



---

**Ausarbeitung**

---

**Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland und Europa**

**Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland und Europa**

Aktenzeichen: WD 9 - 3000 - 010/21  
Abschluss der Arbeit: 9. März 2021  
Fachbereich: WD 9: Gesundheit, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

---

Die Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages unterstützen die Mitglieder des Deutschen Bundestages bei ihrer mandatsbezogenen Tätigkeit. Ihre Arbeiten geben nicht die Auffassung des Deutschen Bundestages, eines seiner Organe oder der Bundestagsverwaltung wieder. Vielmehr liegen sie in der fachlichen Verantwortung der Verfasserinnen und Verfasser sowie der Fachbereichsleitung. Arbeiten der Wissenschaftlichen Dienste geben nur den zum Zeitpunkt der Erstellung des Textes aktuellen Stand wieder und stellen eine individuelle Auftragsarbeit für einen Abgeordneten des Bundestages dar. Die Arbeiten können der Geheimschutzordnung des Bundestages unterliegende, geschützte oder andere nicht zur Veröffentlichung geeignete Informationen enthalten. Eine beabsichtigte Weitergabe oder Veröffentlichung ist vorab dem jeweiligen Fachbereich anzuzeigen und nur mit Angabe der Quelle zulässig. Der Fachbereich berät über die dabei zu berücksichtigenden Fragen.

---

## **Inhaltsverzeichnis**

<b>1.</b>	<b>Einleitung</b>	<b>4</b>
<b>2.</b>	<b>Allgemeines zum Begriff der Einsamkeit</b>	<b>5</b>
<b>3.</b>	<b>Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland</b>	<b>6</b>
3.1.	Sozio-ökonomisches Panel (SOEP)	6
3.2.	Deutsches Alterssurvey (DEAS)	9
3.3.	Weitere Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland (während der Corona-Pandemie)	11
<b>4.</b>	<b>Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Europa</b>	<b>14</b>

## 1. Einleitung

Das Thema Einsamkeit ist in den letzten Monaten zunehmend in den Blickpunkt der Öffentlichkeit gelangt. Zurückzuführen ist dies vor allem auf die umfangreichen Maßnahmen der Kontaktbeschränkung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie, die bei den meisten Menschen eine deutliche Reduzierung der sozialen Kontakte zur Folge hatten. Auch wenn das Fehlen bzw. die Einschränkung von Sozialkontakten nicht zwangsläufig Einsamkeit nach sich zieht, wird dies zumindest als Risikofaktor für das Entstehen von Einsamkeit angesehen. Einsamkeit wiederum gilt mittlerweile als Risikofaktor für die Gesundheit der Betroffenen. In diesem Zusammenhang wird häufig darauf hingewiesen, dass Einsamkeit einen starken negativen Einfluss auf die Gesundheit habe – vergleichbar mit dem des Rauchens oder von Adipositas. Daraus ergeben sich neben den persönlichen Auswirkungen auf den Einzelnen auch gesamtgesellschaftliche negative Auswirkungen, wie z. B. eine höhere finanzielle Belastung des Gesundheitssystems.<sup>1</sup>

Aufgrund dieser Erkenntnisse hat das Thema Einsamkeit bereits vor der Corona-Pandemie zunehmend an Bedeutung gewonnen. Mittlerweile liegen für verschiedene Staaten Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in der jeweiligen Bevölkerung vor. Demzufolge ist häufig ein nicht unerheblicher Teil der Bevölkerung zumindest gelegentlich einsam; besonders von Einsamkeit betroffen sind danach bestimmte Personengruppen wie z. B. ältere Menschen, Kinder und Jugendliche oder auch Alleinerziehende. Insbesondere im Hinblick auf die ohnehin häufiger von Einsamkeit betroffenen Personengruppen besteht nunmehr die Befürchtung, dass die umfassenden Kontaktbeschränkungen seit Beginn der Pandemie zu einer weiteren Zunahme von Einsamkeit führen.

In vielen Ländern gibt es mittlerweile Bestrebungen, umfassender und gezielter gegen Einsamkeit vorzugehen. Als Vorreiter bei der Bekämpfung von Einsamkeit gilt dabei Großbritannien.<sup>2</sup> So hat die Einführung einer entsprechenden nationalen Strategie und insbesondere die Erhebung des Themas in den Zuständigkeitsbereich eines Ministeriums im Jahr 2018 national und international große Aufmerksamkeit erhalten; auch in Deutschland wurde hierüber berichtet.<sup>3</sup> Mittlerweile ist Großbritannien nicht mehr das einzige Land, in dem die Bekämpfung der Einsamkeit einem Minister obliegt. Auch in Japan wurde im Februar 2021 eine eigene Ressortzuständigkeit geschaf-

---

1 Eine ausführliche Darstellung hierzu findet sich u. a. bei Sozialverband Deutschland (2020), Einsamkeit – Gutachten für den Sozialverband Deutschland, abrufbar unter: [https://www.sovd.de/fileadmin/downloads/pdf/-sonstiges/Gutachten-Einsamkeit-2020\\_SoVD.pdf](https://www.sovd.de/fileadmin/downloads/pdf/-sonstiges/Gutachten-Einsamkeit-2020_SoVD.pdf), S. 80ff. Dieser und alle weiteren Links wurden zuletzt abgerufen am 9. März 2021.

2 Vergleiche dazu: Wissenschaftliche Dienste des Deutschen Bundestages, Bekämpfung der Einsamkeit in Großbritannien, Ausarbeitung vom 9. März 2021, WD 9-026/21.

3 Vergleiche hierzu z. B. einen Artikel der Deutschen Tagesschau, abrufbar unter: <https://www.tagesschau.de/ausland/england-einsamkeit-101.html>.

fen; als erster sog. Einsamkeitsminister des Landes wurde Presseberichten zufolge Tetsushi Sakamoto ernannt. Grund hierfür war eine im Zuge der Corona-Pandemie gestiegene Anzahl an Selbstmorden in Japan insbesondere von Frauen und Jugendlichen.<sup>4</sup>

Anders als in Großbritannien gibt es in Deutschland bislang keine nationale Strategie zur Bekämpfung der Einsamkeit; entsprechende Bestrebungen in der Vergangenheit blieben ohne Erfolg. Aktuell wird ein Antrag der FDP-Fraktion von Dezember 2020<sup>5</sup> im Ausschuss für Familie, Senioren, Frauen und Jugend behandelt, der die Einsetzung einer interdisziplinär besetzten wissenschaftlichen Expertenkommission und die Ausarbeitung eines Aktionsplanes zur Prävention und Bekämpfung von Einsamkeit in allen Altersgruppen zum Ziel hat. Darüber hinaus soll die Schaffung einer koordinierenden Stelle im Bundeskanzleramt zur ressortübergreifenden Abstimmung von entsprechenden Maßnahmen erreicht werden.

Nachfolgend werden Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland sowie auf europäischer Ebene dargestellt. Ergänzt werden diese durch spezielle Befragungen im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie und deren Auswirkung auf das Problem der Einsamkeit.

