

Deutschlandfunk Kultur – Lesart

25.04.2019 10:39 Uhr (Archiv)

URL dieser Seite: https://www.deutschlandfunkkultur.de/walter-moebius-7-wege-aus-der-einsamkeit-einsamkeit-als.1270.de.html?dram:article_id=447099

WALTER MÖBIUS: "7 WEGE AUS DER EINSAMKEIT"

Einsamkeit als Tabu und Makel

Walter Möbius im Gespräch mit Joachim Scholl



Ein Mensch kapselt sich ab und findet nicht mehr zurück in die Gemeinschaft: Einsamkeit kann chronisch werden, sagt der Mediziner Walter Möbius. (imago stock&people / Gary Waters)

Allein sein, um zu regenerieren, ist wunderbar! Schmerzhaft sei hingegen die chronische Einsamkeit, sagt der Mediziner Walter Möbius. Weil diese als Makel empfunden werde, versuchten betroffene Menschen oft, sie zu verstecken.

Als Arzt ist Walter Möbius häufig Menschen begegnet, die sehr einsam sind. Auf diesen Begegnungen beruht sein Buch "7 Wege aus der Einsamkeit", das er gemeinsam mit dem Journalisten Christian Försch verfasst hat.

"Einsamkeit ist ein schmerzhaftes Gefühl", sagt der Mediziner. Eigentlich gehöre Einsamkeit zum Leben dazu und motiviere Menschen, sich wieder stärker Freunden, Bekannten und der Familie zuzuwenden. Es gebe aber auch chronische Einsamkeit. Diese mache misstrauisch und unleidlich. Der Einsame kapsle sich immer weiter ab und gerate in die soziale Isolation. Dies könne auch Krankheitsverläufe negativ beeinflussen.

Raus aus dem Teufelskreis

Die chronische Form der Einsamkeit habe zugenommen, weil die Menschen in die Städte flüchteten und alte Familienstrukturen wegbrächen, sagte Möbius im Deutschlandfunk Kultur: Dabei sei die Gemeinschaft doch "im Grunde genommen der beste Schutz gegen Einsamkeit".

Hinzu komme, dass Einsamkeit ein Tabu sei und von vielen Menschen als "Makel" empfunden werde. Diesen Makel versuchten sie dann zu vertuschen. Das bewirke jedoch einen Teufelskreis: "Und die Freunde und eventuell auch sogar die Familie wenden sich zunehmend von einem ab." Mit seinem Buch will Möbius dazu beitragen, solche Kreisläufe zu durchbrechen.

(huc)

Walter Möbius und Christian Först: 7 Wege aus der Einsamkeit und zu einem neuen Miteinander

Dumont Verlag, Köln 2019

206 Seiten, 20 Euro

Mehr zum Thema

Robinsonaden in der Literatur - 300 Jahre Einsamkeit [https://www.deutschlandfunkkultur.de/robinsonaden-in-der-literatur-300-jahre-einsamkeit.976.de.html?dram:article_id=446194]

(Deutschlandfunk Kultur, Zeitfragen, 12.04.2019)

Soziologe Janosch Schobin - "Bei uns ist Einsamkeit sehr schambesetzt" [https://www.deutschlandfunkkultur.de/soziologe-janosch-schobin-bei-uns-ist-einsamkeit-sehr.1008.de.html?dram:article_id=443471]

(Deutschlandfunk Kultur, Interview, 13.03.2019)

Kinderlosigkeit - Soziale Vernetzung verhindert Einsamkeit im Alter [https://www.deutschlandfunk.de/kinderlosigkeit-soziale-vernetzung-verhindert-einsamkeit-im.676.de.html?dram:article_id=435137]

(Deutschlandfunk, Forschung aktuell, 05.12.2018)

Entdecken Sie Deutschlandfunk Kultur

- Programm
 - [Vor und Rückschau](#)
 - [Alle Sendungen](#)
 - [Kulturnachrichten](#)
 - [Heute neu](#)
- Hören
 - [Mediathek](#)
 - [Podcast](#)
 - [Audio-Archiv](#)
 - [Apps](#)
 - [Rekorder](#)
 - [Frequenzen](#)
- Service
 - [Playlist](#)
 - [Veranstaltungen](#)
 - [Hilfe](#)
- Kontakt
 - [Hörerservice](#)
 - [Social Media](#)
- Über uns
 - [Karriere](#)
 - [Presse](#)
 - [Newsletter](#)
 - [Impressum](#)
 - [Datenschutz](#)
 - [Korrekturen](#)

Deutschlandradio © 2009-2019