



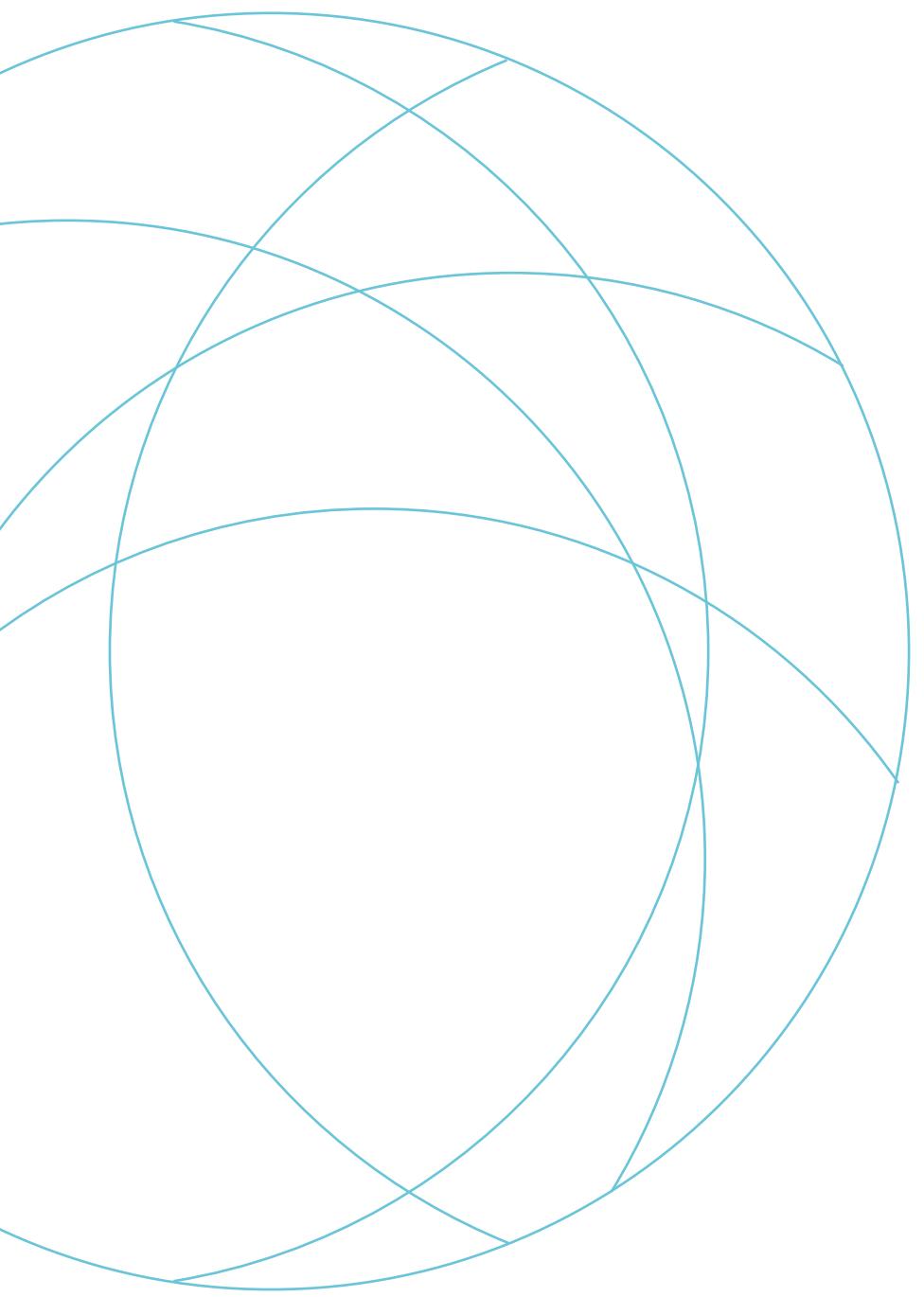
KOMPETENZNETZ  
EINSAMKEIT

KNE Forschung 01/2025

# „ICH WAR VIEL ALLEINE ...“

Einsamkeit im Leben junger  
Menschen in Armutslagen

[www.kompetenznetz-einsamkeit.de](http://www.kompetenznetz-einsamkeit.de)



# Inhalt

<b>1 Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>2 Einleitung</b>	<b>6</b>
2.1 Einsamkeit – Begriffsdefinition	8
2.2 Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen	10
2.3 Armut als Risikofaktor für Einsamkeit	14
<b>3 Die AWO-ISS-Langzeitstudie:</b>	
<b>Kurzbeschreibung und Lebenslagenkonzept</b>	<b>18</b>
3.1 Methodik	20
3.2 Ergebnisse	23
3.3 Schnittstelle Einsamkeit	24
<b>4 Ergebnisse der AWO-ISS-Langzeitstudie</b>	<b>28</b>
4.1 Frühe Kindheit (6 Jahre)	29
4.2 Grundschulalter (8 Jahre)	31
4.3 Mittlere Kindheit (10 Jahre)	34
4.4 Jugend (16/17 Jahre)	39
4.5 Junges Erwachsenenalter (25/26 Jahre)	44
4.6 Im Alter von 28 Jahren und während der Pandemie	51
<b>5 Zusammenfassung der Ergebnisse und Ausblick</b>	<b>56</b>
5.1 Zusammenfassung der Ergebnisse: Armut und ihre Auswirkungen auf soziale Beziehungen und Einsamkeit bei jungen Menschen Knergebnisse der vorliegenden Auswertung	56
5.2 Empfehlungen für die Praxis	60
5.3 Empfehlungen für weitere Forschung	63
<b>6 Literaturverzeichnis</b>	<b>67</b>
<b>Abbildungsverzeichnis</b>	<b>74</b>
<b>Impressum</b>	<b>75</b>

# 1 Vorwort

Seit August 2021 fördert das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) das Projekt Kompetenznetz Einsamkeit (KNE), das am Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. (ISS e. V.) angesiedelt ist. Das KNE setzt sich mit den Ursachen, Folgen und den unterschiedlichen Erlebensweisen von Einsamkeit auseinander. Im Zentrum der Arbeit des KNE steht dabei die Identifizierung von förderlichen und hinderlichen Faktoren in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit in Deutschland, sowohl aus der Perspektive von betroffenen Menschen als auch aus der Perspektive von Akteurinnen und Akteuren. Ziel ist es, Wissen in der (Fach-)Öffentlichkeit zu verbreiten und Akteurinnen und Akteuren aus der Zivilgesellschaft, der Wissenschaft sowie der Praxis miteinander zu vernetzen. Dazu verbindet das KNE eigene Praxisforschung mit Netzwerkarbeit und Formaten des Wissenstransfers.

In der Publikationsreihe *KNE Forschung* werden Ergebnisse eigener Forschungsvorhaben publiziert.

Die AWO-ISS-Langzeitstudie stellt eine empirische Untersuchung in Deutschland dar, die die Zusammenhänge und Wechselwirkungen zwischen der Einkommensarmut von Familien und den Lebensbedingungen von Kindern während entscheidender Übergangsphasen vom sechsten Lebensjahr bis zum jungen Erwachsenenalter (25/26 Jahre) analysiert. Seit 1997 wurden insgesamt sechs Studienphasen am ISS durchgeführt, deren Erhebungszeitpunkte sich an den wesentlichen Übergängen im Kindes- und Jugendalter sowie den damit verbundenen Entwicklungsaufgaben orientieren. Diese Langzeitstudie liefert somit wertvolle Erkenntnisse zu den sozialen und materiellen Bedingungen, die das Aufwachsen und die Entwicklung junger Menschen maßgeblich beeinflussen.

Die Forschung an der Schnittstelle von Armut und Einsamkeit bei jungen Menschen stellt bislang eine Lücke in der aktuellen Studienlage dar. Während

die sozialen und wirtschaftlichen Folgen von Armut weitgehend untersucht sind, wird der Aspekt der Einsamkeit oft vernachlässigt. Dabei ist gerade dieser Bereich von entscheidender Bedeutung, um das volle Ausmaß der Auswirkungen von Armut auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen zu verstehen. Einsamkeit und fehlende soziale Teilhabe können die psychische und soziale Entwicklung langfristig beeinträchtigen und die Chancen auf eine positive Lebensgestaltung deutlich verringern.

Die vorliegende Arbeit fokussiert die Wechselwirkung von Armut und Einsamkeit in verschiedenen Lebensphasen von Kindern und Jugendlichen. Dabei liegt der Fokus darauf, die Zusammenhänge von Einsamkeit und Armut sowie mögliche Wechselwirkungen zwischen lebensphasenspezifischen Strukturen und dem Einsamkeitserleben von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen in einer ersten Annäherung zu beleuchten.

## 2 Einleitung

Einsamkeit ist ein subjektives Gefühl, das als ein vielschichtiges und komplexes Phänomen verstanden werden muss, welches sowohl individuelle als auch gesellschaftliche Dimensionen umfasst. Als gesellschaftliche Herausforderung rückt Einsamkeit zunehmend in den Fokus der politischen, wissenschaftlichen, zivilgesellschaftlichen und medialen Aufmerksamkeit. Unterschiedliche Formen und eine variierende Dauer zeichnen das Erleben von Einsamkeit aus.<sup>1</sup> Dabei rücken neben den individuellen Ursachen und Folgen von Einsamkeit auch die gesamtgesellschaftlichen Implikationen hinsichtlich der Entstehung und Folgen von Einsamkeit in den Vordergrund. So verdeutlicht das Einsamkeitsbarometer 2024, dass neben unzureichenden sozialen Kontakten auch Lebensereignisse wie Trennungen oder Umzüge sowie psychische Erkrankungen das Gefühl von Einsamkeit verstärken können. Dabei haben gesellschaftliche Strukturen und Veränderungen, etwa eine Zunahme der Individualisierung der Lebensweisen, aber auch die zunehmende Digitalisierung sowie fehlende gesellschaftliche Unterstützungssysteme Einfluss auf die Einsamkeitsbelastungen der Individuen (BMFSFJ 2024).

Im Kontext von Einsamkeit sind verschiedene soziale Gruppen unterschiedlich stark betroffen. Das Einsamkeitsbarometer zeigt, dass Einsamkeit Menschen in verschiedenen Altersgruppen und Lebenssituationen betrifft. Dabei unterscheiden sich die Risikofaktoren und Auswirkungen von Einsamkeit von Person zu Person. Besondere Risikogruppen stellen u. a. Alleinerziehende, erwerbslose Menschen, Menschen mit geringem Einkommen, pflegende Angehörige, Menschen mit Migrations- und/oder Fluchterfahrung sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen dar (BMFSFJ 2024). Auch Krisen und Lebensumbrüche setzen Personen einer erhöhten Vulnerabilität für Einsamkeit aus. Im Zuge der Covid-19-Pandemie kam es zu einer deutlichen Erhöhung des Einsamkeitserlebens in der deutschen Bevölkerung. Junge Menschen waren

<sup>1</sup> Für eine ausführliche Definition von Einsamkeit und eine Abgrenzung von anderen Begriffen siehe Kapitel 2.1.

von dieser Entwicklung in besonderem Maße betroffen. Zum ersten Mal seit der Erfassung von Einsamkeit in Deutschland (seit den 1990ern) übertrafen ihre Werte die der hochaltrigen Menschen. Zu erklären ist dies u. a. mit den Kontaktbeschränkungen im Rahmen der Covid-19-Pandemie. Diese Entwicklung rückte die Gruppe der jungen Menschen als Risikogruppe in den Fokus politischen Handelns und der Einsamkeitsforschung (BMFSFJ 2024).

Diese Analyse soll daher auf Basis der Daten aus der „Langzeitstudie zur Lebenssituation und Lebenslage von (armen) Kindern“ das Thema Einsamkeit bei armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen in den Blick nehmen. Die Langzeitstudie zu Kinderarmut untersuchte von 1997 bis 2022 in sechs Studienphasen junge Menschen während ihrer zentralen Übergängen im Kindes- und Jugendalter. Die im Jahr 1993 geborenen Kinder wurden bis zum Alter von 28 Jahren begleitet.

Auf Basis der Studie gibt der vorliegende Beitrag u. a. einen Einblick in soziale Beziehungen und das subjektive Erleben von Ausgrenzung in der Kindheit, Jugend und im jungen Erwachsenenalter. Dabei wird einerseits beschrieben, welche Hinweise sich in den quantitativen Studienergebnissen in Bezug auf Einsamkeit und soziale Isolation armutsbetroffener junger Menschen finden. Auf der anderen Seite wird erklärt, welche Erkenntnisse aus den qualitativen Interviews mit jungen Menschen, die Armut erfahren haben, gewonnen werden konnten, insbesondere in Bezug auf mögliche Prozesse der sozialen Ausgrenzung, die zu Isolation und Einsamkeit führen können.

Wenngleich die Studie nicht mit dem Ziel der Erforschung von Einsamkeit konzipiert wurde, lassen sich dennoch wertvolle Ansatzpunkte für die zukünftige Forschung identifizieren, um mehr zu den Hintergründen und möglichen Präventionsstrategien gegen Einsamkeit bei jungen (armutsbetroffenen) Menschen zu erfahren.

Mit Rückgriff auf die lebensphasenspezifische Untersuchung der AWO-ISS-Langzeitstudie und der besonderen Vulnerabilität junger Menschen fokussiert die vorliegende Arbeit die Wechselwirkung von Armut und Einsamkeit in verschiedenen Lebensphasen von Kindern und Jugendlichen. Es wird versucht, die Zusammenhänge von Einsamkeit und Armut sowie mögliche Wechselwirkungen zwischen lebensphasenspezifischen Strukturen und dem Einsamkeitserleben von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen zu beleuchten.

In den folgenden Kapiteln erfolgen zunächst eine Definition des Einsamkeitsbegriffs sowie eine Abgrenzung zu anderen Konzepten. Daran anschließend wird ein kurzer Überblick über den Forschungsstand der Themenbereiche Armut sowie Kinder und Jugendliche in Bezug auf Einsamkeit gegeben. Daran anschließend wird der methodische Rahmen der AWO-ISS-Langzeitstudie eingeführt, um darauf basierend die Ergebnisse der Arbeit vorzustellen. Die Beschreibung der Studienergebnisse erfolgt jeweils in Bezug auf die verschiedenen Studien- bzw. Altersphasen. Das letzte Kapitel widmet sich den gefundenen Hinweisen, die die Studie mit Blick auf die Prävention und Linderung von Einsamkeit geben kann, sowie weiterführenden Forschungsfragen und Handlungsempfehlungen zum Thema.

## 2.1 Einsamkeit – Begriffsdefinition

**Einsamkeit** beschreibt das subjektive Gefühl, das entsteht, wenn eine Diskrepanz zwischen den gewünschten und den tatsächlichen sozialen Beziehungen wahrgenommen wird. Zentral ist dabei nicht (nur) die Quantität, sondern auch die (wahrgenommene) Qualität sozialer Beziehungen (Peplau und Perlman 1982).

Einsamkeit kann situativ auftreten und von kurzer Dauer sein. Problematisch wird Einsamkeit, wenn sich das Gefühl verstetigt und chronifiziert. Von betroffenen Personen wird Einsamkeit als unangenehm und schmerhaft empfunden

und ist häufig schambesetzt. Studien haben eine Vielzahl von körperlichen, psychischen und gesellschaftlichen Auswirkungen von chronischer Einsamkeit belegt (Bücker 2022).

Es gibt unterschiedliche Ursachen für Einsamkeit, weshalb eine Differenzierung in verschiedene Formen von Einsamkeit sinnvoll ist.

Fehlen enge, intime Beziehungen, wird dies als **emotionale Einsamkeit** bezeichnet. Fehlt es hingegen an sozialen Netzwerken und verschiedenen sozialen Kontakten insgesamt, wird von sozialer Einsamkeit gesprochen. Darüber hinaus wird noch zwischen **kollektiver und kultureller Einsamkeit** unterschieden. Diese Formen meinen die fehlende Zugehörigkeit zu einer größeren Gruppe oder Gemeinschaft bzw. ein fehlendes Zugehörigkeitsgefühl zu einem kulturellen Umfeld. Eine weitere Form ist die **physische Einsamkeit**, die das Fehlen von körperlicher Nähe beschreibt (Luhmann 2022).

In Abgrenzung zu Einsamkeit beschreibt **Alleinsein** lediglich die momentane Abwesenheit von anderen Personen und ist ein objektiv beobachtbarer Zustand (Luhmann 2022). Ist dieser Zustand nicht nur vorübergehend und ist „das Fehlen von jeglichen regelmäßigen persönlichen Kontakten“ (Eckhard 2020, S. 1) festzustellen, wird von **sozialer Isolation** gesprochen.

Im Vergleich zu sozialer Isolation bezieht sich **soziale Teilhabe** dabei nicht auf das Vorhandensein einzelner Beziehungen, sondern auf die Ebene gesellschaftlicher Zugehörigkeit und das Vorhandensein von Zugängen zu Aktivitäten und materiellen Gütern, die in der Gesellschaft als üblich erachtet werden. Das Fehlen dieser Zugänge kann einerseits Kontaktmöglichkeiten zu anderen Menschen einschränken und den Aufbau und die Pflege sozialer Beziehungen erschweren, andererseits können aber auch Scham und Stigmatisierung (Neckel 1993) dazu führen, dass Menschen sich aus dem gesellschaftlichen Leben zurückziehen (Dittmann und Goebel 2022; Sthamer et al. 2013).

## 2.2 Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen

Die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist in verschiedenen Lebensphasen von zahlreichen physischen, psychischen und sozialen Veränderungen geprägt, die sie besonders anfällig für Einsamkeitsgefühle machen (Laursen und Hartl 2013). Schon in der frühen Kindheit entwickeln Kinder ein Bedürfnis nach ersten Freundschaften, das sich insbesondere durch gemeinsam verbrachte Zeit manifestiert. Wird dieses Bedürfnis nicht erfüllt, bspw. durch unzureichende soziale Kontakte oder Erfahrungen von Ausgrenzung, kann dies zu Einsamkeit führen (Qualter et al. 2015).

Im Verlauf der Kindheit und Jugend gewinnt nicht nur die Quantität der sozialen Kontakte an Bedeutung, sondern auch deren Qualität (Qualter et al. 2015). Mit zunehmendem Alter der jungen Menschen steigt das Bedürfnis nach sozialer Zugehörigkeit (Benner 2011), gegenseitigem Verständnis, Mitgefühl (Qualter et al. 2015), Unterstützung, Loyalität und Intimität (Heinrich und Gullone 2006). Gleichzeitig erfolgt eine intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Identität (Benner 2011; Heinrich und Gullone 2006) sowie mit der eigenen Rolle in der Gesellschaft (Benner 2011). Während sich Jugendliche emotional zunehmend vom Elternhaus lösen, rücken Gleichaltrige in den Mittelpunkt ihrer sozialen Beziehungen (Maes et al. 2016). Die Angst vor negativem Feedback aus der PeerGroup wächst und ist eng mit Einsamkeit verknüpft (Geukens et al. 2022). Zudem können mangelnde Akzeptanz durch Gleichaltrige, unzureichende enge Freundschaften (Vanhalst et al. 2014) und fehlende romantische Beziehungen (Qualter et al. 2015) weitere Ursachen für Einsamkeit in dieser Lebensphase darstellen. Einsamkeit steht bei Heranwachsenden in Verbindung mit zahlreichen physischen und psychischen Gesundheitsbeeinträchtigungen (Christiansen et al. 2021; Hards et al. 2022) sowie mit verschiedenen schulischen Indikatoren (Jefferson et al. 2023; Schütz und Bilz 2024; Schnepf et al. 2023).

Im Zuge pandemiebedingter Kontaktbeschränkungen hat das Thema Einsamkeit im Kindes- und Jugendalter eine wachsende Aufmerksamkeit erfahren. Mehrere Studien haben in diesem Zusammenhang gezeigt, dass die Einsamkeit während der Pandemie sowohl bei Erwachsenen (Berger et al. 2021; Ernst et al. 2022) als auch bei Kindern und Jugendlichen (Farrell et al. 2023; Geulayov et al. 2022; Kauhanen et al. 2023) zugenommen hat. In Zahlen ausgedrückt verspüren 55 % der Jugendlichen gelegentlich oder stets einen Mangel an Gesellschaft, während 26 % angeben, dass sie sich anderen Menschen nicht nahe fühlen. Darüber hinaus berichtet etwa ein Viertel der Jugendlichen, dass sie das Gefühl haben, nicht mit den Menschen in ihrem Umfeld auf einer Wellenlänge zu sein (Neu et al. 2023). Hinsichtlich verschiedener Formen von Einsamkeit zeigt sich, dass emotionale Einsamkeit häufiger verbreitet ist als soziale Einsamkeit (Steinmayr et al. 2024). Junge Menschen, die sich in prekären Lebensverhältnissen befinden, insbesondere solche, die unter finanziellem Druck stehen, wurden als besonders vulnerable Gruppe identifiziert (Neu et al. 2023; Schlack et al. 2023; Luhmann 2023).

Obwohl Einsamkeit weit verbreitet und mit gesundheitlichen sowie schulischen Problemen im Kindes- und Jugendalter verbunden ist, gibt es bislang nur wenige langfristige Studien, die das Thema „Einsamkeit bei jungen Menschen“ unabhängig von der Pandemie untersuchen. Die Betrachtung ist aber von hoher Relevanz, da sich Einsamkeit nicht nur auf individueller Ebene auswirkt, sondern auch negative Folgen für die Demokratie hat, etwa durch ihre Auswirkung auf das politische Wahlverhalten (Langenkamp 2021; Langenkamp und Bienstman 2022; Neu et al. 2023). Darüber hinaus zeigt Einsamkeit bei jungen Menschen eine signifikante positive Korrelation mit der Neigung zu Verschwörungsdenken, der Akzeptanz politischer Gewalt sowie der Neigung zu autoritären Einstellungen (Neu et al. 2023).