## 2. Allgemeines zum Begriff der Einsamkeit

Einsamkeit ist ein subjektiv wahrgenommenes Gefühl bzw. eine subjektive Erfahrung. Aus diesem Grund gibt es verschiedene Definitionen und Erklärungsansätze, um den Begriff Einsamkeit zu beschreiben. Häufig wird Einsamkeit als wahrgenommene Diskrepanz zwischen gewünschten und tatsächlichen sozialen Beziehungen<sup>6</sup>, aber auch als wahrgenommener Kontrollverlust über die Menge und insbesondere auch die Qualität der eigenen sozialen Aktivitäten bezeichnet. Das Vorliegen von Einsamkeit ist somit nicht ausschließlich abhängig von der absoluten Anzahl der sozialen Kontakte sowie der jeweiligen Lebenssituation. Vielmehr haben insbesondere individuelle Persönlichkeitsmerkmale sowie die persönliche Beurteilung bestimmter Lebensumstände wesentlichen Einfluss darauf, ob und inwieweit die jeweilige Person bei geringen sozialen Kontakten Einsamkeit empfindet. Einsamkeit ist insofern von objektiver sozialer Isolation zu unterscheiden und kann im Gegensatz zu dieser nur sehr eingeschränkt anhand bestimmter objektiv feststellbarer Parameter von außen bestimmt werden. So geben Indikatoren, wie die Zahl der amtlichen Beerdigungen ohne weitere Anwesende, die Anzahl der Anrufe bei Gesprächshotlines oder die Anzahl der Single-Haushalte, zwar Anhaltspunkte hinsichtlich der Zahl der sozialen Kontakte, deuten jedoch nicht zwangsläufig auch auf das Vorhandensein von Einsamkeit bei den

---

4     Vergleiche hierzu z. B. Suizid-Rate steigt erstmals seit elf Jahren: Japan setzt „Minister der Einsamkeit“ ein, in: focus online, 24. Februar 2021, abrufbar unter: [https://www.focus.de/panorama/welt/kurioser-posten-suizid-rate-in-japan-steigt-nun-wird-ein-minister-der-einsamkeit-ins-amt-gesetzt\\_id\\_13015570.html](https://www.focus.de/panorama/welt/kurioser-posten-suizid-rate-in-japan-steigt-nun-wird-ein-minister-der-einsamkeit-ins-amt-gesetzt_id_13015570.html).

5     BT-Drs. 19/25249 (2020), Einsamkeit – Erkennen, evaluieren und entschlossen entgegenzutreten, Antrag mehrerer Abgeordneter und der Fraktion der FDP vom 15. Dezember 2020, abrufbar unter: <https://dip21.bundestag.de/dip21/btd/19/252/1925249.pdf>.

6     Peplau, L. A./Perlman, D. (1982), Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy, John Wiley & Sons Inc, 1982, ISBN 978-0471080282.

betroffenen Personen hin.<sup>7</sup> Aus diesem Grund wird die Erfahrung von Einsamkeit in der Regel anhand subjektiver Befragungsdaten ermittelt, wobei die Auswertung der erhobenen Daten häufig insbesondere im Hinblick auf mögliche Einflussfaktoren für das Vorliegen von Einsamkeit erfolgt. Die Abfrage der empfundenen Einsamkeit kann dabei anhand verschiedener Fragestellungen und Bewertungsskalen durchgeführt werden, wobei zum Teil auf (international) gültige Bewertungsskalen, wie die sog. Revised-University of California at Los Angeles Loneliness scale (R-UCLA), zurückgegriffen wird.

### 3. Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland

Nachfolgend werden wesentliche bundesweite (Langzeit-)Datenerhebungen dargestellt, die Rückschlüsse auf die Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland insgesamt oder bezogen auf einzelne Bevölkerungsgruppen ermöglichen. Teilweise handelt es sich dabei um Erhebungen, die sich mit dem Einfluss der Corona-Pandemie auf die Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland auseinandersetzen. Der Fokus einiger Studien lag dabei auf bestimmten Personengruppen; häufig handelte es sich hierbei um ältere Personen, aber auch das Einsamkeitsempfinden von Kindern und Jugendlichen war Gegenstand verschiedener Untersuchungen.<sup>8</sup>

#### 3.1. Sozio-ökonomisches Panel (SOEP)

Im Rahmen des sog. Sozio-ökonomischen Panels (SOEP) erhebt das Deutsche Institut für Wirtschaftsforschung (DIW Berlin) mit Hilfe verschiedener Fragebögen eine Vielzahl an Daten, u. a. zur Haushaltszusammensetzung, zur Erwerbs- und Familienbiographie, zur Erwerbstätigkeit sowie zur Gesundheit und Lebenszufriedenheit der Befragten. Diese repräsentative Langzeitbefragung findet seit dem Jahr 1984 jährlich statt. Befragt werden dabei circa 30.000 Personen aus etwa 15.000 Haushalten, wobei sich die Befragung möglichst jedes Jahr an dieselben Personen richtet. Die Daten des SOEP eignen sich daher insbesondere für die Betrachtung von Entwicklungen in den abgefragten Bereichen. In den Jahren 2013 sowie 2017 enthielt der Fragebogen verschiedene Fragen zum Thema Einsamkeit. Auf der Grundlage dieser Daten wurde vom DIW im Jahr 2019 ein Report zum Thema Einsamkeit in Deutschland<sup>9</sup> veröffentlicht. Die Angaben zur empfundenen Einsamkeit wurden im Rahmen des Reports sowohl bezogen auf das jeweilige Jahr

---

7 Ausführlichere Darstellungen zur Definition von Einsamkeit finden sich u. a. im IW-Report 22/2019 (2019), Einsamkeit in Deutschland, 6. Juni 2019, Köln, abrufbar unter: [https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user\\_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report\\_2019\\_Einsamkeit\\_in\\_D.pdf](https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report_2019_Einsamkeit_in_D.pdf), S. 3ff. sowie bei Sozialverband Deutschland (2020), Einsamkeit – Gutachten für den Sozialverband Deutschland, abrufbar unter: [https://www.sovd.de/fileadmin/downloads/pdf/sonstiges/Gutachten-Einsamkeit-2020\\_SoVD.pdf](https://www.sovd.de/fileadmin/downloads/pdf/sonstiges/Gutachten-Einsamkeit-2020_SoVD.pdf), S. 16ff.

8 Einen Überblick über den Forschungsstand bietet das Einsamkeitgutachten des Sozialverbands Deutschland, das im Jahr 2020 veröffentlicht wurde. Es enthält auch eine Zusammenfassung erster Forschungsergebnisse zum Einfluss der Corona-Pandemie auf die Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland. Das Gutachten beruht zum Teil auch auf den Ergebnissen der in dieser Arbeit dargestellten Erhebungen.

9 IW-Report 22/2019 (2019), Einsamkeit in Deutschland, 6. Juni 2019, Köln, abrufbar unter: [https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user\\_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report\\_2019\\_Einsamkeit\\_in\\_D.pdf](https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report_2019_Einsamkeit_in_D.pdf). Eine kurze Zusammenfassung der Ergebnisse findet sich in IW-Kurzbericht 38/2019, Einsamkeit in Deutschland: Aktuell keine Zunahme, abrufbar unter: [https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user\\_upload/Studien/Kurzberichte/PDF/2019/IW-Kurzbericht\\_2019\\_Einsamkeit\\_in\\_D.pdf](https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user_upload/Studien/Kurzberichte/PDF/2019/IW-Kurzbericht_2019_Einsamkeit_in_D.pdf).

als auch im Vergleich beider Jahre ausgewertet.<sup>10</sup> Berücksichtigt wurden dabei die Angaben der Teilnehmer ab einem Alter von 17 Jahren. Für das Jahr 2013 lagen die Antworten von insgesamt 25.568 Personen, für das Jahr 2017 von 26.681 Personen vor. Hinsichtlich der Veränderung des Einsamkeitsempfindens konnten die Angaben von insgesamt 19.661 Befragten berücksichtigt werden, die die entsprechende Frage in beiden Jahren beantwortet hatten.

