

Prof. Dr. Michael Noack Reinarzstraße 49 47805 Krefeld

**Prof. Dr. Michael Noack**

Hochschule Niederrhein  
Reinarzstraße 49  
47805 Krefeld

*Besucheradresse:*  
Richard-Wagner-Str. 88a  
41065 Mönchengladbach

Tel: +49 (0) 2161 186 5670  
Email: michael.noack@hs-niederrhein.de

Datum: 17.04.2023

## Stellungnahme

Sehr geehrte Damen und Herren,

mit Interesse verfolge ich die Arbeit des „Kompetenznetzes Einsamkeit“. Gerne nutze ich die Möglichkeit, eine Stellungnahme zum Entwurf einer Strategie gegen Einsamkeit einzureichen.

*Stellungnahme zum Abschnitt: „Einsamkeit benötigt eine intersektionale Bearbeitung.“*

Am Beispiel der Aussage: „darüber hinaus sind Menschen in vulnerablen Lebenssituationen einem erhöhten Risiko für das Erleben von Einsamkeit ausgesetzt“ (S. 5) möchte ich meinen Eindruck schildern, dass im Strategiepapier häufig „vulnerable Lebenssituationen“ (ebd.), die zu Einsamkeit führen, thematisiert werden. In der Tat finden sich die geschilderten Lebenssituationen in vielen Studien als Risikofaktoren für ungewollte Vereinsamungsprozesse.

Die Rückschlüsse, die im Strategiepapier gezogen werden, fokussieren jedoch vorrangig die individuelle Ebene. Maßnahmen wie die Öffentlichkeit zu sensibilisieren, das Wissen über Einsamkeit zu stärken, ebenso wie die Praxis, zielen letztlich darauf ab, die *Selbstregulation des Individuums* durch professionelle Unterstützung zu stärken. Dies ist nicht verkehrt.

Es ist jedoch nicht ausreichend, allein die individuelle Ebene zu fokussieren bzw. Hilfsangebote auszubauen und zu vernetzen, um Einsamkeit vorzubeugen oder zu lindern. *Negatives Einsamkeitserleben lässt sich nicht allein auf individuelles (Kontakt)Verhalten zurückführen.*

Aus sozialarbeiterischer Perspektive beschreibt Thiersch (2022, S. 127)<sup>1</sup> Einsamkeit als Nicht-Kommunikation: „Einsame Menschen kommunizieren bestimmte wesentliche Erfahrungen nicht, weil sie entweder nicht kommunizieren dürfen, nicht kommunizieren wollen oder nicht kommunizieren können.“ Insbesondere die einsamkeitsbezogenen Erfahrungen nicht kommunizieren zu dürfen und kommunizieren zu können ergeben sich in Machtkonstellationen: „Solche Machtkonstellationen zeigen sich (...) auf den verschiedenen Ebenen der Lebensbewältigung, in individuell situativen und in sozialen Konstellationen und in den gesellschaftlich gegebenen, allgemeinen Mustern von genderspezifischen, generationsspezifischen, kulturspezifischen und klassenspezifischen Strukturen, die die individuellen und sozialen Konstellationen mitbestimmen.“ (ebd., S. 130)

Insofern sind nicht alle Menschen in der Lage, negativem Einsamkeitserleben eigenmächtig oder mit professioneller Unterstützung vorzubeugen bzw. zu reduzieren, weil es mit gesellschaftlichen Rahmenbedingungen korrespondiert, die sie und auch Soziale Arbeit nicht beeinflussen können.