Hinsichtlich des Umgangs mit Einsamkeit weisen verschiedene Studien auf unterschiedliche individuelle Strategien hin. Neu et al. (2023) verdeutlichen in ihrer Forschung, dass junge Menschen Einsamkeitserfahrungen individualisieren und somit auch Lösungsstrategien eher im Individuum gesucht werden.

Genannt wurden hier bspw. die Ignoranz der Einsamkeit, mehr verbrachte Zeit online, Selbstreflexion oder die Suche nach professioneller Hilfe. Allen identifizierten Strategien ist gemeinsam, dass ihre Wirksamkeit von den Befragten als gering eingeschätzt wird (Neu et al. 2023). Auch Luhmann (2023) identifiziert individuelle Lösungsstrategien in Bezug auf sozialen Rückzug durch weniger verbrachte Zeit mit Freundinnen und Freunden oder sportlichen Aktivitäten. Als Schlüsselfaktor für die Minderung von Einsamkeit bei Jugendlichen gelten enge Freundschaften (Luhmann 2023).

Freundschaftsnetzwerke spielen im Kindes- und Jugendalter eine entscheidende Rolle, auch in Bezug auf die Entstehung und Prävention von Einsamkeit. Während Kinder anfangs eher einfache Vorstellungen von Fairness haben, entwickeln sie mit zunehmendem Alter ein komplexeres Verständnis von Freundschaften und den Perspektiven und Bedürfnissen anderer. Auch die Erwartungen an Freundschaften verändern sich: Während sie in der Kindheit vor allem durch gemeinsame Aktivitäten geprägt sind, gewinnen später Austausch und gegenseitige Unterstützung zunehmend an Bedeutung (Steinberg und Morris 2001). In der Adoleszenz ersetzen Freundschaften zunehmend die Eltern als wichtigste Bezugspersonen. Jugendliche vertrauen sich eher ihren Freundinnen und Freunden an als ihren Eltern und nutzen Freundschaften, um eine unabhängige Identität zu entwickeln, die auf gemeinsamen Interessen basiert (Jones et al. 2014). Diese enge Bindung zu Gleichaltrigen kann Einsamkeit abmildern, da sie den Jugendlichen emotionale Unterstützung bietet und ihnen hilft, mit den Herausforderungen der Adoleszenz besser umzugehen. Zudem dienen Freundschaften als Übungsfeld für spätere Liebesbeziehungen, in dem Kommunikation und Konfliktbewältigung ausprobiert werden. Studien zeigen, dass die Qualität von Freundschaften in der Kindheit mit Bindungsverhalten in späteren romantischen Beziehungen korreliert (Fraley et al. 2013), was darauf hinweist, dass stabile Freundschaften in der Jugend auch langfristig vor emotionaler Einsamkeit schützen können. So unterstützen Freundschaften besonders bei Entwicklungsübergängen, indem sie helfen, diese zu bewältigen, und somit eine Quelle der emotionalen Stabilität bieten (Howes 1996). Freundschaften haben demnach

einen Einfluss auf die soziale emotionalen Fähigkeiten und wirken nicht nur als schützender Faktor gegen Einsamkeit, sondern fördern auch die Entwicklung sozialer Kompetenzen, die hilfreich sind, um Isolation und emotionale Entfremdung zu vermeiden.

Wie der bereits dargestellte Forschungsstand verdeutlicht, hat auch das Familiennetzwerk Einfluss auf das Einsamkeitsempfinden von Kindern und Jugendlichen. Das Einsamkeitserleben von Eltern und ihren Kindern rückte insbesondere im Zuge der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Einschränkungen sozialer und kultureller Teilhabemöglichkeiten in den Fokus von Forschung und Öffentlichkeit. Deutlich wurde dabei, dass die Schließungen von Bildungs- und Betreuungseinrichtungen, von öffentlichen Plätzen und Freizeitaktivitäten sowie die zum Teil strengen Kontaktbeschränkungen für Familien eine besondere Belastungssituation bedeuteten. Die Einschränkungen durch den Mangel an Kontakten zu wichtigen Personen, das Ausbleiben bedeutender Ereignisse und das Unvermögen, bestimmte Momente zu erleben, werden von den Kindern und Jugendlichen als psychisch belastend wahrgenommen (Andresen et al. 2023). Eltern aus Haushalten mit schwierigen finanziellen Verhältnissen berichten dabei häufiger von Einsamkeitserfahrungen ihrer Kinder (Langmeyer et al. 2020).

Insgesamt wird zur Lage jüngerer Menschen in Pandemiezeiten betont, dass die Pandemie wie ein Brennglas wirkte und bereits vorhandene Problemlagen stärker sichtbar gemacht oder gar verschärft habe (Holz und Richter-Kornweitz 2020a; Holz und Richter-Kornweitz 2020b; Heinrich und Volf 2022). Das heißt, es handelt sich nicht um neu aufgetretene Phänomene, die im Zuge zu Ende gegangener Maßnahmen an Relevanz verlieren. Dies gilt auch für das Thema „Armut“ und seine kurz- und langfristigen Folgen. Im Folgenden wird der Zusammenhang von Armut und Einsamkeit weiter beleuchtet.

## 2.3 Armut als Risikofaktor für Einsamkeit

In den sozialwissenschaftlichen Diskussionen gibt es verschiedene Definitionen von Armut. Grundsätzlich wird zwischen absoluter und relativer Armut unterschieden. Absolute Armut bezieht sich auf das Unterschreiten eines physischen Existenzminimums, unabhängig von lokalen Bedingungen. Menschen in absoluter Armut sind nicht in der Lage, grundlegende Güter wie Nahrung, Wasser, Kleidung und Unterkunft zu sichern (Schuwey und Knöpfel 2014).<sup>2</sup> Im Gegensatz dazu wird bei relativer Armut die Armutsgrenze in Verhältnis zu den durchschnittlichen Lebensbedingungen einer Gesellschaft gesetzt. Im Rahmen dieses Armutverständnisses wird eine Person als arm betrachtet, wenn sie hinsichtlich ihrer vorhandenen Ressourcen oder der tatsächlichen Versorgung einen festzulegenden Wert einer Verteilung nicht erreicht (Butterwegge 2018). Diese Sichtweise betrachtet Armut als Ausdruck sozialer Ungleichheit.

Die verschiedenen Verständnisse von Armut sind von verschiedenen Armutskonzepten geprägt. Als zentrale Konzepte gelten:

- Mangel an Ressourcen (Ressourcenansatz)
- Unterschreiten eines Lebensstandards
- Unterversorgung in Lebensbereichen (Lebenslageansatz)
- Fehlende Verwirklichungschancen (Capability Approach)
- Soziale Exklusion (Dittmann und Goebel 2018)

Obwohl die Komplexität von Armut anerkannt wird, orientieren sich politische Definitionen häufig an materiellen Kriterien wie Einkommen und Vermögen. In der EU gilt als armutsgefährdet, wer weniger als 60 % des nationalen Median-

<sup>2</sup> Eine universelle Definition absoluter Armut ist nicht realisierbar, da das Risiko des physischen Überlebens in Zusammenhang mit Armut von individuellen Merkmalen der Betroffenen wie etwa Alter, Geschlecht oder Gesundheitszustand abhängt.

Haushaltseinkommens hat. Eine andere verbreitete Definition orientiert sich am sozialen Existenzminimum: Personen unter diesem Minimum gelten als arm. Der (relative) Mangel an finanziellen Ressourcen ist genuiner Bestandteil des in Industrienationen verbreiteten Konzepts der Einkommensarmut und unmittelbar mit Einschränkungen bei der sozialen Teilhabe verbunden (Böhnke 2008; Böhnke und Link 2017; Eckhard 2018; Dittmann und Goebel 2022).

In Hinblick auf Einsamkeit wird Armut bereits seit den 1980er-Jahren als ein wichtiger Faktor angesehen, der das Risiko von Einsamkeit erhöht und die soziale Teilhabe stark einschränkt. Böhnke und Link (2017) stellen fest, dass Armut nicht nur die sozialen Netzwerke beeinflusst, sondern auch die Möglichkeiten zur gesellschaftlichen Teilnahme reduziert, wodurch soziale Isolation wahrscheinlicher wird.<sup>3</sup> Auch internationale Studien zeigen, dass mit steigendem Armutgrad nicht nur die sozialen Kontakte abnehmen, sondern auch das Zugehörigkeitsgefühl zur Gemeinschaft. Armut erhöht zudem die Wahrscheinlichkeit, Stigmatisierung zu erfahren, was die gesellschaftliche Teilhabe der Betroffenen zusätzlich erschwert (Stewart et al. 2009). Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass Armut und Einsamkeit in einem komplexen, wechselseitigen Verhältnis stehen. Die zentralen Mechanismen, durch die Armut Einsamkeitsgefühle erzeugt, lassen sich wie folgt zusammenfassen:

- **Geringere Teilhabemöglichkeiten:** Armutbetroffene Menschen haben eingeschränkte Möglichkeiten zur Teilnahme am sozialen und kulturellen Leben, was ihre sozialen Kontakte reduziert (Machielse 2006). Finanzielle Barrieren machen es schwierig, an Aktivitäten teilzunehmen, die mit Kosten verbunden sind.
- **Verlust von Erwerbsarbeit:** Der Verlust eines Arbeitsplatzes führt nicht nur zu finanziellen Schwierigkeiten, sondern auch zu einem Verlust an sozialen Beziehungen, da der Arbeitsplatz oft eine wichtige Quelle sozialer Interaktion

<sup>3</sup> Sie merken jedoch an, dass die Auswirkungen über einen längeren Zeitraum hinweg weniger stark sind, als es die Ergebnisse von Querschnittsstudien vermuten lassen.

darstellt. Dies kann das Risiko von Armut und Einsamkeit erhöhen.

- **Scham und soziale Ängste:** Personen in Armut empfinden häufig Scham über ihre Situation, was zu einem Rückzug aus sozialen Kontakten führt (Brinkmann 1984; Damelang und Kloß 2013). Scham kann auch aus der Wahrnehmung resultieren, den gesellschaftlichen Standards nicht zu entsprechen, z. B. durch unzureichende Wohnverhältnisse.
- **Negative mentale Zustände:** Armut kann mit mentalen Zuständen wie Pessimismus und Isolation einhergehen (Hradil 2001). Diese negativen Einstellungen fördern soziale Isolation und hindern betroffene Personen daran, aktiv soziale Kontakte zu knüpfen und ihre Lebenssituation zu verbessern.
- **Verminderte gesellschaftliche Teilhabe:** Armut führt nicht nur zu einem Rückgang sozialer Kontakte, sondern auch zu einem geringeren Engagement in Gemeinschaftsprojekten und einer schwächeren Identifikation mit der Gesellschaft. Studien zeigen, dass armutsbetroffene Menschen weniger in lokale Initiativen eingebunden sind, was zu einem Gefühl der Entfremdung von ihrem Umfeld führt (Stewart et al. 2009).
- **Interdependenz von Armut und Isolation:** Es besteht ein wechselseitiger Zusammenhang zwischen Armut, sozialer Isolation und einem sinkenden Zugehörigkeitsgefühl zur Gemeinschaft. Soziale Isolation kann die Armutslage verschärfen, was einen Teufelskreis erzeugt, der schwer zu durchbrechen ist (Samuel et al. 2018). Diese Mechanismen verdeutlichen, wie komplex die Beziehung zwischen Armut und Einsamkeit ist und wie soziale, psychologische und gesellschaftliche Faktoren miteinander interagieren.<sup>4</sup>

Wie bereits dargestellt, sind von Armut gefährdete Jugendliche besonders vulnerabel für Einsamkeit. Während bei armutsbetroffenen Erwachsenen der pandemiebedingte Anstieg der Einsamkeit (die sich ohnehin auf einem hohen

<sup>4</sup> Aspekte eingeschränkter materieller und sozialer Ressourcen können sich selbstverständlich überlappen und gegenseitig beeinflussen. Soziale Netzwerke können bspw. finanzielle Einschränkungen abfedern oder den Ausstieg aus der Armut (z. B. durch Beziehungen zu Arbeitgebenden) erleichtern.

Niveau befand) weniger ausgeprägt war als bei nicht armutsbetroffenen Erwachsenen (Dittmann und Goebel 2022), wird für junge Menschen vulnerabler Gruppen eine abweichende Entwicklung berichtet: Die Studien „Kind sein in Zeiten von Corona“ (Langmeyer et al. 2020) sowie die KiCo- und JuCo-Studien (Andresen et al. 2020a, 2020b) als auch die COPSY-Studie (Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf) verdeutlichen, dass insbesondere ohnehin vulnerable Kinder und Jugendliche im Zuge der Corona-Maßnahmen verstärkt von Einsamkeit betroffen waren. Dies belegt etwa auch die durch das Robert Koch-Institut (RKI) veröffentlichte Meta-Studie zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Pandemizeiten (Schlack et al. 2023). Konkret zu armutsbetroffenen Familien in der Pandemie berichtet eine österreichische Studie, dass mehr als die Hälfte der befragten Eltern (57 %) angaben, bei ihren Kindern eine Zunahme der Einsamkeit zu beobachten (Volkshilfe 2023). Armut führt bei Kindern und Jugendlichen u. a. zu sozialem Rückzug und Deprivation (Damelang und Kloß 2013).

Im Rahmen der KNE Expertise „Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen im Kontext von Schule“ (Schütz und Bilz 2024) konnte festgestellt werden, dass junge Menschen aus Familien mit niedrigerem Wohlstand mit 16,3 % deutlich höhere Einsamkeitswerte aufweisen als junge Menschen aus Familien mit höherem Wohlstand. Armut schränkt deren soziale Teilhabe ein, was negative Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl und das soziale Leben hat.

Trotz der sich verbessernden Studienlage ist eine längsschnittliche Betrachtung der Wechselwirkung von Einsamkeit und Armut bei Kindern und Jugendlichen und dessen Folgen bisher nicht erfolgt. Ziel der vorliegenden Auswertung ist es, den Mehrwert einer einsamkeitssensiblen Armutsforschung zu skizzieren und herauszuarbeiten, welche Formen von lebensphasenspezifischer Armut und Einsamkeit sich bei Kindern und Jugendlichen zeigen, um so auf mögliche Folgen für das spätere Leben aufmerksam zu machen.

### 3 Die AWO-ISS-Langzeitstudie: Kurzbeschreibung und Lebenslagenkonzept

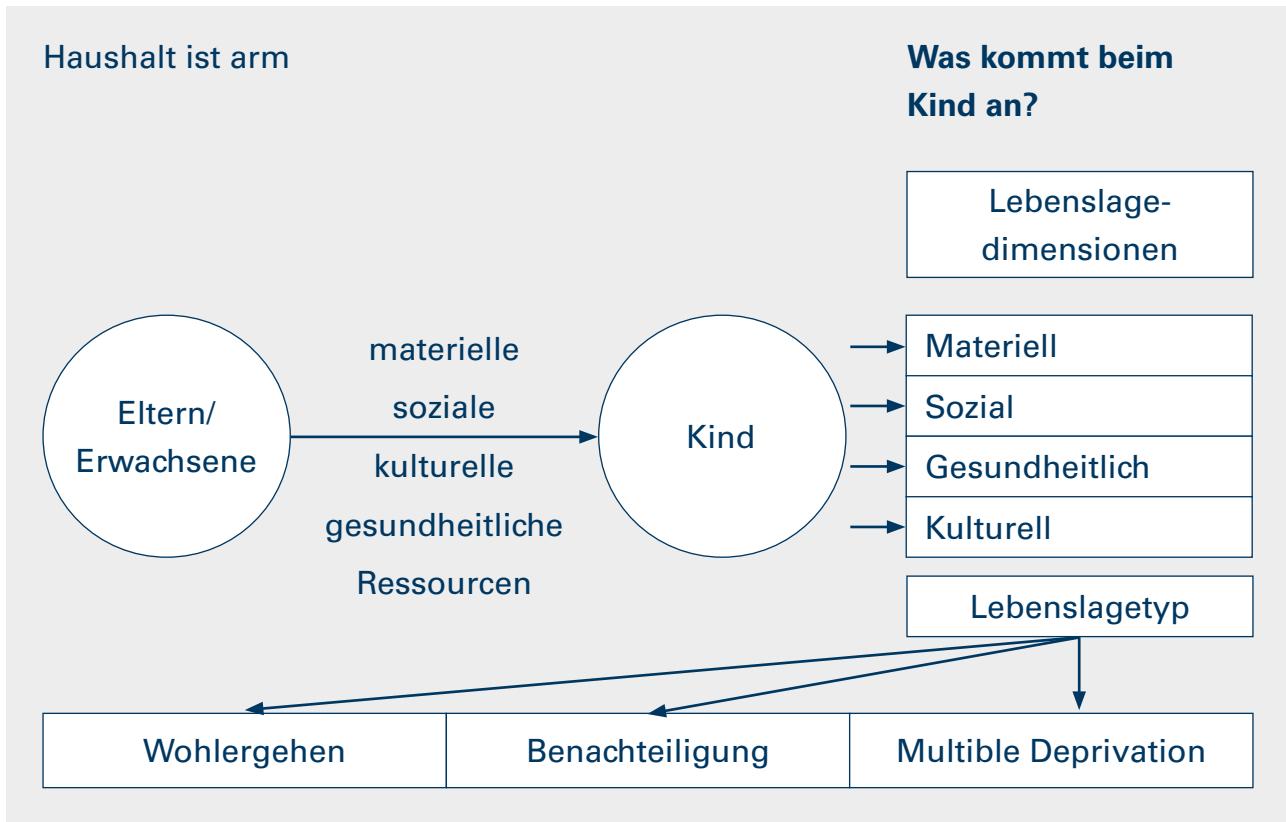
Die AWO-ISS-Langzeitstudie stellt eine empirische Untersuchung in Deutschland dar, die die Zusammenhänge und Wechselwirkungen zwischen der Einkommensarmut von Familien und den Lebensbedingungen von Kindern während entscheidender Übergangsphasen vom sechsten Lebensjahr bis zum jungen Erwachsenenalter (25/26 Jahre) analysiert. Seit 1997 wurden insgesamt sechs Studienphasen durchgeführt, deren Erhebungszeitpunkte sich an den wesentlichen Übergängen im Kindes- und Jugendalter sowie den damit verbundenen Entwicklungsaufgaben orientieren. Ein bedeutender Beitrag dieser Studie ist das zugrundeliegende mehrdimensionale Armutverständnis, welches aus der Perspektive der Betroffenen entwickelt wurde und in allen Phasen der Untersuchung empirisch Anwendung fand. Folgen finanzieller Armut (= relativer Einkommensarmut des Haushalts) von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen werden anhand des sogenannten Lebenslagenkonzepts untersucht (Hock et al. 2000b). Dabei geht es um die Frage, was unter Armutbedingungen des Haushalts<sup>5</sup> beim Kind/Jugendlichen/jungen Erwachsenen ankommt, d. h. welche altersspezifischen Teilhabemöglichkeiten und Ressourcen in verschiedenen Lebensbereichen vorhanden sind (vgl. Abbildung 1).

Unterschieden werden vier Lebensagedimensionen, die den Alltag und die Zukunftschancen der jungen Menschen grundlegend prägen: die materielle, die soziale, die gesundheitliche und die kulturelle Lage. Jede dieser Lebensagedimensionen besteht aus einer Reihe spezifischer Indikatoren, die auf Basis theoretischer und altersspezifischer Erkenntnisse aus der Forschung festgelegt wurden. Wird eine Kumulation von Benachteiligungen in einer Indikatorgruppe festgestellt, wird dabei von Einschränkungen oder „Auffälligkeiten“

<sup>5</sup> Gemeint ist das relative Einkommensarmutskonzept, d. h. ein nach der OECD-Definition äquivalenzgewichtetes Haushaltseinkommen unter der 60 %-Grenze des Medianeinkommens der Gesamtbevölkerung und/oder der Bezug von sozialen Mindestsicherungsleistungen.

in der betreffenden Lagedimension gesprochen. Liegen in einer oder zwei der Lebenslagedimensionen Auffälligkeiten vor, wird dies als „Benachteiligung“ bezeichnet, bei sogar drei oder allen vier Dimensionen als „multiple Deprivation“. Als „im Wohlergehen“ wird ein junger Mensch dann klassifiziert, wenn in keinem der vier Bereiche Auffälligkeiten beobachtet werden. Die Klassifikation in „im Wohlergehen“, „Benachteiligung“ oder „multiple Deprivation“ wird als „Lebenslagetyp“ bezeichnet.

Abbildung 1: Das kindsbezogene Armutskonzept der AWO-ISS-Langzeitstudie



Quelle: Hock et al. 2000b, S. 12f.

Neben der Frage nach den Folgen (familiärer) Einkommensarmut liegt ein Fokus der Studie auf der Frage der Bewältigungsressourcen zur Überwindung von Armut(sfolgen) und der Rolle und Verfügbarkeit sozialer Hilfen im Lebensverlauf.

