedenen methodischen Schwierigkeiten zu kämpfen haben. Nicht bei allen Untersuchungen handelt es sich um echte Längsschnittstudien, sondern teilweise um Retrospektiveinschätzungen. Ferner läuft Forschung unter Corona-Bedingungen Gefahr, infolge selektiver Stichproben (wie Teilnehmende an Online-Studien) von überwiegend gesunden bzw. gut gebildeten Personen nur eingeschränkt repräsentativ für die Gesamtbevölkerung zu sein, sodass die aus diesen Studien resultierenden Befunde nicht zwingend generalisierbar sind. Allerdings scheint nach einer anfänglichen Phase vieler ad-hoc-Studien nun eine Phase eingetreten zu sein, in der zunehmend auch längsschnittliche Daten mit verfügbaren „Prä-Corona-Vergleichszeitpunkten“ ausgewertet und, etwa im Rahmen von „COVID-19 Special Issues“ von Zeitschriften (z. B. *Journal of Gerontology*, *European Journal of Ageing* und *The Gerontologist*), publiziert wurden bzw. geplant sind.

Abschließend ist nochmals darauf hinzuweisen, dass die Pandemie noch anhält, deshalb stellen die in diesem Papier beschriebenen psychosozialen Folgen eine empirische Momentaufnahme überwiegend aus dem Frühjahr und Sommer 2020 dar. Viele weitere Studienergebnisse werden und müssen folgen (s. auch Gaertner et al., 2021), wenn die mittel- und langfristigen psychosozialen Folgen der Pandemie für Ältere besser verstanden werden sollen. Dies erfordert intensive, gut koordinierte und interdisziplinär ausgerichtete Forschung.

Künftige Studien sollten auch ermitteln, wer diejenigen sind, die aktuell besonders unter den Pandemie-Konsequenzen leiden und Unterstützung benötigen. Diese Frage nur auf Altersgruppen zu beschränken, ist sicherlich ein zu einfacher Ansatz. Mehr als unser Lebensalter dürften etwa unsere materielle, psychische, physische und soziale Ressourcenausstattung sowie Merkmale der Umwelt entscheidend dafür sein, wie gut wir die aktuelle Krisensituation bewältigen.

Literatur

- Bäuerle, A., Teufel, M., Musche, V., Weismüller, B., Kohler, H., Hetkamp, M., ... Skoda, E.-M. (2020). Increased generalized anxiety, depression and distress during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study in Germany. *Journal of Public Health*. <https://dx.doi.org/10.1093/pubmed/fdaa106>
- Benke, C., Autenrieth, L. K., Asselmann, E., & Pané-Farré, C. A. (2020). Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany. *Psychiatry Research*, 293, 113462. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113462>
- Benzinger, P., Kuru, S., Keilhauer, A., Hoch, J., Prestel, P., Bauer, J. M., & Wahl, H.-W. (2021). Psychosoziale Auswirkungen der Pandemie auf Pflegekräfte und Bewohner von Pflegeheimen sowie deren Angehörige – Ein systematisches Review. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*. <https://doi.org/10.1007/s00391-021-01859-x>
- Buecker, S., Horstmann, K. T., Krasko, J., Kritzler, S., Terwiel, S., Kaiser, T., & Luhmann, M. (2020). Changes in daily loneliness for German residents during the first four weeks of the COVID-19 pandemic. *Social Science & Medicine*, 265, 113541. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113541>
- Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2010). Social and Emotional Aging. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 383–409. <https://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>
- Damerow, S., Rommel, A., Prütz, F., Beyer, A.-K., Hapke, U., Schienkiewitz, A., ... Allen, J. (2020). Die gesundheitliche Lage in Deutschland in der Anfangsphase der COVID-19-Pandemie. Zeitliche Entwicklung ausgewählter Indikatoren der Studie GEDA-EHIS 2019. *Journal of Health Monitoring*, 5(4), 3–22. <http://dx.doi.org/10.25646/7171>
- Deutscher Bundestag. (2020). *Achter Bericht zu Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Ältere Menschen und Digitalisierung – und Stellungnahme der Bundesregierung*. Drucksache 19/21650 vom 13.08.2020. Deutscher Bundestag, Berlin <https://www.achteraltersbericht.de/bericht>