Im Strategiepapier wird zwar vorgeschlagen, dass eine interministerielle Arbeitsgruppe einzurichten ist. Das Ziel ihrer Arbeit ist jedoch unkonkret formuliert: Sie soll ein gemeinsames und koordiniertes Vorgehen gewährleisten. Unklar bleibt, um was es inhaltlich bei diesem gemeinsamen und koordinierten Vorgehen gehen soll. Daher sollten im Strategiepapier Vorschläge aufgenommen werden, wie es dem BMFSFJ gelingen kann, durch eine interministerielle Kooperation auch gesellschaftliche Strukturen zu beeinflussen, die Einsamkeit hervorrufen. Erste Fragen, die im interministeriellen Austausch aufgegriffen werden können:

- Wie lassen sich alleinerziehende Personen entlasten und ihre gesellschaftlichen Teilhabeoptionen stärken?
- Wie können Menschen mit Migrationserfahrung intensiver an der Mehrheitsgesellschaft teilhaben?
- Wie lassen sich Fake-News und Informationsblasen so regulieren, dass sich Menschen, die unfreiwillig allein sind, nicht extremistischen Gruppen zuwenden, in denen sie aufgrund ihrer Zustimmung zu populistischen oder extremistischen Positionen Anerkennung und Zugehörigkeit erfahren (siehe dazu: Langenkamp, 2021)<sup>2</sup>?
- Wie lassen sich Mobbing Erfahrungen in Kitas, Schulen und Hochschulen vermeiden, die dazu führen, dass gemobbte Kinder, Schüler:innen und / oder Student:innen vereinsamen?
- Was gilt es städtebaulich zu berücksichtigen, damit Wohnquartiere nicht allein dem isolierten Wohnen dienen, sondern Gelegenheiten bieten, tragfähige soziale Kontakte zu knüpfen und aufrecht zu erhalten?

---

<sup>1</sup> Thiersch, H. (2022): Lebensweltorientierte Perspektive. Einsamkeit und Lebensweltorientierung. Essayistische Notizen. In: Noack Napoles J.; Noack, M. (Hrsg.) (2022): S.: 114-126.

<sup>2</sup> Langenkamp, A. (2021): Enhancing, suppressing or something in between – Loneliness and five forms of political participation across Europe. *European Societies*, 23(3), 311–332. <https://doi.org/10.1080/14616696.2021.1916554>

Dabei gilt es nicht nur Menschen in vulnerablen Lebenssituationen zu berücksichtigen. Einsamkeit ist ein Querschnittsphänomen. Einsamkeit kann Menschen aller Altersgruppen betreffen und macht keinen Halt vor Millieugrenzen. Kinder, Jugendliche, jüngere und ältere Erwachsene können unter unfreiwilliger Einsamkeit leiden. Prekäre und vulnerable Lebenssituationen können, müssen aber nicht mit subjektivem Einsamkeitserleben assoziiert sein. Auch Menschen, die über ausreichende materielle, soziale, kulturelle und infrastrukturelle Ressourcen verfügen, können unter unfreiwilliger Einsamkeit leiden.

*Stellungnahme zum Abschnitt: „Die Öffentlichkeit wird sensibilisiert und das Thema Einsamkeit wird besprechbar gemacht.“*

Wie intensiv Kontaktverluste oder Einschränkungen der Kontaktqualität sein müssen, damit sich Einsamkeitsgefühle einstellen, hängt auch von soziokulturellen Wertvorstellungen ab: „Werte, Normen, Deutungen – darüber, wie viel und welche Weisen von Alleinsein oder Verbundenheit für einzelne Personen und bestimmte Situationen normal, noch angemessen oder schon schädlich sind“ (Stallberg 2021, S. 14)<sup>3</sup>.

Infolgedessen sind mediale Kampagnen zur Entstigmatisierung bzw. Enttabuisierung von Einsamkeit auch kritisch zu hinterfragen. Das Anliegen, Einsamkeit aus der Tabuzone zu holen, damit Menschen weniger anfällig für den „Turn-away-Effekt“<sup>4</sup> sind, ist auf den ersten Blick sinnvoll. Eine unbeabsichtigte Begleiterscheinung kann jedoch auch darin bestehen, dass sich noch mehr Menschen unfreiwillig einsam fühlen, weil sie einen intensivierten gesellschaftlichen Diskurs wahrnehmen, der ihnen aufzeigt, dass ihr Beziehungsnetz quantitativ und / oder qualitativ nicht den gesellschaftlichen Vorstellungen über eine angemessene Kontaktgestaltung entspricht.