### 3.1 Methodik

Die AWO-ISS-Langzeitstudie ist als Panelstudie angelegt, d. h. in allen Studienphasen (insgesamt sechs an der Zahl) waren jeweils dieselben Kinder und Jugendlichen Zielgruppe der Untersuchung, wenngleich aufgrund von Ausfällen (Nichtteilnahme oder Nichterreichbarkeit) mit jeder Studie eine geringere Fallzahl erreicht wurde. Die Chance einer solchen Studie liegt darin, dass nicht nur Momentaufnahmen der Lebenssituation möglich sind, sondern auch längerfristige „Wirkungen“ und Verläufe nachgezeichnet werden können. Insbesondere die wiederholte qualitative Befragung von fünf Kindern im Zeitraum von ca. 20 Jahren (von 6 bis 26 Jahren) bietet dabei besonderes Potenzial, um z. B. nachzuvollziehen, wie Prozesse sozialen Ausschlusses sich nach und nach verfestigen, aber auch aufgebrochen werden können.

In der **ersten** Phase der Studie (1997–2000) teilte sich die Erhebung in eine qualitative und quantitative Vorgehensweise, um das Thema sowohl anhand von Fallbeispielen als auch durch eine große Zahl von Fällen zu analysieren (Hock et al. 2000a). Zunächst wurden systematische Fallbeispiele mit Hilfe von Umfeldbefragungen für zehn Kinder erstellt. Daran anschließend wurden Daten von 893 Kindern in 60 Kindertagesstätten der AWO erhoben. Diese Einrichtungen waren bundesweit verteilt, und die Informationen zu den Lebensbedingungen und Zukunftsperspektiven der Kinder wurden aus der Perspektive der Erzieherinnen und Erzieher gewonnen. Untersuchungsleitend war die Frage, wie sich Armut im Vorschulalter (ca. 6 Jahre) auf die Entwicklung der Kinder auswirkt. Dabei wurden die Lebenslagen und die Entwicklung von armen Kinder mit denen der ökonomisch bessergestellten Heranwachsenden verglichen. Ergänzend dazu wurden Daten zu den sozialstrukturellen Rahmenbedingungen der Kinder erhoben und ausgewertet.

In der **zweiten** Studienphase (2000–2002) wurden die zuvor gewonnenen Erkenntnisse, die sowohl aus Eltern- als auch aus Kindersicht stammten, vertieft (Holz und Skoluda 2003). Für die quantitative Analyse wurden die Kinder selbst und ihre Eltern befragt. Es konnten 107 erfolgreiche Befragungen durchgeführt werden. Dafür wurden sowohl Eltern- als auch Kinderfragebögen ausgeteilt. Die Kinder erhielten Fragen zum Familienklima, Freizeitverhalten und zur schulischen Leistung. Der Elternfragebogen enthielt altersunabhängige soziostrukturelle Fragen wie Bildungshintergrund, Beruf, Familienstand, Wohnung, Einkommen, Lebensstandard und Erwerbsstatus, aber auch Fragen zum sozialen Netzwerk und zur Nutzung sozialer Hilfen. Neben der quantitativen Vorgehensweise beruht die qualitative Vorgehensweise der Vertiefungsstudie auf 27 Interviews mit 8-jährigen Kindern und ihren Familien. Dabei wurden Forschungsfragen zum Bewältigungsverhalten der Kinder, den verfügbaren Ressourcen und den von ihnen entwickelten Kompetenzen sowie zur Resilienz von Kindern in Armut systematisch untersucht. Auch in der qualitativen Vorgehensweise wurden sowohl die Eltern als auch die Kinder interviewt. Ausgewählt wurden die Kinder anhand verschiedener Kombinationen der Armutsbetroffenheit und Lebenslagetypen. Fünf der Kinder wurden im Bericht als Fallbeispiele ausführlich beschrieben.

Die **dritte** Studienphase (2003–2005) richtete den Fokus auf Armut bei Kindern im Übergang zu weiterführenden Schulen<sup>6</sup> (Holz et al. 2006). In dieser ersten Wiederholungsbefragung der Kinder und ihrer Eltern wurden quantitative Daten von 500 inzwischen 10-jährigen Kindern erhoben. Die Fragen wurden teilweise aus der 2. AWO-ISS-Studie unverändert oder nur leicht angepasst übernommen. Neue Fragen umfassen den sozialen und kulturellen Bereich der Kinder in Form von Devianz, Noten, Berufswünschen, Nutzung von Musikinstrumenten, Hausaufgabenbetreuung und Nachhilfe, Wohlbefinden usw. Der Elternfragebogen wurde durch Fragen nach dem Gesundheitsbewusstsein, zu Infor-

<sup>6</sup> Hier sei angemerkt, dass sich das Ende der Grundschulphase in der Studie auf die vierte Klasse bezieht.

mationsmedien, Werten, Perspektiven oder auch deren Zielen ergänzt. Darüber hinaus wurden die Lebensverläufe von zehn Kindern qualitativ analysiert (Holz et al. 2006).

In der **vierten** Phase (2009–2012) lag der Schwerpunkt der Untersuchung auf Armut am Ende der Sekundarstufe I (Laubstein et al. 2013). An dieser zweiten Wiederholungsbefragung nahmen 449 mittlerweile 16- bis 17-jährige Jugendliche sowie deren Eltern teil. Dadurch konnten die Lebenssituation und die persönliche Entwicklung armer und nicht armer Kinder etwa 5 Jahre später erneut betrachtet werden. Die quantitativen Daten wurden durch Lebensbiografien von 14 Jugendlichen ergänzt.

In der **fünften** Phase (2017–2020) wurden 205 mittlerweile 25-jährige Studienteilnehmende erneut befragt (Volf et al. 2019). Der zentrale Fokus lag auf der empirischen Analyse der Armutserfahrungen in Kindheit und Jugend, den Übergängen ins junge Erwachsenenalter sowie den aktuellen Lebensbedingungen junger Erwachsener. Die quantitativen Daten wurden durch 23 qualitative Interviews erweitert. Zudem wurden vier Lebensgeschichten, die seit 1999 intensiv verfolgt wurden, in Form von biografischen Leitfadeninterviews rekonstruiert.

In der **sechsten** Phase (2020–2021) wurden sowohl die Erkenntnisse über den Übergang von der Jugend ins junge Erwachsenenalter vertieft als auch die Auswirkungen der Armutserfahrungen in der Kindheit und Jugend auf die Bewältigung der Corona-Krise im Alter von 28 Jahren untersucht (Heinrich und Volf 2022). Zu diesem Zweck wurden zwischen August 2020 und Februar 2021 acht Studienteilnehmende mehrfach telefonisch interviewt. Mit fünf der Befragten wurden im Februar 2021 zusätzliche biografische Interviews mit Fokus auf die Rolle und Wahrnehmung von Armutserfahrungen beim Übergang ins junge Erwachsenenalter umgesetzt. Das Besondere an dieser Studienphase war, dass es sich um eine Begleitforschung handelte, d. h. die jungen Menschen wurden in ca. monatlichen Abständen zu ihrer Lebenssituation und ihren Empfindungen befragt. Dadurch öffneten sich die Befragten zum Teil stärker, als es in den vor-

herigen Studienphasen der Fall war. In einem abschließenden Interview berichteten die jungen Erwachsenen u. a. über die Wahrnehmung sozialer Unterstützung im Laufe ihres Lebens. Die Studienergebnisse basieren somit neben den quantitativen und qualitativen Daten aus den vorherigen Phasen auf 29 Interviews.

## 3.2 Ergebnisse

Die übergreifenden Ergebnisse der Studie zeigen: In allen untersuchten Altersphasen erhöht Einkommensarmut in der Familie grundlegend das Risiko, in mehreren Lebensbereichen mit Einschränkungen zu leben, d. h. multipel depriviert zu sein. Umgekehrt findet das Leben ohne Armut zumeist im Wohlergehen statt. Die Ergebnisse späterer Studienphasen zeigen zusätzlich, dass sich die Zusammenhänge zwischen Armut und multipler Deprivation mit der Dauer der Armut im Lebensverlauf verstärken. Eine kurze Armutsepisode in der Kindheit ist entsprechend kaum mehr mit einer Einschränkung mehrerer Lebensbereiche in der Jugend verknüpft.

Wenngleich die Studie ein breites Spektrum an empirischen Erkenntnissen beinhaltet, wurden diese bisher noch nicht dezidiert entlang der Frage zusammengefasst, inwiefern Armut im jungen Lebensalter (ab 6 bis unter 30 Jahren) ein Risikofaktor für Einsamkeit darstellt. Dieser Frage widmen sich die folgenden Ausführungen.

### 3.3 Schnittstelle Einsamkeit

In den verschiedenen Studienjahren wurde wiederkehrend auch die Zusammensetzung des sozialen Netzwerks erfragt. So wird die Lebenssituation der Familie u. a. in Bezug auf soziale und kulturelle Kompetenzen, emotionale Zuwendung und Familiengröße sowie das private Umfeld und Netzwerk als Einflussfaktoren für die konkrete Lebenslage der Kinder und Jugendlichen gewertet. In späteren Studienphasen wurden auch Einsamkeitserfahrungen dezidiert erfasst. Um die lebensphasenspezifischen Einsamkeitsbelastungen von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen darzustellen, wird im Folgenden auf methodische Schnittstellen der Studien in Bezug auf Einsamkeit eingegangen.

In der **ersten** Studienphase wurden keine Indikatoren der Einsamkeit im Vorschulalter dezidiert abgefragt. Stattdessen finden sich dort aber verschiedene Indikatoren der sozialen Einbindung und/oder des sozial-emotionalen Verhaltens. Soziale Kontakte und soziale Kompetenzen werden als Dimension der Lebenslage des Kindes verstanden. Darunter fallen die Familiengröße, Kontaktintensität mit anderen Kindern in der Kindertagesstätte sowie durchgeführte familiäre Aktivitäten.

In der **zweiten** Studie wird das soziale Netzwerk der Kinder differenzierter betrachtet. In der quantitativen Analyse finden sich im Eltern- und Kinderfragebogen Verweise und konkrete Nachfragen auf die Beschaffenheit des sozialen Netzwerks. Neben der Familiengröße, Interaktionen mit dem Kind in Form von gemeinsamen Aktivitäten (Elternfragebogen) oder der Einschätzung von Freundschaften des Kindes seitens der Eltern werden die Kinder selbst nach ihrem Freundeskreis, ihrer Freizeitgestaltung oder gemeinsamen Aktivitäten mit den Eltern befragt. Für die Klassifikation der Lebenslagen der Kinder wurden verschiedene Bereiche operationalisiert. In Hinblick auf Einsamkeit ist besonders der soziale Bereich interessant.

Tabelle 1: Operationalisierung sozialer Bereich

Bereich	Einbezogene Aussagen	Definition von „Auffälligkeiten“
<b>(1) Sozialer Bereich</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kind hat keine Freunde (E 16) (1 Minuspunkt)</li> <li>• Kind kann keine Freunde mit nach Hause bringen (K 13) (1 Minuspunkt)</li> <li>• Letzter Geburtstag wurde nicht gefeiert (K 16) (1 Minuspunkt)</li> <li>• Keine Vertrauensperson (Kind geht zu niemandem, wenn etwas schiefgegangen ist) (K 22) (1 Minuspunkt)</li> <li>• Kind kann weniger gut in der Gruppe spielen (E 9) (0,5 Minuspunkt)</li> <li>• Kind kann weniger gut auf andere Kinder zugehen (E 9) (0,5 Minuspunkt)</li> </ul>	„Auffällig ist“, wer mindestens einen Minuspunkt erreicht.

Quelle: Holz und Skoluda 2003, S. 15

Durch die schriftliche Befragung werden demnach die Bereiche Kontakte, Kontaktmöglichkeiten und soziales Verhalten abgefragt. Auffälligkeiten werden nach Tabelle 1 definiert. Auch in den qualitativen Interviews werden die Kinder nach einer Beschreibung ihres sozialen Netzwerks gefragt.

Im Anschluss an die vorangegangenen Studien wird Einsamkeit auch in der **dritten** Studienphase nicht direkt erfasst und untersucht, sondern lediglich indirekt durch verschiedene Merkmale im Rahmen der Operationalisierung der sozialen Lage berücksichtigt. Aufgegriffen werden dabei erneut Aktivitäten mit Eltern und außerfamiliäre Kontakte sowie die Sozialkompetenzen des Kindes.

Diesmal werden aber auch Vereinsmitgliedschaften, die Möglichkeit, andere Kinder mit nach Hause zu nehmen, das Freundschaftsnetzwerk des Kindes sowie normabweichendes Sozialverhalten erfasst (Holz et al. 2006). Zudem werden soziale Schutzfaktoren erhoben und durch Familienaktivitäten, das Netzwerk des Kindes, das Netzwerk der Eltern und das schulische Umfeld operationalisiert. Diese Indikatoren verbessern das Verständnis möglicher Einsamkeitsbelastungen der Kinder.

Auch in der **vierten** Wiederholungsstudie werden ähnliche Fragen wie in den Vorgängerstudien verwendet. Für die Erfassung der sozialen Lebenslage wird erneut zwischen sozialen Ressourcen sowie Sozialverhalten und verhaltensrelevanten Sozialkompetenzen unterschieden. Als Merkmale der sozialen Ressourcen werden geringe Unterstützungsressourcen der Eltern, wenig positive Beziehungsmerkmale zu den Eltern, wenig Positivmerkmale der Freundschaften, wenig Positivmerkmale der Clique, geringe Unterstützung durch Partnerinnen und Partner und keine externen Unterstützungsnetzwerke operationalisiert (Laubstein et al. 2013). Im Vergleich zu vorherigen Studien wurden in der vierten Studienphase das erste Mal psychosomatische Symptome unterschieden. Eine Ausprägung stellt dabei das Einsamkeitsgefühl dar. Damit sind erstmals direkte Zusammenhänge zwischen Einsamkeit und der Armutslage von Kindern und Jugendlichen möglich.

In der **fünften** Studienphase wird erneut die soziale Lage durch verschiedene Faktoren operationalisiert. Dabei wird jedoch nicht mehr zwischen sozialen Ressourcen und verhaltensrelevanten Sozialkompetenzen unterschieden, sondern in familiäre und außfamiliäre Beziehungen, Unterstützungsressourcen im sozialen Umfeld, Partnerschaften sowie die Teilhabe an Gemeinschaftsaktivitäten. Den verschiedenen Merkmalen sind weitere Indikatoren untergeordnet, die Aufschluss über ein mögliches Einsamkeitsempfinden geben (z. B. das Vorhandensein eines guten Freundes/einer guten Freundin, der/die einen anerkennt und akzeptiert) (Volf et al. 2019). Die direkte Frage nach dem Einsamkeitsgefühl aus der vorherigen Studienphase wird in dieser Untersuchung nicht mehr aufgegriffen.

Die **sechste** Studienphase zeichnet sich durch die Verwendung qualitativer Interviews aus, wodurch die Erfassung der verschiedenen Lebenslagen, darunter die soziale Lage, wegfällt. Im Fokus der Interviews stehen Fragen nach den Bewältigungshandlungen im Jugendalter, die u. a. folgende Fragen umfassen: Wie haben sich die jungen Menschen bei Problemen verhalten, die in ihrem Leben am Übergang von der Jugend ins junge Erwachsenenalter aufgetreten sind? Wie begründen sie ihr Handeln? Welche Rolle spielte dabei aus ihrer Sicht familiäre Armut? Welche Bedeutung hatte für sie die soziale Infrastruktur? Welche Erfahrungen hatten sie mit verschiedenen Angeboten der sozialen Hilfen? Auf welche Ressourcen konnten die jungen Menschen beim Übergang ins junge Erwachsenenalter zurückgreifen? Worauf führen die jungen Menschen (eher) unglückliche Erfahrungen zurück? Auch das Erleben und die Bewältigung der Corona-Krise sollen durch die Interviews in Erfahrung gebracht werden, wobei Fragen nach den Auswirkungen der Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie auf den Alltag, der finanziellen Situation, den Lebenslagen, den größten Problemen, den Resilienzfaktoren und den Anpassungs- sowie Bewältigungsstrategien gestellt werden. Hinsichtlich der Einsamkeitserfahrungen sind besonders folgende Fragen interessant: Inwiefern gelingt es den jungen Menschen, positive Perspektiven für sich zu entwickeln und realistisch aufrechtzuerhalten? Inwiefern wurden soziale und/oder institutionelle Unterstützungsangebote in Anspruch genommen? Wie haben sich Beziehungen und Kontakte zu sozialen Diensten unter Corona-Bedingungen verändert? Auch wenn keine konkreten Fragen zum Einsamkeitsempfinden der Befragten gestellt werden, stellt die Studie die Vulnerabilität junger Menschen am Übergang ins Erwachsenenalter in Form eines Anstiegs psychischer Symptome in den Vordergrund. Durch die pandemiebedingten Maßnahmen ergaben sich höhere Belastungen für Einsamkeit, Ängste und Depressivität, welchen Personen mit niedrigem Status und ökonomischen Unsicherheiten im besonderen Maße ausgesetzt sind. Armutsbetroffene Personen sind demnach stärker bei Krisen von psychischen Symptomen betroffen, was der Untersuchung zugrundegelegt wird (Heinrich und Volf 2022).

Auf den folgenden Seiten werden zunächst die Erkenntnisse der Studie bezüglich der verschiedenen Lebensphasen präsentiert. Ein besonderer Fokus wird dabei auf die Erfassung von Einsamkeit in den unterschiedlichen Entwicklungsphasen von Kindern und Jugendlichen gelegt. Dabei wird untersucht, wie sich Einsamkeit in den einzelnen Lebensabschnitten manifestiert und welche individuellen sowie sozialen Faktoren dabei eine Rolle spielen. Zuletzt werden die beschriebenen Ergebnisse zusammengefasst und mit Blick auf Präventionsstrategien sowie auf offene Forschungsfragen diskutiert. Besonders die Frage, wie Einsamkeit in den verschiedenen Lebensphasen besser erfasst und langfristig wirksam adressiert werden kann, stellt eine zentrale Herausforderung für zukünftige Studien und Interventionen dar.

## 4 Ergebnisse der AWO-ISS-Langzeitstudie

Die Ergebnisse der AWO-ISS-Langzeitstudie bieten aufgrund des umfassenden Fundus an sowohl qualitativen als auch quantitativen Daten zur Lebenssituation von Kindern einen wertvollen Einblick, nicht nur auf die Rahmenbedingungen ihres Aufwachsens, sondern auch auf vorhandene Bewältigungsressourcen von Armutslagen. Im Folgenden wird einerseits dargelegt, wie sich verschiedene Risikofaktoren für Einsamkeit – d. h. vor allem Aspekte sozialer Teilhabe – nach Armutsbetroffenheit in Kindheit, Jugend und jungem Erwachsenenalter unterscheiden. Andererseits kann anhand der qualitativen Fallbeispiele illustriert werden, wie das Leben in Armut und mit multiplen Problemlagen in soziale Isolation und Einsamkeit münden kann.

„Einsamkeit“ selbst wurde in den späteren Studienphasen empirisch erfasst, allerdings als einer von vielen quantitativen Indikatoren für „psychosomatische Symptome“ im Bereich der gesundheitlichen Lage. Dies liegt daran, dass das zugrundeliegende Konzept der Erfassung von psychosomatischen Symptomen

u. a. die Dimension Einsamkeit beinhaltet. Falls Informationen über den Einzelindikator vorliegen, wird dies im Folgenden berichtet, allerdings liegt im Fokus der Ergebnisdarstellung die soziale Lage.

## 4.1 Frühe Kindheit (6 Jahre)

In der ersten Phase der AWO-ISS-Langzeitstudie waren die Kinder ca. 6 Jahre alt. Die damaligen (quantitativen) Studienergebnisse zu 893 Kindern basieren vor allem auf den Beobachtungen der pädagogischen Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen. Zwar fehlt damit die subjektive Sicht auf das eigene (Er-)Leben im Alltag, dennoch verdeutlichen die Angaben der Fachkräfte die (armutsbedingten) Unterschiede in den Rahmenbedingungen des Aufwachsens bereits im Vorschulalter.

Als zentrale Erkenntnis lassen sich die starken Einschränkungen armutsbetroffener Kinder in sozialen Bereichen hervorheben, die dazu führen, dass bei diesen Kindern Ansätze sozialen Rückzugs bereits im Vorschulalter bestehen. So dokumentierten die Fachkräfte etwa, dass armutsbetroffene Kinder weniger häufig den Kontakt zu anderen Kindern in der Kindertagesstätte suchen und weniger am Gruppengeschehen teilnehmen als nicht arme Kinder (Hock et al. 2000b). Es sei darüber hinaus eine „beginnende Ausgrenzung zu beobachten“, die sich dadurch bemerkbar mache, dass die armutsbetroffenen Kinder häufiger als nicht arme Kinder von anderen Kindern gemieden werden (Hock et al. 2000b). Auch wenn das Einsamkeitsempfinden kein in der Studie erhobenes Merkmal ist, lassen die Ergebnisse den Schluss zu, dass armutsgefährdete Kinder im Grundschulalter aufgrund einer erhöhten Wahrscheinlichkeit für soziale Ausgrenzung und sozialen Rückzug vulnerabler für Einsamkeit sind.