- Domhoff, D., Seibert, K., Rothgang, H., & Wolf-Ostermann, K. (in press). Die Nutzung von digitalen Kommunikationstechnologien in ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen während der Covid-19-Pandemie. In D. Frommeld, U. Scorna, S. Haug & K. Weber (Hrsg.), *Gute Technik für ein gutes Leben im Alter? Akzeptanz, Chancen und Herausforderungen altersgerechter Assistenzsysteme*. transcript-Verlag.
- Ehni, H.-J., & Wahl, H.-W. (2020). Six Propositions against Ageism in the COVID-19 Pandemic. *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4–5), 515–525. <https://dx.doi.org/10.1080/08959420.2020.1770032>
- Entringer, T. & Kröger, H. (2020). Einsam, aber resilient – Die Menschen haben den Lockdown besser verkraftet als vermutet. *DIW Aktuell*, 46.
- Entringer, T., Kröger, H., Schupp, J., Kühne, S., Liebig, S., Goebel, J., ... Zinn, S. (2020). *Psychische Krise durch Covid-19? Sorgen sinken, Einsamkeit steigt, Lebenszufriedenheit bleibt stabil* (SOEppapers on Multidisciplinary Panel Data Research No. 1087). Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung (DIW), Berlin.
- Gaertner, B., Fuchs, J., Möhler, R., Meyer, G. & Scheidt-Nave, C. (2021). Zur Situation älterer Menschen in der Anfangsphase der COVID-19-Pandemie: Ein Scoping Review. *Journal of Health Monitoring*, 6(S4). <https://doi.org/10.25646/785>
- Gilan, D., Röthke, N., Blessin, M., Kunzler, A., Stoffers-Winterling, J., Müssig, M., ... Lieb, K. (2020). Psychische Belastungen, Resilienz, Risiko- und protektive Faktoren während der SARS-CoV-2-Pandemie. *Deutsches Ärzteblatt International*, 117(38), 625632. <https://dx.doi.org/10.3238/arztebl.2020.0625>
- Hawkey, L. C. & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://dx.doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Huxhold, O., & Tesch-Römer, C. (2021). Einsamkeit steigt in der Corona-Pandemie bei Menschen im mittleren und hohen Erwachsenenalter gleichermaßen deutlich. *DZA Aktuell 04/2021*. https://www.dza.de/fileadmin/dza/Dokumente/DZA_Aktuell/DZAAktuell_Einsamkeit_in_der_Corona-Pandemie.pdf
- Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) und SOCIUM Forschungszentrum Ungleichheit und Sozialpolitik. (2020). *Zur Situation der Langzeitpflege in Deutschland während der Corona-Pandemie: Ergebnisse einer Online-Befragung in Einrichtungen der (teil)stationären und ambulanten Langzeitpflege*. <https://www.uni-bremen.de/fb11/corona-update-fb11/zur-situation-der-langzeitpflege-in-deutschland-waehrend-der-corona-pandemie>
- Jungmann, S. M. & Witthöft, M. (2020). Health anxiety, cyberchondria, and coping in the current COVID-19 pandemic: Which factors are related to coronavirus anxiety? *Journal of Anxiety Disorders*, 73, 102239. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102239>
- Levy, B. R., Slade, M. D., Chang, E.-S., Kanoth, S., & Wang, S.-Y. (2020). Ageism Amplifies Cost and Prevalence of Health Conditions. *The Gerontologist*, 60(1), 174–181. <https://dx.doi.org/10.1093/geront/gny131>
- Lichtenstein, B. (2020). From „Coffin Dodger“ to „Boomer Remover“: Outbreaks of Ageism in Three Countries With Divergent Approaches to Coronavirus Control. *The Journals of Gerontology: Series B*. <https://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbaa102>
- Meisner, B. A. (2020). Are You OK, Boomer? Intensification of Ageism and Intergenerational Tensions on Social Media Amid COVID-19. *Leisure Sciences*. <https://dx.doi.org/10.1080/01490400.2020.1773983>
- Möhring, K., Naumann, E., Reifenscheid, M., Wenz, A., Rettig, T., Krieger, U., ... Blom, A. G. (2020). The COVID-19 pandemic and subjective well-being: longitudinal evidence on satisfaction with work and family. *European Societies*, 23(sup. 1), S601–S617. <https://dx.doi.org/10.1080/14616696.2020.1833066>
- Munk, A. J. L., Schmidt, N. M., Alexander, N., Henkel, K. & Hennig, J. (2020). Covid-19 – Beyond virology: Potentials for maintaining mental health during lockdown. *PLoS ONE*, 15(8), e0236688. <https://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0236688>
- Nelson, E. A. & Dannefer, D. (1992). Aged heterogeneity: fact or fiction? The fate of diversity in gerontological research. [Review]. *Gerontologist*, 32(1), 17–23. <https://doi.org/10.1093/geront/32.1.17>