Der Auswertung für das Jahr 2017 zufolge waren circa 9,5 Prozent der Befragten einsam.<sup>11</sup> Im Jahr 2013 waren es noch circa 10,5 Prozent der Befragten. Somit wurde von 2013 auf 2017 – bezogen auf die Gesamtzahl der Befragten – ein leichter Rückgang der Einsamkeit festgestellt. Diese Angabe bezieht sich auf die Gesamtzahl der Befragten. Bezogen auf die einzelnen Befragten gab es durchaus Veränderungen hinsichtlich der wahrgenommenen Einsamkeit. So war im Jahr 2017 circa ein Viertel der Befragten einsamer als im Jahr 2013. Da jedoch gleichzeitig circa ein Drittel der Befragten im Jahr 2017 weniger einsam war als bei der Befragung im Jahr 2013, ergab sich insgesamt die leicht rückläufige Tendenz.

Die Autoren der Studie werteten die Ergebnisse im Hinblick auf verschiedene Parameter, wie z. B. das Geschlecht, das Alter, den Familienstand, die Anzahl der Freundschaften sowie Freizeitaktivitäten, den Gesundheitszustand oder auch den Erwerbsstatus, aus. Danach waren von den als einsam eingestuften Personen 60 Prozent weiblich und 40 Prozent männlich. Der Anteil der einsamen Personen variiert je nach Altersgruppe: In der Altersgruppe der Personen über 60 Jahren war er mit circa 11 Prozent am höchsten, in der Altersgruppe der 50- bis 59-Jährigen mit 7,8 Prozent am geringsten. In der Altersgruppe der 30- bis 39-Jährigen war der Anteil der Einsamen mit 9,6 Prozent noch deutlich höher als in der Gesamtbevölkerung. Bei den unter 20-Jährigen waren 8,4 Prozent der Befragten einsam.<sup>12</sup> Nach Ansicht der Autoren lasse sich aus den ermittelten Ergebnissen ableiten, dass sich bestimmte Faktoren positiv auf die Verringerung von Einsamkeit auswirken. Hierzu zählten beispielsweise eine hohe Erwerbstätigkeit, eine gute Ge-

---

10 Dabei wurde lediglich eine der im Rahmen des SOEP gestellten Fragen in die Auswertung einbezogen. Während der Fragebogen drei verschiedene Fragen zum Thema Einsamkeit enthielt („Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Ihnen die Gesellschaft anderer fehlt?“, „Wie oft haben Sie das Gefühl, außen vor zu sein?“ und „Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Sie sozial isoliert sind?“), bezieht sich der Report lediglich auf die Frage, wie häufig die Befragten die Gesellschaft anderer fehle; vgl. hierzu IW-Report, S. 5f. Auch wurden abweichend von der im SOEP verwendeten Antwortskala eigene Bewertungskategorien geschaffen. So wurden ausgehend von der im SOEP verwendeten 5-stufigen Antwortskala drei Kategorien gebildet, anhand derer das Vorliegen von Einsamkeit beurteilt wurde. Im Hinblick auf den zeitlichen Vergleich wurde darüber hinaus eine weitere Variable zur Darstellung der Entwicklung gebildet; vgl. hierzu IW-Report, S. 6.

11 Hierzu zählten die Personen, die angaben, sehr oft oder oft die Gesellschaft anderer zu vermissen.

12 Vgl. hierzu IW-Report 22/2019 (2019), Einsamkeit in Deutschland, 6. Juni 2019, Köln, abrufbar unter: [https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user\\_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report\\_2019\\_Einsamkeit\\_in\\_D.pdf](https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report_2019_Einsamkeit_in_D.pdf), S. 13f.

sundheitsversorgung sowie die Verfügbarkeit und Erreichbarkeit von Freizeitaktivitäten. Gleichwohl machen sie darauf aufmerksam, dass kausale Zusammenhänge derzeit noch nicht identifiziert werden könnten und daher weiterer Forschungsbedarf bestehe.<sup>13</sup>

Um auch mögliche Einflüsse der Corona-Pandemie ermitteln und auswerten zu können, wird seit dem Jahr 2020 in Ergänzung zum SOEP die Studie Sozio-ökonomische Faktoren und Folgen der Verbreitung des Coronavirus in Deutschland (SOEP-CoV<sup>14</sup>) als Verbundprojekt zwischen dem SOEP und der Universität Bielefeld durchgeführt. Im Rahmen des vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) geförderten Projektes wurden die SOEP-Haushalte zusätzlich zur regelmäßigen jährlichen Befragung von April 2020 bis Ende Juni 2020 telefonisch zu ihrer beruflichen und familiären Situation sowie zu ihren Sorgen und ihrer Gesundheit befragt. Im Rahmen des Projekts werden die ermittelten Daten mit den durch das SOEP ermittelten Daten der vergangenen fünf Jahre verknüpft. Hierdurch sollten Veränderungen nach Beginn der Corona-Krise abgebildet werden, ohne dass die Befragten retrospektiv eine Einschätzung der Situation vor der Krise abgeben müssen. Eine Verzerrung durch Erinnerungseffekte werde dadurch vermieden und ein direkter Vergleich der Situation der in Deutschland lebenden Menschen vor der Krise und während der Krise ermöglicht.<sup>15</sup>

Erste Ergebnisse des SOEP-CoV zum Einfluss der Corona-Pandemie auf die Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland wurden mittlerweile veröffentlicht. Dabei wurden insgesamt 3.599 Befragungen, die in der Zeit vom 1. bis 26. April 2020 in SOEP-Haushalten durchgeführt wurden, berücksichtigt und mit den Daten aus dem Jahr 2017 verglichen<sup>16</sup>. Danach hatte die Corona-Pandemie einen erheblichen Anstieg der Einsamkeit zur Folge. So lag der Durchschnittswert im Jahr

---

13 Vgl. hierzu IW-Report 22/2019 (2019), Einsamkeit in Deutschland, 6. Juni 2019, Köln, abrufbar unter: [https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user\\_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report\\_2019\\_Einsamkeit\\_in\\_D.pdf](https://www.iwkoeln.de/fileadmin/user_upload/Studien/Report/PDF/2019/IW-Report_2019_Einsamkeit_in_D.pdf), S. 19.

14 Weitere Informationen zum Projekt sowie Veröffentlichungen erster Projektergebnisse sind abrufbar unter: [https://www.diw.de/de/diw\\_01.c.785843.de/dossier/dossier\\_soep-cov.html](https://www.diw.de/de/diw_01.c.785843.de/dossier/dossier_soep-cov.html).

15 Vergleiche hierzu Goebel Jan u.a. (2020), Psychische Krise durch Covid-19? Sorgen sinken, Einsamkeit steigt, Lebenszufriedenheit bleibt stabil, SOEP Papers 1087, Berlin, S. 6f., abrufbar unter: [https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw\\_01.c.791307.de/diw\\_sp1087.pdf](https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.791307.de/diw_sp1087.pdf) sowie DIW aktuell (2020), Einsam, aber resilient – Die Menschen haben den Lockdown besser verkraftet als vermutet, Nr. 46 vom 9. Juni 2020, abrufbar unter: [https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw\\_01.c.791373.de/diw\\_aktuell\\_46.pdf](https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.791373.de/diw_aktuell_46.pdf).