Neben Freundschaftsnetzwerken spielt auch die Familie eine entscheidende Rolle für das Einsamkeitsempfinden von Kindern und Jugendlichen.<sup>7</sup> Da keine Erhebung der subjektiven Erfahrungen der Kinder stattgefunden hat, steht die Bewertung und Zufriedenheit mit der Familienkonstellation aus Sicht der Kinder aus. Allerdings wurde abgefragt, ob die Kinder etwas über gemeinsame familiäre Aktivitäten am Wochenende berichten. Dies verweist auf ein kindzentriertes Verhalten der Eltern und das Erleben verschiedener Entwicklungs- und Erfahrungsräume. Wenn die Abwesenheit dieses Aspekts mit der Armutsbetroffenheit verknüpft ist (beide Faktoren wurden als die wichtigsten Einflussgrößen in Bezug auf die Anzahl von „Einschränkungen“ des Kindes identifiziert), ist ein Leben in multipler Deprivation – d. h. mit deutlichen Einschränkungen in den meisten relevanten Lebensbereichen – wahrscheinlich (Hock et al. 2000b). Dabei schlägt sich das Leben unter Armutsbedingungen für eine Gruppe der Kinder auch durch höhere Belastungen im gesundheitlichen Bereich nieder, wobei die Autorinnen und Autoren schreiben, dass Überforderungen und Konflikte im Elternhaus das Auftreten gesundheitlicher Beeinträchtigungen sowie Entwicklungsverzögerungen begünstigen (Hock et al. 2000b). Ebendiese können wiederum in einer engen Wechselwirkung mit sozialen Teilhabemöglichkeiten stehen und sich im Lebensverlauf gegenseitig negativ beeinflussen. Ein kindzentriertes Verhalten der Eltern durch familiäre Unternehmungen oder emotionale Zuwendung kann zur Verbesserung der Situation von armen Kindern beitragen.

Wenngleich die Ergebnisse der ersten Studienphase vor allem die Perspektiven der Fachkräfte wiedergeben, so wird jedoch erkennbar, dass bereits im Vorschulalter armutsbetroffene Kinder Erfahrungen sozialer Ausgrenzung erleben.

<sup>7</sup> Hier sei angemerkt, dass arme Kinder häufiger in Ein-Eltern-Familien und Familien mit drei oder mehr Kindern leben als nicht arme Kinder. Die traditionelle „vollständige“ Familie bleibt jedoch die häufigste Lebensform für beide Gruppen: 80 % der nicht armen und fast 60 % der armen Kinder leben mit beiden leiblichen Eltern (Hock et al. 2000a).

## 4.2 Grundschulalter (8 Jahre)

Die Annahme, dass vor allem das Leben in einer multiplen Belastungssituation im Kindesalter (die wiederum oft mit Armutsbetroffenheit verbunden ist) das Erleben von sozialer Isolation und Ausgrenzung erhöht, wird in der qualitativen Vertiefungsstudie im Alter von 8 Jahren sehr deutlich (Holz und Skoluda 2003).

Die Studie illustriert sehr eindrücklich, wie Armut und multiple Deprivation mit einem gravierenden sozialen Ausschluss einhergehen können, der sich nicht nur auf Freundschaften, sondern auch auf die Eltern-Kind-Beziehung bezieht. So verdeutlicht das Fallbeispiel eines dauerhaft armtsbetroffenen Mädchens, dass vor allem die schwierige Bindung zu den Eltern und die dort vorherrschenden Probleme (Suchtprobleme, Arbeitslosigkeit, Vernachlässigung, Gewalt, Einsamkeit der (alleinerziehenden) Mutter) schon früh zu einem problemvermeidenden Verhalten führen. Die Auswirkungen von Armut zeigen sich deutlich in einem Alltag, der von fehlenden Aktivitäten und Verzicht geprägt ist, sowie in einem äußerem Erscheinungsbild, das von der gesellschaftlichen Norm abweicht. So berichtet etwa eine Mitschülerin eines armtsbetroffenen Mädchens, dass diese aufgrund von Löchern in der Hose von Mitschülerinnen und Mitschülern gehänselt würde. Gleichzeitig beschreibt auch das Mädchen selbst eine Lebenssituation, in der sie Ausgrenzung erfährt, was das Risiko für das Erleben von Einsamkeit erhöhen kann:

*[Interviewerin oder Interviewer]: „Wer ärgert dich oft?“ [Befragtes Kind, Name beginnend mit J]: „Maria.“ I: „Deine Freundin, die ärgert dich oft? Was macht die dann?“ J: „Sagt: hau ab.“ I: „Und mit wem hast du Spaß?“ J: „Mit niemandem, will ja niemand mit mir spielen.“ I: „Will niemand mit dir spielen. Und deine Freunde, woll’n die auch nicht mit dir spielen?“ J: „Nein.“ (Holz und Skoluda 2003, S. 83)*

Anhand dieses Fallbeispiels wird auch in späteren Lebensphasen eine Art Teufelskreis sichtbar, der sich vor allem bis zur Jugendphase zuspitzt. Er illustriert beispielhaft, wie soziale Ausgrenzungsprozesse bereits in der Kindheit beginnen und sich schließlich im weiteren Verlauf zu sozialer Isolation, Einsamkeit und einer Selbstabgrenzung zu anderen Menschen weiterentwickeln können (siehe folgende Abschnitte zu den späteren Altersphasen). Am konkreten Fallbeispiel zeigt sich dies auch in Form von sozialem Rückzug:

*I: „Und wie fühlst du dich, wenn das jemand zu dir sagt, ich spiel nicht mit dir?“ J: „Ins Gebüsch geh‘ ich dann.“ I: „Dann gehst du ins Gebüsch, gehst also weg.“ J: „Und wenn niemand hinter mir herrennt, geh‘ ich ganz schnell weg.“* (Holz und Skoluda 2003, S. 82)

Im Resümee der Vertiefungsstudie zeigt sich ein erster Zusammenhang zwischen Armut und sozialen Netzwerken. Ein außerfamiliäres Netzwerk hilft von Armut betroffenen Familien, Wege aus der Armut zu finden, z. B. in Form von praktischen Hilfen und emotionaler Unterstützung. Für den Aufbau eines sozialen Netzwerks benötigen die Eltern jedoch soziale Kompetenzen und genügend Zeit, um Kontakte aufzubauen und pflegen zu können. Auch das Gefühl, andere mit den eigenen Sorgen zu sehr zu belasten, hindert viele Familien an dem Aufbau von Netzwerken. Die Studie zeigt, dass bei vielen konstant armen Familien kein privates soziales Netzwerk vorhanden ist, emotionale Unterstützung wird in keiner Familie thematisiert. Zudem hebt die Studie hervor, dass „sozial nicht erwünschtes Verhalten“ (Holz und Skoluda 2003, S. 175) zusätzlich zu bestehender Armut zu sozialer Ausgrenzung und Isolation führt.<sup>8</sup>

Private Unterstützungsangebote entlasten nicht nur die Eltern, sondern spielen auch eine wesentliche Rolle dabei, die negativen Folgen von Armut für die Kinder zu mindern. Kinder, die im Vergleich zur ersten Studie eine positive soziale Ent-

<sup>8</sup> Unter „sozial nicht erwünschtem Verhalten“ fassen die Autorinnen und Autoren u. a. Merkmale wie bewusste Zerstörung, „Ärger“ mit der Polizei, Suchtmittelkontakt, körperliche Verletzung anderer oder Schwarzfahren.

wicklung machten, leben entweder in dauerhaft nicht armen Familien oder in Haushalten, die zwischen 1999 und 2001 aus der Armut herausgekommen sind. Das Aufwachsen in einem stabilen, nicht armen Umfeld fördert in der Regel eine Verbesserung der sozialen, kulturellen und gesundheitlichen Situation der Kinder, und das oft in mehreren Bereichen gleichzeitig. Im Gegensatz dazu sind Kinder aus armen, stark benachteiligten Familien häufig auf ihre unmittelbare Umgebung, vor allem das Wohngebiet, als einzigen Erfahrungsraum angewiesen. Der Hort stellt in solchen Fällen oft den einzigen verfügbaren Ort dar, an dem die Kinder soziale Kontakte außerhalb der Familie knüpfen können. Die Möglichkeit, andere Lebens- und Erfahrungsräume zu betreten sowie Netzwerke außerhalb der Familie aufzubauen, wie es in nicht armen Familien eher der Fall ist, trägt wesentlich zur Verbesserung der sozialen Situation der Kinder bei.

Neben den Möglichkeiten der Verbesserung der sozialen Situation zeigen sich auch Unterschiede in den Beziehungsnetzen zwischen armen und nicht armen Kindern. Knapp ein Drittel der in der Studie befragten armen Kindern geben an, keine Freundinnen und Freunde in der Schule zu haben. Im Gegensatz dazu benennen fast alle Kinder, die nicht arm sind, Freundinnen und Freunde in der Schule. Im Wohngebiet oder Hort zeichnen sich ähnliche Muster ab. Auch die Eltern werden von „armen, multipel deprivierten“ Kindern schlechter bewertet als in anderen Gruppen. Dafür werden die Geschwister besser als in anderen Gruppen bewertet.

Im Gesamtblick zeigt sich, dass nicht arme Kinder deutlich mehr Beziehungen zu den verschiedenen Personengruppen nennen und positiver bewerten. Vor allem Kinder, die in besonders belasteten Familien leben, weisen starke Einschränkungen in ihrem sozialen Netzwerk, wodurch ihnen wichtige Erfahrungen im Austausch mit Gleichaltrigen und Erwachsenen fehlen. Die im Vergleich zu anderen Gruppen schlechtere Bewertung der Eltern deutet darauf hin, dass auch die Eltern-Kind-Beziehung aus der Perspektive der Kinder negativ wahrgenommen wird. Obwohl häufiger von Konflikten zwischen Geschwistern berichtet wird, suchen die Kinder dennoch oft bei ihren Geschwistern Unterstützung und Ver-

bündete. Kinder aus armen Familien erleben bereits jetzt Einschränkungen beim Knüpfen und Pflegen von Freundschaften. Diese frühen sozialen Strukturen können als Grundlage für ein erhöhtes Risiko von Einsamkeit in späteren Lebensphasen dienen. Wie sich diese Entwicklungen weiter auswirken könnten, wird in den folgenden Kapiteln näher untersucht.

### 4.3 Mittlere Kindheit (10 Jahre)

Die nächste größere quantitative Erhebung von dann 500 Kindern, in der auch wieder dieselben fünf Fallbeispiele der Vorgängerstudie untersucht wurden, wurde am Ende der Grundschulzeit (in der Studie: 4. Klasse) durchgeführt. Auch hier zeigten sich gravierende Unterschiede zwischen armutsbetroffenen und nicht armutsbetroffenen Kindern (Holz et al. 2006). In der Dimension materieller Teilhabe zeigte sich dies darin, dass von Armut betroffene Kinder beim Kinderspielzeug mit Einschränkungen leben, aber auch in der eigenen Wahrnehmung, in den Konsummöglichkeiten schlechter dran zu sein. Den Kindern wird gerade in Bereichen, die eigentlich Freiheiten erfordern (etwa das Treffen von Spielkameradinnen und Spielkameraden oder Taschengeld), häufig der Spielraum eingeschränkt. Diese Einschränkungen in den kindlichen Spielräumen können mit Einschränkungen sozialer Teilhabe einhergehen.

So zeigt sich entsprechend auch in der sozialen Lage, vor allem im Bereich sozialer Ressourcen (weniger im Bereich des Verhaltens), eine deutliche Benachteiligung armutsbetroffener Kinder.<sup>9</sup> Dies kommt in einer Reihe von Indikatoren zum Ausdruck: Arme Kinder geben selbst deutlich weniger an, die Möglichkeit zu haben, Freundinnen und Freunde mit nach Hause zu bringen, sie haben häufiger keine einzige Vertrauensperson, besuchen etwas seltener Kinderge-

<sup>9</sup> An dieser Stelle sei darauf hingewiesen, dass Kinder aus Ein-Eltern-Familien in allen Lebenslagen auffälligere Verhaltensweisen zeigen als bspw. Kinder aus Zwei-Eltern-Familien.

burtstage als nicht arme Kinder und haben vor allem aber deutlich seltener die Möglichkeit, den eigenen Kindergeburtstag zu feiern (siehe Tabelle 2) (Holz et al. 2006, 75f.). Dabei weisen auch verschiedene Indikatoren des Gesundheitsverhaltens, etwa im Freizeitverhalten (deutlich häufiger Medienkonsum sowie deutlich seltener Aktivität in (Sport-)Vereinen), auf weniger Chancen zu sozialen Kontakten hin.

**Tabelle 2: Möglichkeiten der sozialen Integration von 10-Jährigen nach ausgewählten Indikatoren und Armut – 2003/04**

Indikator	Arme Kinder	Nicht-arme Kinder
<b>Kinder mit nach Hause bringen</b>	88,6 %	97,7 %
<b>Eigenen Geburtstag feiern</b>	57,2 %	70,2 %
<b>Zu anderer Kinder Geburtstag eingeladen werden</b>	87,8 %	94,4 %
<b>Vereinsmitgliedschaft</b>	30,4 %	56,4 %

Quelle: Holz et al. 2006, S. 76

Entsprechend heißt es in einer Zusammenfassung der Studie u. a.: „Armut schränkt Kinder wie Familien ein und grenzt sie sozial aus.“ Die mangelnde soziale Integration armer Kinder durch begrenzte Erfahrungs- und Entwicklungsräume mindert auch gleichzeitig die Möglichkeiten des Erwerbs sozialer Kompetenzen. Fehlende soziale Kompetenzen können dabei in einen Zusammenhang mit sozialen Devianzen gestellt werden. Zwar zeigen die Ergebnisse, dass der Großteil der befragten Kinder (zwischen 85 und 95 %) sozial integriertes Verhalten zeigen und es keine signifikanten Unterschiede zwischen armen und nicht armen Kindern in sozial auffälligen Verhaltensweisen gibt, allerdings

zeigt sich bei armen Kindern tendenziell häufiger zerstörerisches Verhalten, ausgeübte oder erlittene Gewalt, die häufigeren Kontakte zu Ämtern und Behörden sowie Kontakt mit Suchtmitteln. Einige Aspekte können als langfristige Auswirkungen der Entwicklung von Kindern verstanden werden, die bereits 1999 in Armut oder unter mehrfachen Benachteiligungen aufwuchsen. Wie aus den vorherigen Studien bereits hervorging, führen Verhaltensweisen und Handlungen, die allgemein als sozial störend betrachtet werden, besonders bei armen Kindern zu sozialer Ausgrenzung.

Zusätzlich zu den Lebenslagen wurde in dieser Lebensphase das Bewältigungsverhalten der Kinder in den Blick genommen und die Frage gestellt, wie sich die Kinder bei Streit, Trauer und nicht erfüllten Wünschen verhalten. In Hinblick auf die Suche nach sozialer Unterstützung zeigen sich deutliche Unterschiede zwischen Kindern in den Lebenslagentypen „Wohlergehen“ (36,9 %) und „Multiple Deprivation“ (18,9 %). Multipel deprivierte Kinder suchen seltener nach sozialer Unterstützung in ihrem Umfeld. Gleichzeitig nutzen sie fast doppelt so oft (7,0 % der Kinder im „Wohlergehen“ vs. 14,7 % der Kinder in „multipler Deprivation“) die Strategie der Abgrenzung. Ähnliche Tendenzen zeigen sich bei der Betrachtung von armen und nicht armen Kindern. Familiäre Einkommensarmut hat zur Folge, dass betroffene Kinder – insbesondere Jungen – bereits bis zum Alter von 10 Jahren gelernt haben, dass Sprechen oder Weinen keine Wirkung mehr zeigt. Kinder, die mehrfach benachteiligt sind, haben sich oft zurückgezogen und erwarten kaum noch, von jemandem verstanden oder getröstet zu werden. Diese Gruppen entwickeln zunehmend stereotype Verhaltensmuster und destruktive Bewältigungsmechanismen, die mit wenig Erfolg, eingeschränkten Perspektiven und vermutlich sozialen Misserfolgen verbunden sind, was möglicherweise zu einem Leben führt, das sozial kaum akzeptiert oder toleriert wird.

Insgesamt wird betont, wie wichtig es ist, unter Armutsbedingungen über (enge) soziale Kontakte zu verfügen. Die Forschenden stellen dahingehend fest:

*„Verallgemeinernd lässt sich sagen, dass soziale Ressourcen im näheren und weiteren Umfeld die Auswirkungen von Armut erheblich mindern können. Haben Kinder die Chance, eine enge, warme Bindung zu mindestens einer Person aufzubauen, kann ihr Leben trotz ungünstiger Bedingungen einen positiven Entwicklungsverlauf nehmen.“*

(Holz et al. 2006, S. 155)

An dieser Stelle macht das bereits im vorherigen Kapitel aufgegriffene Fallbeispiel deutlich, dass das Vorhandensein zumindest einer engen Bindung Chancen für eine Verbesserung der Lebenssituation beinhaltet. Die betroffene Person lebt mittlerweile bei der Großmutter, die gut in die Nachbarschaft eingebunden ist und umfassende Unterstützung bietet. Dadurch verbessert sich ihre Lebenssituation von „multipler Deprivation“ zu „sozialer Benachteiligung“. Dieser Zustand bleibt jedoch fragil, da sie außerhalb dieser Bindung Schwierigkeiten hat, Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen. Ihre Bezugsperson berichtet, dass sie von sich aus keine Freundschaften eingeht. Die befragte Person kommentiert ihre eigene Lage in einer Form, die auf Selbstschutztendenzen und einen damit verbundenen freiwilligen sozialen Rückzug verweist: „*Aber ich will auch gar nicht mit Kindern spielen. Ich will überhaupt hier in der Straße nicht mit Kindern spielen*“ (Holz et al. 2006, S. 174).

Der Mangel an sozialen Kontakten wird an dieser Stelle also (noch) nicht so stark zu einem subjektiv geäußerten Problem, weil die enge Bindung zur Großmutter als stark kompensatorisch erlebt wird. Aus der Einsamkeitsforschung ist bekannt, dass Individuen, die Einsamkeit erfahren haben und in der Vergangenheit Zurückweisung erlebten, bei fortschreitender Chronifizierung der Einsamkeit dazu tendieren, soziale Interaktionen zu vermeiden. Es lässt sich daher vermuten, dass ähnliche Tendenzen auch im Fallbeispiel zu beobachten sind, in dem die befragte Person mit sozialen Rückzugsmechanismen reagiert, die sich

möglicherweise im Laufe der Zeit verstärken könnten, ähnlich den bekannten Mustern in der Einsamkeitsforschung.

Neben familiären Bindungen führen die befragten Kinder auch konkrete soziale Unterstützung durch Freundinnen und Freunde auf:

*„Also meine Freunde, die stehen mir oft bei. Also wenn ich zum Beispiel ganz schlecht war, wenn ich eine schlechte Note hab und mir vielleicht ein paar Tränen runterlaufen, dann trösten die mich halt. Und die sind halt, die lügen mich nicht an, denen kann man vertrauen.“* (Holz et al. 2006, S. 166)

Ein Netzwerk aus Freundschaften stellt eine der wichtigsten sozialen Ressourcen dar. Besonders in Lebenssituationen, in denen eine stabile und konstante Beziehung zu einer erwachsenen Bezugsperson nur schwer aufgebaut und aufrechterhalten werden kann, übernehmen gleichaltrige Freundinnen und Freunde eine bedeutende Ersatzfunktion. Je weniger alternative Unterstützungsmöglichkeiten (wie bspw. Eltern) vorhanden sind, desto größer wird die Bedeutung dieser Freundschaftsbeziehungen. Für Kinder und Jugendliche, die materiell benachteiligt sind, können enge Freundschaften eine der wichtigsten Ressourcen im Umgang mit Armut darstellen, da sie einen Raum bieten, in dem ehrlich über persönliche, familiäre und finanzielle Probleme gesprochen werden kann (Holz et al. 2006). So illustriert das Fallbeispiel eines weiteren Jungen, dass er und sein Freund Mangelzustände kompensieren, indem sie Konsumgüter gemeinsam oder im Wechsel nutzen, je nachdem, was im Haushalt des jeweils anderen verfügbar ist. Durch die Zugehörigkeit zu einer jugendlichen „Gegenkultur“ und den Status innerhalb ihrer Peer-Group können die subjektiven Auswirkungen materieller Deprivation gemildert und familiäre Belastungen ausgeglichen werden. Die soziale Integration in Peer-Groups wird dabei aber auch durch Armut beeinflusst, indem Zugänge zu Entwicklungsräumen wie Vereinsmitgliedschaften oder Hobbys verwehrt bleiben.

In der Ergebniszusammenfassung der Studie wird betont, dass Unterschiede zwischen armutsbetroffenen und nicht armutsbetroffenen Kindern sich zwischen dem Kindergarten und Ende der Grundschulzeit deutlich verschärft hätten. Insbesondere multipel deprivierte Kinder, also Kinder mit gravierenden Einschränkungen in verschiedenen Lebensbereichen, die zu einem großen Teil gleichzeitig in Armut lebten, waren betroffen. Kindsbezogene Schutzfaktoren, die einen Abstieg von (armen) Kindern verhindern können, sind insbesondere Variablen der sozialen Kompetenzen. Die Förderung der sozialen Lage, d. h. die Unterstützung sozialer Kompetenzen sowie die Schaffung entsprechender Rahmenbedingungen durch Eltern und Schule, spielt eine entscheidende Rolle bei der Vermeidung bzw. der Verstärkung eines negativen Entwicklungsverlaufs bei Kindern.

## 4.4 Jugend (16/17 Jahre)

In der darauffolgenden Studienphase, die im Jugendalter durchgeführt wurde, wurden noch 449 Kinder erreicht. Die Jugendphase ist gekennzeichnet durch die Findung einer eigenen Identität und das Erlangen von Autonomie, wobei etwa zunehmende Ablösung vom Elternhaus, Orientierung an Gleichaltrigen sowie berufliche Orientierung eine wichtige Bedeutung haben. Erneut wird in der Studie sehr deutlich, dass ein Leben in Armut oft anders verläuft.