- Pelizäus, H., & Heinz, J. (2020). Stereotypisierungen von Jung und Alt in der Corona-Pandemie. *Aus Politik und Zeitgeschichte*, 70(52–53), 24–30.
- Peters, A., Rospleszcz, S., Greiser, K. H., Dallavalle, M., & Berger, K. (2020). COVID-19-Pandemie verändert die subjektive Gesundheit. *Deutsches Ärzteblatt International*, 117(50), 861–867. <https://dx.doi.org/10.3238/arztebl.2020.0861>
- Petzold, M. B., Bendau, A., Plag, J., Pyrkosch, L., Mascarell Maricic, L., Betzler, F., ... Ströhle, A. (2020). Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain and Behavior*, 10(9), e01745. <https://dx.doi.org/10.1002/brb3.1745>
- Robert Koch-Institut (2020). *SARS-CoV-2 Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit-2019 (COVID-19)*. https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief
- Röhr, S., Müller, F., Jung, F., Apfelbacher, C., Seidler, A. & Riedel-Heller, S. G. (2020). Psychosoziale Folgen von Quarantänemaßnahmen bei schwerwiegenden Coronavirus-Ausbrüchen: ein Rapid Review. [Psychosocial Impact of Quarantine Measures During Serious Coronavirus Outbreaks: A Rapid Review]. *Psychiatrische Praxis*, 47(4), 179–189. <https://dx.doi.org/10.1055%2Fa-1159-5562>
- Röhr, S., Reininghaus, U. & Riedel-Heller, S. G. (2020). Mental wellbeing in the German old age population largely unaltered during COVID-19 lockdown: results of a representative survey. *BMC Geriatrics*, 20(1), 489. <https://dx.doi.org/10.1186/s12877-020-01889-x>
- Rothgang, H., Domhoff, D., Friedrich, A.-C., Heinze, F., Preuss, B., Schmidt, A., ... Wolf-Ostermann, K. (2020). Pflege in Zeiten von Corona: Zentrale Ergebnisse einer deutschlandweiten Querschnittsbefragung vollstationärer Pflegeheime. *Pflege*, 33(5), 265–275. <https://dx.doi.org/10.1024/1012-5302/a000760>
- Schlomann, A., Bünning, M., Hipp, L. & Wahl, H. W. (in press). Aging during COVID-19 in Germany: A Longitudinal Analysis of Psychosocial Adaptation and Attitudes Toward Aging.
- Seifert, A., Cotten, S. R. & Xie, B. (2020). A Double Burden of Exclusion? Digital and Social Exclusion of Older Adults in Times of COVID-19. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(3), e99–e103. <https://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbaa098>
- Staudinger, U. M., & Greve, W. (2017). Resilience and Aging. In N. A. Pachana (Ed.), *Encyclopedia of Geropsychology*. Singapore: Springer Science + Business Media.
- Wahl, H. W., Wurm, S., Schlomann, A. & Ehni, H. J. (2020). Ältere Menschen in der Zeit der Corona-Pandemie: Theoretische Konzepte und eigene Studienergebnisse. *Medien & Alter*, 7(17), 9–24.
- Wettstein, M. & Nowossadeck, S. (2021). Altersdiskriminierung in der Pandemie ist nicht die Regel – Jede zwanzigste Person in der zweiten Lebenshälfte berichtet erfahrene Benachteiligung wegen ihres Alters. *DZA Aktuell*, 06/2021. https://www.dza.de/fileadmin/dza/Dokumente/DZA_Aktuell/DZA-Aktuell_06_2021_Altersdiskriminierung.pdf
- Wettstein, M., Vogel, C., Nowossadeck, S., Spuling, S. M., & Tesch-Römer, C. (2020). Wie erleben Menschen in der zweiten Lebenshälfte die Corona-Krise? Wahrgenommene Bedrohung durch die Corona-Krise und subjektive Einflussmöglichkeiten auf eine mögliche Ansteckung mit dem Corona-Virus. *DZA Aktuell*, 01/2020. https://www.dza.de/fileadmin/dza/Dokumente/DZA_Aktuell/DZAAktuell_Einstellungen_Corona.pdf
- Zacher, H., & Rudolph, C. W. (2020). Individual differences and changes in subjective wellbeing during the early stages of the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 76(1), 50–62. <https://dx.doi.org/10.1037/amp0000702>