16 Das Jahr 2017 wurde als Vergleichsjahr herangezogen, da dies das einzige Jahr im betrachteten Fünf-Jahres-Zeitraum des SOEP war, in dem auch das Thema Einsamkeit abgefragt wurde.



2017 bei 3,0, während der Corona-Krise hingegen bei 5,4.<sup>17</sup> Auch wenn die Einsamkeit in sämtlichen Bevölkerungsgruppen zugenommen habe, sei ein besonders deutlicher Anstieg bei Frauen und jüngeren Personen im Alter von unter 30 Jahren feststellbar gewesen.<sup>18</sup>

### 3.2. Deutsches Alterssurvey (DEAS)

Erkenntnisse zur Verbreitung von Einsamkeit sowie entsprechende Entwicklungen in den vergangenen Jahrzehnten in Deutschland liefert auch das sog. Deutsche Alterssurvey (DEAS). Hierbei handelt es sich um eine interdisziplinäre Langzeitstudie des Deutschen Zentrums für Altersfragen (DZA) zu den Lebenssituationen und Alternsverläufen der Menschen in der zweiten Lebenshälfte in Deutschland. Die Studie wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert – mit der Zielsetzung, individuelle Alternsverläufe, soziale Unterschiede und deren Veränderungen im sozialen Wandel sozial- und verhaltenswissenschaftlich zu erforschen.

Im Rahmen des DEAS werden seit 1996 in regelmäßigen Abständen Personen im Alter von 40 bis 85 Jahren, die anhand von Einwohnermeldeamtsstichproben repräsentativ ausgewählt werden, zu ihren objektiven und subjektiven Lebensumständen befragt (sog. Basisbefragung). Die Befragung erfolgt dabei in persönlich-mündlichen Interviews sowie durch einen ergänzenden Selbstausfüller-Fragebogen. Bis zum Jahr 2008 wurde die Erhebung jeweils im Abstand von sechs Jahren, danach im Abstand von jeweils drei Jahren durchgeführt. Mittlerweile liegen somit Daten für die Jahre 1996, 2002, 2008, 2011, 2014 sowie 2017 vor. Im Rahmen der Basisbefragung werden jeweils neu ausgewählte Personen befragt. Darüber hinaus werden die Teilnehmer der Erhebungen im Nachgang zur jeweiligen Basisbefragung wiederholt befragt, so dass mit Hilfe des DEAS auch Langzeitbetrachtungen – derzeit bezogen auf einen maximalen Zeitraum von 21 Jahren – möglich sind. Insgesamt stehen mittlerweile 39.446 Interviews mit 20.129 Personen für Analysen zur Verfügung.<sup>19</sup>

---

17 Die Angaben beziehen sich auf einen Wertebereich von 0 bis 12, wobei niedrigere Werte niedrigere Einsamkeitsgefühle angeben.

18 Goebel Jan u.a. (2020), Psychische Krise durch Covid-19? Sorgen sinken, Einsamkeit steigt, Lebenszufriedenheit bleibt stabil, SOEP Papers 1087, Berlin, S. 10f. abrufbar unter: [https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw\\_01.c.791307.de/diw\\_sp1087.pdf](https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.791307.de/diw_sp1087.pdf). Eine kurze Zusammenfassung der Ergebnisse findet sich bei DIW aktuell (2020), Einsam, aber resilient – Die Menschen haben den Lockdown besser verkraftet als vermutet, Nr. 46 vom 9. Juni 2020, abrufbar unter: [https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw\\_01.c.791373.de/diw\\_aktuell\\_46.pdf](https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.791373.de/diw_aktuell_46.pdf).

19 Eine ausführlichere Darstellung zur Auswahl der Teilnehmer sowie zum Aufbau des DEAS findet sich bei Klaus, Daniela u. a. (2019), Längsschnittliches Design, Inhalte und Methodik des Deutschen Alterssurveys (DEAS), abrufbar unter: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9\\_2](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9_2). Hierbei handelt es sich um ein Kapitel der Gesamtveröffentlichung der Ergebnisse des DEAS; Vogel, Claudia u. a. (2019), Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte - Älterwerden im sozialen Wandel, abrufbar unter: [Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte | SpringerLink](#).

Im Jahr 2019 wurde der Bericht zur sozialen Isolation und Einsamkeit bei Frauen und Männern in der zweiten Lebenshälfte veröffentlicht<sup>20</sup>, der auf den Daten des DEAS beruht. Ausgewertet wurden dabei die Daten von insgesamt 16.151 Studienteilnehmern, für die im Zeitraum von 1996 bis 2007 insgesamt 31.532 Beobachtungen zum Thema Einsamkeit vorlagen; im Hinblick auf die tatsächliche soziale Isolation lagen insgesamt 39.186 Beobachtungen von insgesamt 19.969 Studienteilnehmern vor.<sup>21</sup> Danach steigt das Isolationsrisiko zwischen dem 40. und 90. Lebensjahr relativ kontinuierlich von vier auf 22 Prozent an. Im Unterschied dazu lag das Einsamkeitsrisiko im Alter von 40 Jahren bei circa 11 Prozent. Dieses nahm zunächst zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr ab, um danach wieder auf das vorherige Niveau zu steigen. Den vorliegenden Daten zufolge hatten Frauen zunächst ein etwas geringeres Einsamkeitsrisiko; im höheren Alter ab etwa 70 Jahren bestand für Frauen jedoch ein höheres Einsamkeitsrisiko als für Männer. So liegt das Einsamkeitsrisiko für Frauen im Alter von 90 Jahren bei circa 14 Prozent. Männer in diesem Alter haben danach ein Einsamkeitsrisiko von lediglich neun Prozent. Die Autoren der Studie kommen darüber hinaus zu dem Ergebnis, dass das Isolationsrisiko bei jüngeren Geburtskohorten mit dem Älterwerden nicht mehr so hoch steigt wie bei älteren Geburtsjahrgängen. Auch sei das Einsamkeitsrisiko in den später geborenen Jahrgängen weniger stark mit dem Älterwerden verknüpft.<sup>22</sup>

Aufgrund der Corona-Pandemie führte das DZA im Rahmen des DEAS im Juni und Juli 2020 zusätzliche Befragungen von Menschen im Alter von 46 bis 90 Jahren im Hinblick auf mögliche Veränderungen in deren Einsamkeitsempfinden durch.<sup>23</sup> Die im Zuge der Befragung erhaltenen Daten wurden mit den entsprechenden Werten aus den Jahren 2014 und 2017 verglichen. Danach lag der Anteil sehr einsamer Menschen in dieser Altersgruppe bei circa 14 Prozent und damit

