

## HnnH

HannaH

<b>Programm / Ausschreibung</b>	benefit, Ambient Assisted Living Joint Programme, AAL - Ausschreibung 2021 (GB)	<b>Status</b>	abgeschlossen
<b>Projektstart</b>	01.02.2022	<b>Projektende</b>	31.10.2022
<b>Zeitraum</b>	2022 - 2022	<b>Projektlaufzeit</b>	9 Monate
<b>Keywords</b>	Information & Knowledge, Consulting, Coaching, Assistance		

### Projektbeschreibung

Die Komplexität sozialer Netzwerke im Alter berücksichtigen. Neben der zunehmenden Verbreitung altersbedingter Krankheiten schrumpfen horizontale und soziale Netzwerke und üben Druck auf alternde Gesellschaften aus. Die Integration in soziale Netzwerke fördert die Gesundheit und das Überleben im Alter. Soziale Netzwerke fungieren auch als Moderatoren von Krankheits- und Erholungsgeschichten alterungstypischer Krankheiten wie Herzkrankheiten, Demenz und Krebs. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass Freundschaften als Teil des persönlichen Netzwerks engerer Beziehungen wie Familienmitglieder, Freunde und andere enge Vertraute hauptsächlich zum Wohlbefinden im (späten) Erwachsenenalter beitragen. Die Beziehungsbedürfnisse, die durch Freundschaften erfüllt werden, unterscheiden sich von denen, die durch familiäre Beziehungen erfüllt werden. Während instrumentelle Unterstützung eine spezifische Bestimmung für Familienbeziehungen ist, bestätigen Freundschaften Wert und Kameradschaft und tragen zur sozialen Integration im späteren Leben bei. Kommunikation und gegenseitige Sorge in Freundschaften sind mit einem höheren Wohlbefinden verbunden und tragen zur Linderung depressiver Symptome bei. Darüber hinaus reduziert eine große Anzahl von Freunden die psychische Belastung. Außerdem sind Freundschaften wirksamer als familiäre Beziehungen, um Einsamkeit zu verhindern. Die Projektziele sind: herauszufinden wie ältere Menschen ihre Möglichkeiten verzehnfachen, um ihren sozialen Konvoi zu stabilisieren, zu untersuchen wie die Möglichkeit zur direkten Interaktion innerhalb eines vielfältigen sozialen Netzwerks verzehnfacht werden kann und wie die Widerstandsfähigkeit in Ökosystemen sozialer Netzwerke verzehnfacht werden kann, um die Häufigkeit der sozialen Interaktion sicherzustellen.

### Abstract

Embracing the complexity of social networks in old age. In addition to the growing prevalence of age-related diseases, horizontal and social networks are shrinking, putting pressure on aging societies. Integration into social networks promotes health and survival in old age. Social networks also act as moderators of disease and recovery histories of aging-typical diseases such as heart disease, dementia, and cancer. Numerous studies have shown that friendships as part of the personal network of closer relationships such as family members, friends, and other close confidants mainly contribute to well-being in (late) adulthood. The relational needs fulfilled by friendships are distinct from those fulfilled by family relationships. Whereas instrumental support is a specific family relationship provision, friendships provide affirmation of worth and

companionship, contributing to social integration in later life. Communication and mutual concern in friendships are associated with higher well-being levels and help alleviate depressive symptoms. Furthermore, large numbers of friends reduce mental distress. Also, friendships are more effective than family relations in preventing loneliness. The project goals are: to explore how to tenfold the opportunity for older adults to stabilize their social convoy, to explore how to tenfold the opportunity to interact directly within a diverse social network and to explore how to tenfold the resilience in social network ecosystems to ensure the frequency of social interaction.

### **Projektpartner**

- FH Kärnten - gemeinnützige Gesellschaft mbH