

Leben in Cohousing Communities: Psychologische Effekte und Bewältigungsstrategien in Zeiten von COVID-19

Ziel dieser Studie war es, eine Stichprobe von Bewohnern in Wohngemeinschaften (n = 180) und Bewohnern in traditionellen Vierteln (n = 104) zu vergleichen. Während der sozialen Isolation, die von der deutschen Regierung aufgrund der COVID-19-Pandemie verfügt wurde, wurde die Datenerhebung über das Internet durchgeführt. Psychologische Symptome und Bewältigungsstrategien wurden gemessen und ihre Unterschiede durch multivariate Varianzanalyse (MANOVA) untersucht. Die Ergebnisse zeigten, dass die Bewohner in Denko-Gemeinschaften ein geringeres Maß an depressiven, Angst-, Zwangs- und Essstörungen haben, sowie weniger Einsatz von Bewältigungsstrategien, die auf emotionaler Verschleierung, Problemvermeidung und sozialem Rückzug basieren. Darüber hinaus zeigten seine Einwohner ein höheres Niveau bei der Beanspruchung sozialer Unterstützung. Es wird der Schluss gezogen, dass das Leben in einer Wohngemeinschaft im Vergleich zum Leben in traditionellen Vierteln die psychische Gesundheit seiner Bewohner begünstigt.