Besonders hervorzuheben sind die Unterschiede der psychosomatischen Belastungen und damit verbunden auch das Erleben von Einsamkeit. Es zeigen sich demnach gravierende Unterschiede zwischen nicht armen und armen Jugendlichen bezüglich ihres Gesundheitsbefindens. Armutsbetroffene Jugendliche sind etwa signifikant häufiger außergewöhnlichen psychischen Belastungen ausgesetzt. Insbesondere ist fast ein Drittel der armen jungen Menschen von psychosomatischen Krankheitssymptomen betroffen, worunter auch das Erleben von Einsamkeit gezählt wird. Mindestens einmal im Monat einsam gefühlt haben sich 16 % der armen und 11 % der nicht armen jungen Menschen. Vor allem zeigen sich

hier Unterschiede in Bezug auf Multiproblemlagen in verschiedenen Lebensbereichen: Jugendliche in multipler Deprivation geben das Erleben von Einsamkeit zu 20 % an, 14 % in Benachteiligung, aber nur 3 % im Wohlergehen (Laubstein et al. 2013).

Die Netzwerke und sozialen Nahbeziehungen der Jugendlichen zeichnen sich durch eine zunehmende Orientierung an Gleichaltrigen aus, z. B. in Form von gemeinsamen Aktivitäten, aber auch Gesprächen (Laubstein et al. 2013). Hin- sichtlich der in Armut lebenden Jugendlichen zeigen sich bereits hier deutliche Einschränkungen in der materiellen Teilhabe: Arme junge Menschen erleben z. B. weniger Aktivitäten in Vereinen und mehr Einschränkungen in der Ausübung ihrer Hobbys (Laubstein et al. 2013). Entsprechend ist auch die soziale Lage zwar nicht grundsätzlich häufiger beeinträchtigt, jedoch fallen in verschiedenen relevanten Dimensionen Unterschiede auf: So haben armutsbetroffene Jugendliche häufiger keine beste Freundin oder besten Freund (mit 18 % doppelt so oft wie nicht arme), sind seltener Teil einer Clique und geben weniger Positivmerkmale ihrer Freundschaften und ihrer Clique an. Auch sind für sie geringere Unterstützungsressourcen durch die Eltern vorhanden (vor allem aufgrund abwesender Väter). Sie erleben häufiger Streit mit den Eltern (häufig um Geld), verbringen aufgrund ihrer geringeren Möglichkeitsräume aber dennoch mehr Zeit in ihrem häuslichen Umfeld. Wenngleich der Großteil der beforschten jungen Menschen sozial eingebunden ist, gibt es insgesamt eine kleine Gruppe von Jugendlichen (1 %), die als vollständig sozial isoliert gilt: Immerhin 5 % der Armutsbetroffenen und 9 % der Armutsbetroffenen in multipler Deprivation haben niemanden, mit dem sie über Probleme sprechen können. Bei den nicht armen betrifft das dagegen niemanden der befragten Jugendlichen. Es wird deutlich, dass junge Menschen, die von Armut betroffen sind, nicht nur ein höheres Risiko für soziale Isolation haben, sondern auch die Qualität ihrer sozialen Netzwerke schlechter ist.

Hinzu kommt, dass arme junge Menschen weniger Ressourcen für altersgerechte Aktivitäten haben und auch zu Hause häufiger bestimmte Care-Aufgaben übernehmen. Daher haben sie vergleichsweise weniger freie Zeit zur Verfügung,

die sie mit Gleichaltrigen verbringen können (Laubstein et al. 2013). Oftmals arbeiten sie zusätzlich neben der Schule, um mit dem Konsumverhalten der anderen mithalten zu können. Der Radius sozialer Aktivitäten ist bei armutsbetroffenen Jugendlichen häufig sehr stark auf die Familie beschränkt. Anders als in der Kindheit, wo sich dies als wichtiger Schutzfaktor gegen multiple Deprivation herauskristallisiert, ist dies vor dem Hintergrund der nun bestehenden Entwicklungsaufgaben der Verselbständigung und Ablösung vom Elternhaus sowie einer einhergehenden geringeren Einbindung in Gleichaltrigennetzwerke kritisch zu sehen. Auch die angegebenen Werteorientierungen und Bewertungen von Lebenszielen zeigt, dass für die Jugendlichen besonders soziale Beziehungen an vorderster Stelle stehen (Laubstein et al. 2013).

In Bezug auf die Bewältigung von Problemen verschärft sich die Lage oftmals im Vergleich zur späten Grundschulzeit. Vor allem bei den befragten armen Mädchen zeigt sich häufig eine dysfunktionale Problembewältigung (nach innen gerichtetes Problemverhalten, sozialer Rückzug, Depressivität) (Laubstein et al. 2013), nachdem ein Rückzug bei Auftreten von Problemen auch schon bei den 10-jährigen armen und multipel deprivierten Kindern überproportional häufig vorkam (Holz et al. 2006).

Insgesamt verweisen die quantitativen Ergebnisse der AWO-ISS-Langzeitstudie zum Jugendalter auf ein diffuses Bild, wonach der Zusammenhang von Armut und sozialer Isolation nicht eindeutig ist: „[...] es können keine deutlichen „Auffälligkeiten“ bei den armen Jugendlichen gefunden werden. Jugendliche beider Gruppen [arm & nicht arm] besitzen vielfältige soziale Ressourcen und damit wichtige Anschlussmöglichkeiten für die soziale Integration und Teilhabe“ (Laubstein et al. 2013, S. 39). Auffälligkeiten in der kumulierten sozialen Lage sind insgesamt bei armen Menschen nicht höher als bei nicht armen Menschen. Wenngleich sich also zwar keine klaren Hinweise auf verbreitete soziale Isolation durch Armut zeigen, sondern in den allermeisten Fällen Beziehungen vorhanden sind, wird dennoch vergleichsweise häufig eine geringere Qualität sozialer Beziehungen berichtet. Vor allem arme Mädchen und multipel de-

privierte Jugendliche weisen vergleichsweise geringe soziale Einbindung in einem Gleichaltrigennetzwerk auf (Laubstein et al. 2013). Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Armut soziale Isolation im zeitlichen Verlauf bei Kindern und Jugendlichen beeinflusst und in einigen Fällen erhöht, was auch bereits in den längsschnittlichen Studien von Eckhard (2018) sowie Böhnke und Link (2017) für Erwachsene gezeigt werden konnte.

Ganz besonders in den qualitativen Fallbeispielen wird im Jugendalter noch deutlicher als in den anderen Altersphasen, dass soziale Vergleichsprozesse und die damit verbundene Wahrnehmung einer Abweichung vom „normalen Jugendleben“ prägend ist. Insbesondere die Dauerhaftigkeit multipler Problemlagen kann zu einer Art Vereinzelung führen, was vor allem in Verbindung mit dem Ausbleiben nachhaltiger und zuverlässiger externer sozialer Hilfen problematisch ist.

Dies kann anhand eines Fallbeispiels illustriert werden: Die interviewte Jugendliche weist bereits in der Kindheit eine schwierige Familienbeziehung auf, die sich weiter verschärft. Durch einen Konflikt mit der Großmutter und dem Stiefgroßvater, die die einzige familiäre Beziehung sicherten, zerbricht auch diese fragile Beziehung. So berichtet die Mutter der Jugendlichen:

*„Also sie hat's jetzt schon weit gebracht, dass keiner was mit ihr zu tun haben will. Ihr Vater nicht, meine Mutter nicht, mein Vater auch nicht, also keiner. Seine Mutter auch nicht mehr, die lassen sie alle nicht mehr rein. Das hat sie sich alles selbst ausgebadet.“* (Laubstein et al. 2013, S. 142)

Auch die Befragte selbst berichtet im Interview über ihren Werdegang:

*„Ja, wir hatten Stress, hm. Und dann bin ich abgehauen in so ein Mädchenheim, dann zu meinem Papa für einen Monat, dann zu meiner Mutter, dann wieder im Mädchenheim, in der Notaufnahme und überall, dann im Gewahrsam, dann ins Heim, geschlossene Heim, dann weit weg in eine Mädchen-WG, da abgehauen, dann war ich mit dem weitere zwei einhalb Jahre zusammen.“ (Laubstein et al. 2013, S. 142)*

Hier zeigt sich beispielhaft, wie bereits im Kindergarten- und Grundschulalter erlebte familiäre Probleme und Ausgrenzung im Jugendalter in eine Form des Verloreneins münden: Sie scheint nirgendwo anzukommen – weder räumlich noch im Sozialen. Zwar äußert sie sich im Interview selbst wenig emotional, sodass unklar bleibt, ob sie sich dabei einsam oder alleine fühlt. Dennoch kann hier festgehalten werden, dass das Leben in Armut und multiplen Problemlagen in diesem Fall Abbrüche sozialer Beziehungen begünstigt und damit das Risiko für Einsamkeit hervorbringen kann, was auch schon Damelang und Kloß (2013) zeigen konnten.

Die Phase zwischen dem späten Grundschulalter und der Jugendphase wird von den jungen Menschen auch in der Retrospektive als besonders schwierig beschrieben, denn mit der wachsenden Bedeutung Gleichaltriger und der Herausbildung der eigenen Identität rückt das Mithalten mit anderen bei Konsum, Aktivitäten usw. stärker in das eigene Bewusstsein. Die Armutslage wird nach Aussagen der jungen Menschen häufig in die eigenen Präferenzen und das Selbstbild eingespeist. Bestehende Studien verweisen in diesem Zusammenhang auf einen Rückgang des Zugehörigkeitsgefühls zur Gemeinschaft. Durch eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, Stigmatisierung zu erfahren, wird armutsbetroffenen Personen die gesellschaftliche Teilhabe erschwert (bspw. durch fehlende Mittel für Freizeitaktivitäten) (Stewart et al. 2009). Besonders bei lang andauernder Armut führt dies nachweislich zu sozialem Rückzug und sozialer Deprivation (Damelang und Kloß 2013). Umgekehrt machen die qualitativen

Ergebnisse aber auch deutlich, dass enge soziale Beziehungen und wahrgenommene Unterstützung negative Armutsergebnisse abfedern können, auch wenn sich diese nur auf eine Person konzentrieren. Psychische Belastungen der Eltern und deren Einsamkeitsempfinden wiederum können ein Risiko für den sozialen Rückzug ihrer Kinder sein (siehe auch Mitschke et al. 2024).

## 4.5 Junges Erwachsenenalter (25/26 Jahre)

Im Alter von 25/26 Jahren wurden in der quantitativen Befragung noch 196 junge Menschen erreicht. Schwerpunkte der Befragung lagen hier, neben den kurz- und langfristigen Folgen von Armut und der Nutzung sozialer Hilfen, beim Übergang von der Jugend ins Erwachsenenleben. Dieser Übergang ist mit vielfältigen Anforderungen (sogenannten „Transition Markers“) verbunden, die jeweils in heterogenen zeitlichen Abfolgen von den Jugendlichen bewältigt werden.<sup>10</sup> In der Forschung erfolgt eine Auseinandersetzung mit der Bewältigung der Entwicklungsaufgaben der jungen Erwachsenen, der Rekonstruktion und Bewertung des Lebenslaufs bis zum Befragungszeitpunkt, der Wahrnehmung von Armut und Reichtum im Lebenslauf sowie der politischen Wirksamkeit und Teilhabe.

Allgemein zeigt die fünfte Studienphase, dass das familiäre Armutserisiko in der frühen Kindheit für die meisten der Studienteilnehmenden weite Teile ihrer Lebensphase beeinflusst. Etwa ein Drittel der Kinder, die in ihrer Kindheit arm waren, bleibt auch im Erwachsenenalter arm. Dennoch haben fast zwei Drittel der im Jahr 1999 von Armut betroffenen Kinder inzwischen finanzielle Sicherheit erreicht. Obwohl das Aufwachsen in Armut das Risiko, selbst arm zu werden, deutlich erhöht, stellt Armut für die Mehrheit der Betroffenen keinen ausweglosen Kreislauf dar.

<sup>10</sup> Dazu zählen neben der beruflichen Qualifikation und dem Einstieg in das Arbeitsleben der Auszug aus dem Elternhaus, das Eingehen einer festen Partnerschaft oder Lebensgemeinschaft sowie die Gründung einer Familie mit Kinder (Schulenberg und Schoon 2012).

Mit Blick auf die eigene Wahrnehmung von Armut zeigt sich, dass in der Kindheit weniger die Armut selbst und ihre vielfältigen Probleme für die Befragten im Vordergrund standen. Erst in späteren Lebensphasen gewann die Armut an Bedeutung, insbesondere durch die damit verbundene Scham, Stigmatisierung und Diskriminierung, die auch die soziale Teilhabe beeinträchtigten. In der Kindheit war Armut vor allem dann spürbar, wenn sie mit „multipler Deprivation“ einherging – eine Situation, die durch Mängel in der Grundversorgung (Essen, Kleidung) und den Verzicht auf Urlaub geprägt war. Armut wurde dort als (Mit-)Ursache für eine schwierige Kindheit wahrgenommen, die oft von belasteten Familienbeziehungen begleitet war. In der Erinnerung spielt vor allem das Verhältnis zwischen der erlebten Kindheit und einer „normalen“ und unbeschwertten Kindheit die entscheidende Rolle.

Auch wenn Armut in der Kindheit für viele der Befragten nicht erlebbar war, ändert sich dies häufig, sobald die Kinder ins Teenageralter kommen. Dann wird das „nicht mithalten“ am normalen Konsum und gängigen Aktivitäten für die jungen Menschen spürbar. Hier wird von einigen Befragten berichtet, dass sie sozial abgewertet oder sogar „gemobbt“ wurden (Volf et al. 2019, S. 140):

*„Grundschule war schön die ersten vier Jahre. Also da bin ich auch gerne in die Schule gegangen. Ab fünfte Klasse war es schwierig. Schulprobleme, Scheidung der Eltern. Missbrauchserfahrung. Aber da will ich nicht weiter drauf eingehen. Ja und dann kam ja schon der Schulwechsel, Umzug. Da war Schule schwierig. Mobbing ganz viel [...] Weil ich einfach finanziell nicht mithalten konnte.“* (Volf et al. 2019, S. 233)

Besonders im späteren Leben betonen Menschen mit Armutserfahrung die sozialen Aspekte der Armut. Sie definieren Armut häufig über den Mangel an sozialen (Ein-)Bindungen und Vertrauen. Zudem wird Armut mit einer niedrigen gesellschaftlichen Stellung und Stigmatisierung in Verbindung gebracht, wie eine junge Frau beschreibt: „Und vor allem bist du arm in dem Sinne, dass du gesellschaftlich arm an Stellung bist. Einfach so, wie du behandelt wirst, wie

*Hartz-IV-Empfänger behandelt werden“* (Volf et al. 2019, S. 251). Wie auch die Kollekt-Studie verdeutlicht, leidet fast die Hälfte der Jugendlichen unter emotionaler Einsamkeit, was sich auch in der AWO-ISS-Langzeitstudie widerspiegelt (Neu et al. 2023).

Neben der fehlenden sozialen Einbindung definieren die jungen Erwachsenen Armut auch über materielle Einbußen, in dem sie wenig finanzielle Mittel haben und sich dadurch weniger leisten können. Demnach zeigen sich auch im jungen Erwachsenenalter Abweichungen zu gängigen Aktivitäten aufgrund von Armut. So geben die armutsbetroffenen Befragten Einschränkungen in ihren Freizeitaktivitäten aufgrund ihrer materiellen Lage an. 43 % der Armutsbetroffenen und 3 % der Nichtarmutsbetroffenen müssen sich in ihren geselligen und kulturellen Aktivitäten (bspw. Freundinnen und Freunde zum Essen einladen) sowie 38 % der Armen vs. 3 % der Nichtarmen hinsichtlich Kino-, Konzert- oder Clubbesuchen einschränken (Volf et al. 2019). Auch ist die Teilnahme an sozialen Aktivitäten, wie etwa der Besuch von Sportveranstaltungen, bei armutsbetroffenen jungen Menschen deutlich seltener. Mehr als die Hälfte hat dies in den letzten 12 Monaten nicht erlebt, unter den nicht armen Jugendlichen betraf dies weniger als ein Drittel. Die genannten Indikatoren deuten besonders für arme junge Erwachsene auf eine fehlende soziale Teilhabe aus finanziellen Gründen hin:

*„Ich habe am Leben gespart. Ich habe halt nichts gemacht. Kein Kino, kein Eis, keine Freunde. Nichts. Ich habe mich schon mit meinen Freunden, mit meinen besten Freunden getroffen, aber ich habe halt was Geld kostet, da habe ich dann alles weggesteckt. [...] also es hat mich dann schon auch traurig gemacht. Aber es geht ja entweder nur das eine oder das andere. Entweder ich spare und gucke, dass ich irgendwas für meine Zähne habe oder ich habe Spaß und weiß nicht, wie ich über die Runden kommen soll.“* (Volf et al. 2019, S. 98)

Die fehlenden finanziellen Mittel führen zu verminderten sozialen Teilhabemöglichkeiten, was wiederum das Risiko für das Erleben von Einsamkeit erhöht

(siehe auch Dittmann und Goebel 2022). Diese Entscheidung, entweder für die Grundbedürfnisse zu sparen oder sich soziale Aktivitäten zu leisten, zeigt das Dilemma, in dem viele armutsbetroffene Jugendliche stecken. Sie sind gezwungen, ihre sozialen Beziehungen und kulturellen Teilnahmen zugunsten der finanziellen Lage zu opfern, was zu einer gravierenden Einschränkung ihrer sozialen Teilhabe führt. Die bereits aufgeführten Zahlen belegen diese Problematik. Diese Differenz deutet auf die tieferen sozialen und emotionalen Auswirkungen hin, die Armut auf die Lebensqualität und das Gefühl der Zugehörigkeit hat.

Die armutsbetroffenen jungen Erwachsenen definieren soziale Teilhabe u. a. durch die Erfüllung gesellschaftlicher Normen und Erwartungen. Dazu gehört nicht nur die Zugehörigkeit zu sozialen Gemeinschaften, sondern auch die Möglichkeit, ein Leben nach eigenen Vorstellungen zu führen und dabei unabhängig Entscheidungen zu treffen (Volf et al. 2019). Das Leben vieler junger Menschen, insbesondere derjenigen, die langfristig von Armut betroffen sind, verläuft jedoch anders. Den Aussagen der Betroffenen zufolge zeigt sich ihr Alltag in verschiedenen Bereichen als von der Norm abweichend – sei es durch finanzielle Einschränkungen, abweichende Lebensweisen oder hinsichtlich ihrer familiären Verhältnisse: „*Teilweise. Also schon ausgeschlossen, was die Freunde angehen, weil die haben alle eine Familie. Die haben Kinder. Die gucken nicht aufs Geld. Die machen halt Schulden. Und ich bin dann halt so anders, also ich fühle ich mich schon ausgeschlossen*“ (Volf et al. 2019, S. 254). Demnach erweisen sich auch die familiären Verhältnisse als entscheidender Einflussfaktor für das Gefühl sozialer Teilhabe und Einsamkeitsbelastungen (vgl. Damelang und Kloß 2013; Stewart et al. 2009). Im Vergleich zu jungen Menschen, die in stabilen familiären Verhältnissen aufwachsen und den sozialen Austausch pflegen, schildern junge Erwachsene, die von Armut betroffen sind, oft eine Entfremdung von ihren sozialen Kreisen. In vielen Fällen fehlt es an familiärer Unterstützung, was die Einsamkeit verstärkt und das Gefühl der sozialen Teilhabe weiter beeinträchtigt.

Die Abweichung des eigenen Lebens von der gesellschaftlichen Norm führt bei einigen der Befragten zu sozialem Ausschluss: „*Aber die meisten machen sich zu einem/ also die meisten wollen einfach dazugehören. Die meisten wollen einfach so sein wie die anderen – habe ich das Gefühl. Aber ich halt nicht. Ich möchte das nicht*“ (Volf et al. 2019, S. 254). Bei einigen Befragten zeigt sich ein internalisiertes Gefühl der Nichtzugehörigkeit aufgrund der finanziellen Lage. An dieser Stelle lassen sich erste Hinweise auf eine Chronifizierung von Einsamkeit erkennen, die durch das Fehlen sozialer Teilhabe und mangelnde Zugehörigkeitsgefühle verstärkt wird (kollektive Einsamkeit). Die unzureichenden sozialen Teilhabemöglichkeiten führen zu einer Veränderung des Selbstverständnisses der befragten Personen, da sie sich immer stärker als Außenseiter wahrnehmen. In Verbindung mit der emotionalen Einsamkeit hat diese Erfahrung weitreichende Auswirkungen auf das Gefühl der Selbstwirksamkeit. Das Gefühl, das eigene Leben aktiv beeinflussen und gestalten zu können, wird durch wiederholte Erfahrungen von Ausgrenzung und sozialer Isolation geschwächt. Fehlt den Individuen die Möglichkeit zur sozialen Integration, verringert sich ihre Überzeugung, in ihrem sozialen Umfeld Veränderungen bewirken zu können, was Einsamkeitsbelastungen weiter erhöhen kann. Auch wenn an dieser Stelle kein konkreter Indikator für Einsamkeit erhoben wurde, kann dennoch angenommen werden, dass die eingeschränkte soziale Teilhabe aufgrund der materiellen Lage, des eigenen Gefühls der Normabweichung sowie der daraus resultierenden Ausschlussgefühle und -mechanismen zu erhöhten Einsamkeitsbelastungen bei armutsbetroffenen Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen führt. Diese These lässt sich durch die soziale Lage der armutsbetroffenen jungen Erwachsenen weiter stützen.

