

Einsamkeit wird zur neuen Volkskrankheit

Laut einer Studie leidet jeder zehnte Deutsche unter Kontaktarmut – SPD-Gesundheitsexperte plädiert für einen Einsamkeits-Beauftragten

Von Rasmus Buchsteiner und Christian Burmeister

Berlin. Sie kann phasenweise auftreten, andere quält sie ein Leben lang: Einsamkeit. Immer mehr Menschen in Deutschland führen oft nur einmal im Monat oder seltener ein persönliches Gespräch. Laut einer Studie des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW), die dem Redaktions-Netzwerk Deutschland (RND) vorliegt, fühlt sich knapp jeder Zehnte in Deutschland einsam. „2013 gaben 10,5 Prozent an, einsam zu sein, vier Jahre später sind es 9,5 Prozent“, heißt es in der Studie. 60 Prozent derer, die sich einsam fühlten, waren 2017 Frauen, 40 Prozent Männer. Zwischen Ost- und Westdeutschland gibt es laut Studie kaum Unterschiede.

Der Anteil der „einsamer Gewordenen“ ist in der Gruppe der 20- bis 29-Jährigen besonders hoch: „Hier geben 29 Prozent einen schlechteren Wert an als 2013. „Damit ist die Entwicklung hier stärker als bei den über 60-Jährigen, bei denen 26 Prozent eine Verschlechterung angeben.“ Für den Anteil der einsamen Menschen in jungen Jahren gibt es zahlreiche Erklärungen: „Beispiels-

weise finden in diesem Alter häufiger der Auszug aus dem Elternhaus oder die Aufnahme einer Ausbildung statt“, so die Autoren der Studie.

Der Anteil der Einsamen war 2017 bei Menschen, die in einer Ehe oder festen Partnerschaft lebten, mit 8 Prozent am geringsten. Bei den Singles waren es 11 Prozent, bei Verwitweten 17 Prozent. Ein weiterer Befund: Bei Einwanderern ist der Anteil derer, die sich einsam fühlen, mit 15 Prozent überproportional hoch. Bei Menschen ohne Migrationshintergrund sind es 8,2 Prozent.

Der Kampf gegen das Alleinsein auf der Insel

Großbritannien hatte das Thema Einsamkeit schon 2018 auf die höchste politische Ebene gehoben. Im Kampf gegen das Alleinsein übernahm die ehemalige Sportministerin Tracey Crouch auch den Titel der Ministerin für Einsamkeit (Minister for Loneliness) – ähnlich

wie in Karl Lauterbachs Vorschlag eines Einsamkeitsbeauftragten in der Bundesregierung. Zwischenzeitlich hat die Ministerin aus anderen Gründen ihr Amt verloren. Auch die Nachfolgerin soll sich um die Einsamkeit im Land kümmern, trägt aber nicht mehr den Titel. Die

Karl Lauterbach, Gesundheitsexperte der SPD, fordert schon länger einen Einsamkeitsbeauftragten der Bundesregierung. „Dass sich immer mehr junge Menschen einsam fühlen, ist alarmierend. Denn die Wahrscheinlichkeit, dass sie einsam bleiben, ist leider hoch. Und Studien zeigen, dass Einsamkeit einen negativen gesundheitlichen Effekt hat“, sagte er dem RND. „Ein Einsamkeitsbeauftragter müsste bei allen Gesetzen in der Gesundheits-, Sozial- oder Baupolitik prüfen, ob das Thema ausreichend berücksichtigt wurde.“

Ulrich Lilie, Präsident des evangelischen Wohlfahrtsverbands Diakonie, sagte dem RND: „In unserer Seelsorge ist Einsamkeit ein Riesenthema.“ Das Phänomen sei vor allem Folge dessen, was die Gesellschaft auch erfolgreich mache: soziale und berufliche Mobilität und Flexibilität. „Einsamkeit ist die Kehrseite dieser Medaille“, so Lilie. Bei einem Umzug koste es Kraft und Zeit, neue soziale Netzwerke zu knüpfen. Dies gelinge nicht immer.

Von einem Beauftragten für Einsamkeit, wie ihn Lauterbach fordert, hält Lilie eher wenig: „Ein Feigenblatt bei diesem Thema nützt nichts.“ Vielmehr müsse die ganze Gesellschaft sensibilisiert werden. Wichtig sei, dass die Menschen lernen, in echten Kontakt zueinander zu treten. „Soziale Netzwerke helfen da kaum. Menschen wollen mit allen Sinnen wahrgenommen werden.“ Das Lernen von „echten“ Begegnungen geschehe in der Familie, der Schule, aber auch in kirchlichen und kommunalen Begegnungsstätten oder in Sportvereinen. „Leider stehen einige dieser Orte immer stärker unter Druck, diese Form des sozialen Lernens wird dann immer schwieriger“, so Lilie.