



## Einsamkeit begegnen –

### Entwicklung und Evaluation einer Intervention gegen Einsamkeit

Einsamkeit ist ein weit verbreitetes Phänomen, das mit zahlreichen negativen Folgen für die psychische und physische Gesundheit verbunden ist. Obwohl Einsamkeit nicht zwangsläufig pathologisch ist, kann sie chronisch werden und das Wohlbefinden erheblich beeinträchtigen.

Ziel dieser Bachelorarbeit ist es, eine niedrighschwellige psychologische Intervention zur Reduktion von Einsamkeit in der nicht-klinischen Allgemeinbevölkerung zu entwickeln und deren Wirksamkeit empirisch zu überprüfen. Die Intervention soll theoretisch fundiert sein (z. B. basierend auf kognitiven, verhaltensbezogenen oder sozialen Mechanismen) und in einem kontrollierten Studiendesign getestet werden. Vorgesehen ist ein Prä-Post-Kontrollgruppendesign mit einer Interventionsgruppe und einer Kontrollgruppe. Als primäres Outcome soll das Einsamkeitserleben mittels validierter Fragebögen erfasst werden. Sekundäre Outcomes wie psychisches Wohlbefinden, soziale Verbundenheit oder Selbstwirksamkeit können ergänzend untersucht werden. Die Arbeit beinhaltet sowohl die konzeptionelle Entwicklung der Intervention als auch die Durchführung der Evaluation (Datenerhebung, Auswertung und Interpretation). Spaß an empirischer Forschung und statistischer Auswertung (z. B. SPSS oder R) werden vorausgesetzt.

#### ECKDATEN:

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> BACHELORTHESES     | <input type="checkbox"/> MASTERTHESIS |
| <input checked="" type="checkbox"/> EMPIRISCH          | <input type="checkbox"/> THEORETISCH  |
| <input checked="" type="checkbox"/> NEUE DATENERHEBUNG | <input type="checkbox"/> ARCHIVDATEN  |

BETREUER/IN: Theresa Entringer

STARTBEGINN: WiSe 2025