Die soziale Lage ist aufgrund materieller Einschränkungen besonders bei armutsbetroffenen jungen Erwachsenen gefährdet. Wenngleich sich also, wie auch im Jugendalter, in Bezug auf die Quantität sozialer Netzwerke kaum Unterschiede zu nicht armen jungen Erwachsenen zeigen, weisen die Netzwerke armer junger Erwachsener dennoch häufiger eine geringere Qualität auf bzw. sie verfügen weniger über sogenannte „funktionale Ressourcen“ (Volf et al.

2019, S. 109). Als Indikator für die Qualität der sozialen Netzwerke wurde u. a. das Kennen einer Person gewertet, die der befragten Person 1.000 Euro leihen würde. Dabei kennen 42 % der armen jungen Menschen keine Person, die ihnen Geld leihen würde, im Gegensatz zu nur 15 % der nicht armen jungen Erwachsenen. Auch in Bezug auf den Arbeitsmarkt wird das Kennen einer Person, die sie einem Arbeitgebenden empfehlen würde, als Indikator für die Qualität der Beziehungen gewertet. 22 % der armen jungen Erwachsenen kennen keine Person, die sie weiterempfehlen würde, im Vergleich zu 5 % der Nichtarmen. Auch im familiären Netzwerk zeigen sich Defizite bei armutsbetroffenen jungen Erwachsenen: Ihnen steht seltener die Unterstützung durch Geschwister zur Verfügung (Volf et al. 2019). Wenngleich andere Indikatoren<sup>11</sup> zwar nicht signifikant unterschiedlich zu nicht armen Altersgenossen sind, so fällt auf, dass immerhin 16 % der armutsbetroffenen jungen Menschen angeben, unzufrieden mit ihrem Freundeskreis zu sein (nicht arm: 9 %). Zusätzlich hat ein relativ hoher Anteil der armen jungen Erwachsenen im Vergleich zu den nicht armen keine feste Partnerschaft (47 % vs. 32 %) und/oder ist unzufrieden mit dem Beziehungsleben (31 % vs. 21 %).

Auch in der retrospektiven Angabe zu sozialer Unterstützung im Lebensverlauf wird sichtbar, dass sich arme junge Menschen bereits ab der Kindheit bis ins Jugendalter hinein deutlich seltener durch beste Freundinnen und Freunde unterstützt gefühlt haben, wobei dies für die Altersphase zwischen 10 und 14 Jahren am deutlichsten wird. In den qualitativen Interviews wird diese geringere Unterstützung häufig mit Scham und Stigmatisierungserfahrungen aufgrund der eigenen Armutslage in Verbindung gebracht. In der Folge berichten die Befragten etwa, dass sie versucht haben, ihre Armutslage vor anderen zu verheimlichen, und dass sie sich generell weniger anderen gegenüber öffnen wollen (Volf et al. 2019).

<sup>11</sup> Es soll darauf hingewiesen werden, dass auch freiwilliges Engagement erhoben wurde, in der Stichprobe aber keine deutlichen Unterschiede zwischen armen und nicht armen jungen Erwachsenen identifiziert werden konnten (23 % der armen und 24 % der nicht armen Menschen).

Die stärkeren Belastungssituationen der armutsbetroffenen jungen Menschen wirken sich häufig im jungen Erwachsenenalter auf die gesundheitliche Situation aus: Sowohl die Unzufriedenheit mit der eigenen Gesundheit, das Vorhandensein chronischer Erkrankungen sowie das Auftreten psychosomatischer Symptome mindestens mehrmals pro Woche ist dort deutlich häufiger im Vergleich zu nicht armen jungen Erwachsenen und betrifft zum Teil mehr als die Hälfte der jungen Menschen. Fast drei Viertel fühlen sich durch erlebte Ereignisse im Lebensverlauf (wie Unfall, Krankheit, Tod, Scheidung etc.) weiterhin belastet (nicht arm: 48 %). Psychische und physische Symptome vermischen sich dabei teilweise und sind auch von den Betroffenen schwer voneinander zu trennen. Neben der finanziellen Lage hat so auch die (psychische) Gesundheit einen Einfluss auf das Gefühl sozialer Einbindung: „*Ich hatte auch sehr depressive Momente. Wo es mir besonders Scheiße ging, wo ich mir dachte, warum bin ich jetzt, warum stehe ich hier alleine*“ (Volf et al. 2019, S. 183).

Im Ergebnis wird deutlich, dass die jungen Erwachsenen mit Armutserfahrung in vier Bereichen – Gesundheit (26 % vs. 8 %), Freundeskreis (16 % vs. 8 %), Beziehung zu den Eltern (19 % vs. 5 %) und Wohnsituation (23 % vs. 11 %) – weniger zufrieden sind als die Gleichaltrigen ohne Armutserfahrung. Die Ergebnisse des jungen Erwachsenenalters zeigen auch auf, dass all diejenigen, die von der Kindheit bis ins junge Erwachsenenalter in allen Studienphasen von Armut betroffen waren, zum Zeitpunkt der Erhebung in multipler Deprivation leben. Sie sind also in mindestens drei von vier Lebensbereichen mit massiven Einschränkungen konfrontiert, was sich auch in der Quantität und Qualität sozialer Kontakte niederschlägt. Es ergeben sich Hinweise darauf, dass junge Menschen in Armutslagen von einem Hilfesystem profitieren könnten, das sich konstant über den eigenen Lebenslauf als stetiges und niedrigschwelliges Netz spannt und auf das jederzeit nicht nur zugegriffen werden kann, sondern das auch jederzeit präsent ist, wenn kritische Ereignisse oder „normale“ Entwicklungsaufgaben anstehen. Auch – diesen Schluss lassen andere Fallbeispiele zu – kann ein Netzwerk mit engen Freundschaften als Gegenpol zu belastenden familiären Lebensumständen fungieren und ist eine wichtige Ressource, sowohl

zur Problembewältigung als auch für die formale Bildung<sup>12</sup> (z. B. über Nachhilfe/ Unterstützung durch die Eltern, der Freundinnen und Freunde) (Volf et al. 2019).

## 4.6 Im Alter von 28 Jahren und während der Pandemie

Im Zuge der Corona-Pandemie fand im Jahr 2020/21 eine weitere Vertiefungsstudie mit den damals 28-Jährigen statt. Insgesamt neun bereits 2019 qualitativ befragte junge Menschen berichteten über ihr Leben und die Bewältigung schwieriger Lebenssituationen sowie Maßnahmen im Rahmen der Corona-Pandemie.

Wenngleich zumeist nicht direkt von einem Einsamkeitserleben berichtet wird, so zeigen sich in den beschriebenen Lebensläufen doch oft Erlebnisse sozialer Ausgrenzung oder verminderter Teilhabemöglichkeiten. Diese müssen sich zwar nicht in Einsamkeit niederschlagen und die meisten der jungen Menschen berichten, dass sie zumindest stabile Partnerschaften, Freundschaften oder enge Beziehungen zu Familienmitgliedern haben, allerdings sind die sozialen Netzwerke auch durch dysfunktionale und emotional belastende Beziehungen gekennzeichnet. Dadurch war und ist das Sozialleben regelmäßig herausgefordert und durch regelmäßiges Stresserleben sowie Unsicherheiten gekennzeichnet. Gerade ambivalente Beziehungen zu Eltern, die bereits seit früher Kindheit stark belastet sind, kristallisieren sich immer wieder heraus.

Anhand zweier Fallbeispiele wird die Verstrickung von Armut, sozialen Problemlagen und einem zumindest vorhandenen Risiko für temporäre Einsamkeit besonders deutlich. Es handelt sich dabei um Marie und Elisa. Sie werden deshalb im Folgenden ausführlicher beschrieben.<sup>13</sup>

**12** Schütz und Bilz 2024 verdeutlichen in ihrer Expertise die Bedeutung von Bildung und Schulen als idealen Ort der Prävention von Einsamkeit.

**13** Im Vergleich zu den vorherigen Kapiteln wird an dieser Stelle auf unveröffentlichtes Interviewmaterial zurückgegriffen, um eine tiefergehende Ergebnispräsentation zu ermöglichen.

Elisas Kindheit war durch eine belastete Beziehung zu den langzeitarbeitslosen Eltern und einer frühen Verantwortung für die kleine Schwester und ein ständiges Zurückstellen altersspezifischer Bedürfnisse (nach Aktivitäten und/oder materiellen Gütern) in der Kindheit und Jugend gekennzeichnet. Dies wurde jedoch durch eine enge und unterstützende Beziehung zum Großvater positiv ausgeglichen. Dieser verstarb 2020 im Krankenhaus. Elisas letzte Jahre waren vor allem von einem schwierigen Übergang in den Beruf geprägt: Sie begann eine Ausbildung weiter weg, um das Auszugsverbot im Zuge des SGB II<sup>14</sup> zu umgehen, brach ab und startete mehrfach neue Tätigkeiten. Zum Zeitpunkt der Befragung (2021) wurde ihr aufgrund von Personalkürzungen im Zuge der Pandemie ihre ohnehin verzögerte Berufsausbildung gekündigt, was sie, vor dem Hintergrund einer Reihe von Hürden und Schwierigkeiten in ihrem Lebenslauf, auf sich selbst zurückführt:

*„Ja, ich fühle mich schon so ein bisschen nutzlos. Also, wo man so denkt, warum ist das so? Verstehe ich nicht so ganz. Bin ich so ein schlechter Mensch, dass ich schon wieder, na ja, im Prinzip rausgeschmissen wurde? Ja, und das belastet mich schon ziemlich sehr.“*

(Heinrich und Wolf 2022, S. 57)

Da sie trotz des Wunsches nach professioneller Unterstützung keinen Therapieplatz oder eine externe Beratung bekommt (bis auf eine medikamentöse Therapie gegen Depressionen beim Arzt), bleibt sie mit ihren Problemen alleine. Sie hat zwar eine funktionierende Partnerschaft, die auch armutsvermeidend ist, jedoch verweisen ihre Aussagen darauf, dass sie aufgrund verschiedener Erlebnisse in ihrer Biografie mit Rückschlägen konfrontiert war. Sowohl eine konstant wahrgenommene Bevorzugung ihrer kleinen Schwester als auch der jüngste Verlust ihrer engsten Vertrauensperson (ihr Großvater) neben dem Partner sowie die mangelnde professionelle Unterstützung im Zuge der Berufsfindung stellen

**14 § 22 Absatz 5 SGB II besagt, dass für Bürgergeldempfangende unter 25 Jahren Kosten der Unterkunft nur übernommen werden können, sofern aus „schwerwiegenden sozialen Gründen nicht auf die Wohnung der Eltern oder eines Elternteils verwiesen werden kann“ bzw. „der Bezug der Unterkunft zur Eingliederung in den Arbeitsmarkt erforderlich ist“ oder ähnliche „schwerwiegende Gründe“ vorliegen.**

Sollbruchstellen dar, die bei ihr punktuell das Gefühl des Alleinseins gefördert haben. Auf die Frage danach, ob nach dem Tod des Großvaters auch jemand anderes das Vertrauensverhältnis, das zu ihm bestand, erfüllen kann, antwortet sie:

*„Also mein Partner versucht es natürlich, aber irgendwie wird es glaube ich nie ganz ausreichen und jemand anderen gibt es nicht, nee. Also in der Hinsicht fühle ich mich ein bisschen alleine. Klar, ich habe meine Freunde, mit denen ich darüber reden kann und so. Aber sie sind halt nicht wie mein Opa.“ (Interview Elisa, 2021)*

Während Elisa sich auf Nachfrage als nicht einsam bezeichnet (sie wurde sowohl 2019 als auch 2021 direkt danach gefragt), kann der von Anfang an enge und stetige Kontakt zu ihrem Opa nicht ersetzt werden. Jedoch geben ihre Freundschaftsnetzwerke und ihre gut funktionierende Partnerschaft ihr einen sicheren Rückhalt, mit denen sie sich trotz der großen Selbstzweifel und der Depressivität aufgehoben fühlt.

Im Vergleich dazu ist das Leben von Marie, die ebenfalls seit ihrer Kindheit von Armut betroffen ist, von einem Einsamkeitserleben geprägt, das sie in den Interviews auch mehrfach über die Beschreibung des „Alleinseins“ äußert. Wenngleich nicht mit dem Begriff der Einsamkeit, fasst sie die Erinnerung an ihre Kindheit bereits im Interview 2019 folgendermaßen zusammen: „Ich war viel alleine“ (Interview Marie, 2019). Dieses Gefühl des Alleinseins speist sich bei ihr u. a. aus traumatischen Erfahrungen (Missbrauchserfahrung im familiären Umfeld) in der Kindheit und dem Gefühl, sowohl im eigenen sozialen Nahumfeld als auch im externen Hilfesystem nicht verstanden zu werden. Immer wieder berichtet sie, dass sie zu Dingen gedrängt worden sei, die sie nicht wollte, und wie Menschen über ihr Leben bestimmt haben, ohne sie selbst dabei einzubeziehen. Auch berichtet sie über Mobbingerfahrungen im Teenageralter sowie die Scham bezüglich ihrer finanziellen Mangellage und dem Bemühen, diese nach außen nicht sichtbar zu machen. Die Schilderungen der jungen Frau klingen nach einer schrittweisen Entfremdung von sich selbst, die letztendlich auch mit

psychischen und physischen Gesundheitseinschränkungen einhergeht und die aufgrund der Armutssituation verstärkt wird. Sie fühlt sich aufgrund ihrer Armutslage zudem auf dem Arbeitsmarkt diskriminiert und kann sich keine gesunde Ernährung leisten, die sie aber aufgrund ihrer vielen Unverträglichkeiten und einem massiven Untergewicht dringend benötigt. Auch die therapeutische Hilfe in ihrem Lebenslauf ist, u. a. aufgrund ihrer körperlichen Gesundheit, von Unterbrechungen geprägt.

In den Wiederholungsbefragungen 2020/21 wird deutlich, wie sehr die Pandemie das ohnehin vorhandene Einsamkeitserleben verschärft und sogar bereits bewältigte Problemlagen (z. B. Zwangshandlungen) wieder aufflammen lässt. Aufgrund der gesundheitlichen Probleme und dem Status als „Risikogruppe“ in Bezug auf COVID-19 lebt sie fast in vollständiger sozialer Isolation, wenngleich mit ihrem Partner zusammen. Dieses Zusammenleben erfährt sie jedoch nicht als Ressource, weil die fehlenden Möglichkeitsräume die Beziehung belasten:

*„[...] Und ich fühle mich halt so ziemlich alleine. Also klar, ich habe meinen Freund- wir sitzen rund um die Uhr aufeinander. Aber das ist jetzt auch nicht mehr so wirklich schön“ (Interview Marie, 2021).*

Abschließend lässt sich festhalten, dass das Erleben von Einsamkeit bei armtsbetroffenen Kindern und Jugendlichen stark von verschiedenen lebensphasen- und lebenslaufbedingten Faktoren beeinflusst wird. Insbesondere die Erfahrungen von sozialer Ausgrenzung und verminderten Teilhabechancen sowie belasteten familiären Beziehungen prägen das Einsamkeitserleben, auch wenn dies nicht immer direkt benannt wird.

Elisa und Marie bieten dabei eindrucksvolle Fallbeispiele für die Verstrickung von Armut, sozialen Problemen und Einsamkeit. Bei Elisa sind es vor allem ihre dysfunktionalen familiären Beziehungen, der Verlust ihrer engsten Vertrauensperson (Großvater) und die schwierige berufliche Situation, die temporäre Phasen des Alleinseins und der Selbstzweifel fördern und damit Einsamkeit

begünstigen. Trotz ihrer stabilen Partnerschaft und Freundschaften bleibt das enge Vertrauen, das sie zu ihrem Großvater hatte, unerreicht, was ihre Einsamkeit in bestimmten Momenten verstärkt. Dennoch gibt ihr die Unterstützung vom Partner sowie von Freundinnen und Freunden ein gewisses Gefühl der Geborgenheit.

Im Gegensatz dazu wird Maries Leben von einem stärkeren Einsamkeitserleben geprägt. Traumatische Erfahrungen in der Kindheit, mangelnde Unterstützung im sozialen und familiären Umfeld sowie ständige finanzielle Belastungen haben in ihr ein tiefes Gefühl des Alleinseins hervorgerufen. Auch ihre gesundheitlichen und psychischen Probleme verstärken ihre Isolation. Besonders die Corona-Pandemie verschärft ihre Einsamkeit, da sie sich aufgrund ihrer gesundheitlichen Situation fast vollständig sozial isolierte. Das Leben mit ihrem Partner stellt für sie keine Ressource dar, sondern wird durch die erlebte Enge und das Fehlen von Freiräumen belastet.

Insgesamt zeigt sich, dass das Einsamkeitserleben stark von den jeweiligen sozialen, familiären und gesundheitlichen Rahmenbedingungen abhängt. Insbesondere Armut wirkt als ein zentraler Faktor, der nicht nur zu finanziellen und materiellen Entbehrungen führt, sondern auch die sozialen Netzwerke und das psychische Wohlbefinden beeinträchtigt. Die Erfahrungen von Elisa und Marie verdeutlichen, dass Einsamkeit bei armutsbetroffenen jungen Menschen nicht nur eine Momentaufnahme ist, sondern ein langwieriger und komplexer Prozess, der durch eine Vielzahl von Faktoren beeinflusst wird, darunter die familiäre Situation, die Gesundheit und die sozialen Beziehungen.

## 5 Zusammenfassung der Ergebnisse und Ausblick

### 5.1 Zusammenfassung der Ergebnisse: Armut und ihre Auswirkungen auf soziale Beziehungen und Einsamkeit bei jungen Menschen

Wenngleich die Ergebnisse deutlich machen, dass soziale Beziehungen von jungen Menschen häufig in Zusammenhang mit ihrer Armutslage variieren, können die Studienergebnisse der AWO-ISS-Langzeitstudie keine Kausalbeziehung von Armut und Einsamkeit bei den befragten Teilnehmenden belegen, da Einsamkeit, außer in der vierten Studienphase, nicht explizit erhoben wurde. Jedoch wird sowohl anhand der Interviewpassagen als auch der quantitativen Auswertungen an vielen Stellen deutlich, dass Armut häufig mit multiplen Problemlagen in Kindheit, Jugend und jungem Erwachsenenalter verbunden ist und diese wiederum das Risiko für Einsamkeit erhöhen. Die interviewten armutsbe troffenen Personen berichteten von Erfahrungen des sozialen Ausschlusses sowie dem Empfinden, „anders“ zu sein und/oder von institutioneller Seite „allein gelassen“ zu werden, wodurch Rückschlüsse auf Einsamkeit gezogen werden können.

#### Knergebnisse der vorliegenden Auswertung

*Im Rahmen der AWO-ISS-Langzeitstudie zeigt sich die Vulnerabilität junger Menschen in Armutslagen für Einsamkeit wie folgt:*

- In Extremfällen, in denen es seit der Kindheit zu dauerhaft schwierigen oder fehlenden Beziehungen zu den Eltern kam, zeigten junge Menschen häufig ein auffälliges Sozialverhalten, z. B. Distanzlosigkeit, delinquente

Handlungen und sozialen Rückzug. Dies hatte wiederum die Meidung durch andere zur Folge und begünstigte soziale Isolation.

- In Fällen, in denen soziale Beziehungen vorhanden waren, waren diese jedoch häufig qualitativ beeinträchtigt. Oft führten die Selbstwahrnehmung als „abweichend“ oder „anders“ sowie die damit verbundenen Schamgefühle und Erfahrungen von Stigmatisierung zu einer Reduktion sowohl des interpersonellen Vertrauens als auch des Selbstwertgefühls und dadurch zu sozialem Rückzug.
- Das Gefühl, „anders“ zu sein, beeinflusst zum einen das Erleben emotionaler Einsamkeit und hat insbesondere im Lebensverlauf Auswirkungen auf die kollektive Einsamkeit. Die Veränderungen im Selbstverständnis der Befragten deuten auf Formen der Chronifizierung von Einsamkeit hin, die auch das Gefühl der Selbstwirksamkeit beeinträchtigen. Diese Beeinträchtigungen verstärken wiederum die Einsamkeitsgefühle und das führt zu einem Teufelskreis, in dem das Erleben von Isolation kontinuierlich verstärkt wird.
- Da armutsbetroffene junge Menschen häufig Care-Arbeit im familiären Kontext sowie Lohnarbeit in Form von Nebenjobs übernehmen, bleibt ihnen weniger freie Zeit zur Pflege von sozialen Beziehungen und zur Aneignung von sozialen Kompetenzen. Dies kann wiederum das Risiko für Einsamkeit erhöhen.

Durch die multiplen psychischen Belastungssituationen armutsbetroffener Kinder und Jugendlicher sowie den damit verbundenen psychosomatischen Symptomen, die zum Teil den Alltag bis ins junge Erwachsenenalter massiv bestimmen, können die soziale Teilhabe und soziale Beziehungen beeinträchtigt werden. Das Leben in mehrfacher Deprivation scheint ein Risikofaktor für Einsamkeit zu sein. Das bedeutet, dass belastete soziale Beziehungen schon in der Kindheit und Erfahrungen von sozialer Ausgrenzung oft zu sozialem Rückzug führen. Der Überblick über die Zusammenhänge zwischen Armut und Einsamkeit im Lebensverlauf zeigt, dass diese beiden Faktoren in verschiedenen Lebensphasen unterschiedlich miteinander verknüpft sind.