- 
- 20 Huxhold, O. und Engstler, E., Soziale Isolation und Einsamkeit bei Frauen und Männern im Verlauf der zweiten Lebenshälfte, in: Vogel, C., Wettstein, M. und Tesch-Römer, C. (Hrsg.) (2020), Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte. Älterwerden im sozialen Wandel, abrufbar unter: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9\\_5](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9_5). Eine kurze Darstellung wesentlicher Ergebnisse – auch bezogen auf andere abgefragte Aspekte – findet sich bei BMFSFJ (2019), Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte, abrufbar unter: <https://www.bmfsfj.de/blob/135038/62670d8da500ebd1548deb1da31a01c0/frauen-und-maenner-in-der-zweiten-lebenshaelfte-data.pdf>.
  - 21 Huxhold, O. und Engstler, E., Soziale Isolation und Einsamkeit bei Frauen und Männern im Verlauf der zweiten Lebenshälfte, in: Vogel, C., Wettstein, M. und Tesch-Römer, C. (Hrsg.) (2020), Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte. Älterwerden im sozialen Wandel, abrufbar unter: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9\\_5](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9_5), S. 77 sowie 81.
  - 22 Huxhold, O. und Engstler, E., Soziale Isolation und Einsamkeit bei Frauen und Männern im Verlauf der zweiten Lebenshälfte, in: Vogel, C., Wettstein, M. und Tesch-Römer, C. (Hrsg.) (2020), Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte. Älterwerden im sozialen Wandel, abrufbar unter: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9\\_5](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-25079-9_5), S. 71.
  - 23 Vergleiche hierzu Pressemitteilung des DZA vom 22. Februar 2021, abrufbar unter: [Deutlich mehr als vor der Corona-Pandemie: Jede siebte Person ab 46 Jahren fühlt sich einsam: Deutsches Zentrum für Altersfragen \(dza.de\)](https://www.dza.de/Pressemitteilungen/2021/02/22/Deutlich-mehr-als-vor-der-Corona-Pandemie-Jede-siebte-Person-ab-46-Jahren-fuehlt-sich-einsam-Deutsches-Zentrum-fuer-Altersfragen).

1,5-mal höher als in den Vergleichsjahren, in denen der Wert bei circa neun Prozent lag. Die Einsamkeitsraten waren dabei nach Angabe der Autoren in den verschiedenen Personengruppen in gleichem Maße erhöht.<sup>24</sup>

### 3.3. Weitere Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Deutschland (während der Corona-Pandemie)

Im Rahmen einer Studie der Ruhr-Universität Bochum sowie der Humboldt-Universität zu Berlin<sup>25</sup> wurde der Einfluss der Corona-Pandemie auf das Einsamkeitsempfinden untersucht. Im Rahmen der Studie wurden insgesamt 4.844 Teilnehmer im Alter von 18 bis 88 Jahren über einen Zeitraum von vier Wochen regelmäßig in einem Onlinetagebuch zu der von ihnen empfundenen Einsamkeit befragt. Der Befragungszeitraum erstreckte sich vom 16. März 2020 bis 12. April 2020 und lag somit im Zeitraum der ersten vier Wochen des ersten Lockdowns. Die Teilnehmer wurden über verschiedene Onlineportale, über Medien sowie persönliche Kontakte rekrutiert und mehrfach wöchentlich befragt.<sup>26</sup> Einer ersten Auswertung der Studienergebnisse zufolge stieg die empfundene Einsamkeit während der ersten zwei Befragungswochen und damit während der ersten 14 Tage des ersten Lockdowns leicht an, um in der dritten und vierten Woche wieder leicht abzunehmen. Dabei gab es Unterschiede in Bezug auf verschiedene Altersgruppen. So wiesen die Befragten im Alter ab 60 Jahren die geringsten Einsamkeitswerte auf, während sich die Teilnehmer im Alter von 18 bis 30 Jahren am einsamsten fühlten. Zwar waren nach Angaben der Autoren ältere Teilnehmer insgesamt durchschnittlich weniger einsam als jüngere Befragte, jedoch wurde bei ihnen ein Anstieg der Einsamkeit verzeichnet. Im Gegensatz dazu sank die Einsamkeit bei den jüngeren Befragten während des Lockdowns. Unterschiede gab es auch im Hinblick auf den Familienstand. Verwitwete oder alleinstehende Personen waren danach einsamer als Personen in festen Partnerschaften, wobei die durchschnittliche Einsamkeit nicht damit zusammenhing, ob weitere Personen im Haushalt lebten oder nicht. Jedoch konnten Unterschiede zwischen Personen mit und ohne Kindern verzeichnet werden. So gab es einen signifikanten Anstieg der Einsamkeit während des Lockdowns bei Eltern, während bei Personen ohne Kinder die Einsamkeit in dieser Zeit sogar abnahm. Eine höhere Einsamkeit wurde auch für Personen mit einem höheren Risiko, an COVID-19 zu erkranken, ermittelt.

---

24 Zu den ausführlichen Studienergebnissen einschließlich ausführlicher Informationen zum Studiendesign vergleiche Huxhold, Oliver (u. a.) (2021), Einsamkeit steigt in der Corona-Pandemie bei Menschen im mittleren und hohen Erwachsenenalter gleichermaßen deutlich, in: dza aktuell deutscher alterssurvey, Heft 04/2021, abrufbar unter: [Einsamkeit steigt in der Corona-Pandemie bei Menschen im mittleren und hohen Erwachsenenalter gleichermaßen deutlich \(dza.de\)](https://www.dza.de/aktuell-deutscher-alterssurvey/heft-04-2021/einsamkeit-steigt-in-der-corona-pandemie-bei-menschen-im-mittleren-und-hohen-erwachsenenalter-gleichermaessen-deutlich).

25 Buecker, Susanne (u. a.) (2020), Changes in daily loneliness for German residents during the first four weeks of the COVID-19 pandemic, in: Social Science & Medicine, preprint, abrufbar: <https://psyarxiv.com/ytkx9/>. Eine kurze Darstellung der Studie und deren Ergebnisse findet sich auf den Seiten der beteiligten Forschungseinrichtungen und ist abrufbar unter: <https://www.hu-berlin.de/de/pr/nachrichten/august-2020/nr-20811> sowie <https://news.rub.de/presseinformationen/wissenschaft/2020-08-11-psychologie-wie-einsam-sich-deutschland-waehrend-des-corona-lockdowns-fuehlte>.

26 Hierzu mussten jeweils vier verschiedene Aussagen zum Thema Einsamkeit anhand einer fünfstufigen Skala bewertet werden.

Hinweise auf einen Anstieg der Einsamkeit während der Corona-Pandemie waren Presseberichten zu Folge auch in anderen Befragungen feststellbar. So sei z. B. die Anzahl der Gesprächskontakte bei Telefonseelorgestellen gestiegen<sup>27</sup>. Einer im Auftrag der Techniker Krankenkasse durchgeführten repräsentativen Studie zufolge hätten im Mai 2020 circa 80 Prozent der Befragten angegeben, dass sie besonders der fehlende Kontakt zu Familie und Freunden belaste.<sup>28</sup> Im Rahmen einer Studie der Hochschule des Bundes für öffentliche Verwaltung in Berlin zum Thema Einsamkeit und Corona seien insgesamt 533 Personen in Deutschland befragt worden; vorläufigen Studienergebnissen zufolge seien vorrangig jüngere Personen von Einsamkeit während der Corona-Pandemie betroffen.<sup>29</sup>

Die Befragung alter und hochaltriger Personen stand im Mittelpunkt einer Ende 2020 veröffentlichten Studie, bei der insgesamt 500 Personen im Alter zwischen 75 und 100 Jahren telefonisch zu den Auswirkungen der Corona-Pandemie auf ihr Leben und ihr Wohlbefinden befragt wurden<sup>30</sup>. Die Erhebung der Daten erfolgte Ende September/Anfang Oktober 2020. Mit insgesamt 54,4 Prozent konstatierten etwas mehr als die Hälfte der Befragten negative Konsequenzen der Corona-Pandemie auf ihre sozialen Kontakte und Hobbys. So hätten der Austausch und Kontakt mit anderen Menschen 20,6 Prozent der Befragten häufig sowie 33,8 Prozent der Befragten hin und wieder gefehlt. Der Anteil der hiervon betroffenen älteren Menschen hätte dabei mit zunehmendem Alter abgenommen, was nach Ansicht der Autoren u. a. durch die sinkende Größe sozialer Netzwerke im höheren Alter zu erklären sei.