*Stellungnahme zum Abschnitt: „Die Arbeit von Praktikerinnen und Praktikern in der Sozialen Arbeit und dem Engagement zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird gestärkt.“*

Im Strategiepapier finden sich keine Überlegungen zur Frage, wie Einsamkeit als Querschnittsthema in der Praxis der Sozialen Arbeit auf empirischer Basis berücksichtigt werden kann. Oder anders formuliert: Es finden sich keine Hinweise, wie sich durch eine Befragung einsamer Menschen folgende, für die Soziale Arbeit zentrale Fragestellungen, bearbeiten lassen:

---

<sup>3</sup> Stallberg, F. W. (2021): Die Entdeckung der Einsamkeit. Der Aufstieg eines unerwünschten Gefühls zum sozialen Problem. Wiesbaden: Springer Fachmedien.

<sup>4</sup> Unfreiwilliges Einsamkeitserleben zu entblößen, bedeutet für viele Menschen, vor anderen zuzugeben, sozial versagt zu haben, weil sie nicht dazu in der Lage sind, subjektiv sinnvolle Kontakte zu knüpfen und/oder zu pflegen. Daher können sich Menschen nicht nur von ihrem Einsamkeitserleben abwenden, sondern auch von Hilfsmaßnahmen, die speziell für einsame Menschen gestaltet wurden. Dieses Phänomen wird als „Turn-away-Effekt“ bezeichnet: Menschen tendieren dazu, sich von einem Thema abzuwenden, wenn es für sie mit Angst und Scham einhergeht.

- Wie lässt sich Kontakt zu sozial isolierten Menschen aufbauen, die keine einsamkeitsspezifischen<sup>5</sup> Hilfsangebote aufsuchen, um herauszufinden, ob sie sich einsam fühlen und ob sie etwas verändern wollen?
- Wie können Menschen, die Hilfsangebote aufsuchen, weil sie nicht einsam sein wollen, dabei unterstützt werden, tragfähige soziale Kontakte zu knüpfen?
- Wie lassen sich einsamkeitsspezifische Hilfen so entwickeln, dass sie auch von Menschen, die sich wegen ihrer Einsamkeit schämen, aufgesucht werden?
- Wie lassen sich vorhandene einsamkeitsunspezifische einzelfall-, gruppen- und gemeinwesenbezogene Unterstützungssettings einsamkeitspräventiv und -lindernd weiter entwickeln?

Hier besteht die große Herausforderung, in der Forschung Kontakt zu jenen Menschen aufzubauen, die keine Hilfsangebote nutzen bzw. nicht von Hilfsangeboten wissen, um sie zu ihren Ideen zur Einsamkeitsvorbeugung und -linderung zu befragen. Diese Herausforderung lässt sich durch eine Kooperation mit Akteur:innen bewältigen, zu denen einsame und sozial isolierte Menschen noch Kontakt haben, bspw. Arzthelfer:innen, Apotheker:innen, Gemüsehändler:innen, Kioskbesitzer:innen etc. Möglicherweise wissen diese Akteur:innen von Menschen, die bei ihnen regelmäßig Gemüse einkaufen, zur Sprechstunde kommen oder sich Schmerzmittel besorgen und beiläufig über Einsamkeit klagen.

Aus den Befragungsergebnissen lassen sich Hinweise für die Gestaltung einsamkeitsspezifischer und -unspezifischer Interventionen und Projekte für die einzelfall-, gruppen- und gemeinwesenbezogene Soziale Arbeit ableiten. Diese Hinweise sollten anschließend mit Sozialarbeitenden aus verschiedenen Handlungsfeldern diskutiert werden. Dadurch lässt sich der Eindruck vermeiden, die Wissenschaft wolle Sozialarbeitende „aufklären“, wie es im Strategiepapier auf Seite 9 heißt. Dieser Eindruck kann schließlich dazu führen, dass sich Sozialarbeitende mit ihrem beruflichen Erfahrungswissen nicht aktiv in den Prozess der Strategieentwicklung zum Umgang mit Vereinsamungsprozessen einbringen, weil sie ja von wissenschaftlichen Expert:innen „aufgeklärt“ werden.

Im Strategiepapier sollte ferner nicht allgemein davon gesprochen werden, Soziale Arbeit mit einsamen Menschen zu stärken. Sinnvoller ist es, systematisch zwischen einsamkeitsspezifischen und -unspezifischen Maßnahmen zu unterscheiden. Es macht einen Unterschied, ob eine Fachkraft mit einem Menschen arbeitet, der sich aufgrund seines Einsamkeitserlebens Hilfe holt oder ob in thematisch anders gelagerten Interventionen Einsamkeit als Thema aufscheint, weil sie mit dem ursprünglich im Vordergrund stehenden Interventionsthema zusammenhängt.

---

<sup>5</sup> Hilfs-, Begegnungs- und Unterstützungsangebote, die für die Zielgruppe „einsame Menschen“ gedacht sind, bezeichnen wir nachfolgend als „einsamkeitsspezifische Hilfen“. Das Hilfs- und Kontaktangebot „SILBERNETZ –Gemeinsam gegen Einsamkeit im Alter“ (Silbernetz 2022) ist in diesem Sinne ein einsamkeitsspezifisches Angebot. Als einsamkeitsunspezifisch begreife ich Hilfs-, Begegnungs- und Unterstützungsangebote, mit denen einsame Menschen nicht im Speziellen adressiert werden, aber dennoch für diese hilfreich sein können. Dazu gehören bspw. Gruppenangebote in der ambulanten Sozialpsychiatrie, wie etwa Frühstücks- oder Freizeitgruppen.

Wenn sich etwa im Rahmen der Suchtberatung herausstellt, dass sich ein Jugendlicher aufgrund seines täglichen Cannabis-Konsums selbst isoliert und darunter leidet, ist sein Einsamkeitserleben relevant für die Beratungsarbeit. „Einsamkeitsbezogenes Fingerspitzengefühl“ ist u. a. erforderlich, um zu entscheiden, ob das Wort Einsamkeit genutzt wird, um das Einsamkeitserleben in Verbindung mit dem Substanzmittelmissbrauch zu thematisieren. Schließlich kann der „Turn-away-Effekt“ dazu führen, dass sich ein Mensch gänzlich aus der Beratung zurückzieht, wenn sein selbsttabuisiertes Einsamkeitserleben angesprochen und mit seinem Konsumverhalten in Verbindung gebracht wird.

Insofern ist es günstig, nicht allein Überlegungen anzustellen, wie einsamkeitsspezifische Hilfen, Angebote und Projekte neu entwickelt werden können. Es gilt auch vorhandene einsamkeitsunspezifische Strukturen zu stärken und neue zu entwickeln.

Einsamkeitsunspezifische Maßnahmen können relevant sein, weil viele Menschen Angst davor haben, unfreiwillig zu vereinsamen und sich unfreiwillig vereinsamte Menschen für ihren Gefühlszustand schämen und daher keine Hilfen nutzen, die als „Hilfe gegen Einsamkeit“ etikettiert sind. Vor diesem Hintergrund wird empfohlen, Punkt 4.3 im Strategiepapier (Stärkung Sozialer Orte) besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Soziale Orte können verschiedene Formen annehmen. Neben Parks und öffentlich zugänglichen Sportplätzen lassen sich auch Bibliotheken, Bürgerzentren, Quartierläden, Familienbildungsstätten oder auch Repair-Cafés als soziale Orte begreifen. Relevant ist vor allem, dass soziale Orte Gelegenheiten für zwanglose Kommunikation bieten, die nicht von kommerziellen Angeboten überformt werden oder mit Konsumzwängen verknüpft sind. Soziale Orte können das Bedürfnis vieler Menschen befriedigen, im Wohnquartier wieder enger zusammenzurücken, ohne als einsam gebrandmarkt oder zu bürgerschaftlichem Engagement verpflichtet zu werden.

**Beispiel: Fehlende soziale Orte können von demokratiefeindlichen Akteur:innen ersetzt werden**

„Dass die größte Kundgebung des deutschen Neonazi-Spektrums in Plauen stattfindet, ist kein Zufall. Die Kleinpartei ‚Dritter Weg‘ hat sich 2016 hier eingenistet. Seither versucht sie, die Zivilgesellschaft zu infiltrieren. Für Schüler bietet sie Hilfe bei den Hausaufgaben an, in ihrer Zentrale im Stadtteil Haselbrunn organisiert sie Selbstverteidigungskurse ‚für deutsche Kinder und Jugendliche‘, es gibt eine Kleiderkammer und eine ‚Volksküche‘ - beides nur für Menschen, die in der Weltsicht der Partei als Deutsche gelten.“ (Bericht auf Spiegel online vom 30.04.2019)<sup>6</sup>

<sup>6</sup> <https://www.spiegel.de/panorama/justiz/rechtsextremismus-wie-sich-eine-kleine-nazi-partei-in-plauen-breitmacht-a-1265171.html> (Abruf: 15.04.2023)

Soziale Orte bieten Gelegenheiten für Begegnungen, die sich einsamkeitspräventiv oder -lindernd auswirken können. Diese Begegnungen können „einsamen Jugendlichen ihr Vertrauen in Mitmenschen und die Demokratie“ zurückgeben (Neu, Küpper, Luhmann, 2023, S. 69)<sup>7</sup>.

*Stellungnahme zum Abschnitt „Einsamkeit wird als gesamtgesellschaftliche Herausforderung verstanden und die Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit sektoren- und bereichsübergreifend fokussiert“.*

Mit Irritation habe ich folgenden Passus gelesen: „Darüber hinaus kann auf Basis von Forschungsergebnissen davon ausgegangen werden, dass die Förderung von bürgerschaftlichem Engagement ein geeignetes Instrument sein könnte, um sowohl Einsamkeit zu lindern und vorzubeugen (S. 15).“

Wenn im Strategiepapier zu Recht darauf hingewiesen wird, dass es insbesondere vulnerable Lebenssituationen sind, die mit Einsamkeit korrespondieren, fehlt hier ein wichtiger Hinweis auf den Stand der Engagementforschung (in der Sozialen Arbeit). Grundsätzlich ist eine fehlende Aufarbeitung des einsamkeitsbezogenen Diskurs- und Forschungsstands in der Sozialen Arbeit zu monieren.

Insbesondere Menschen in vulnerablen Lebenssituationen, die bspw. von Einkommensarmut und Care-Aufgaben (alleinige Kindeserziehung, pflegerische Versorgung eines Elternteils oder einer/eines Lebenspartnerin/ Lebenspartners) gekennzeichnet sind, müssen ihre Kraft und ihre zeitlichen Ressourcen dafür aufwenden, ihr Leben zu bewältigen (May 2023)<sup>8</sup>.

Es gleicht einer Karikatur ihnen bürgerschaftliches Engagement anzuraten, um Einsamkeitserleben vorzubeugen oder zu lindern.

---

<sup>7</sup> Neu, C.; Küpper, B.; Luhmann, M. (2023): Extrem einsam? Die demokratische Relevanz von Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen in Deutschland. Im Internet: <https://www.progressives-zentrum.org/project/kollekt/> (letzter Zugriff: 11.04.2023),

<sup>8</sup> May, M. (2023): Selbstorganisation und Selbsthilfe. In: Rießen, A. v.; Bleck, C. (Hrsg.) (2023): Handlungsfelder und Adressierungen Sozialer Arbeit. Stuttgart: Kohlhammer. S.: 539 – 550.