Im **Vorschulalter** sind vor allem Multiproblemlagen mit einem (beginnenden) sozialen Ausschluss verbunden. Das Auftreten multipler Deprivation ist wiederum häufig mit Armutsbedingungen verknüpft. Armut wirkt hier indirekt: Das Gefühl, „anders“ zu sein als die anderen, ein anderes Leben zu leben als das „normale“, ist für Kinder in multipler Deprivation bereits im frühen Lebensalter spürbar. Sind Eltern(teile) mit gravierenden sozialen und gesundheitlichen Problemen (Langzeitarbeitslosigkeit, Depression, Sucht) konfrontiert, kann dies die Eltern-Kind-Beziehung massiv beeinträchtigen.

Im **Grundschulalter** wird den Betroffenen das Gefühl des „Andersseins“ noch stärker bewusst. Es wird z. B. berichtet, dass von Armut Betroffene aufgrund ihres Aussehens gehänselt werden. Allerdings wird auch deutlich, dass das Vorhandensein enger Bindungen verhindern kann, dass arme Kinder Einschränkungen in mehreren Lebensbereichen erleben.

Am **Ende der Grundschulzeit** vergrößern sich die lebenslagenbezogenen Unterschiede zwischen armen und nicht armen Kindern im Vergleich zu früheren Kindheitsphasen. Die Erfahrungsräume sind andere und weniger, was sowohl in Bezug auf familiäre Aktivitäten und kindliche Spielräume, aber auch am Beispiel der Teilnahme an Kindergeburtstagen deutlich wird.

In der **Jugend** ist, bedingt durch Armut, im Bereich der sozialen Beziehungen vor allem die Qualität von Beziehungen beeinträchtigt. Zusätzlich kristallisiert sich eine kleine Gruppe heraus, die in vollständiger sozialer Isolation lebt. Gleichzeitig treten in dieser Phase häufiger Einschränkungen im Bereich der psychischen Gesundheit unter den Befragten auf, insbesondere bei den Mädchen. Zur Erfassung psychosomatischer Symptome gehört im für diese Befragung zum Einsatz kommenden Forschungsdesign auch der Indikator „Einsamkeit“: Arme Jugendliche und multipel Deprivierte geben hier mit 16 % und 20 % deutlich häufiger an, einsam zu sein, als ihre nicht armen Altersgenossinnen und -genossen (10 %).

Im **jungen Erwachsenenalter** werden nunmehr verschiedene Wege des Aufwachsens von armen und nicht armen Kindern deutlich. Vor allem auch in den qualitativen Befragungen zeigt sich beispielhaft, wie Armutserfahrungen insbesondere ab dem Teenageralter als einschränkend und stigmatisierend erlebt werden. Besonders im späteren Leben betonen Menschen mit Armutserfahrung die sozialen Aspekte der Armut. Sie definieren Armut häufig über den Mangel an sozialen Bindungen und Vertrauen. Zudem wird Armut oft mit einer niedrigen gesellschaftlichen Stellung und Stigmatisierung in Verbindung gebracht. In den Erzählungen der jungen Menschen werden wiederkehrende Herausforderungen in Bezug auf soziale Beziehungen deutlich, seien es Mobbingerfahrungen oder das Gefühl, kein „normales“ Kinder- und Jugendleben gehabt zu haben. Die Befragten waren häufig mit anderen bzw. zusätzlichen Problemen konfrontiert und fühlten sich damit „alleingelassen“. Gerade auch im wichtigen Übergang von der Jugend ins junge Erwachsenenalter wird hier eine fehlende Möglichkeit der Orientierung sichtbar ebenso wie das Gefühl, sozial ausgeschlossen zu sein.

Wenngleich die dargestellten Befunde keine klaren Hinweise darauf geben, dass chronische Einsamkeit unter armen jungen Menschen weit verbreitet ist, taucht das Gefühl der Einsamkeit dennoch punktuell immer wieder auf – insbesondere im Sinne eines „Alleingelassenseins“ oder durch das Gefühl, „anders“ zu sein. Auch wenn in den meisten Fällen soziale Beziehungen vorhanden sind, zeigt sich, dass die Qualität dieser Beziehungen häufig geringer ist. Besonders arme Mädchen und multipel deprivierte Jugendliche berichten von einer vergleichsweise geringeren sozialen Einbindung in Gleichaltrigennetzwerke.

## 5.2 Empfehlungen für die Praxis

Aus den hier vorgestellten Ergebnissen der AWO-ISS-Langzeitstudie ergeben sich verschiedene Empfehlungen zur Prävention und Linderung von Einsamkeit bei armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen.

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass sich Armut in unterschiedlichen Formen sozialer Ausgrenzung niederschlägt. Die Einschränkung der Teilhabe an den materiellen und immateriellen Ressourcen der Gesellschaft begrenzt insgesamt die Lebenschancen von Kindern und Jugendlichen für eine selbstbestimmte Entwicklung, die Einpassung in die gesellschaftlichen Normen und Werte sowie die soziale Positionierung im späteren Leben. Das Erleben von Ausgrenzung stellt eine zentrale Lebenserfahrung für alle von Armut betroffenen Kinder und Jugendlichen dar. Nur durch das Erfahren von Anerkennung und Bestätigung sowohl innerhalb der Familie als auch im sozialen Umfeld sind sie in der Lage, mit materiellen Entbehrungen und deren Begleiterscheinungen umzugehen.

Im Kontext der kindsbezogenen Armutsprävention zielt der Ansatz darauf ab, bei Fachkräften ein Bewusstsein für die Auswirkungen von Armut, die bereits in der frühen Kindheit besteht, zu schaffen. Ziel ist es, frühzeitig niederschwellige Angebote wie Beratung, Betreuung, Begegnung und Begleitung bereitzustellen. Leitgedanken wie „Kein Kind darf verloren gehen“ (Stadt Weinheim) oder „Jedem Kind alle Chancen“ betonen die Notwendigkeit einer engen Vernetzung zwischen verschiedenen Institutionen und Akteurinnen und Akteuren. Ein besonderer Fokus liegt auf zentralen Übergängen, die mit dem erhöhten Risiko behaftet sind, dass die Bewältigung dieser Phasen erschwert wird oder bestehende Hilfsangebote aufgrund struktureller Defizite im Hilfesystem (bspw. SGB VIII und SGB II) unterbrochen werden. In diesem Zusammenhang ist es von zentraler Bedeutung, bereits bestehende Strukturen wie Familienzentren, Schulsozialarbeit oder das „Quartiersmanagement“ im sozialen Umfeld zu stärken, da diese gezielt dazu beitragen können, Kinder und ihre Familien sozial zu integrieren.

grieren und frühzeitige Hilfsangebote zu gewährleisten. Eine Forderung zur Stärkung dieser Strukturen findet sich auch in der Kollekt-Studie (Neu et al. 2023); diese tragen nicht nur zur Prävention von Einsamkeit bei, sondern können Chancen verbessern und soziale Teilhabe ermöglichen. Gleichzeitig wird durch frühe Unterstützungs- und Sensibilisierungsangebote auch die Wahrscheinlichkeit einer Chronifizierung von Einsamkeit im späteren Leben gemindert.

Wenn betroffene junge Menschen auf ihrem Lebensweg nicht „alleingelassen“ werden, könnte dies nicht nur dazu beitragen, die Folgen von Armut zu mildern, sondern auch Einsamkeit zu verhindern. Die Förderung der sozialen Lage, d. h. die Unterstützung sozialer Kompetenzen sowie die Schaffung entsprechender Rahmenbedingungen durch Eltern und Schule, spielt eine entscheidende Rolle bei der Vermeidung bzw. der Verstärkung eines negativen Entwicklungsverlaufs bei Kindern. In diesem Zusammenhang könnte neben der Förderung der Armutssensibilität von Fachkräften auch eine Sensibilisierung für das Phänomen der Einsamkeit von Nutzen sein. Die qualitativen Ergebnisse machen deutlich, dass enge soziale Beziehungen und wahrgenommene Unterstützung negative Armutsergebnisse abfedern können. Demnach ist es sinnvoll, kommunale Räume so zu gestalten, dass Orte der Begegnung entstehen, die für alle zugänglich sind und an denen sowohl fehlende Ressourcen (z. B. soziale Unterstützung, materielle Hilfen) bereitgestellt werden als auch vorhandene Ressourcen erkannt, gewürdigt und gefördert werden. Ergebnisse der JuCo-Studien haben ebenfalls gezeigt, dass besonders armutsbetroffene Kinder und Jugendliche auf schulische sowie außerschulische Angebote angewiesen sind (Andresen et al. 2023). Dabei sollte der Fokus nicht nur auf der primären Zielgruppe – den Kindern und Jugendlichen – liegen, sondern auch ihre Familien sollten einbezogen werden. Eine gezielte Sensibilisierung von Fachkräften, die in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen tätig sind, für das Thema Einsamkeit und dessen Symptome erscheint daher sinnvoll.

Eine stärkere Vernetzung von (regionalen) Akteurinnen und Akteuren im Feld der Prävention und Linderung von Einsamkeit sollte gefördert werden, um eine ortsnahe und bedürfnisorientierte Weitervermittlung von jungen Menschen an passende Unterstützungsangebote zu ermöglichen (Weber und Wind 2024).

Verschiedene Praxisprojekte haben sich bereits damit befasst, wie Einsamkeit und das Gefühl des „Alleingelassenseins“ bei Kindern und Jugendlichen thematisiert werden können und wie diesen begegnet werden kann. Dazu zählen:

- *Handbuch „TeilSein“ – Resilienzförderung und Einsamkeitsbegleitung für Kinder und Jugendliche TeilSein*  
Dass Einsamkeit bereits in der frühen Kindheit Thema ist und erkannt werden sollte, zeigt das Projekt TeilSein des Deutschen Roten Kreuzes (DRK). Dazu arbeiteten die Fachkräfte mit Kindern ab dem Kindergartenalter zusammen und beziehen auch die Perspektiven von Jugendlichen mit ein. Zusätzlich zum Handbuch der Resilienzförderung wurde ein Online-Weiterbildungstool zum Thema entwickelt, um Fachkräfte zu sensibilisieren.
- *Mit Kindern über Einsamkeit sprechen (Lehrwerk)*  
Im Rahmen des Projektes „Alter Falter“ des Malteser Hilfsdienstes Münster wurde sich gemeinsam mit Kindern im Grundschulalter spielerisch dem Gefühl der Einsamkeit genähert. Die Projektleitenden stellten fest, dass eine frühzeitige Auseinandersetzung mit dem Einsamkeitsgefühl wichtig ist. Die Entwicklung konstruktiver Strategien bei Einsamkeit stärke junge Menschen und mache sie handlungsfähig für zukünftige sensible Lebensphasen.
- *„Kollekt“-Methodenkoffer gegen Einsamkeit*  
Die Studie *Extrem einsam* des Projektes Kollekt vom Progressiven Zentrum stellte fest, dass Einsamkeit das Vertrauen junger Menschen in die Demokratie und damit den Zusammenhalt der Gesellschaft schwächen kann. Um Einsamkeit und die Bedeutung politischer Selbstwirksamkeit bei jungen Menschen zu thematisieren, wurde dieser Methodenkoffer für die politische Bildung mit jungen Erwachsenen entwickelt.

Diese Praxisbeispiele haben folgende Punkte gemeinsam: Sensibilisierung für Einsamkeit, Wissen stärken sowie Methoden für die Praxis und mit der Praxis entwickeln, um die Selbstwirksamkeit von Kindern und Jugendlichen in Phasen der Einsamkeit im Verlauf ihres Lebens zu fördern.

Sowohl bei Armut als auch bei Einsamkeit handelt es sich um potenziell stigmatisierende Faktoren. Kommen beide Parameter in einer Biografie zusammen, kann dies das Risiko für sozialen Rückzug erhöhen. Junge Menschen dazu zu befähigen, über Einsamkeit als ein (normales) Gefühl sprechen zu können, erscheint mit Blick auf die Prävention und Linderung von Einsamkeit unabdingbar. Die Möglichkeit der Partizipation und des Eingebundenseins in demokratische Prozesse sowie in das gesellschaftliche Miteinander, auch für junge Menschen in Armutslagen, bietet nicht nur Chancen für die Individuen, sondern fördert zugleich ihre Resilienz und Selbstwirksamkeit. Durch die aktive Teilnahme können sie ihre Fähigkeit zur Bewältigung von Herausforderungen stärken und ein besseres Gefühl für die eigene Handlungsfähigkeit entwickeln, was letztlich auch der Gesellschaft zugutekommt.

### 5.3 Empfehlungen für weitere Forschung

Die vorliegende Analyse stellte eine Zusammenfassung bereits bestehender Ergebnisse der AWO-ISS-Langzeitstudien dar. Da das Konzept Einsamkeit in den frühen Erhebungsphasen der Studie nicht erfasst wurde, wurde in der vorliegenden Analyse versucht, Bezüge zu Einsamkeitsgefühlen sowie den Risikofaktoren und auch den Resilienzquellen herzustellen. Dennoch soll angemerkt werden, dass die Problematik darin besteht, Daten zu analysieren, die das Konzept der Einsamkeit in seiner Differenzierung und Operationalisierung noch nicht berücksichtigt haben, sodass eine Vergleichbarkeit mit aktuelleren Daten nur bedingt möglich ist. Auch wenn die vorliegende Forschung einen ersten Einblick in die Einsamkeitsbelastungen von armutsbetroffenen Kindern und

Jugendlichen im Lebensverlauf gibt, erscheint eine ähnlich angelegte Studie mit einem stärkeren Fokus auf Einsamkeit sinnvoll. Dabei sollte auch auf eine differenzierte Analyse von Einsamkeit (z. B. Formen und Verlauf) eingegangen werden. Eine mögliche Forschungsfrage könnte sein, inwiefern eine Beziehung zwischen subjektivem Teilhabeempfinden junger armutsbetroffener Menschen und kollektiver Einsamkeit besteht. Dabei sollte geklärt werden, wie sich diese beiden Konstrukte voneinander unterscheiden und welche Wechselwirkungen zwischen ihnen bestehen. So wäre etwa die Auswertung des in der Studie verwendeten „Einsamkeitsindikators“ und seiner Einflussgrößen mit Blick auf lang- und kurzzeitige Armutsbetroffenheit in verschiedenen Lebensphasen ebenso interessant wie die Fragen, ob im Lebensverlauf eine Dynamik der Einsamkeit erkennbar ist und mit welchen Faktoren eine Linderung von Einsamkeit einhergeht. Zusätzlich wären eine noch stärker interpretative Sekundärauswertung der qualitativen Interviews und vor allem der fünf Fallbeispiele eine fruchtbare Quelle weiterer interessanter Erkenntnisse.

Besonders im Hinblick auf Armut sollten die Wechselwirkungen zwischen Armut, Scham und Einsamkeit weiter untersucht werden. Die familiären Verhältnisse sowie unterschiedliche Familienkonzepte und deren Auswirkungen auf das Einsamkeitserleben von Kindern und Jugendlichen stellen außerdem vielversprechende Ansatzpunkte für weiterführende Forschung dar. Dabei könnte auch weiter auf die Perspektive der Eltern eingegangen werden.

Es wird empfohlen, in zukünftiger Forschung einen stärkeren Fokus auf Einsamkeit und Armut im Lebensverlauf zu legen. Insbesondere sollten die Wechselwirkungen zwischen Einsamkeit und sozialen sowie gesundheitlichen Einschränkungen im Lebensverlauf genauer untersucht werden. Dabei könnte die Frage im Mittelpunkt stehen, wie sich verschiedene Einsamkeitsformen – wie sie von Luhmann beschrieben werden (z. B. emotionale und kollektive Einsamkeit) – über unterschiedliche Altersgruppen hinweg verbreiten und in welcher Weise sie miteinander verknüpft sind. Es wäre von Interesse, Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Erfahrung von Einsamkeit über den Lebensverlauf hinweg zu identifizieren

und herauszuarbeiten, welche spezifischen „Sollbruchstellen“ die Entstehung von Einsamkeit im Lebenslauf begünstigen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt für zukünftige Studien wäre die Untersuchung des Einflusses sozialer gesellschaftlicher Normen und einer Abweichung davon auf das Einsamkeitserleben. Dies kann sich sowohl auf soziale Beziehungen als auch den sozioökonomischen Status beziehen. Insbesondere sollten die Verknüpfungen zwischen Armut und der Wahrnehmung und Entstehung von Einsamkeit im Kontext dieser gesellschaftlichen Anforderungen vertieft analysiert werden.



## 6 Literaturverzeichnis

**Andresen**, Sabine; Lips, Anna; Möller, Renate; Özdemir, Ersan; Schröer, Wolfgang; Thomas, Severine; Wilmes, Johanna (2023): JuCo IV – Der Einfluss der Corona-Pandemie auf das Wohlbefinden junger Menschen. Trends und anhaltende Auswirkungen.

**Andresen**, Sabine; Lips, Anna; Möller, Renate; Rusack, Tanja; Schröer, Wolfgang; Thomas, Severine; Wilmes, Johanna (2020a): Erfahrungen und Perspektiven von jungen Menschen während der Corona-Maßnahmen.

**Andresen**, Sabine; Lips, Anna; Möller, Renate; Rusack, Tanja; Schröer, Wolfgang; Thomas, Severine; Wilmes, Johanna (2020b): Kinder, Eltern und ihre Erfahrungen während der Corona-Pandemie.

**Benner**, Aprile D. (2011): Latino adolescents' loneliness, academic performance, and the buffering nature of friendships. In: *Journal of youth and adolescence* 40 (5), S. 556–567. DOI: 10.1007/s10964-010-9561-2.

**Berger**, Klaus; Riedel-Heller, Steffi; Pabst, Alexander; Rietschel, Marcella; Richter, Dirk (2021): Einsamkeit während der ersten Welle der SARS-CoV-2-Pandemie – Ergebnisse der NAKO-Gesundheitsstudie. In: *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz* 64 (9), S. 1157–1164. DOI: 10.1007/s00103-021-03393-y.

**BMFSFJ (2024)**: Einsamkeitsbarometer 2024. Langzeitentwicklung von Einsamkeit in Deutschland. Berlin. Online verfügbar unter <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/einsamkeitsbarometer-2024-237576>.

**Böhnke**, Petra (2008): Are the poor socially integrated? The link between poverty and social support in different welfare regimes. In: *Journal of European Social Policy* 18 (2), S. 133–150. DOI: 10.1177/0958928707087590.

**Böhnke**, Petra; Link, Sebastian (2017): Poverty and the Dynamics of Social Networks: An Analysis of German Panel Data. In: *European Sociological Review* 33 (4), S. 615–632. DOI: 10.1093/esr/jcx063.

**Brinkmann**, Christian (1984): Die individuellen Folgen langfristiger Arbeitslosigkeit. In: *Mitteilungen aus der Arbeitsmarkt- und Berufsforschung* 17 (4), S. 454–473. Online verfügbar unter [https://doku.iab.de/mittab/1984/1984\\_4\\_MittAB\\_Brinkmann.pdf](https://doku.iab.de/mittab/1984/1984_4_MittAB_Brinkmann.pdf).

**Bücker**, Susanne (2022): Die gesundheitlichen, psychologischen und gesellschaftlichen Folgen von Einsamkeit. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 10). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2879/>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

**Butterwegge**, Christoph (2018): Armut. In: Johannes Kopp und Anja Steinbach (Hg.): Grundbegriffe der Soziologie. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, S. 29–31.

**Christiansen**, J.; Qualter, P.; Friis, K.; Pedersen, S. S.; Lund, R.; Andersen, C. M. et al. (2021): Associations of loneliness and social isolation with physical and mental health among adolescents and young adults. In: Perspectives in public health 141 (4), S. 226–236. DOI: 10.1177/17579139211016077.

**Damelang**, Andreas; Kloß, Georgi (2013): Poverty and the social participation of young people – an analysis of poverty-related withdrawal mechanisms. In: J Labour Market Res 46 (4), S. 321–333. DOI: 10.1007/s12651-013-0148-8.

**Dittmann**, Jörg; Goebel, Jan (2018): Armutskonzepte. In: Petra Böhnke, Jörg Dittmann und Jan Goebel (Hg.): Handbuch Armut. Stuttgart, Deutschland: utb GmbH, S. 21–34.

**Dittmann**, Jörg; Goebel, Jan (2022): Einsamkeit und Armut. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 5). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2943/>, zuletzt geprüft am 03.11.2022.

**Eckhard**, Jan (2018): Does Poverty Increase the Risk of Social Isolation? Insights Based on Panel Data from Germany. In: The Sociological Quarterly 59 (2), S. 338–359. DOI: 10.1080/00380253.2018.1436943.

**Eckhard**, Jan (2020): Enquetekommission IV „Einsamkeit“ – Bekämpfung sozialer Isolation in Nordrhein-Westfalen und der daraus resultierenden physischen und psychischen Folgen auf die Gesundheit. Stellungnahme 17/3248 vom 26.10.2020 zum Thema „Armut und Einsamkeit“ Hg. v. Max-Weber-Institut für Soziologie der Universität Heidelberg. Landtag Nordrhein-Westfalen. Düsseldorf. Online verfügbar unter <https://opal.landtag.nrw.de/portal/WWW/dokumentenarchiv/Dokument/MMST17-3248.pdf>, zuletzt geprüft am 03.12.2024.

**Ernst**, Mareike; Niederer, Daniel; Werner, Antonia M.; Czaja, Sara J.; Mikton, Christopher; Ong, Anthony D. et al. (2022): Loneliness before and during the COVID-19 pandemic: A systematic review with metaanalysis. In: The American psychologist 77 (5), S. 660–677. DOI: 10.1037/amp0001005.