Die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf ältere Menschen wurden auch bei einer weiteren telefonischen Befragung untersucht. Dafür wurde eine repräsentative Auswahl von insgesamt 1.005 Personen im Alter ab 65 Jahren während des Lockdowns im April 2020 u. a. zu verschiedenen soziodemographischen Faktoren, ihrer Einstellung zu den Maßnahmen zur Pandemiebekämpfung sowie zu deren Auswirkungen auf die individuelle Gesundheit bzw. das persönliche Wohlbefinden und das Vorliegen von Einsamkeit befragt. Die Auswertung der Befragungen habe nach Angaben der Autoren ergeben, dass (zumindest kurzfristig) die mentale und soziale Gesundheit der älteren Bevölkerung Deutschlands unverändert geblieben sei.<sup>31</sup>

- 
- 27    Vergleiche hierzu Presseartikel vom 19. Oktober 2020, abrufbar unter: [Droht mit Corona auch eine „Epidemie der Einsamkeit“? \(aerztezeitung.de\)](https://www.aerztezeitung.de/epidemie/2020/10/19/droht-mit-corona-auch-eine-epidemie-der-einsamkeit)
- 28    Vergleiche hierzu Presseartikel vom 19. Oktober 2020, abrufbar unter: [Droht mit Corona auch eine „Epidemie der Einsamkeit“? \(aerztezeitung.de\)](https://www.aerztezeitung.de/epidemie/2020/10/19/droht-mit-corona-auch-eine-epidemie-der-einsamkeit).
- 29    Vergleiche hierzu Presseartikel vom 23. Februar 2021, abrufbar unter: <https://www.merkur.de/welt/coronavirus-einsamkeit-deutschland-isolation-lockdown-massnahmen-notruf-studie-folgen-zr-13771073.html>.
- 30    Horn, Vincent (u. a.) (2020), Die Corona-Pandemie aus der Sicht alter und hochaltriger Menschen, abrufbar unter: [https://www.sozialpaedagogik.fb02.uni-mainz.de/files/2020/11/Die-Corona-Pandemie-aus-der-Sicht-alter-Menschen\\_Nov\\_2020.pdf](https://www.sozialpaedagogik.fb02.uni-mainz.de/files/2020/11/Die-Corona-Pandemie-aus-der-Sicht-alter-Menschen_Nov_2020.pdf). Ein Presseartikel mit einer kurzen Zusammenfassung der Studienergebnisse ist abrufbar unter: <https://www.swr.de/wissen/corona-einsamkeit-alt-und-jung-betroffen-100.html>.
- 31    Röhr, S., Reininghaus, U., Riedel-Heller, S. (2020), Mental and social health in the German old age population largely unaltered during COVID-19 lockdown: results of a representative survey. Preprint, verfügbar unter: <https://psyarxiv.com/7n2bm/>.

Neben den älteren Menschen werden auch Kinder und Jugendliche häufig als besondere Risiko-Gruppe im Zusammenhang mit Einsamkeit eingestuft. Insofern gibt es mittlerweile auch Studien, die sich mit den Auswirkungen der Pandemie auf Kinder und Jugendliche auseinandersetzen. So veröffentlichte das Deutsche Jugendinstitut (DJI) im Jahr 2020 eine Studie zur Situation von Kindern während der Corona-Pandemie<sup>32</sup>, deren Ergebnisse auf einer Elternbefragung zu diesem Thema beruhten. Im Rahmen der nicht repräsentativen Studie<sup>33</sup> wurden im Zeitraum vom 22. April bis 21. Mai 2020 insgesamt 12.628 Teilnehmer aus sämtlichen Bundesländern befragt; die Fragen wurden dabei jeweils von einem Elternteil des teilnehmenden Haushalts beantwortet. Ein Fragenkomplex bezog sich dabei auf das von den Eltern wahrgenommene Einsamkeitsempfinden ihrer Kinder. Die Antworten auf die vier Fragen zu diesem Thema wurden zu einem Mittelwertindex Einsamkeitserleben zusammengefasst und ausgewertet. Nach Angabe der Eltern fühlten sich jeweils 27 Prozent der Kinder einsam bzw. teilweise einsam. 33 Prozent der Kinder fühlten sich nach Angabe ihrer Eltern eher nicht, 14 Prozent nicht einsam. Die Autoren der Studie stellten ihre Befragungsergebnisse den Ergebnissen einer ihrer Einschätzung nach ähnlichen Studie, die bereits im Jahr 2015 und damit vor dem Beginn der Corona-Pandemie durchgeführt wurde, gegenüber. Sie kamen dabei zu dem Schluss, dass das Einsamkeitsempfinden während der Pandemie sehr viel höher sei.<sup>34</sup>

Inwieweit der Lebensalltag junger Menschen in den unterschiedlichen Lebensbereichen durch die Corona-Pandemie beeinflusst wurde, stand im Mittelpunkt einer Studie des Forschungsverbundes „Kindheit – Jugend – Familie in der Corona-Zeit“ der Universitäten Hildesheim und Frankfurt. An der sog. JuCo-2-Studie<sup>35</sup> nahmen mehr als 7.000 Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 15 bis 30 Jahren teil. Die Autoren kommen zu dem Ergebnis, dass den jungen Menschen besonders die persönlichen und privaten Kontakte fehlen und das Gefühl der Einsamkeit wächst. Auch habe sich die Freizeitgestaltung für 81 Prozent aller Befragten angesichts der Einschränkungen (deutlich) verändert.

Bereits vor dem Auftreten von Corona gab es Erhebungen zum Einsamkeitsempfinden von Kindern und Jugendlichen. So wurde z. B. im Rahmen einer vom Robert Koch-Institut (RKI) durchgeführten Langzeitstudie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (sog.

- 
- 32 DJI (Hrsg.) (2020), Kind sein in Zeiten von Corona – Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lockdowns im Frühjahr 2020, abrufbar unter: [https://www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/dasdji/news/2020/-DJI\\_Kindsein\\_Corona\\_Ergebnisbericht\\_2020.pdf](https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/dasdji/news/2020/-DJI_Kindsein_Corona_Ergebnisbericht_2020.pdf). Eine kurze Zusammenfassung wesentlicher Ergebnisse lässt sich abrufen unter: [DJI - Kindsein in Zeiten von Corona: Studienergebnisse](#). Ein bereits zuvor veröffentlichter erster Ergebnisbericht zu dieser Studie ist abrufbar unter: [DJI Kindsein Corona Erste Ergebnisse.pdf](#).
- 33 So seien z. B. Familien in Risikolagen voraussichtlich nicht repräsentativ vertreten. Ausführlichere Angaben zur Zusammensetzung der Stichprobe finden sich bei DJI (Hrsg.) (2020), Kind sein in Zeiten von Corona – Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lockdowns im Frühjahr 2020, abrufbar unter: [https://www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/dasdji/news/2020/DJI\\_Kindsein\\_Corona\\_Ergebnisbericht\\_2020.pdf](https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/dasdji/news/2020/DJI_Kindsein_Corona_Ergebnisbericht_2020.pdf), S. 8ff.
- 34 Vergleiche hierzu DJI (Hrsg.) (2020), Kind sein in Zeiten von Corona – Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lockdowns im Frühjahr 2020, abrufbar unter: [https://www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/dasdji/news/2020/DJI\\_Kindsein\\_Corona\\_Ergebnisbericht\\_2020.pdf](https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/dasdji/news/2020/DJI_Kindsein_Corona_Ergebnisbericht_2020.pdf), S. 62 ff.
- 35 Eine kurze Darstellung der Studie sowie deren Ergebnisse ist abrufbar unter: <https://www.djbr.de/artikel/2-juco-studie-einsamkeit-aengste-und-frust-nehmen-zu/>. Die Ergebnisse der JuCo-2 Studie sind abrufbar unter [Heyer JuCo 2 \(1\).pdf](#).

KiGGS-Studie<sup>36</sup>) erhoben, wie oft sich die befragten Kinder und Jugendlichen einsam fühlten. Bei der zweiten Studienwelle, die in den Jahren 2014 bis 2017 durchgeführt wurde, gaben 4,2 Prozent der 11- bis 17-Jährigen an, sich oft oder immer einsam zu fühlen. 27,6 Prozent der befragten Kinder und Jugendlichen fühlten sich manchmal oder selten einsam. Dabei erlebten Mädchen häufiger Einsamkeitsgefühle als Jungen; auch nahm das Einsamkeitserleben mit steigendem Alter zu.<sup>37</sup>

#### 4. Studien zur Verbreitung von Einsamkeit in Europa

Auch auf europäischer Ebene gibt es verschiedene (Langzeit-)Erhebungen und Studien, die einen Vergleich zwischen verschiedenen Staaten im Hinblick auf die Verbreitung von Einsamkeit ermöglichen.

Eine wichtige Datengrundlage für Betrachtungen zur Verbreitung von Einsamkeit in Europa stellt der sog. European Social Survey (ESS<sup>38</sup>) dar, in dessen Rahmen seit dem Jahr 2002 regelmäßig alle zwei Jahre Personen aus insgesamt mehr als 30 verschiedenen Staaten<sup>39</sup> persönlich zu einer Vielzahl an Themen befragt werden. Dabei werden neben Angaben zur subjektiv wahrgenommenen Einsamkeit auch Daten erhoben, die Rückschlüsse auf die soziale Isolation der Befragten ermöglichen.<sup>40</sup> Im Rahmen einer im Jahr 2019 veröffentlichten Studie zur Verbreitung von Einsamkeit in Europa<sup>41</sup> durch das Joint Research Centre (JRC) wurden die im Rahmen des ESS gewonnenen Daten der Jahre 2010, 2012 sowie 2014 ausgewertet. Insgesamt lagen für die betrachteten Jahre circa 106.000 Beobachtungen für 24 Mitgliedsstaaten der Europäischen Union vor. Danach fühlten sich circa 30 Millionen europäische Erwachsene und damit sieben Prozent der Bevölkerung regelmäßig einsam, d. h. sie hatten angegeben, in der letzten Woche meistens, fast immer

---

36 Ausführlichere Informationen zur Studie lassen sich abrufen unter: <https://www.kiggs-studie.de/deutsch/home.html>.

37 Vergleiche hierzu BT-Drs. 19/10456 (neu) (2019), Einsamkeit und die Auswirkung auf die öffentliche Gesundheit, Antwort der Bundesregierung vom 23. Mai 2019 auf Kleine Anfrage (Drs. 19/9880), S.2., abrufbar unter: <https://dip21.bundestag.de/dip21/btd/19/104/1910456.pdf>.

38 Ausführlichere Informationen zum ESS sowie zu den im Rahmen der Erhebung gewonnenen Daten lassen sich abrufen unter: [Data and Documentation | European Social Survey \(ESS\)](#).

39 Eine Übersicht der teilnehmenden Staaten ist abrufbar unter: [Participating Countries | European Social Survey \(ESS\)](#). Nicht für jeden teilnehmenden Staat liegen Daten für jede Erhebungswelle vor. Auch die Anzahl der in den einzelnen Staaten befragten Personen variiert. Jedoch liegt die Mindestteilnehmerzahl bei 1.500 Personen bzw. 800 Personen in Staaten mit weniger als zwei Millionen Einwohnern; vergleiche hierzu FAQ zum ESS, abrufbar in englischer Sprache unter: [FAQ | European Social Survey \(ESS\)](#).

40 Vergleiche hierzu Europäische Kommission (Hrsg.) (2019), Loneliness – an unequally shared burden in Europe, Science for Policy Briefs, abrufbar unter: [https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/fairness\\_pb2018\\_loneliness\\_jrc\\_i1.pdf](https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/fairness_pb2018_loneliness_jrc_i1.pdf).

41 Kurze Zusammenfassung der wesentlichen Ergebnisse in Presseartikel der Europäischen Kommission vom 12. Juni 2019, abrufbar unter: <https://ec.europa.eu/jrc/en/news/how-lonely-are-europeans>. Eine etwas ausführlichere Darstellung der Befragungsergebnisse findet sich bei Europäische Kommission (Hrsg.) (2019), Loneliness – an unequally shared burden in Europe, Science for Policy Briefs, abrufbar unter: [https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/fairness\\_pb2018\\_loneliness\\_jrc\\_i1.pdf](https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/fairness_pb2018_loneliness_jrc_i1.pdf). Grafiken zum Thema lassen sich abrufen unter: [Fairness infographics loneliness V3 \(europa.eu\)](#), eine Powerpointpräsentation ist abrufbar unter: [https://www.age-platform.eu/sites/default/files/Commission\\_J.Svarc\\_on\\_loneliness-PTT-ROSEnetSeminar\\_Apr2019.pdf](https://www.age-platform.eu/sites/default/files/Commission_J.Svarc_on_loneliness-PTT-ROSEnetSeminar_Apr2019.pdf).

oder immer einsam gewesen zu sein. Zwischen den einzelnen Staaten gab es dabei zum Teil deutliche Unterschiede. Während in Ungarn, der Tschechischen Republik, Italien, Polen, Frankreich und Griechenland circa zehn Prozent der Bevölkerungen angaben, regelmäßig einsam zu sein, lag der Wert in anderen Ländern zum Teil deutlich niedriger. Die niedrigsten Werte wurden für die Niederlande und Dänemark ermittelt, wo lediglich circa drei Prozent der Bevölkerung regelmäßig einsam waren. In Finnland lag dieser Wert bei vier, in Deutschland, Irland und Schweden bei fünf Prozent. 75 Millionen Personen und damit 18 Prozent der Erwachsenen in Europa sind sozial isoliert. Die Unterschiede zwischen den Ländern im Hinblick auf die soziale Isolation sind dabei deutlich größer als im Hinblick auf die subjektive Einsamkeit: Während mehr als 40 Prozent der Befragten aus Ungarn und Griechenland sowie 35 Prozent der Befragten aus Litauen, Estland oder Polen ihre Freunde oder Familienmitglieder höchstens einmal im Monat trafen, betrug dieser Anteil in den Niederlanden, Dänemark und Schweden lediglich acht Prozent. Ein Risikofaktor für das Auftreten von Einsamkeit sei dabei nach Angabe der Autoren ein schlechter gesundheitlicher Zustand, der mit einem zehn Prozent höheren Einsamkeitsrisiko einhergehe. Arbeitslosigkeit steigere das Risiko um sieben Prozent und auch Personen mit einem geringeren Einkommen seien demnach häufiger einsam. Insgesamt betreffe Einsamkeit alle Altersgruppen. Ältere Personen seien zwar eher sozial isoliert, aber dennoch nicht häufiger einsam als Personen im Alter von 26 bis 45 Jahren.

Eine weitere Datengrundlage im Hinblick auf die Verbreitung von Einsamkeit in Europa stellt der sog. Survey of Health, Aging and Retirement in Europe (SHARE) dar. Im Rahmen dieses Forschungsprojektes werden mit Hilfe von Interviews Daten für Personen aus verschiedenen europäischen Ländern gewonnen. Seit dem Beginn des Projekts im Jahr 2004 wurden bisher insgesamt circa 380.000 Interviews mit insgesamt circa 140.000 Personen im Alter ab 50 Jahren durchgeführt. Die Teilnehmer stammten aus 28 europäischen Staaten sowie Israel.<sup>42</sup> Die erhobenen Daten liefern u. a. Informationen zum Thema Einsamkeit. Dabei wird auf die R-UCLA zurückgegriffen und die Teilnehmer u. a. dazu befragt, wie oft ihnen die Gesellschaft anderer fehle oder sie sich isoliert fühlten. Die im Rahmen von SHARE gewonnenen Daten wurden mittlerweile im Hinblick auf verschiedene Aspekte ausgewertet. Hierfür wurde mitunter auf verschiedene Erhebungswellen zurückgegriffen. So wurden z. B. im Jahr 2016 die Daten von circa 30.000 Personen, die während der fünften Erhebungswelle im Jahr 2013 erhoben wurden, hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Haushaltsvermögen, sozialer Partizipation und Einsamkeit bei älteren Menschen in Europa ausgewertet. Die Daten beziehen sich auf Personen im Alter ab 65 Jahren aus 14 europäischen Ländern. Die Autoren kommen dabei zu dem Schluss, dass das Einsamkeitsrisiko in Abhängigkeit zum Wohlstand steht. So wiesen die Personen mit dem geringsten Wohlstand das höchste Einsamkeitsrisiko auf. Auch sei bei Frauen ein höheres Einsamkeitsrisiko feststellbar. Zwar könne die Teilnahme an sozialen Aktivitäten das höhere Einsamkeitsrisiko ausgleichen; dies sei jedoch aufgrund der eingeschränkteren finanziellen Situation nur eingeschränkt möglich.<sup>43</sup>

---

42 Vergleiche hierzu [The Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe \(SHARE\): Home \(share-project.org\)](https://share-project.org/).

43 Niedzwiedz, Claire L. (u. a.) (2016), The relationship between wealth and loneliness among older people across Europe: Is social participation protective?, in: Preventive Medicine 91: 24-31, abrufbar unter: [doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.07.016](https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.07.016). Eine kurze Zusammenfassung der Studie lässt sich auch abrufen unter: [The Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe \(SHARE\): Inequalities in Loneliness \(share-project.org\)](https://share-project.org/).

Die im Rahmen von SHARE gewonnenen Daten wurden in verschiedenen Veröffentlichungen im Hinblick auf den Zusammenhang zwischen dem Vorliegen von Einsamkeit und bestimmter Parameter ausgewertet: So ergab die Auswertung von Daten von insgesamt 5.074 Personen im Alter ab 65 Jahren, die im Rahmen der ersten Erhebungswelle des SHARE-Projekts in den Jahren 2004/2005<sup>44</sup> befragt worden waren, dass sowohl Frauen und ältere Personen, aber auch Personen mit einem geringeren sozioökonomischen Status, ohne Partnerschaft und ohne Kinder öfter einsam waren. Auch Inaktivität war danach mit einem höheren Einsamkeitsrisiko verbunden. Die Autoren stellten darüber hinaus fest, dass Einsamkeit in Südeuropa weiter verbreitet war als in Nordeuropa. Entsprechende Rückschlüsse ließen sich auch aus der Auswertung von insgesamt 101.909 Datensätzen aus der fünften bis siebten Erhebungswelle ziehen.<sup>45</sup> Danach stieg die Einsamkeit mit steigendem Alter, sinkendem Einkommen sowie einem schlechteren Gesundheitszustand. Auch der Wechsel vom Status verheiratet zu einem anderen Familienstand führt zu einem Anstieg der Einsamkeit. Zur Untersuchung eines möglichen Zusammenhangs zwischen Einsamkeit und kognitiven Störungen wurden ebenfalls Daten aus SHARE herangezogen.<sup>46</sup> Ausgewertet wurden dabei die Angaben von 14.114 Befragten, die über einen Zeitraum von maximal elf Jahren jeweils im Abstand von zwei bis drei Jahren mehrfach zu ihrem gesundheitlichen Zustand in Bezug auf kognitive Einschränkungen befragt worden waren. Im Ergebnis kommen die Autoren zu dem Schluss, dass Einsamkeit ein höheres Risiko hinsichtlich kognitiver Einschränkungen nach sich zieht.

Aussagen über die Verbreitung von Einsamkeit in Europa ermöglicht auch der sog. Generations and Gender Survey (GGS) als Teil des sog. Generations and Gender Programme (GGP). Hierbei handelt es sich um ein System nationaler Befragungen bzw. Datensammlungen für verschiedene europäische sowie einige nicht-europäische Staaten. Einer Auswertung aus dem Jahr 2016<sup>47</sup> zufolge existieren große Unterschiede zwischen europäischen Staaten im Hinblick auf den Anteil der einsamen Personen in der jeweiligen Bevölkerung. Hierfür wurden insgesamt 33.832 Personen im Alter von 60 bis 80 Jahren aus elf Staaten zu ihrem Einsamkeitsempfinden befragt. Die Daten stammen aus persönlichen Interviews, die im Zeitraum 2004 bis 2011 durchgeführt wurden. Während danach in Osteuropa die Einsamkeitsraten zwischen 30 und 5 Prozent lagen, wurden für Länder aus West- und Nordeuropa deutlich geringere Einsamkeitsraten zwischen 10 und 20 Prozent ermittelt. Einsamkeit war dabei nach Angabe der Autoren stark assoziiert mit einem

- 
- 44 Vozikaki, Marie (u. a.) (2018), Loneliness among older European adults: Results from the survey of health, aging and retirement in Europe, abrufbar unter: [Loneliness among older European adults: results from the survey of health, aging and retirement in Europe | SpringerLink](#).
- 45 Hajek, André (u. a.) (2020), Which factors contribute to loneliness among older Europeans? Findings from the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe: Determinants of loneliness, abrufbar unter: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0167494320300741>.
- 46 Luchetti, Martina (u. a.) (2020), Loneliness is associated with risk of cognitive impairment in the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe, abrufbar unter: <https://online-library.wiley.com/doi/full/10.1002/gps.5304>.
- 47 Hansen, Thomas (u. a.) (2016), Late-Life Loneliness in 11 European Countries: Results from the Generations and Gender Survey, abrufbar unter: [https://www.researchgate.net/publication/282351477\\_Late-Life\\_Loneliness\\_in\\_11\\_European\\_Countries\\_Results\\_from\\_the\\_Generations\\_and\\_Gender\\_Survey/link/5612ae2008ae83674f439419/download](https://www.researchgate.net/publication/282351477_Late-Life_Loneliness_in_11_European_Countries_Results_from_the_Generations_and_Gender_Survey/link/5612ae2008ae83674f439419/download).



geringeren sozio-ökonomischen Status, einer schlechteren Gesundheit und dem Fehlen eines Lebenspartners.

\*\*\*