**Farrell**, Ann H.; Vitoroulis, Irene; Eriksson, Mollie; Vaillancourt, Tracy (2023): Loneliness and Well-Being in Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. In: Children (Basel, Switzerland) 10 (2). DOI: 10.3390/children10020279.

**Fraley**, R. Chris; Roisman, Glenn I.; Booth-LaForce, Cathryn; Owen, Margaret Tresch; Holland, Ashley S. (2013): Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: a longitudinal study from infancy to early adulthood. In: Journal of personality and social psychology 104 (5), S. 817–838. DOI: 10.1037/a0031435.

**Geukens, Flore; Maes, Marlies; Spithoven, Annette; Pouwels, J. Loes; Danneel, Sofie; Cillessen, Antonius H. N. et al.** (2022): Changes in adolescent loneliness and concomitant changes in fear of negative evaluation and self-esteem. In: International Journal of Behavioral Development 46 (1), S. 10–17. DOI: 10.1177/0165025420958194.

**Geulayov, Galit; Mansfield, Karen; Jindra, Christoph; Hawton, Keith; Fazel, Mina** (2022): Loneliness and selfharm in adolescents during the first national COVID-19 lockdown: results from a survey of 10,000 secondary school pupils in England. In: Current psychology (New Brunswick, N.J.), S. 1–12. DOI: 10.1007/s12144-022-03651-5.

**Hards, Emily; Loades, Maria Elizabeth; Higson-Sweeney, Nina; Shafran, Roz; Serafimova, Teona; Brigden, Amberley et al.** (2022): Loneliness and mental health in children and adolescents with preexisting mental health problems: A rapid systematic review. In: The British journal of clinical psychology 61 (2), S. 313–334. DOI: 10.1111/bjc.12331.

**Heinrich, Lea; Volf, Irina** (2022): (Über-)Leben mit 28. AWO-ISS-Langzeitstudie zur Kinderarmut: Übergang ins junge Erwachsenenalter und Bewältigung der Corona-Krise. Frankfurt am Main: Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. Online verfügbar unter <https://www.iss-ffm.de/fileadmin/assets/veroeffentlichungen/downloads/AWO-ISS-Langzeitstudie-VI.pdf>.

**Heinrich, Liesl M.; Gullone, Eleonora** (2006): The clinical significance of loneliness: a literature review. In: Clinical psychology review 26 (6), S. 695–718. DOI: 10.1016/j.cpr.2006.04.002.

**Hock, Beate; Holz, Gerda; Simmedinger, Renate; Wüstendorfer, Werner** (2000a): Gute Kindheit – Schlechte Kindheit? Armut und Zukunftschancen von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Abschlußbericht zur Studie im Auftrag des Bundesverbandes der Arbeiterwohlfahrt e. V. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. Online verfügbar unter [https://www.iss-ffm.de/fileadmin/assets/veroeffentlichungen/downloads/InternetGute\\_Kindheit\\_Schlechte\\_Kindheit.pdf](https://www.iss-ffm.de/fileadmin/assets/veroeffentlichungen/downloads/InternetGute_Kindheit_Schlechte_Kindheit.pdf).

**Hock, Beate; Holz, Gerda; Wüstendorfer, Werner** (2000b): Frühe Folgen – langfristige Konsequenzen? Armut und Benachteiligung im Vorschulalter. Vierter Zwischenbericht zu einer Studie im Auftrag des Bundesverbandes Arbeiterwohlfahrt. Originalausgabe Frankfurt am Main: ISS-Eigenverlag (ISS-Pontifex, 2000,2).

**Holz, Gerda; Richter, Antje; Wüstendorfer, Werner; Giering, Dietrich** (2006): „Zukunfts-chancen für Kinder! – Wirkung von Armut bis zum Ende der Grundschulzeit.“ Endbericht der 3. AWO-ISS-Studie im Auftrag des Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e. V. Originalausgabe Frankfurt am Main: ISS-Eigenverlag (ISS-Pontifex, 2006,2). Online verfügbar unter [https://www.iss-ffm.de/fileadmin/assets/themenbereiche/downloads/Zukunfts-chancen\\_Kinder.pdf](https://www.iss-ffm.de/fileadmin/assets/themenbereiche/downloads/Zukunfts-chancen_Kinder.pdf).

**Holz**, Gerda; Richter-Kornweitz, Antje (2020a): Corona-Chronik. Gruppenbild ohne (arme) Kinder. Eine Streitschrift. Online verfügbar unter [https://www.nifbe.de/images/nifbe/Aktuelles\\_Global/2020/Coronachronik\\_Streitschrift\\_final.pdf](https://www.nifbe.de/images/nifbe/Aktuelles_Global/2020/Coronachronik_Streitschrift_final.pdf), zuletzt geprüft am 28.10.2024.

**Holz**, Gerda; Richter-Kornweitz, Antje (2020b): Statement aus der Armutsprävention. Arme Kinder in der Corona-Krise nicht länger übersehen! Online verfügbar unter [https://www.lvr.de/media/wwwlvrde/jugend/jugendmter/koordinationsstellekinderarmut/dokumen-te\\_80/broschuere\\_koordinationsstelle\\_kinderarmut\\_2019\\_onlinefassung/Statement\\_Arme\\_Kinder\\_in\\_der\\_Corona-Krise\\_Fin.pdf](https://www.lvr.de/media/wwwlvrde/jugend/jugendmter/koordinationsstellekinderarmut/dokumen-te_80/broschuere_koordinationsstelle_kinderarmut_2019_onlinefassung/Statement_Arme_Kinder_in_der_Corona-Krise_Fin.pdf), zuletzt geprüft am 28.10.2024.

**Holz**, Gerda; Skoluda, Susanne (2003): Armut im frühen Grundschulalter. Abschlußbericht der vertiefenden Untersuchung zu Lebenssituationen, Ressourcen und Bewältigungshandeln von Kindern im Auftrag des Bundesverbandes der Arbeiterwohlfahrt. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. Online verfügbar unter <https://www.iss-fmm.de/fileadmin/assets/themenbereiche/downloads/FruehesGrundschulalter.pdf>.

**Howes**, Carollee (1996): The earliest friendships. In: Williard W. Hartup (Hg.): The company they keep: Friendship in childhood and adolescence. Unter Mitarbeit von William M. Bukowski und Andrew F. Newcomb: Cambridge University Press, S. 66–86.

**Hradil**, Stefan (2001): Soziale Ungleichheit in Deutschland. 8. [überarb. und aktualisierte] Aufl. Opladen: Leske + Budrich (UTB für Wissenschaft Soziologie, 1809). Online verfügbar unter <http://www.socialnet.de/rezensionen/isbn.php?isbn=978-3-8100-3000-9>.

**Jefferson**, Rebecca; Barreto, Manuela; Verity, Lily; Qualter, Pamela (2023): Loneliness During the School Years: How It Affects Learning and How Schools Can Help. In: The Journal of school health 93 (5), S. 428–435. DOI: 10.1111/josh.13306.

**Jones**, Randall M.; Vaterlaus, John M.; Jackson, Mark A.; Morrill, Torrey B. (2014): Friendship characteristics, psychosocial development, and adolescent identity formation. In: Personal Relationships 21 (1), S. 51–67. DOI: 10.1111/pere.12017.

**Kauhanen**, Laura; Wan Mohd Yunus, Wan Mohd Azam; Lempinen, Lotta; Peltonen, Kirsi; Gyllenberg, David; Mishina, Kaisa et al. (2023): A systematic review of the mental health changes of children and young people before and during the COVID-19 pandemic. In: European child & adolescent psychiatry 32 (6), S. 995–1013. DOI: 10.1007/s00787-022-02060-0.

**Langenkamp**, Alexander (2021): Lonely hearts, empty booths? The relationship between loneliness, reported voting behavior and voting as civic duty. In: Social Science Quarterly 102 (4), S. 1239–1254. Online verfügbar unter <https://doi.org/10.1111/ssqu.12946>, zu-letzt geprüft am 07.09.2022.

**Langenkamp**, Alexander; Bienstman, Simon (2022): Populism and Layers of Social Belonging: Support of Populist Parties in Europe. In: Political Psychology (43 (5)), S. 931–949.

**Langmeyer, Alexandra; Guglhör-Rudan, Angelika; Naab, Thorsten; Urlen, Marc; Winklhofer, Ursula** (2020): Kind sein in Zeiten von Corona. Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lockdowns im Frühjahr 2020. Online verfügbar unter [https://www.researchgate.net/publication/349590947\\_Kind\\_sein\\_in\\_Zeiten\\_von\\_Corona\\_Ergebnisbericht\\_zur\\_Situation\\_von\\_Kindern\\_wahrend\\_des\\_Lockdowns\\_im\\_Fruhjahr\\_2020](https://www.researchgate.net/publication/349590947_Kind_sein_in_Zeiten_von_Corona_Ergebnisbericht_zur_Situation_von_Kindern_wahrend_des_Lockdowns_im_Fruhjahr_2020), zuletzt geprüft am 14.03.2023.

**Laubstein, Claudia; Holz, Gerda; Dittmann, Jörg; Sthamer, Evelyn** (2013): Von alleine wächst sich nichts aus. Lebenslagen von (armen) Kindern und Jugendlichen und gesellschaftliches Handeln bis zum Ende der Sekundarstufe I; Abschlussbericht der 4. Phase der Langzeitstudie im Auftrag des Bundesverbandes der Arbeiterwohlfahrt. 2. überarb. Aufl. Frankfurt am Main: Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik.

**Laursen, Brett; Hartl, Amy C.** (2013): Understanding loneliness during adolescence: developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. In: Journal of adolescence 36 (6), S. 1261–1268. DOI: 10.1016/j.adolescence.2013.06.003.

**Luhmann, Maike** (2022): Definitionen und Formen der Einsamkeit. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 1). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2882/>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

**Luhmann, Maike** (2023): Einsamkeit unter Jugendlichen in Nordrhein-Westfalen nach der Pandemie. Unter Mitarbeit von Debora Brickau, Bernd Schäfer, Peter Mohr, Miriam Schmitz, Alicia Neumann und Ricarda Steinmayr. Online verfügbar unter <https://www.land.nrw/media/31050/download>, zuletzt geprüft am 26.07.2024.

**Machielse, Anja** (2006): Theories on Social Contacts and Social Isolation. In: Roelof Hor-tulanus, Anja Machielse und Ludwien Meeuwesen (Hg.): Social Isolation in Modern Society: Routledge, S. 13–36.

**Maes, Marlies; Vanhalst, Janne; Spithoven, Annette W. M.; van den Noortgate, Wim; Goossens, Luc** (2016): Loneliness and Attitudes Toward Aloneness in Adolescence: A Person-Centered Approach. In: Journal of youth and adolescence 45 (3), S. 547–567. DOI: 10.1007/s10964-015-0354-5.

**Mitschke, Caroline; Höfer, Lisa; Weber, Axel; Wind, Charlotte** (2024): Einsamkeit aus der Perspektive der Betroffenen. Erlebensweisen, Entstehungszusammenhänge und Bewältigungsstrategien. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V./Kompetenznetz Einsamkeit. Frankfurt am Main (KNE Forschung 03/2024).

**Neckel, Sighard** (1993): Achtungsverlust und Scham. Die soziale Gestalt eines existentiellen Gefühls. In: Hinrich Fink-Eitel und Georg Lohmann (Hg.): Zur Philosophie der Gefühle. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 244–265.

**Neu, Claudia; Küpper, Beate; Luhmann, Maike (2023): Extrem einsam? Die demokratische Relevanz von Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen in Deutschland.** Hg. v. Progressives Zentrum. Online verfügbar unter [https://www.progressives-zentrum.org/wp-content/uploads/2023/02/Kollekt\\_Studie\\_Extrem\\_Einsam\\_Das-Progressive-Zentrum.pdf](https://www.progressives-zentrum.org/wp-content/uploads/2023/02/Kollekt_Studie_Extrem_Einsam_Das-Progressive-Zentrum.pdf), zuletzt geprüft am 19.04.2024.

**Peplau, Letitia Anne; Perlman, Daniel (Hg.) (1982): Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy.** New York, NY: Wiley (Wiley series on personality processes).

**Qualter, Pamela; Vanhalst, Janne; Harris, Rebecca; van Roekel, Eeske; Lodder, Gerine; Bangee, Munirah et al. (2015): Loneliness Across the Life Span.** In: *Perspectives on Psychological Science* 10 (2), S. 250–264. DOI: 10.1177/1745691615568999.

**Samuel, Kim; Alkire, Sabina; Zavaleta, Diego; Mills, China; Hammock, John (2018): Social isolation and its relationship to multidimensional poverty.** In: *Oxford Development Studies* 46 (1), S. 83–97. DOI: 10.1080/13600818.2017.1311852.

**Schlack, Robert; Neuperdt, Laura; Junker, Stephan; Eicher, Sophie; Hölling, Heike; Thom, Julia et al. (2023): Veränderungen der psychischen Gesundheit in der Kinder- und Jugendbevölkerung in Deutschland während der COVID-19-Pandemie – Ergebnisse eines Rapid Reviews.** Gesundheitsberichterstattung des Bundes, gemeinsam getragen von RKI und Destatis. Robert Koch-Institut (RKI) (Journal of Health Monitoring, Special Issue S1). Online verfügbar unter [https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/JHealthMonit\\_2023\\_S1\\_Rapid\\_Review\\_Psy\\_Ges\\_Ki\\_Ju.html](https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloads/JHealthMonit_2023_S1_Rapid_Review_Psy_Ges_Ki_Ju.html), zu-letzt geprüft am 28.10.2024.

**Schnepf, Sylke V.; Boldrini, Michela; Blaskó, Zsuzsa (2023): Adolescents' loneliness in European schools: a multilevel exploration of school environment and individual factors.** In: *BMC public health* 23 (1), S. 1917. DOI: 10.1186/s12889-023-16797-z.

**Schulenberg, John; Schoon, Ingrid (2012): The Transition to Adulthood across Time and Space: Overview of Special Section.** In: *Longitudinal and life course studies: international journal* 3 (2), S. 164–172. DOI: 10.14301/llcs.v3i2.194.

**Schütz, Raphael; Bilz, Ludwig (2024): Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen im Kontext Schule. Kompetenznetz Einsamkeit.** Frankfurt/Main (KNE Expertise 15/2024). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/publikationen/kne-experten>.

**Schuwey, Claudia; Knöpfel, Carlo (2014): Neues Handbuch Armut in der Schweiz.** völlig neu bearb. Aufl. Luzern: Caritas-Verlag.

**Steinberg, Laurence; Morris, Amanda S. (2001): Adolescent development.** In: *Annual Review of Psychology* 52, S. 83–110. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.83.

**Steinmayr**, Ricarda; Schmitz, Miriam; Luhmann, Maike (2024): Wie einsam sind junge Erwachsene im Jahr 2024? Bertelsmann Stiftung. Gütersloh. Online verfügbar unter [https://www.bertelsmann-stif-tung.de/index.php?id=5772&tx\\_rsmbstpublications\\_pi2%5bdoi%5d=10.11586/2024085&no\\_cache=1](https://www.bertelsmann-stif-tung.de/index.php?id=5772&tx_rsmbstpublications_pi2%5bdoi%5d=10.11586/2024085&no_cache=1), zuletzt geprüft am 29.10.2024.

**Stewart**, Miriam J.; Makwarimba, Edward; Reutter, Linda I.; Veenstra, Gerry; Raphael, Dennis; Love, Rhonda (2009): Poverty, Sense of Belonging and Experiences of Social Isolation. In: *Journal of Poverty* 13 (2), S. 173–195. DOI: 10.1080/10875540902841762.

**Sthamer**, Evelyn; Brülle, Jan; Opitz, Lena (2013): Inklusive Gesellschaft – Teilhabe in Deutschland. Soziale Teilhabe von Menschen in prekären Lebenslagen. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V. Frankfurt am Main (ISS-aktuell 19/2013).

**Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (10.02.2021)**: COPSY-Studie: Kinder und Jugendliche leiden psychisch weiterhin stark unter Corona-Pandemie. Ergebnisse aus zweiter Befragungsrounde. Online verfügbar unter [https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite\\_104081.html](https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite_104081.html), zuletzt geprüft am 25.11.2024.

**Vanhalst**, Janne; Luyckx, Koen; Goossens, Luc (2014): Experiencing Loneliness in Adolescence: A Matter of Individual Characteristics, Negative Peer Experiences, or Both? In: *Social Development* 23 (1), S. 100–118. DOI: 10.1111/sode.12019.

**Wolf**, Irina; Sthamer, Evelyn; Laubstein, Claudia; Bernard, Christiane; Holz, Gerda (2019): Wenn Kinderarmut erwachsen wird ... AWO-ISS-Langzeitstudie zu (Langzeit-)Folgen von Armut im Lebensverlauf. 1. Aufl. Frankfurt am Main.

**Volkshilfe** (Hg.) (2023): Befragung zu Corona-Auswirkungen „Corona hat unser Leben verändert“ Armutsbetroffene Kinder und ihre Eltern nach der Pandemie. Kurzfassung, Juli 2023. Online verfügbar unter [https://www.volks hilfe.at/wp-content/uploads/2024/05/Corona\\_Befragung\\_2023.pdf](https://www.volks hilfe.at/wp-content/uploads/2024/05/Corona_Befragung_2023.pdf), zuletzt geprüft am 25.11.2024.

**Weber**, Axel; Wind, Charlotte (2024): Einsamkeit – Einblicke in Theorie und Praxis. Fokus Kommune. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V./Kompetenznetz Einsamkeit. Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/theorie-und-praxispublikation-mit-fokus-kommunen-veroeffentlicht>, zuletzt geprüft am 16.08.2024.

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Das kindsbezogene Armutskonzept der AWO-ISS-Langzeitstudie	19
---	----

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Operationalisierung sozialer Bereich	25
Tabelle 2: Möglichkeiten der sozialen Integration von 10-Jährigen nach ausgewählten Indikatoren und Armut – 2003/04	35

# Impressum

## **Autor\*innen:**

Dr. Evelyn Sthamer  
Lea Möller  
Charlotte Wind  
Lisa Höfer

## **Herausgegeben von:**

Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V.  
Zeilweg 42, 60439 Frankfurt am Main  
[info\(at\)kompetenznetz-einsamkeit.de](mailto:info(at)kompetenznetz-einsamkeit.de)  
[www.kompetenznetz-einsamkeit.de](http://www.kompetenznetz-einsamkeit.de)

Die Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung des BMFSFJ dar. Für inhaltliche Aussagen tragen die Autor\*innen die Verantwortung.

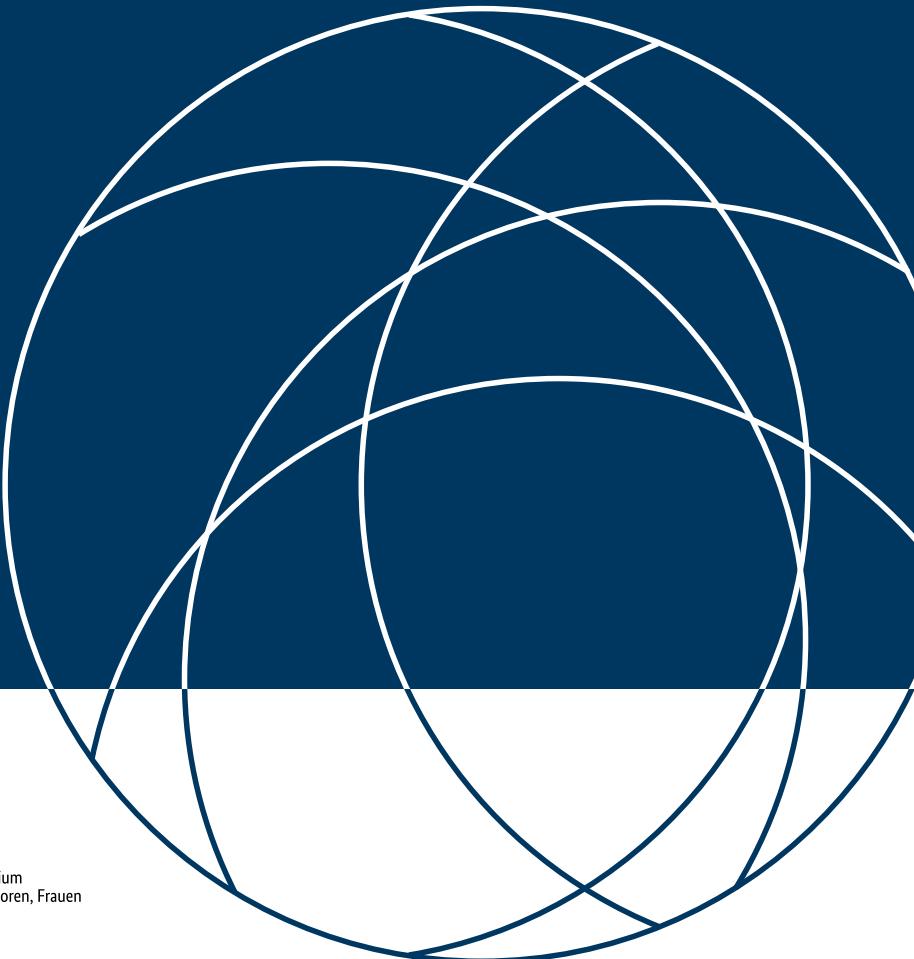
Stand: Januar 2025  
Erscheinungsjahr: 2025  
ISBN (E-Paper) 978-3-88493-294-0

## **Gestaltung:**

Simone Behnke, HCC  
[sbehnke@hotchicksandcowboys.com](mailto:sbehnke@hotchicksandcowboys.com)



# KOMPETENZNETZ EINSAMKEIT



Ein Projekt des:



Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend