

**FACHTAG
DER KIRCHEN**

**E I N S A M K E I T
U N D
V E R D E C K T E
A R M U T** **ERKENNEN
UND GEMEINSAM
ANGEHEN!**

Donnerstag, 30. Oktober 2025 · 10:00 – 16:00 Uhr
Haus am Dom · Frankfurt am Main

PROGRAMM

09:30 Uhr	Ankommen	
10:00 Uhr	Begrüßung und Grußworte	
Moderation:	Janine Hilpmann , Hessischer Rundfunk	
Grußwort:	Regina Freisberg , Diözesancaritasdirektorin, Vorsitzende Hessen-Caritas	4
Grußwort:	Professorin Dr. Christiane Tietz , Kirchenpräsidentin EKHN	6
10:15 Uhr	Impulse	
	Von Einsamkeit zu Gemeinschaft. Wege zu mehr gelebter Solidarität	8
	Heike Hofmann , Hessische Ministerin für Arbeit Integration, Jugend und Soziales	
	Einsamkeit – Soziale Aspekte und Ethische Einordnung	16
	Dr. Janosch Schobin , Georg-August -Universität Göttingen	
	Einsamkeit und Armut – Eine zirkuläre Beziehung	22
	Dr. Jan Brülle , Goethe-Universität Frankfurt	
	Sozialer Raum und Einsamkeit – Neue Anforderungen an lebendige Quartiere	28
	Dr. Petra Potz , location³/Wüstenrot Stiftung	
11:45 Uhr	Expertenrunde – „Fish Bowl“	
12:40 Uhr	Mittagspause	
13:40 Uhr	Workshops „Best Practice“, Phase 1	36
15:00 Uhr	Workshops „Best Practice“, Phase 2	
16:15 Uhr	Interaktive Blitzlichtrunde und Abschluss der Veranstaltung	

GRUSSWORT REGINA FREISBERG, DIÖZESANCARITASDIREKTORIN, VORSITZENDE HESSEN-CARITAS

EINSAMKEIT UND VERDECKTE ARMUT – UNGESEHENE NOT IN STÄDTEN UND GEMEINDEN

Sehr geehrte Frau Ministerin, sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitwirkende und Engagierte im Sozialraum.

Herzlich willkommen zum heutigen Fachtag „Einsamkeit und verdeckte Armut – ungesehene Not in Städten und Gemeinden“.

Nein, Einsamkeit und verdeckte Armut sind keine Randphänomene, sondern sie sind mitten in unserer Gesellschaft angekommen. Wir wissen: Viele Menschen verfügen nicht über das notwendige Einkommen, um aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Oft fehlt der Zugang zu kulturellen Angeboten, zu Freizeitaktivitäten oder einfach zu einem Gespräch. Sie vereinsamen. Oft bleiben ihre Sorgen unsichtbar – versteckt, hinter verschlossenen Türen.

Mit der heutigen Veranstaltung wollen wir versuchen, diese Türen ein wenig zu öffnen.

Mein besonderer Dank gilt dem Hessischen Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales, das diesen Tag unterstützt und mit dem Impuls von Frau Sozialministerin Heike Hofmann ein starkes Zeichen setzt: Einsamkeit und Armut sind nicht nur individuelle Schicksale – sie sind gesellschaftliche Herausforderungen, die wir nur gemeinsam bewältigen können.

Hier liegt unsere Verantwortung: Kirche, Wohlfahrtsverbände und kommunale Strukturen sind wichtige Brückenbauer. Wir alle bringen wertvolle Erfahrungen, Netzwerke und Ressourcen mit. Doch um wirksam zu sein, brauchen wir einen wertschätzenden und gleichberechtigten Austausch: vom großen städtischen Quartier bis zum kleinen Dorf. Die heutigen Beiträge geben uns hierfür Impulse:

In den Keynote-Vorträgen von Herrn Dr. Schobin und Herrn Dr. Brülle erwarten uns neue Erkenntnisse zu den Ursachen und Folgen von Armut und sozialer Isolation.

Die Podiumsdiskussion wird verschiedene Positionen zusammenführen und Lösungsansätze kritisch beleuchten.

Am Nachmittag schließlich können Sie in praxisorientierten Workshops erfolgreich erprobte Projekte kennenlernen oder eigene Ideen zur Nachahmung und Weiterentwicklung vorstellen.

Es ist mir eine große Freude, Sie alle hier begrüßen zu können. Menschen, die sich tagtäglich für eine solidarische Gesellschaft einsetzen und dabei versuchen, jede und jeden mitzunehmen.

Nutzen Sie die heutige Plattform, um lokale Notwendigkeiten zu skizzieren und interdisziplinäre Allianzen zu schmieden.

Tauschen Sie sich aus: Wo gibt es schon gute Modelle, um Menschen miteinander zu vernetzen? Wie erreichen wir diejenigen, die bislang im Verborgenen bleiben? Und wie können wir kurzfristige Hilfen mit langfristigen Perspektiven verbinden, damit niemand in einer Spirale aus Einsamkeit und Armut verharret?

Mein Appell an Sie: Gehen wir heute gestärkt und inspiriert aus diesem Tag. Tragen wir das Gehörte zurück in unsere Gemeinden, in unsere Beratungsstellen und in die kommunalen Netzwerke. Entwickeln wir gemeinsam niedrigschwellige Angebote, sei es ein Nachbarschaftscafé, ein Patenschaftsprojekt oder ein digitales Unterstützungsnetz. Jede kleine Begegnung kann eine große Wirkung entfalten.

Ich danke Ihnen für Ihr Engagement und Ihre Bereitschaft, sich den Herausforderungen von Einsamkeit und Armut zu stellen.

Mein besonderer Dank geht an die Arbeitsgruppe, die in vielen Stunden der Vorbereitung, diesen Fachtag möglich gemacht hat:

Den Kolleginnen und Kollegen der Diakonie und des Zentrums Bildung und Gesellschaft der EKHN

- Frau Dr. Julia Dinkel,
- Frau Dr. Melanie Hartmann,
- Herrn Pfr. Ralf Stroh, und
- Herrn Pfr. Joachim Sylla

Den Kolleginnen und Kollegen der Caritas

- Frau Ute Friedrich,
- Herrn Michael Götz,
- Frau Patricia Hansen
- Frau Nadine Schupp und
- Frau Carina Schneider

Sowie

- Herrn Dr. Thomas Wagner vom Fachzentrum Haus am Dom und
- Herrn Dr. Hein Schoer vom Hessischen Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales

Möge dieser Fachtag eine Quelle neuer Impulse sein und uns allen Mut machen.

Vielen Dank.

GRUSSWORT PROF. DR. CHRISTIANE TIETZ , KIRCHENPRÄSIDENTIN EKHN

EINSAMKEIT UND VERDECKTE ARMUT – ERKENNEN UND GEMEINSAM ANGEHEN!

Sehr geehrte Frau Ministerin Hofmann, sehr geehrte Frau Direktorin Freisberg,
Sehr geehrte Damen und Herren,

Es ist ein Gefühl, das viele Menschen kennen und das doch jeden auf sich selbst zurückwirft:
Einsamkeit.

Einsamkeit betrifft alle Altersgruppen und Lebenslagen. Ob Jung oder Alt, ob man allein oder in einer Familie lebt, auf dem Land oder in der Stadt, ob Arm oder Reich – die meisten Menschen kennen das Gefühl. Einsamkeit kann sich schrecklich anfühlen. Philosophen, die doch eigentlich die Einsamkeit suchen, um ins Denken zu kommen, beschreiben sie wie ein schauerliches Würgen. Sie wissen vom ‚eisigen Atem‘ der Einsamkeit zu berichten. Einsamkeit ist etwas anderes als Alleinsein. Man kann sich inmitten von tausenden Menschen einsam fühlen. Und man kann allein sein ohne ein Gefühl von Einsamkeit.

Einsam fühlen sich Menschen dann, wenn sie zu wenige Beziehungen haben oder wenn die Beziehungen, die sie haben, nicht so nah, ehrlich oder tief sind, wie sie es sich wünschen. Menschen sind Beziehungswesen. Sie brauchen die Nähe von anderen, den Austausch, ja auch die Auseinandersetzung mit ihnen.

Armut befördert Einsamkeit. Sie kann leicht dazu führen, dass Menschen vereinsamen, häufig unbemerkt und verdeckt. Menschen in Armut haben nicht genug finanzielle Möglichkeiten zur gesellschaftlichen Teilhabe. Scham verstärkt den Rückzug.

Den heutigen Fachtag verstehe ich als wichtigen Beitrag dazu, Ursachen, Erscheinungsformen und mögliche Wege aus der Einsamkeit gemeinsam in den Blick zu nehmen. Einsamkeit ist kein Schicksal. Ich danke sehr herzlich Ihnen, Frau Hofmann, für Ihre Unterstützung unseres Fachtages.

Einsamkeit geht uns alle an und ruft uns in unseren unterschiedlichen beruflichen Zusammenhängen in die Verantwortung. Darum war es mir auch ein Herzensanliegen heute Morgen zu Beginn mit dabei zu sein. Ihnen wünsche ich einen gesegneten Fachtag und danke für Ihr Engagement sich diesem wichtigen Thema Einsamkeit anzunehmen. Gemeinsam können wir etwas dagegen tun!

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



IMPULSVORTRAG VON STAATSMINISTERIN HEIKE HOFMANN,
HESSISCHES MINISTERIUM FÜR ARBEIT, INTEGRATION, JUGEND UND SOZIALES

VON EINSAMKEIT ZU GEMEINSCHAFT. WEGE ZU MEHR GELEBTER SOLIDARITÄT

Das Thema des diesjährigen kirchenpolitischen Fachtags lautete „Einsamkeit und verdeckte Armut“. Damit wurden drei wichtige Aspekte angesprochen, die in der Gegenwart je für sich bedeutsam sind: das Gefühl der Einsamkeit, der Zustand der Armut und die Tatsache, dass etwas verdeckt und also nicht offensichtlich ist. Sinnvollerweise werden diese Aspekte hier gemeinsam gedacht, da sie nur in ihrer Verschränkung vollständig verstanden werden können.

Als Ministerin für Soziales betrachte ich es als meine vornehmste Aufgabe, dafür zu arbeiten, dass die Menschen in Hessen gut leben können. Was bedeutet das? Hessen ist eines der reichsten Länder der Welt. Dennoch: Es gibt Menschen in unserem Land, die zu wenig Essen und Kleidung haben oder zu wenig Geld, um ausreichend zu heizen.

Die Landespolitik und die Landesverwaltung arbeiten – gemeinsam mit den kirchlichen und nicht-kirchlichen Trägern der sozialen Arbeit – unermüdlich daran, diesen Menschen zu helfen und die Sicherungssysteme zu optimieren, damit immer weniger Menschen überhaupt in solche Situationen hineingeraten.

Armut ist aber eben nicht nur auf materielle Nöte zu reduzieren. Denn eine soziale und demokratische Gesellschaft wie Deutschland muss höhere Ansprüche haben. Nicht umsonst definieren wir in der Sozialberichterstattung eine Armutsrisikoschwelle, die wir bei 60 Prozent des Durchschnittseinkommens festlegen.

Die Armut der einen ist aber auch immer zugleich der Reichtum der anderen. Mit Armut und Reichtum verbunden sind immer auch normative und gesellschaftliche Konventionen sowie eine Bewertung der eigenen Stellung innerhalb der Gesellschaft. Aus dieser Bewertung heraus können Gefühle der Verbundenheit, aber auch der Einsamkeit entstehen. In einem Gesellschaftssystem, das persönlichen wie sozialen Erfolg unter anderem stark auf Erwerbsarbeit (und auf Teilhabe; darauf komme ich gleich zu sprechen) ausgerichtet hat, möchte jeder seinen Teil beitragen können. Jede und jeder möchte von sich sagen können, sie oder er „verdient“ (im wörtlichen Sinne) einen Platz in der Mitte der Gesellschaft.

Als Ministerin für Arbeit liegt es in der Zuständigkeit meines Hauses, allen Menschen in Hessen, die arbeiten können und wollen, Möglichkeiten zu schaffen, dies auch zu tun. Selbstverständlich liegt unser Schwerpunkt auf den Menschen, die hierbei Unterstützung brauchen. Zum Beispiel durch Weiterbildung, weil ihre aktuellen Qualifikationen den Erfordernissen des modernen Arbeitsmarkts angepasst werden müssen. Oder durch Hilfsangebote, weil ihre persönliche Lebenssituation sie vor Herausforderungen stellt, denen sie alleine nicht begegnen können. Oder aber durch Teilzeitausbildungen und/oder Betreuungsangebote, damit diese Menschen familiäre und berufliche Anforderungen gleichzeitig meistern können. Ich habe dabei etwa Alleinerziehende im Blick.

Auch um sie zu entlasten und in den Arbeitsmarkt eingliedern zu können, brauchen wir in vielen Bereichen Fachkräfte, insbesondere in sozialen Berufen wie in der Pflege oder für die Kitas.

Als Ministerin für Integration stehe ich dafür ein, dass alle Menschen diese Möglichkeiten geboten bekommen. Unabhängig davon, wie lange sie in Hessen leben, ob sie mit persönlichen Einschränkungen umgehen müssen, oder ob sie, in welcher Form auch immer, Gefahr laufen, Diskriminierungen zu erfahren.

Hinzu kommt, dass ich als Sozialministerin die Auffassung vertrete (ja, vertreten muss!), dass alle Menschen in Hessen, unabhängig eben auch von der Frage, ob sie über ein ausreichendes Einkommen aus Arbeit verfügen, sich ohne Scham als Teil der Gesellschaft empfinden können. Denn Armut und Scham gehen Hand in Hand in einer Welt, in der Armut gleichbedeutend damit ist, es „nicht geschafft“ zu haben.

Hier müssen wir daran erinnern, dass jeder Mensch Würde besitzt, wie es der erste Artikel unseres Grundgesetzes sagt. Unser Transfersystem soll diese Würde mindestens materiell gewährleisten. Es geht aber um eine gesellschaftliche Haltung, die in der heutigen Atmosphäre der Vereinzelung wieder neu erzählt werden muss. Und dieser Haltung muss Handeln folgen.

Ich bin auch Ministerin für Jugend. Für diese Legislaturperiode hat die Landesregierung beschlossen, der Frage der Jugenderwerbslosigkeit besondere Aufmerksamkeit zukommen zu lassen. Die Anzahl junger Menschen, die ohne abgeschlossene Ausbildung oder gar ohne Schulabschluss den Übergang in ein selbstbestimmtes Leben bewältigen soll, ist auch in Hessen hoch, jeder Einzelne ist einer zu viel. Hier sind Land und zivile Akteure mit einer Vielzahl an Maßnahmen engagiert, denn nach unserem Sozialgesetzbüchern sollte es Jugenderwerbslosigkeit eigentlich gar nicht geben. Jeder betroffenen Person sind umgehend Angebote zur Abhilfe zu machen. Was hat dies alles nun mit Einsamkeit zu tun?

Einsamkeit wird in der Fachliteratur als ein Gefühl definiert. Es ist also kein objektiv messbarer Zustand, wie es die erwähnte Armutsrisikoschwelle ist, bei der man als Person oder auch als Haushalt darüber oder darunter liegen kann. Gemäß dem Kompetenznetzwerk Einsamkeit ist Einsamkeit ein subjektives Gefühl, das entsteht, wenn die eigenen sozialen Beziehungen nicht den persönlichen Wünschen und Bedürfnissen entsprechen – unabhängig vom äußeren Anschein.

Einsamkeit in diesem Sinn kann jede und jeden treffen, von Jugendlichen über Erwachsene bis hin zu den Ältesten in unserer Gesellschaft.

Das kann natürlich auch eine Millionärin sein, die sich inmitten zahlloser Menschen dennoch verlassen fühlt, während ein freiwillig mittelloser Eremit, der keinerlei soziale Beziehungen sucht, vollkommen glücklich sein kann. Um diese Sonderfälle soll es hier aber nicht gehen. Sondern um das Massenphänomen Einsamkeit, das, statistisch betrachtet, eben doch eindeutige Schnittmengen zu den von mir dargestellten Sachverhalten in Bezug auf Armut und Arbeit aufweist.

Wir wissen aus Studien, dass inzwischen 60 Prozent der Menschen in Deutschland ein Gefühl der Einsamkeit kennen, das sie belastet und zutiefst traurig macht. Besonders betroffen sind davon laut dem neuesten Einsamkeitsreport der Techniker Krankenkasse junge Menschen:

68 Prozent der 18- bis 39-jährigen berichten davon, sich zumindest gelegentlich einsam zu fühlen, und mehr als ein Drittel dieser Altersgruppe gibt an, stark darunter zu leiden. Und das ist erschreckend; sollte man doch annehmen, dass Menschen in diesem Alter, in der Mitte des Lebens stehend, sich in der Hochphase des sozialen Austauschs befinden!

Einsamkeit kann zum Risikofaktor bzw. zum gesellschaftlichen Problem werden. Sich gelegentlich einsam zu fühlen muss an sich zwar nicht problematisch sein, sondern kann im Gegenteil sogar als von der Psyche ausgesandtes Signal nutzbar gemacht werden, indem es aktivierend wirkt, um einen ungünstigen Zustand zu verändern. So, wie wir essen, wenn uns ein Hungergefühl wissen lässt, dass der Körper Nahrung benötigt, bemühen wir uns normalerweise auch um soziale Kontakte, wenn wir merken, dass sie uns fehlen. Anders ist es aber, wenn ein Mensch über einen langen Zeitraum einsam ist und darunter leidet, erst recht, wenn er offenbar nicht die Mittel zur Verfügung hat, um diesen unerwünschten Zustand zu überwinden bzw. zu beenden. Dann kann man auch von einem „starken Leiden“ sprechen.

Schon die Zahlen machen deutlich: Einsamkeit ist kein Randphänomen, sondern ein relevantes gesellschaftliches Thema. Und die Kurve geht offenbar nach oben. Daher wird das Thema heute auch in der Öffentlichkeit und der Fachöffentlichkeit klar erkannt und benannt.

Wer sind nun diejenigen gesellschaftlichen Gruppen, die vom Phänomen der Einsamkeit besonders betroffen sind? Es dürfte niemanden verwundern, dass es sich dabei um die ohnehin herausgeforderten Gruppen in unserer Mitte handelt.

- Junge Erwachsene, die nach Corona auf Isolationserfahrungen zurückblicken und vielfach neue soziale Unsicherheiten erleben. Ich gehe hier bewusst nicht auf die höchst problematische Vereinsamung junger Menschen durch die globale Vernetzung in den Sozialen Medien ein. Ich weise aber auf Phänomene wie haptische Einsamkeit, Scheinsozialität und den letztlich destruktiven dauerhaften Vergleichszwang mit unerreichbaren Schein-Idealen hin.
- Ebenfalls betroffen sind viele ältere Menschen, insbesondere alleinlebende Seniorinnen und Senioren, deren soziale Kontakte altersbedingt abnehmen, nicht zuletzt nach dem Verlust eines Lebenspartners.
- Sodann sind Menschen mit Migrationshintergrund zu nennen, die erschwerte Zugänge zu etablierten Netzwerken haben, sei es aufgrund sprachlicher Barrieren, Entwurzelungsgefühlen oder auch manifesten Ablehnungs- bzw. Ausgrenzungserfahrungen.
- Ich denke auch an Alleinerziehende, deren Armutsrisiko ebenfalls das höchste im Vergleich mit allen anderen gesellschaftlichen Gruppen ist.

- Natürlich zählen Angehörige der LSBTIQ*-Community zu diesen Gruppen. Sie haben es in der Gegenwart ja auch aus anderen Gründen wieder schwerer als noch vor ein paar Jahren.
- Wir dürfen auch Menschen mit Behinderung oder mit chronischer Erkrankung und auch deren pflegende Angehörige nicht vergessen; auch sie trifft ein massiv erhöhtes Einsamkeitsrisiko.
- Schließlich nenne ich noch die sogenannten „zugangsschwachen Gruppen“ – dazu zählen Obdachlose und Menschen, deren Ressourcen und Bildungschancen sehr begrenzt sind. Ich verweise auf das Engagement meines Hauses für die „Housing First“-Projekte für Obdachlose. Ein Dach über dem Kopf ist für diese Menschen auch ein Baustein gegen Einsamkeit.

Ich bin davon überzeugt: Wir müssen allen hier genannten Personengruppen im Hinblick auf das Thema der Einsamkeit unsere ganz besondere Aufmerksamkeit schenken.

Einsamkeit zählt zu den wichtigsten Indikatoren für das Maß des sozialen Wohlbefindens. Chronische Einsamkeit erhöht in jedem Fall das Risiko für psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Angststörungen und auch die Anfälligkeit für Substanzmissbrauch. Sie kann auch physische Leiden wie Schlafstörungen, eine geschwächten Immunabwehr, Herz-Kreislaufkrankungen, sogar Schlaganfälle zur Folge haben. Und sie kann das Fortschreiten einer Demenzerkrankung ungünstig beeinflussen. Gemäß einer aktuellen Studie können Einsamkeitsfolgen gleichgesetzt werden mit den gesellschaftlichen Konsequenzen von Zigarettenkonsum, Bluthochdruck und Übergewicht.

Ein ganz wichtiger Punkt ist auch: Es kann von einem Zusammenhang ausgegangen werden zwischen leidhaft erlebter Einsamkeit und dem verstärkten Verlust an Vertrauen in demokratische Institutionen sowie der Empfänglichkeit für Verschwörungsmythen. Ganz neu ist diese Einsicht freilich nicht. Bereits Hannah Arendt hatte in ihrem Buch „Elemente und Ursprünge totalitärer Herrschaft“ (1951) auf ein wachsendes Gefühl von Vereinsamung und Entfremdung als Grundlage für totalitäre Bewegungen hingewiesen.

Ungeachtet der damit einhergehenden volkswirtschaftlichen Kosten und der Gefahren für unser freiheitliches Lebensmodell, ist es vor allem unser aller moralische Pflicht und für Christenmenschen auch ein Gebot der Nächstenliebe, Menschen, die unter Einsamkeit leiden, mit den uns als Solidargemeinschaft zur Verfügung stehenden Mitteln zu helfen.

Denn Einsamkeit ist – in unserem reichen Land – vielleicht die schlimmste Form von Armut. Nämlich die Armut an sozialem Miteinander, das, was der Mensch als Gemeinschaftswesen am nötigsten hat. Und oft genug sind gefühlte und tatsächliche soziale Not eben deckungsgleich, insbesondere bei den genannten vulnerablen, also höchst verletzlichen Gruppen.

Menschen, die von Armut betroffen sind, berichten häufiger von sozialer Isolation, Scham und Rückzug aus dem gesellschaftlichen Leben. Kinder aus armutsbelasteten Familien erfahren häufiger Einsamkeit. Fast jeder zweite Mensch in finanziell bedrängten Haushalten berichtet von sozialer Isolation. Und hier schließt sich

der Kreis, den ich eingangs angesprochen habe. Armut und Einsamkeit hängen sehr oft eng miteinander zusammen. Hinzu kommt die Scham, die, vor allem bei sozial ohnehin schwach verwurzelten Menschen, in die verdeckte Armut führen kann, weil man sich nicht „outen“ will.

Beide Phänomene – Einsamkeit und (verdeckte) Armut – schwächen erst recht die eigenen sozialen Ressourcen, verringern die gesellschaftliche Teilhabe, gewissermaßen in einem sich selbst verstärkenden Regelkreis. Und sie wirken daher auch als Brandbeschleuniger für eine Polarisierung und Fragmentierung. Umso wichtiger erscheint deshalb das unermüdliche Engagement der Akteure der sozialen Arbeit in ihren unterschiedlichen Arbeitsfeldern und Verantwortungsbereichen für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft.

Und damit komme ich zu dem Punkt in meinen Ausführungen, wo wir es uns erlauben sollten, etwas mehr Optimismus zu wagen. Es ist an der Zeit, in der Debatte zur Einsamkeit, wie Maike Luhmann vorschlägt, dieser einen Gegenbegriff zur Seite zu stellen, nämlich den der sozialen Verbundenheit, der Zugehörigkeit und Einbindung. Janosch Schobin weist darauf hin, dass zu den wesentlichen Elementen, welche die Einsamkeit lindern können, Wohlstand, also auch Umverteilung, und Emanzipation gehören. Aber auch Akzeptanz und Diskriminierungsfreiheit, universale Menschenrechte und die Kernqualitäten der liberalen demokratischen Gesellschaft, die zu Beginn mit Verweis auf Artikel eins unseres Grundgesetzes angedeutet hatte. Je mehr Freiheit, Akzeptanz und Inklusion Menschen bei uns erfahren, desto weniger müssen sie sich einsam fühlen.

Die Hessische Landesregierung und die vielen großen und kleinen zivilen Akteure, die sich der Frage der Einsamkeit und der verdeckten wie offenen Armut angenommen haben und annehmen, haben eine Vielzahl an erfolgreichen und erfolgversprechenden Initiativen auf den Weg gebracht. Deren Grundpfeiler ist, neben der offensichtlichen Deckung materieller Grundbedürfnisse, die Ermöglichung von Teilhabe und, im nächsten Schritt, der Beteiligung.

Wir können Gemeinschaft und Geselligkeit zwar nicht verordnen, wenn wir meinen, da sieht jemand traurig aus, vielleicht ist er einsam. Aber wir können Ermöglicher sein, indem wir Angebote machen, die für alle zugänglich sind, die also gefunden werden können, wenn man sie sucht und braucht. Und die deutlich machen: Du musst nicht allein (bzw. einsam) sein, und es ist deine Entscheidung, ob und wie du diese Angebote annimmst. Kurzum: Du bist nicht allein mit deinem Leid und deiner Einsamkeit. Du bestimmst über deinen Weg, und wir helfen dabei, solange du das möchtest und brauchst.

Die unzähligen ehrenamtlichen Engagierten sind hier eine der ganz großen Stützen. Selbst wenn es die aktuelle Finanzlage hergäbe, wären sie unbezahlbar. Sie sind es auch, die einen unschätzbaren Anteil haben an dem, was wir als Empowerment kennen. Vor allem dann, wenn sich aus einer Helfer-Hilfeempfänger-Situation eine Ko-konstruktive Erzählung entwickelt, um es mit einem Begriff aus der Entwicklungspsychologie zu belegen, den wir Wassilios E. Fthenakis verdanken.

Ko-Konstruktion als Gegenbegriff zur einsamen Konstruktion, das meint eine Situation, in der alle Beteiligten voneinander lernen und sich gegenseitig bereichern. Wenn das Ehrenamt vom Privileg der Privilegierten zur gemeinsamen Vision bzw. Mission auch der Betroffenen wird, dann kann sich Scham in Kraft verwandeln, aus

Erfahrung eine Ressource werden. Und aus Einsamkeit und Armut können Solidarität und Gemeinschaft erwachsen. Wer sich als selbstwirksam erfährt, ist auch bereit, anderen etwas zu geben.

Diesen Weg können und wollen wir als Politik und Verwaltung im Schulterschluss mit den Kirchen, den Sozialträgern, den Ehrenamtlern gehen, damit die Erzählung der Solidargemeinschaft mit Leben, mit Aktivität gefüllt wird. Und damit sich alle Menschen in unserem Land als Teilhabende und Teilnehmende in Demokratie und Freiheit erleben können.

Was können und sollten wir alle heute und morgen tun, damit aus Einsamkeit Gemeinsamkeit werden kann? Es gibt zum Glück viele Wege zu diesem Ziel. Wenigstens einige will ich skizzieren.

- Zur Prävention und niedrigschwelligen Beratung braucht es den Ausbau von Anlaufstellen in Gemeinden und Stadtteilen und im digitalen Raum, damit Menschen Zugang zu Unterstützung finden, bevor Einsamkeit oder Armut chronisch werden.
- Es braucht auch weiterhin die Förderung von zielgruppenorientierten Projekten, die sensibel auf die Bedarfe und Lebenssituationen von Jugendlichen, Migrantinnen und Migranten, älteren Menschen und Haushalten in prekären Lagen eingehen.
- In der sozialraumorientierten Arbeit braucht es noch mehr Begegnungsräume und Treffpunkte, in denen Menschen soziale Netzwerke knüpfen und erhalten können, auch und insbesondere abseits von Konsumzwang. Besonders für Jugendliche sind eigene und auch ganz analoge Räume zur Interaktion wichtig. Sie haben in der Corona-Zeit besonders gefehlt. Sie helfen den jungen Menschen ganz wesentlich dabei, das Gefühl der Ohnmacht, ja, der Einsamkeit zu lindern und Gemeinschaft zu schaffen.
- Es braucht stabile zivilgesellschaftliche Strukturen vor Ort, etwa Initiativen wie Familienzentren, Quartiersarbeit, Nachbarschaftshilfe. Und natürlich ist das Ehrenamt überall zentral und unerlässlich.
- Als politische Maßnahmen der Armutsbekämpfung entwickeln wir weiterhin Konzepte zum Ausbau flächendeckender Sozialberatungsangebote, Verbesserung der Bildungs- und Arbeitsmarktchancen sowie mehr Transparenz und Entstigmatisierung bei Sozialleistungen.
- Unser im Koalitionsvertrag angekündigter „Aktionsplan gegen Armut“ startete am 14. Oktober 2025. An diesem Tag wurde in der Hessischen Landesvertretung in Brüssel im Rahmen der Veranstaltung Zukunft sozial gestalten: Armutsbekämpfung in Hessen und Europa unser Projekt „Zweite Chance“ vorgestellt. Diese Veranstaltung war der Auftakt für den Aktionsplan.
- Ein Herzensanliegen für mich persönlich ist sodann, dass Gleichstellung zur gesellschaftlichen Normalität werden muss. Dass sich beispielsweise Männer stärker an Care-Arbeit beteiligen und dass Frauen noch mehr Möglichkeiten erhalten, sich selbstbestimmt und selbstbewusst in die Erwerbsarbeit einzubringen.

- Die Sprache ist eine wesentliche Brücke zwischen Menschen. Deshalb ist der Spracherwerb für Personen mit einer anderen Muttersprache von herausragender Bedeutung. Migrationsprozesse dürfen nicht dazu führen, dass Menschen in der Isolation landen. Daher fördern wir auf allen Ebenen den Spracherwerb von Menschen mit Migrationsgeschichte.
- Wer sich für Integration einsetzt, der weiß, dass sie keine Einbahnstraße ist. Integration erfordert offene Arme und offene Herzen, um Menschen willkommen zu heißen. Aktives Engagement für Integration trägt deshalb auch dazu bei, Einsamkeit zu überwinden.
- Eine besondere Herausforderung stellt sich für Politik und Gesellschaft im Blick auf die digitalen und insbesondere die sogenannten „sozialen Medien“. Was das Wort „sozial“ verspricht, halten diese Medien leider nicht immer ein. Sie können auf eine ebenso paradoxe wie gefährliche Weise dazu beitragen, dass Menschen vereinsamen. Deshalb müssen wir die Kompetenzen im Umgang mit diesen Medien stärken. Ich fürchte, hier stehen wir leider erst am Anfang und werden noch viel zu tun bekommen.

Ich möchte noch einige konkrete Projekte erwähnen, etwa die Kampagne „Gemeinsam statt Einsam“ der hessischen Landesregierung oder das „Kompetenznetz Einsamkeit“. Ich bin auch ganz besonders dankbar für die Innovationskraft der Kirchen. Ich erinnere hier gerne an 800.000 Briefe im Rahmen der Aktion „Du bist nicht allein“ der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau oder an die „SoNah-“ und „Mach mit!“-Projekte der Caritas. Gerade heute braucht es die Praxis der Nächstenliebe. Denn sie ist ein wahres Wundermittel gegen Einsamkeit.

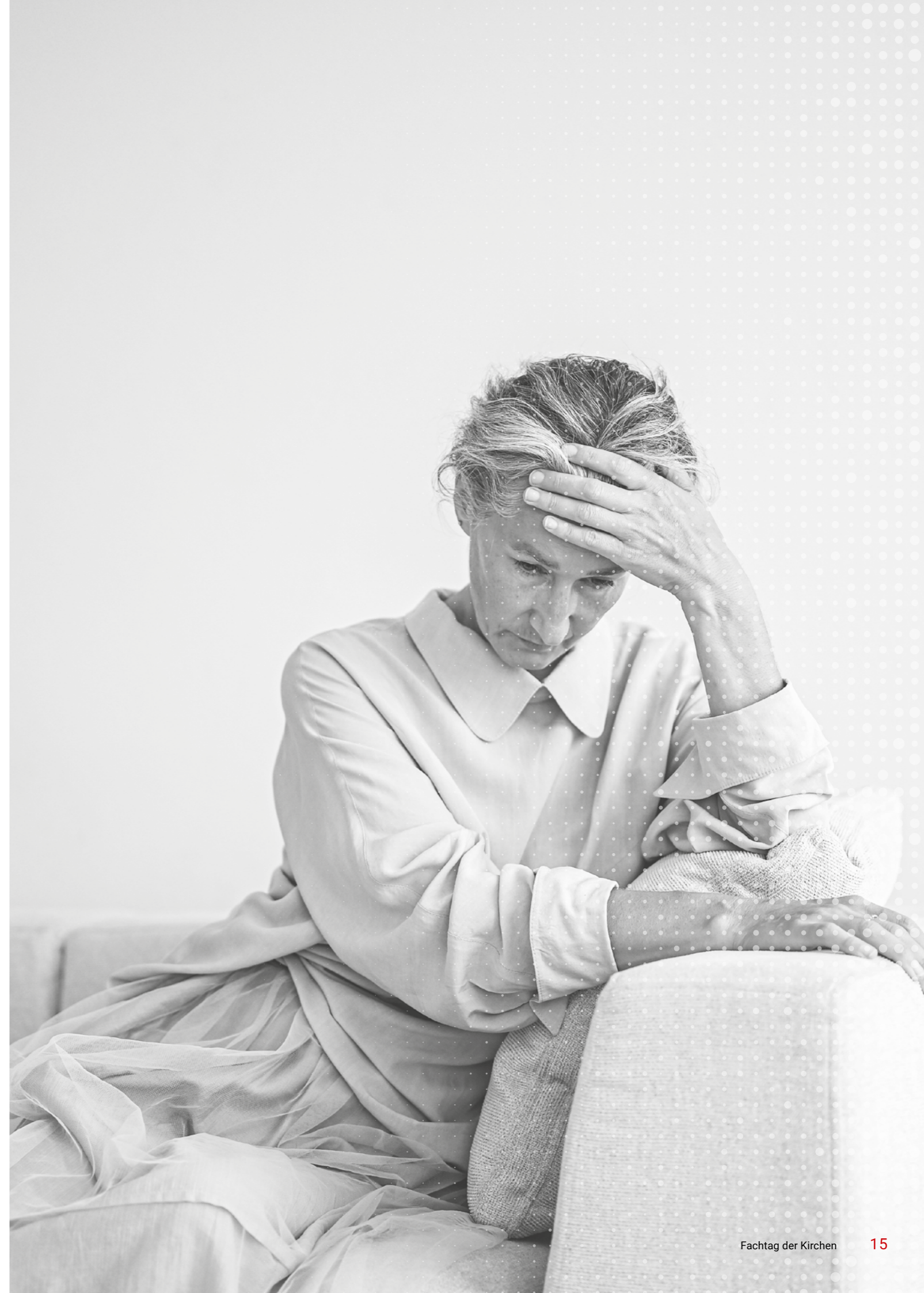
Es gibt ein derzeit viel zitiertes Sprichwort: „Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen.“ Das Kind in diesem Sprichwort steht hier stellvertretend für uns alle. Denn wir alle brauchen mal mehr, mal weniger Hilfe und soziale Wärme. Aber immer brauchen wir andere Menschen. Besonders diejenigen unter uns, deren Leben von Nöten und Schwierigkeiten überschattet und belastet ist. Und das Dorf, das ich meine, ist eben nicht das global village der seelenlosen Seelenverkäufer in den Sozialen Medien. Sondern das Dorf sind wir alle zusammen. Wir alle, nämlich dann, wenn es uns gelingt, die Erzählung wiederzubeleben, in der Gesellschaft Gemeinschaft bedeutet.

Ich möchte schließen mit einem wiederholten Dank an alle haupt- und ehrenamtlich Engagierten in den Kirchen, den Sozialträgern und den vielen weiteren Initiativen und Gruppen. Sie leisten eine unverzichtbare Arbeit in der Beratung, in der Integration, in der Gemeinwesenarbeit und im täglichen Kontakt mit von Armut, Ausgrenzung und Einsamkeit bedrohten Menschen. Die Hessischen Kirchen sind – gemeinsam mit ihren Sozialwerken – Vorbilder im Gestalten aktiven Zusammenhalts. Bei der Caritas sah ich erst kürzlich auf einem Plakat eine offene Tür in roter Farbe. Das passt zu den Kirchen und ihrem sozialen Engagement. Offene Türen und offene Herzen werden heute dringend gebraucht. Für das Zuhören, für den Trost, den Rat und für konkrete Hilfe – oft genau dort, wo der Staat an seine Grenzen stößt.

Lassen Sie uns zusammen weiter daran arbeiten, dass niemand in unserem Land allein gelassen wird – weder mit seiner Not noch mit seinem Wunsch nach Zugehörigkeit, Würde und Respekt. Denn der Zusammenhalt unserer Gesellschaft misst sich immer am Wohlergehen ihrer Schwächsten.

Vielen Dank für Ihr Engagement für Menschlichkeit in Hessen.

Heike Hofmann



DR. JANOSCH SCHOBIN, GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

EINSAMKEIT – SOZIALE ASPEKTE UND ETHISCHE EINORDNUNG

Sehr geehrte Frau Hartmann, sehr geehrte Frau Schneider, sehr geehrte Frau Freisberg, sehr geehrte Frau Professorin Tietz, sehr geehrte Frau Ministerin Hoffmann, vielen Dank für die Einladung und die Gelegenheit heute hierzu sprechen, sehr geehrte Frau Hilpmann, vielen Dank für die freundliche Vorstellung, sehr geehrte Damen und Herren:

„Die Einsamkeit bringt mich um.“

Sätze wie diesen hören wir im Kompetenznetz Einsamkeit in unseren Interviews mit einsamen Menschen immer wieder. Das mag übertrieben klingen, ist es aber nicht. Dafür spricht die aktuelle Forschung: Menschen mit hohen Einsamkeitsbelastungen sterben früher. Das hat den Blick auf das Thema stark verändert. Einsamkeit wird zunehmend als eine elementare Mangelempfindung aufgefasst, so wie Hunger oder Schmerz. Sie ist äußert sich als die leidvolle Empfindung, dass wichtige Beziehungen zu schwach, zu oberflächlich, zu konfliktbeladen sind oder schlicht komplett fehlen. Im letzteren Fall spricht man auch von Vereinsamung – also dem zugleich von starken Einsamkeitsempfindungen und objektiver sozialer Isolation.

Das Thema ist vielschichtig. Es gibt nicht die „eine“ Einsamkeit: sie hat verschiedene Ursachen und Folgen für die betroffene Person als auch für die Gesellschaft, sie kann freiwillig gewählt oder ein unfreiwilliger Zustand sein. Die freiwillige und gesuchte Einsamkeit wird in der Forschung auch positive Einsamkeit genannt. Wenn es um die Einsamkeit als Problem geht, ist dagegen eher die unfreiwillige und geschmähte Art gemeint, die in der Forschung oft wieder unterteilt wird: Fehlen eher nahe, gefühlsbetonte Beziehungen, wird von emotionaler Einsamkeit gesprochen. Das ist zum Beispiel die Einsamkeit der kalten Ehen, der unfreiwilligen Singles und freundlosen Menschen, aber auch all jener Menschen, die geliebte andere überleben. Fehlt es dagegen eher an Kontakten, in denen es gelingt sich selbst als anerkannten Menschen zu erfahren, oder in denen Anregung und Freude im Leben erlebt wird, wird von der sozialen Einsamkeit gesprochen. Das ist zum Beispiel die Einsamkeit derer, die seit Jahren auf der Couch sitzen und nicht wissen wohin mit sich oder derer, die in einer neuen Stadt nicht ankommen, weil ihnen der neue Job alles abverlangt.

In der Forschung wird Einsamkeit dabei immer häufiger mit Hunger oder Schmerzen verglichen und immer seltener als ein rein subjektives Gefühl verstanden. Neuropsychologische Forschungsergebnisse zeigen sogar, dass Einsamkeit in ähnlichen Hirnregionen verarbeitet wird wie physischer Schmerz und dass sich die physiologischen Symptome beider Empfindungen überschneiden. Aus dieser Erkenntnis resultiert das Konzept der Einsamkeit als „sozialem Schmerz“. Ähnlich wie bei körperlichen Schmerzen dient Einsamkeit als Alarmsignal, das auf eine Beschädigung der leiblichen Integrität hinweist und eine dringende Reaktion erfordert. Sie weist darauf hin, dass der „soziale Körper“ – so die Metapher in den Neurowissenschaften – der Person beschädigt ist, dass wichtige soziale Beziehungen gestört sind oder gleich ganz fehlen. Sie alarmiert den Menschen, damit er diesen Zustand ändert, alte Beziehungen nährt und neue sucht.

Aber nicht allen Menschen gelingt es die Beziehungskonflikte aufzulösen oder die soziale Isolation zu durchbrechen, die ihre Einsamkeit auslöst.

Ich möchte die nächsten 15 Minuten nutzen, um ihnen eine Person mit in diesem Sinne chronischen Einsamkeitsbelastungen etwas genauer vorzustellen, um ihnen ein Verständnis dafür zu geben, wie Vereinsamung bei uns entsteht, weshalb sie sich verfestigt, aber auch vielleicht, warum bestimmte Arten der Einsamkeit sich aktuell nur schwer verhindern oder auflösen lassen.

Im Mittelpunkt meines Vortrages steht ein älterer Mann – nennen wir ihn Egon – dessen Schicksal sich leider in ähnlicher Weise in Deutschland viel zu oft ereignet.

Egon wurde an einem grauen Herbsttag im Oktober 2017 in einer Zwei-Zimmer Wohnung in einer großen deutschen Stadt gefunden. Eine Lungenentzündung hatte ihn einige Wochen zuvor dahingerafft. Um zum Telefon zu gehen, war er zu schwach. Vielleicht hatte er um Hilfe gerufen und niemand hatte ihn gehört, vielleicht war er auch dazu zu schwach, oder vielleicht auch zu stolz. Den Nachbarn fiel irgendwann der überbordende Briefkasten auf. Einige Wochen später wird Egon mit zehn weiteren Fällen seiner Art in einer Reihe anonymer Urnengräber beigesetzt.

Ein Pfarrer, der einige Worte ins Leere spricht, ist anwesend. Sonst ist niemand gekommen. Das Ordnungsamt ermittelt einige Wochen darauf einen Sohn aus einer geschiedenen Ehe und lässt ihm die Rechnung für die Bestattung zukommen. Der Sohn klagt dagegen und verliert vor Gericht. Die Stelle, an der die Urne versenkt wurde, wird er nie besuchen.

Egons Fall ist synthetisch. Es gab ihn so, nicht wirklich. Aber er ist keine rein fiktive Gestalt. Er basiert nur nicht auf einer einzelnen realen Person, die ihre Spuren in einem Interview, in Archiven oder in Akten hinterlassen hat, sondern auf der Überblendung sehr vieler ähnlicher Fälle und derer Eigenschaften, die aus Amtsstatistiken und den Erfahrungen von Amtsmitarbeitern rekonstruiert werden können, mit Daten aus Interviews und teilnehmenden Beobachtungen mit vereinsamten Menschen.

An „echten“ Fällen würde es zwar prinzipiell nicht mangeln. In deutschen Groß- und Mittelstädten gehört die anonyme Bestattung durch das Amt – technisch Ordnungsamtsbestattung oder häufig auch „Ersatzvornahme“ genannt – mittlerweile zu den üblichen Bestattungsformen. In den größten Deutschen Städten sind mittlerweile über 5 % der Verstorbenen ein Fall für die Ämter. Aber woher soll ein Sozialforscher wissen, ob es einem Verstorbenen Recht gewesen wäre, wenn er sich durch alles wühlt, was am Ende dessen Lebens aktenkundig geworden ist? Wie viel noch auf dem Sparkonto war, dass ein uralter Weihnachtsbaum in voller Montur in der Wohnung stand, dass es ein Pornozeitschriftenabonnement gab, oder dass die Leiche in ihrem eigenen Saft lag, als sie gefunden wurde? Wie wichtig ist es, solche Einzelheiten zu kennen, um zu verstehen, warum die Person so endete, wie sie endete. Daher setze ich die Daten Egons aus unterschiedlichen Quellen zusammen.

Zunächst ist da das Geschlecht. Egon ist ein Mann, weil die große Mehrzahl, der vom bestatteten Menschen in Deutschland Männer sind. Die Chance eines verstorbenen Mannes ein Fall fürs Ordnungsamt zu werden, ist in etwa 1.9 mal so hoch, wie die einer verstorbenen Frau – und dass, obwohl Frauen älter werden als Männer und demnach häufiger ihre Partner überleben. Unter diesem Gesichtspunkt müssten eigentlich mehr Frauen am Ende des Lebens alleine in ihren Wohnungen versterben. Aber damit ein Mensch am Ende vom Amt bestattet wird, reicht Verwitwung als Grund nicht aus. Viel ausschlaggebender sind zerrüttete Beziehungen. Das erkennt man etwa an einer der wiederkehrenden Figuren in den Fallschilderungen der Amtsmitarbeiter: Dem entfremdete Vater. Die entfremdeten Väter äußern sich auf den Ämtern etwa durch die Anrufe wütender Kinder, die eine Rechnung für die Bestattung einer Person bekommen, mit der sie nichts zu tun hatten, der – wenn überhaupt, den Unterhalt zahlte und der sich nie blicken ließ – kurz ein Menschen mit dem die Hinterbliebenen nichts mehr zu tun haben wollten. Hinter der Wut sind komplizierte Geschichten zu vermuten. Die Phantom-schmerzen einer Beziehung, die es hätte geben sollten oder die mehr sein sollte. Fehlende Erinnerungen an Spaziergänge an der Hand des Alten oder Wut über die mangelnde Unterstützung der Mutter. Der Tod bricht all so etwas wieder auf, weil er endgültig ist. Jede Illusion der Versöhnung, die vielleicht noch im Kind geschlummert hat, ist dahin, aber auch jede Möglichkeit der Anklage und der Verurteilung.

Zerrüttete Familienbeziehungen sind demnach ein typischer Hintergrund von einsamen Bestattungen. Aber sie reichen sicher nicht hin. Es stellt sich die Frage, warum da auch sonst niemand ist. Wie lebt so jemand wie Egon, um wie Egon unbemerkt zu sterben und anonym unter die Erde zu kommen? Wie erklärt sich, dass die Menschen, die vom Amt bestattet werden, zumeist nicht auffallen, bevor sie alleine versterben, dass sie unsichtbar unter uns leben, und dann gehen, ohne dass jemand Abschied nimmt? Wie kann es sein, dass mitten unter uns Menschen sind, die offenbar nahezu komplett aus allen Nahbeziehungen herausgefallen sind, ohne dass sie der Mehrheit groß auffallen?

Die erste Abzweigung in Richtung Einsamkeit nahm Egon mit seiner Scheidung, die für ihn mit einem enormen Gesichtverlust verbunden war. Besonders vor seinen Eltern und dem Rest der Familie. Das war die schlimmste Zeit in seinem Leben: Erst die Insolvenz seiner eigenen kleinen Firma. Mit der Firma ging auch die Ehe in die Brüche. Wie das zusammenhängt ist kompliziert: Das ökonomische und das soziale Leben von Menschen sind nicht unabhängig voneinander. Jedenfalls verlief die Scheidung nicht harmonisch. Der Kontakt zu den Kindern brach ab, der zu seiner Ex-Frau sowieso. Wie tief die Wunden klaffen, lässt sich daran erahnen, dass Egon zu Familienfeiern mehrfach einen professionellen Service anheuert: Der vermittelt Frauen, die sich für einen Tag als seine Partnerin ausgeben. Der Service ist kostspielig. Oft gehen dafür die Ersparnisse ganzer Monate drauf. Seine Geschwister haben intakte Familien. Er will nicht der einzige sein, der alleine ist, der versagt hat. Deshalb gibt er sich vor seinen Eltern und Geschwistern als Lebemann aus: Viel auf Partys, viel unterwegs, wechselnde Freundinnen. Die Wirklichkeit sieht indes ganz anders aus. Nach der Scheidung findet Egon keine Partnerin mehr, zumindest keine die seinen Ansprüchen genügt. Wieso das so ist, ist von außen schwer zu sagen. Vielleicht liegt es daran, dass Egon in jungen Jahren ein gutaussehender Mann war: Kräftig, braungebrannt mit kantigem Gesicht. Aber durch die harte Arbeit und den täglichen Alkoholkonsum ist seine Gesundheit angeschlagen: Bluthochdruck, Übergewicht, Hämorrhiden. Anspruch und Wirklichkeit klaffen immer weiter auseinander.

Wie viel von diesen gesundheitlichen Einschränkungen auf Egons Vereinsamung zurückzuführen ist, lässt sich im Nachgang nicht mehr entwirren. Einsamkeitsbelastungen gehören für Menschen zu den schwersten bekannten Stressoren. Sie verringern die Lebensqualität und das subjektive Wohlbefinden empfindlich (Noll 2000). Und, das zeigt die neuere Forschung immer deutlicher: Sie sind selbst Ursache von Erkrankungen. Halten Einsamkeitsbelastungen über längere Zeiträume an und sind in diesem Sinne – wie bei Egon – chronisch, tragen sie zu einer dauerhaften Beeinträchtigung der psychischen aber auch der körperlichen Gesundheit bei, etwa indem sie Depression verstärken und Herz-Kreislauf-Erkrankungen begünstigen.

Egon ignoriert die schleichende Veränderung seiner Gesundheit einfach. Er geht nicht zu Ärzten, außer es geht gar nicht anders. Die seltenen Hausarztbesuche sind eine der verpassten Gelegenheiten, in denen es hätte anders kommen können. Aus angelsächsischen Ländern, speziell in Großbritannien kommt ein Konzept das Social Prescribing – Soziales Verschreiben – heißt. Es klingt erstmal sonderbar, dass der Arzt einem Soziale oder kulturelle Teilhabe verordnet. Der Gedanke dahinter ist jedoch weniger invasiv, als es auf den ersten Blick erscheint. Projekte wie das Projekt "Kultur auf Rezept" der Stadt Frankfurt machen die Erfahrung, dass Interventionen seitens medizinischen Personals, die die sozialen Bedürfnisse von Menschen unterstützten, positiv wahr- und aufgenommen werden.

Ob Social Prescribing Egon geholfen hätte, ist jedoch zumindest anzuzweifeln. Ich hatte es angedeutet. Wirklich trauen tat er Ärzten nicht. Vereinsamung geht oft mit einer empfindlichen Senkung des Vertrauens in die Mitmenschen aber auch soziale Institutionen einher. Einsame Menschen vertrauen beispielsweise nicht nur weniger in konkrete Andere, sondern auch weniger in die Polizei, die Justiz und das Parlament. Es liegt nahe zu vermuten, dass Menschen wie Egon deshalb auch ihren Ärzten häufiger nicht trauen. Das hängt oft mit ihrer deprivilierten sozialen Lage zusammen.

Ein weiterer typischer Zug an Egon, als einer Person, die vom Amt bestattet wurde, ist, dass er alleine und relativ bescheiden gelebt hat. Ein Fall fürs Amt werden eher alleinlebende Ärmere. Das deckt sich mit Erkenntnissen aus der Einsamkeitsforschung. Vereinsamung ist in Deutschland häufig ein Aspekt versteckter Armut und vermutlich einer der Gründe, warum Armut bei uns oft unsichtbar bleibt. Herr Brülle wird davon sicher gleich mehr berichten. Egon jedenfalls führt ein Leben, das darauf zielt, die eigene Würde durch Verunsichtbahrung zu bewahren. Um eine Metapher zu bemühen. Egon faltet sich weg: Er macht die sichtbare Oberfläche klein: Nur keine Reibungen mit den Nachbarn, nur Kontakt zu Bekannten, wenn es gut läuft, Einkaufen im Supermarkt im eigenen Viertel, nur wenn das Geld für die guten Sachen reicht. Anders als viele vereinsamte Menschen ist Egon dabei nicht einmal im präzisen statistischen Sinn arm. Sein Nettoäquivalenzeinkommen beträgt nicht weniger als 60 % des mittleren Medianeinkommens. Als selbstständiger Handwerker schwankt es dafür sehr stark und vor allem: Es ist geringer als das Einkommen, das er bräuchte, um so zu leben, wie er es für jemanden seines Berufsstandes angemessen hält. Egon verdiente seiner eigenen Ansicht nach nicht nicht sehr gut.

Eigentlich gestattet ihm sein Einkommeneinen kleinen materiellen Wohlstand, für den er sich jedoch schämt. Die Wahrnehmung von sozialem Status hat eine starke subjektive Komponente. Das absolute Niveau des Einkommens erzählt bestenfalls die halbe Geschichte. Zum Beispiel kommt es auch sehr stark darauf an, wie sich die Einkommen der Menschen um die Person herum entwickeln. Egon hatte das Gefühl abgestiegen zu

sein, dass sein Beruf an Wert verloren hat und, dass alle um ihn herum sich mehr leisten können als er: Einer seiner wenigen Freunde ist Informatiker, ein anderer Ingenieur. Mit denen vergleicht er sich und bei denen läuft es ökonomisch besser: Der eine kauft sich ein Haus, der andere ein tolles Wohnmobil. Das bedingt ein Gefühl der sozialer Minderwertigkeit. Egon zieht sich immer mehr zurück. Gäste empfängt er selten. Sein Lebensmittelpunkt verlagert er immer stärker an die Arbeit. Hier ist er immerhin wer. Er gilt als echter Köhner, der hart arbeitet, der immer pünktlich fertig ist und der nie pfuscht.

Diese Verlagerung des Lebensmittelpunkts hin zur Arbeit hinterlässt am Ende seines Lebens Spuren. Als die Ordnungsamtsmitarbeiter das Wohnzimmer betreten finden sie an den Wänden vor allem technische Zeichnungen von Aufträgen. Bilder von Menschen hat Egon kaum. Nur irgendwo ist ein kleines Bild dazwischen gequetscht: Egon mit seinem Enkel. Er sieht darauf etwas jünger aus. Wie alt die Aufnahme ist, lässt sich schwer sagen. Die Amtsmitarbeiter nehmen das Bild mit, um es etwaigen Hinterbliebenen zukommen zu lassen.

Egons soziales Leben befindet sich nach der Scheidung und der graduellen, immer stärkeren Verschiebung des Lebensmittelpunkts an die Arbeit in einer Abwärtsspirale, aus der er nicht mehr rauskommt. Als sein Vater stirbt, zerstreiten er und seine Geschwister sich zu allem Überfluss über das Erbe. Egon braucht das Geld, will damit neu durchstarten. Aber das Erbe reicht dafür nicht und er fühlt das ihm mehr zusteht, als er am Ende bekommt. Der Kontakt zu den Geschwistern bricht ein. Zwischen einem Kontakt zu Freunden, Familie oder Verwandten vergehen immer öfter etliche Monate. Das ist in Deutschland nicht die Regel – aber auch keine Seltenheit.

Fälle wie die Egons wirken sicher relativ extrem. Wirklich selten sind sie wie gesagt nicht mehr. Der Fall soll veranschaulichen, wie vielschichtig das Thema der Einsamkeit ist und wie verschiedene familiäre und soziale Probleme sich zu einer Dynamik verdichten können, die eine Person mehr und mehr in die Vereinsamung treibt. Viel von Egons Problemen resultieren dabei aus seinem starken Impuls seine Würde durch Verunsichtbarung zu bewahren. Präventionsstrategien gegen Einsamkeit müssen diese Tatsache ernstnehmen. Einsamkeit ist für viele Menschen ein Stigma, das sie zu verbergen suchen.

Dessen ungeachtet gab dabei in Egons Leben vermutlich mehrere Stellen, an denen seine "Vereinsamungskarriere" hätte unterbrochen werden können:

Bei den seltenen Arztbesuchen, wie gesagt, oder nach seiner Scheidung etwa: Eine verpflichtende, präventive Familienberatung hätte hier vielleicht das Ärgste verhindern können. Oder als Egon sich immer stärker auf seiner Suche nach Anerkennung in die Arbeit gestürzt hat. Hier hätte eine gute betriebliche Gesundheitsvorsorge, die den Zusammenhang zwischen Sozialer Einbindung und Gesundheit beachtet, vielleicht einen Unterschied gemacht.

Zuletzt stellt sich sicher die Frage, warum Egon seinen Nachbarn erst auffiel, als sein Briefkasten überlief. Warum kam keiner bevor es zu spät war? Dazu hat er, wie gesagt, so gut er konnte selbst beigetragen, indem er den Kontakt vermied. Aber letzten Endes gehören dazu zwei Seiten: Ein Vermeider und eine Sozialraum, der die Vermeidung leicht macht. Ein struktureller Mangel ist hier sicher, dass eine professionelle Quartiersarbeit in Deutschland bisher ein netter Zusatz und keine verpflichtende Leistung der Kommunen ist. Frau Potz

wird ihnen darüber sicher gleich noch viel mehr sagen. Geschichtlich hat das bekannte Ursachen. Wir sind in Deutschland gebrannte Kinder was kollektivierende Institutionen angeht. Ein Großteil des sozialen Angebots ist deshalb so konzipiert, dass Menschen es in Anspruch nehmen können, wenn sie sich darum bemühen. Es drängt sich ihnen jedoch nicht auf. Dessen ungeachtet gibt es mittlerweile unzählige Pilotprojekte, die mit guten Erfolgen im Rahmen aufsuchender Sozialarbeit eine neue Balance zwischen sozialer Fürsorge und staatlicher Zurückhaltung versuchen.

Am Ende kommt die Lungenentzündung schleichend über Egon. Neben seinem Bett liegt eine Packung Paracetamol. Vermutlich hat er sich gedacht, dass es sich um eine normale Erkältung handelt, die er in ein, zwei Tage mit Hausmitteln auskurieren kann. Ärzte waren wie gesagt nicht seine Sache. Seine Kraft reicht nicht mehr aus, um einen Krankenwagen zu rufen. Auch die Nachbarn hören ihn nicht, falls er überhaupt versucht hat, sie zu rufen. Am Ende hat nicht ein einzelner Faktor dazu geführt, dass Egon ein Fall für das Amt wird. Es ist eine Vielzahl größerer und kleinerer Umstände, die ihn verurteilen, ein wenig wie jener Apparat in Kafkas Strafkolonie, der sein Todesurteil schnittweise spricht. Sicher kann man der Auffassung sein, dass Egon selbst schuld an seiner Misere war, dass es zunächst seine Pflicht war, sich um sich und seine Bindungen zu kümmern, sich Hilfe und Nähe zu suchen. Der Nächste eines Menschen zu sein, ist aus dieser Sicht, die viele Menschen teilen, nun mal Privatsache. Man kann aber auch der Auffassung sein, dass wir als Gesellschaft Egon gegenüber versagt haben. Er ist einfach durchgerieselt und kein einziges Element unseres System hat ihm die Hand weit genug ausgestreckt, damit er sie auch greifen konnte. Das sollte uns allen zu denken geben. Ich würde sogar soweit gehen zu sagen: Die Glaubwürdigkeit unserer Art von Gesellschaft hängt davon ab, dass so etwas nicht passiert. Wir wollen die sozialen Freiheiten liberaler Demokratien: Wir wollen in einer Welt Leben, die es uns gestattet unsere Beziehungen frei zu wählen und zu gestalten, mit allen Möglichkeiten des Scheiterns, die dazugehören. Das darf aber nicht dazu führen, dass wir große Gruppen von Menschen produzieren, für die niemand mehr da ist. Tode wie die Egons sind eine Verrohung, die anzeigt, dass wir unseren eigenen Ansprüchen nicht genügen – und – das würde ich hinzufügen: Wir verfügen über die Möglichkeiten das zu ändern.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit



DR. JAN BRÜLLE, GOETHE-UNIVERSITÄT FRANKFURT

EINSAMKEIT UND ARMUT – EINE ZIRKULÄRE BEZIEHUNG



ÜBERBLICK

- » Armut und Teilhabe in Deutschland
- » Einsamkeit und Armut
- » Fazit



ARMUT UND TEILHABE

Armut und Teilhabe in Deutschland

- » **Gesellschaftliche Teilhabe**
 - » Mehrdimensional
 - » Es geht um Teilhabemöglichkeiten
- » **Einkommen und Teilhabe**
 - » Geld als zentrale gesellschaftliche Ressource für Teilhabe
 - » Armut → Einkommen, das nicht ausreicht um ein Mindestmaß an Teilhabe sicher zu stellen
 - » Ausschlaggebend sind *relative* Unterschiede

3

ENTWICKLUNG VON ARMUT UND UNGLEICHHEIT

Armut und Teilhabe in Deutschland

- » **Anstieg der Einkommensungleichheit**
- » **Hohe, mittlere und niedrige Einkommen driften auseinander**
- » **Wachsende Armut**

Jahr	Gini-Koeffizient	Strenge Armut (< 50% des Medians)	Armut (< 60% des Medians)	Reichtum (> 200% des Medians)	Großer Reichtum (> 300% des Medians)
2010	0,282	7,8	14,2	7,7	1,9
2021	0,310	11,3	17,8	8,0	2,3

Daten: SOEP, Spannagel/Brülle 2024

4

WER SIND DIE ARMEN?

Armut und Teilhabe in Deutschland

- » Personen mit niedrigen Bildungsabschlüssen
- » Arbeitslose und atypisch Beschäftigte
- » Migranten und Personen mit Migrationshintergrund
- » Kinder und junge Erwachsene
- » Singles und Alleinerziehende

Quelle: Spannagel/Brülle 2024

5

ARMUT UND SOZIALE TEILHABE

Armut und Teilhabe in Deutschland

- » Geringere soziale Einbindung von Personen in Armut



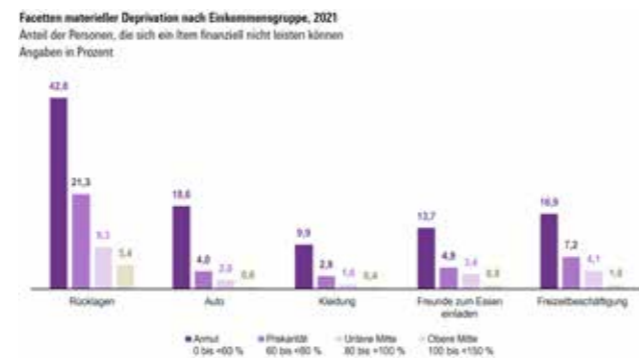
Anmerkung: Bevölkerungsanteil in der jeweiligen relativ zum Median definierten Einkommensgruppe. Quelle: Spannagel/Brülle 2024

7

ARMUT UND MATERIELLE TEILHABE

Armut und Teilhabe in Deutschland

- » Armut schränkt materielle Teilhabe ein



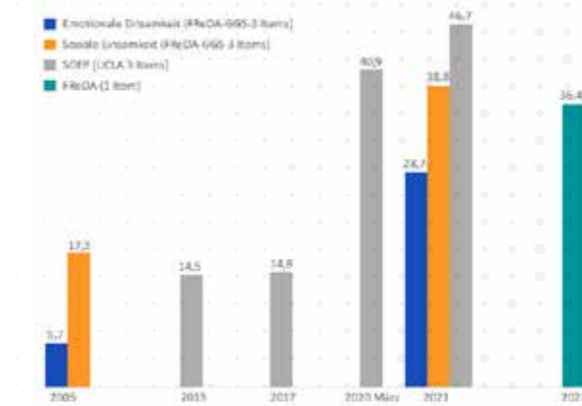
Anmerkung: Bevölkerungsanteil in der jeweiligen relativ zum Median definierten Einkommensgruppe. Quelle: Spannagel/Brülle 2024

6

EINSAMKEIT

Armut und Einsamkeit

- » Hohes Niveau seit der Pandemie
- » Schutzfaktoren: Hohe Bildung, deutsche Staatsangehörigkeit
- » Risikofaktoren: Eingeschränkte Gesundheit, Alleinlebend (ohne weitere Erwachsene), keine Erwerbstätigkeit



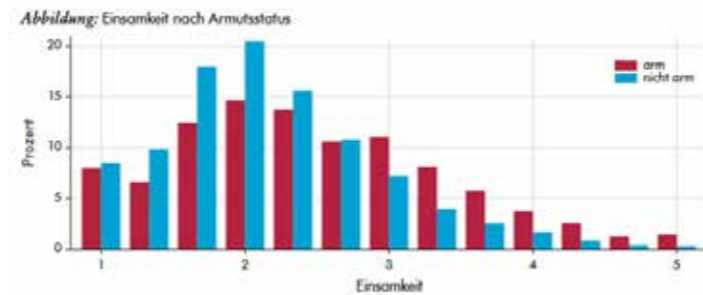
Quelle: Diabaté/Frembs/Kaiser/Bujard 2024

8

ARMUT ALS RISIKOFAKTOR FÜR EINSAMKEIT

Armut und Einsamkeit

- » Armut geht mit einem stärkeren Einsamkeitsempfinden einher
- » Dies zeigt sich auch im Längsschnitt
- » Fehlende materielle Teilhabe führt zu stärkerer Einsamkeit



Lesehilfe: Etwas über 20 Prozent der nicht Armen und etwas unter 15 Prozent der Armen erreichen einen Wert von 2 auf der UCLA-Einsamkeitskala. Als Einkommensarm gelten Personen mit einem Haushaltseinkommen unter 60 Prozent des Medianeinkommens. Einsamkeit nach UCLA Loneliness Scale; je höher der Skalenwert auf der Einsamkeitsachse, desto stärker die empfundene Einsamkeit. Quelle: eigene Darstellung auf Grundlage des SOEP 2021.

Quelle: Langenkamp/Brülle 2024

9

ARMUT UND EINSAMKEIT ZUSAMMENDENKEN

Fazit

- » Armut und Einsamkeit sind miteinander verknüpft
- » Starke Überschneidung der Risikofaktoren
- » Wechselseitiger Zusammenhang
- » Implikationen für die Sozialpolitik
 - » Armutssensibilität von Maßnahmen gegen Einsamkeit
 - » Sozialpolitische Maßnahmen gegen Armut sollten Teilhabe ermöglichen und nicht Ausschluss und Stigma verstärken

11

EINE ZIRKULÄRE BEZIEHUNG?

Armut und Einsamkeit

- » Personen, die (chronisch) einsam sind, werden häufiger arm...
- » ... und schaffen seltener den Ausstieg aus Armut
- » Mechanismen:
 - » Psychische und Physische Belastung durch Einsamkeit
 - » Scham und sozialer Rückzug führen zu Verlust sozialer Netzwerke

Quelle: Langenkamp/Brülle 2024

10

QUELLEN

- » Diabaté, S., Frembs, L. C., Kaiser, T., & Bujard, M. (2024). Einsamkeit im jüngeren und mittleren Erwachsenenalter angestiegen: Wer ist betroffen und wie hat sich das Einsamkeitsempfinden entwickelt? FReDA Policy Brief, Mai 2024. Wiesbaden: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (BIB).
- » Langenkamp, A. & Brülle, J. (2024). Einsamkeit und Armut: Eine zirkuläre Beziehung. Aus Politik und Zeitgeschichte 52/2024
- » Spannagel, D. & Brülle, J. (2024). Ungleiche Teilhabe: Marginalisierte Arme - verunsicherte Mitte. WSI-Verteilungsbericht 2024, WSI Report No. 98, Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung, Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut (WSI)

12

DR. PETRA POTZ, LOCATION³/WÜSTENROT STIFTUNG

SOZIALER RAUM UND EINSAMKEIT – NEUE ANFORDERUNGEN AN LEBENDIGE QUARTIERE



© Wüstenrot Stiftung, Grafik: Ulrike Beck, 2BEX

Einsamkeit

- subjektives Gefühl, dass die sozialen Beziehungen nicht den gewünschten sozialen Beziehungen entsprechen
- unfreiwillig (*nicht: Alleinsein*)
- u.a. aufgrund mangelnder sozialer, gesellschaftlicher Teilhabe und fehlender erfüllender sozialer Beziehungen
- ggf. aufgrund eingeschränkter Zugangs zu gesellschaftlichen Infrastrukturen

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 2



Wer ist von Einsamkeit betroffen?

- in allen Lebenslagen, Lebensphasen, Altersgruppen
- keine monokausalen Erklärungen



Screenshot Persona-Beschreibungen
<https://www.quartier-einsamkeit.de/einsamkeits-persona/>



10 Personas zur Einsamkeit
© Wüstenrot Stiftung, Grafik: Ulrike Beck, 2BEX

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 3

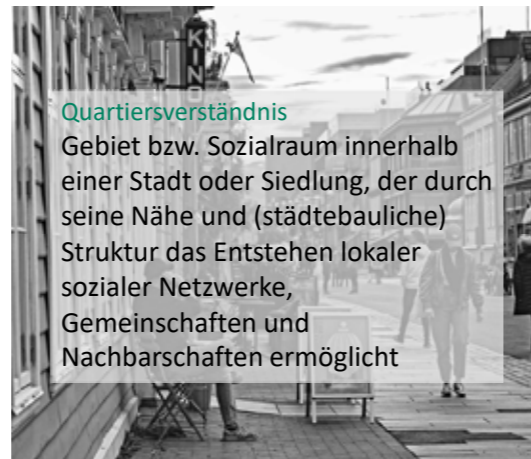
Einsamkeit im Quartier – Handlungsansätze für Prävention und Intervention

Gebaute Umwelt und Infrastrukturen des Alltagslebens

Teilhabe vor Ort

- Professionelle Dienste und Unterstützungsaktivitäten
- Bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt

Einsamkeitsgefährdete Quartiere



Quartiersverständnis

Gebiet bzw. Sozialraum innerhalb einer Stadt oder Siedlung, der durch seine Nähe und (städtebauliche) Struktur das Entstehen lokaler sozialer Netzwerke, Gemeinschaften und Nachbarschaften ermöglicht

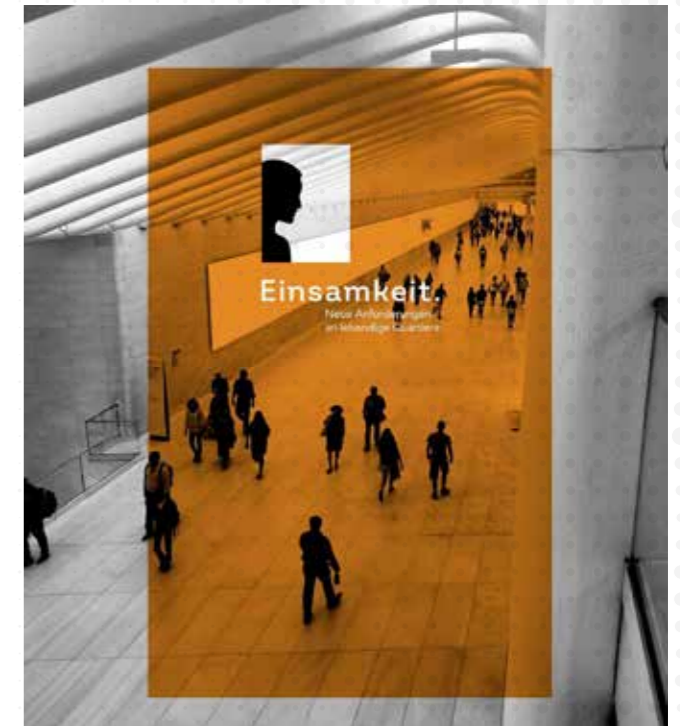
Ergebnisse in Arbeitspapieren:
www.quartier-einsamkeit.de/ergebnisse/

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 4

Risikofaktoren für Einsamkeit

Individuelle sozial-gesellschaftliche Risikofaktoren

- Einkommensarmut
- Kritische Lebensphase
- Umbruchsphase
- Zeitmangel
- Schlechter Gesundheitszustand, körperliche, geistige Beeinträchtigung
- Direkte Migrations- und Fluchterfahrung
- Defizite bei sozialen Kontakten



Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 6

Im Quartier findet Einsamkeit statt – aber auch Alltagsleben und Teilhabe

- **Soziale/relationale Einsamkeit**
Fehlen guter Beziehungen zu Freunden oder direktem sozialen Netzwerk
- **Kollektive Einsamkeit**
Fehlende Zugehörigkeit zu Gruppe oder Gemeinschaft
- **Kulturelle Einsamkeit**
Fehlen des bevorzugten kulturellen oder sprachlichen Umfelds

Gesellschaftliche Teilhabe und das Einsamkeitserleben können im Alltag und durch Gelegenheitsstrukturen in der Nachbarschaft beeinflusst werden. Die Qualität der sozialen Beziehungen und Bindungen spielt wichtige Rolle.



Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 5

Welche Orte brauchen wir?

- **Nachbarschaftstreffs & Gemeinschaftshäuser** Offene Räume für alle Generationen, Kulturen und Lebenslagen, niederschwellig zugänglich
- **Öffentliche Räume (Parks, Plätze, Straßenräume)** Informelle Begegnung, Möglichkeit zum Dabeisein ohne Verpflichtung
- **Bildungs- und Kulturorte** Orte für gemeinsames Lernen, Austausch und Erleben (Schulen, Bibliotheken, Theater...)
- **Cafés, Läden, Arztpraxen, Wochenmärkte** Soziale Interaktion im Alltag, auch bei kurzen Kontakten ("soziale Mikrointeraktionen")
- **Wohnformen mit Gemeinschaftsbezug** Verlässliche soziale Kontakte und Beziehungen, z.B. in Hausgemeinschaften, Clusterwohnungen, Mehrgenerationenwohnen und -leben



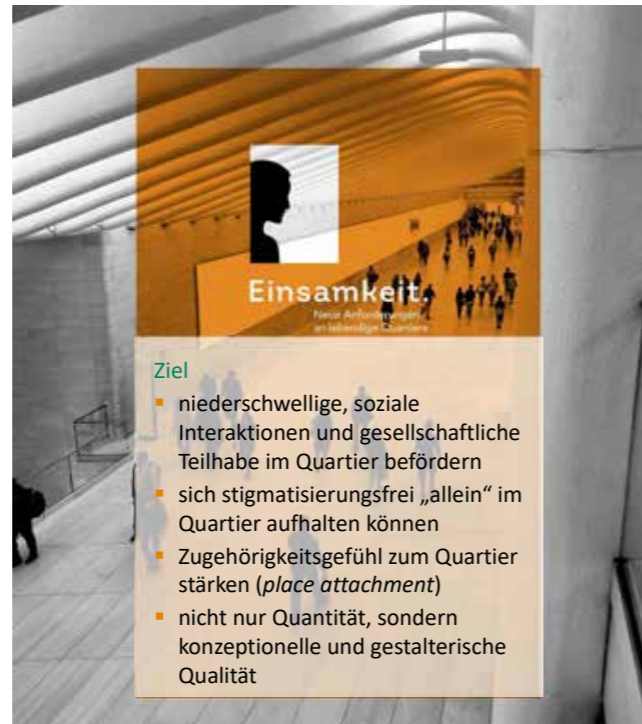
Spielplatz mit flexiblen Sitzmöbeln, Hirschgarten in der Erfurter Altstadt © Petra Potz

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 7

Einsamkeitsresilienz von Quartieren

- Wohngebäude
 - soziale Wohnformen und Wohnkonzepte
 - kommunikationsfördernde Räume
- Wohnumfeld und öffentlicher Raum (Grün-, Blau-, Sport-, Freizeit- und Erholungsflächen)
 - attraktive Gestaltung
 - vielfältige Nutzungsmöglichkeiten
- Soziale Infrastruktur, Begegnungsorte (Stadtteilzentren, Nachbarschaftstreffs, MGH etc.)
 - einladende und offene, inklusive Gestaltung
 - vielfältige Nutzungsmöglichkeiten
- Orte der Daseinsvorsorge und Nahversorgung für ungezwungene Alltagsbegegnung
 - vorhanden und gut erreichbar
 - personenbetrieben

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 8



Einsamkeitsgefährdete Quartiere: Monitoring & Befragungen

- Wer, welche Gruppen sind von Einsamkeit betroffen
 - Indirekte Fragen
 - Aufnahme von Persönlichkeitsmerkmalen
- Wie sind Anwohner in das Quartier sozial eingebunden
 - Soziale Kontakte im Quartier – Zugehörigkeit
 - Nutzung lokaler Einrichtungen
 - Teilnahme an lokalen Aktivitäten, Engagement und Mitwirkung
- Wahrnehmung von Defiziten bei einsamkeitsrelevanten Infrastrukturen
 - Gemeinschaftsräume und -flächen
 - Grün-, Erholungs- und Freizeitflächen
 - Treffpunkte und Begegnungsorte
 - Wohnortnahe Grundversorgung und Mobilität

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 10



Einsamkeitsresiliente Quartiere gestalten

Akteure

- Kommunalverwaltung
- Planende Berufe
- Politik
- Gebäudeeigentümer
- Professionelle (soziale) Träger
- Handel und Gewerbe
- Engagement / Ehrenamt
- Bewohnerschaft
- Bildungseinrichtungen

Instrumente

- Planungen und Konzepte
- Vergaben
- Finanzierung
- Information und Beratung
- Beteiligung
- Betreiben

Sensibilisieren der Akteure

- Wie Relevanz des Themas Einsamkeit vermitteln?
- Wie in die eigene Arbeit integrieren?
- Welche Instrumente stehen zur Verfügung?

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 9



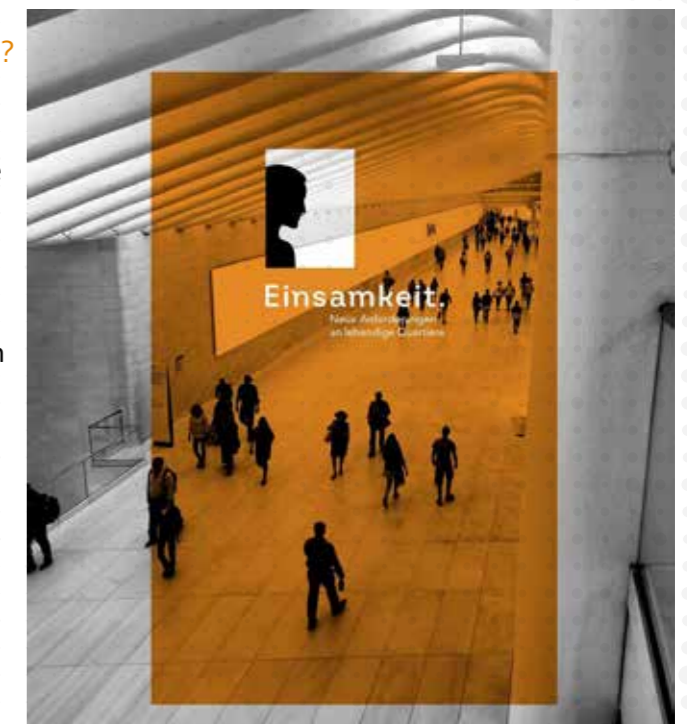
Einsamkeit – ein öffentliches Thema?

- Allianz gegen Einsamkeit der Bundesregierung
- Netzwerke und Bündnisse vor Ort oder kleinere lokale Initiativen und Kampagnen
- Örtliche Bürgergesellschaft sensibilisieren
- Einsamkeitsscham entgegenwirken
- Politik und Verwaltung für Bündelung gewinnen
- Rollen und geteilte Verantwortung aushandeln
- „Rad nicht neu erfinden“ – auf vorhandene, langfristige Strukturen setzen

Beteiligung, Engagement, Mitwirkung

>> Zugehörigkeitsgefühl, soziale Verbundenheit

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 11



 Infos & Newsletter: www.quartier-einsamkeit.de

Arbeitspapiere

- Befragungen – Einsamkeitsgefährdete Quartiere
- Indikatorenset – Einsamkeitsgefährdete Quartiere
- Digitale Tools zur Förderung sozialer Interaktionen und Nutzung einsamkeitsrelevanter Infrastrukturen
- Anforderungen und Qualitäten: Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen im Quartier
- Akteure, Verantwortlichkeiten, Instrumente: Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen im Quartier
- Einsamkeitsrelevante Akteure und Gelegenheitsstrukturen im Quartier
- Einsamkeit: Wechselspiel von lokalem Engagement und hauptamtlichen Akteuren

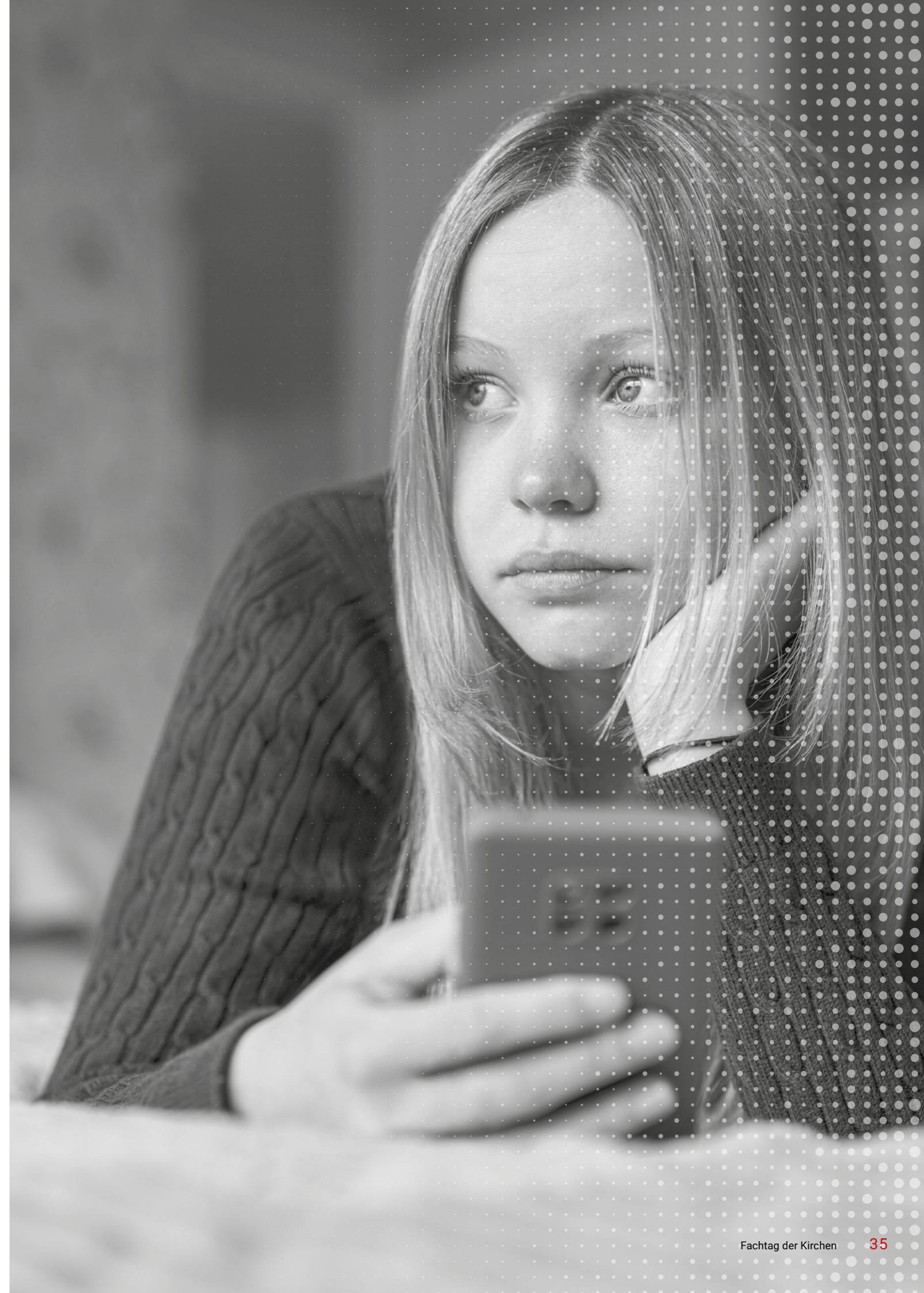
Handlungs-
leitfaden:
Frühjahr 2026



Alle Arbeitspapiere stehen zum Download zur Verfügung.

Potz | Sozialer Raum und Einsamkeit – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 12

Kontakt: info@quartier-einsamkeit.de





WORKSHOPS

Workshop 1	Lebendige Quartiere – Wege aus der Einsamkeit	38
Workshop 2	Versteckte Armut auf dem Lande	42
Workshop 3	CKD Türöffner-Projekt	44
Workshop 4	Gemeinsam statt einsam – Das Seniorenfrühstückscafé	46
Workshop 5	Kontakte im Sozialraum stiften, Besuchsdienst anders gedacht und gemacht	48
Workshop 6	Haus der Begegnung Marburg – Einsamkeit lindern	49



WORKSHOP 1

LEBENDIGE QUARTIERE – WEGE AUS DER EINSAMKEIT



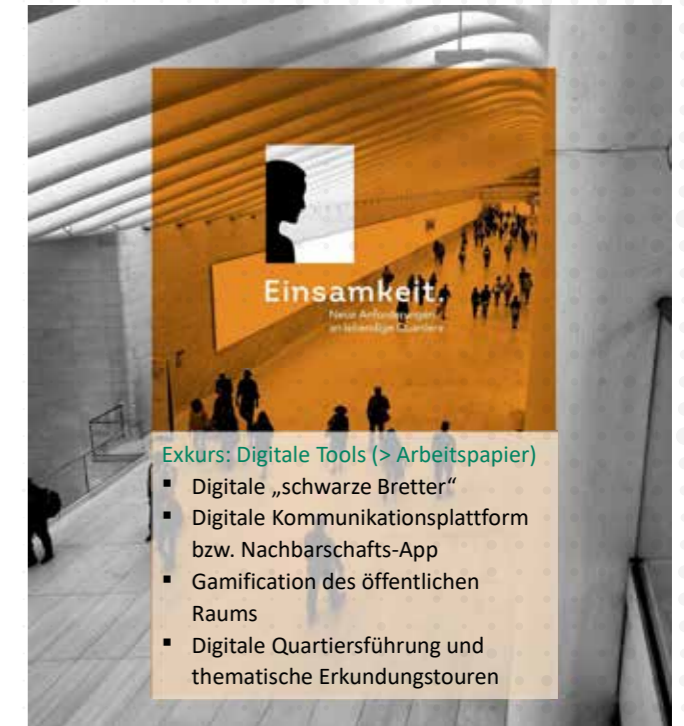
© Wüstenrot Stiftung, Grafik: Ulrike Beck, 2BEX

Einsamkeitsresiliente Quartiere gestalten: Was ist zu tun?

Bestandsaufnahme: Potenziale & Ressourcen

- Bestehende einsamkeitsrelevante Infrastrukturen so anpassen, dass sie gesellschaftliche Teilhabe, Nachbarschaften und niederschwellige, soziale Kontakte befördern
- Zur Verfügung stehende Instrumente nutzen
- Einsamkeit enttabuisieren, verantwortliche Akteure dafür sensibilisieren
- (Auch) digitale Tools einsetzen, um die Nutzung und soziale Interaktion in einsamkeitsrelevanten Infrastrukturen zu befördern

Potz | Workshop 1 Lebendige Quartiere – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 2



Gemeinsam und präventiv handeln

- **Felder und Bereiche der Teilhabe vor Ort integrieren**
z.B. Gesundheit, Pflege, Inklusion, Kultur, Bildung, Sport, Grün- und Landschaftsplanung, Quartiersarbeit, Sozialplanung, Stadtentwicklung
- **Relevante Akteursgruppen einbinden**
Engagierte, Vereine, Initiativen, soziale und kulturelle Träger, Religionsgemeinschaften, hauptamtliche Akteure
- **Maßnahmen und gute Beispiele in Aktionsplänen bündeln**
Kommune, Zivilgesellschaft, professionelle Einrichtungen & Engagementstrukturen

Ziel: Soziale Verbundenheit

Potz | Workshop 1 Lebendige Quartiere – Kirchenfachtag | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 3



Was muss ein Quartier leisten, um das Zugehörigkeitsgefühl zu verbessern und Einsamkeitsrisiken vorzubeugen?

Kommunikationsfreundlichkeit: gemeinschaftsfördernde Gestaltung, Aufenthaltsqualität (Sitzgelegenheiten, Schatten, Beleuchtung)

Niedrigschwelligkeit & Offenheit: Orte sollten offen, einladend und ohne Konsumzwang zugänglich sein

Zugänglichkeit & Erreichbarkeit: erweiterte Öffnungszeiten, Barrierefreiheit/-armut, gute Orientierung, kurze und sichere Wege, gut getakteter ÖPNV

Nutzungsvielfalt & Flexibilität: multifunktionale Orte, die sich verschiedenen Bedürfnissen anpassen (Spiel, Sport, Ruhen, Verweilen)

Sichtbarkeit & Belebung: transparente Erdgeschosse, öffentliche Nutzung, Mitgestaltungsmöglichkeit durch AnwohnerInnen

Soziale Durchmischung: Quartiere müssen milieu- und altersübergreifend funktionieren > vielfältiges soziales Leben

Kopplung mit sozialer Infrastruktur: gebaute Strukturen durch Programme, soziale und kulturelle Träger und engagierte Kümmerer aktivieren

**Checkliste:
Was können Sie
in Ihrem
Tätigkeitsbereich
beitragen?**

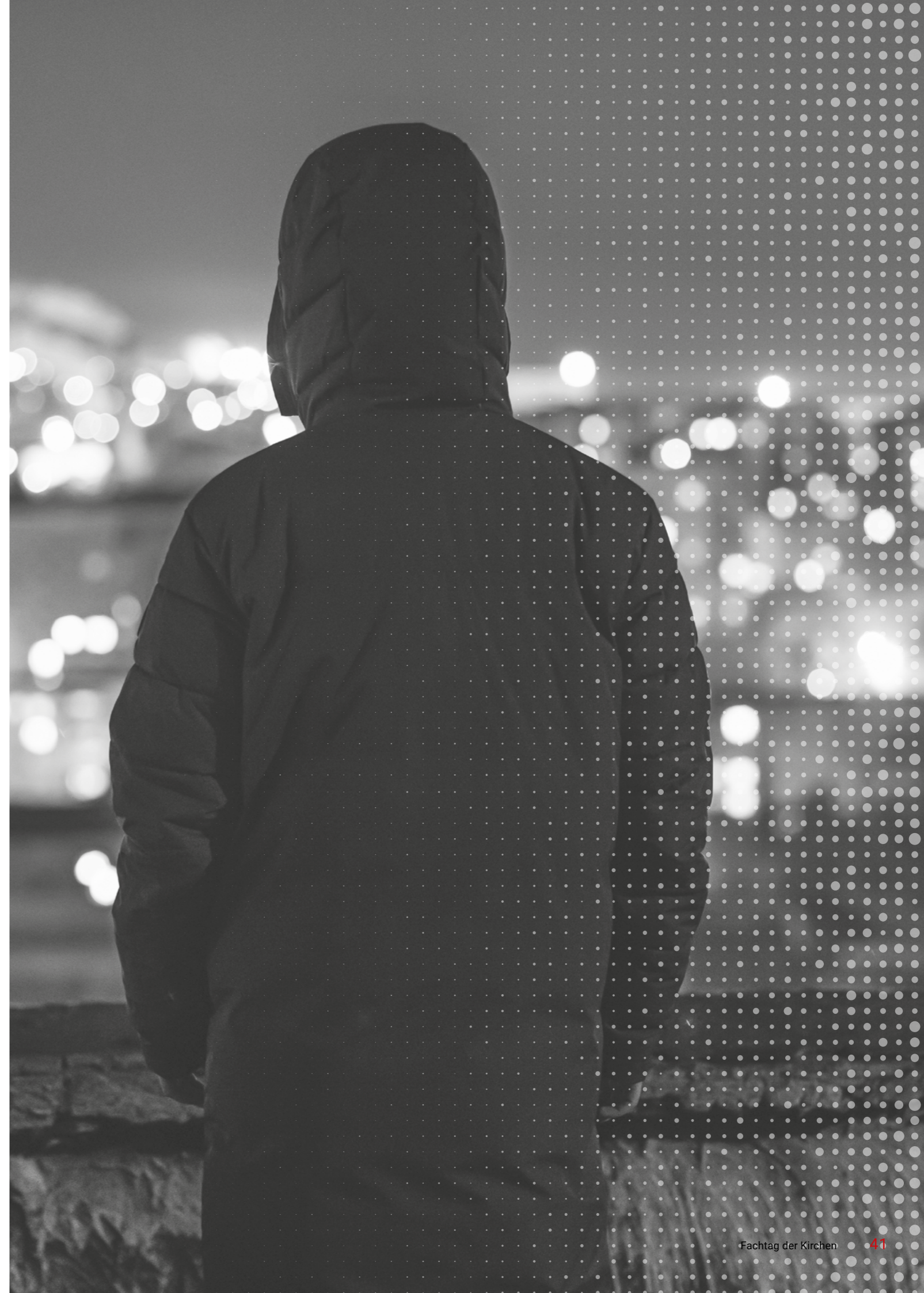
Potz | Workshop 1 Lebendige Quartiere – Kirchenfachtage | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 4

Wie schafft man Gelegenheitsstrukturen? Eigenschaften und Bedingungen

- Wie können hauptamtliche Einrichtungen und Dienste sowie lokale Engagementstrukturen **niedrigschwellige Anlaufstellen** aufbauen, die auch Einsame ansprechen?
- Was braucht es?
- Und wer übernimmt welche Verantwortung?



Potz | Workshop 1 Lebendige Quartiere – Kirchenfachtage | Frankfurt 30.10.2025 | Folie 5



WORKSHOP 2

VERSTECKTE ARMUT AUF DEM LANDE

BESCHREIBEN SIE KURZ DAS PROJEKT UND SEIT WANN ES DIESES PROJEKT GIBT, HAT ES EINE ZEITLICHE BEGRENZUNG?

Das Projekt „Armut auf dem Land“, das ein Gemeinschaftsprojekt der Evangelischen Hochschule Darmstadt und der Diakonie Hessen darstellt, widmet sich der qualitativen Erforschung von Armut im ländlichen Raum Hessens. Es untersucht, wie Mobilitätsarmut, Wohnraummangel, verdeckte Armut, prekäre Erwerbsarbeit und eingeschränkter Zugang zu Bildung die Lebenspraxis und das Selbstbild der Betroffenen beeinflussen. Ein intersektionaler Zugang berücksichtigt auch die Perspektiven zugewanderter Bürger:innen.

Das Projekt hat eine Laufzeit von 2 Jahren (2025-2026) und wird gefördert durch die Diakonie Hessen Stiftung und die Forschungsförderung der Evangelischen Hochschule.

WAS IST DAS HAUPTZIEL IHRES PROJEKTES?

Ziel ist es, strukturelle Herausforderungen und individuelle Bewältigungsstrategien von Armutslagen im ländlichen Raum sichtbar zu machen und Impulse für die soziale und diakonische Praxis zu geben. Die Ergebnisse sollen nicht nur wissenschaftlich dokumentiert, sondern im Sinne des Transfers auch für die sozialarbeiterische und diakonische Praxis nutzbar gemacht werden. Geplant sind u. a. praxisorientierte Handreichungen, Workshops, Fortbildungsangebote sowie die Integration der Forschungsergebnisse in die Lehre der Studiengänge „Soziale Arbeit“ und „Diakonie/Gemeindepädagogik“.

WELCHE ZIELGRUPPE HAT IHR PROJEKT?

Fachkräfte in Diakonie und Kirche; Studierende der sozialen Arbeit; wissenschaftliche und weitere interessierte Öffentlichkeit.

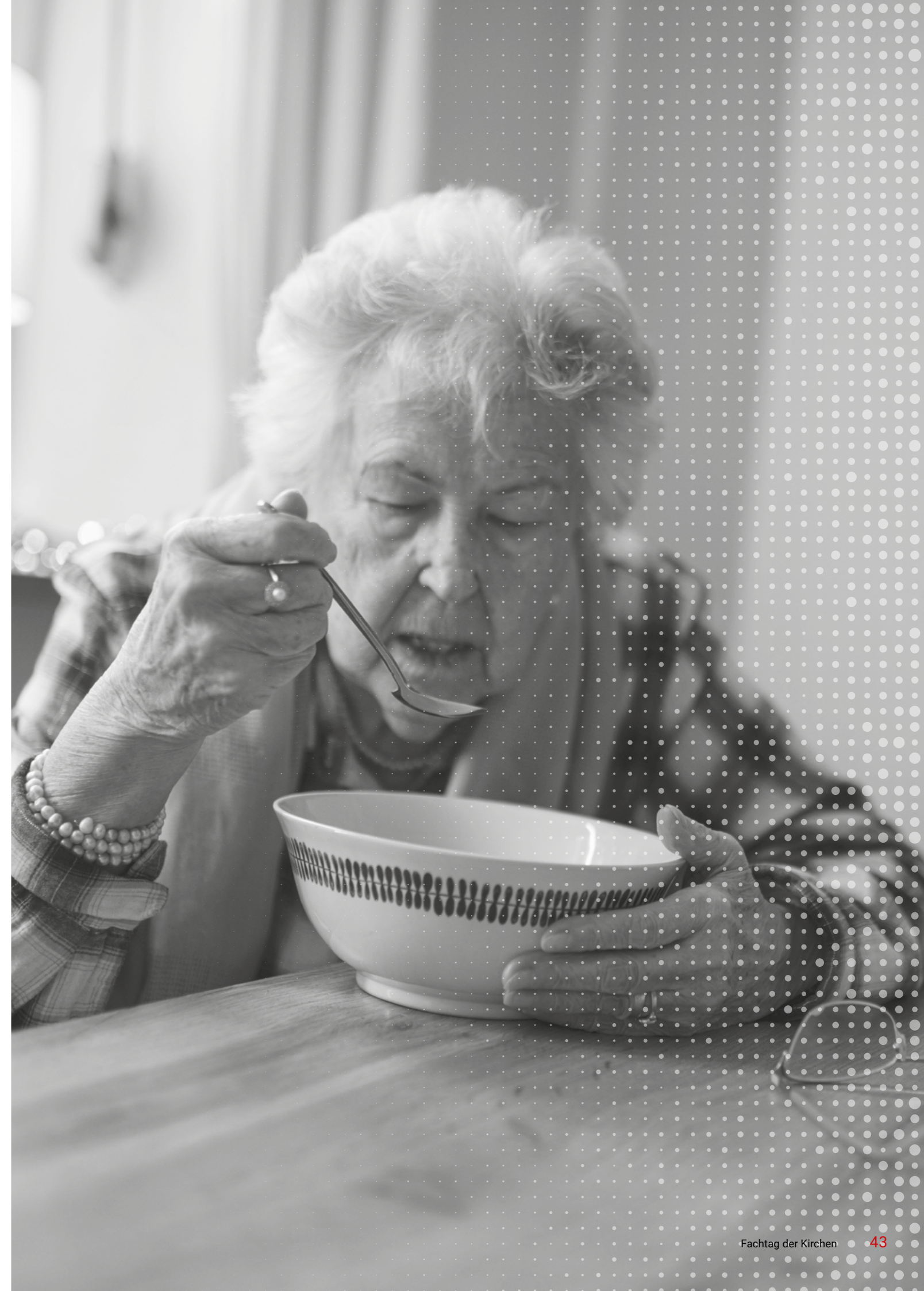
WIE VIELE MITARBEITENDE HAT DAS PROJEKT?

3 festangestellte Tätige

GIBT ES KOOPERATIONSPARTNER? WENN JA, WELCHE?

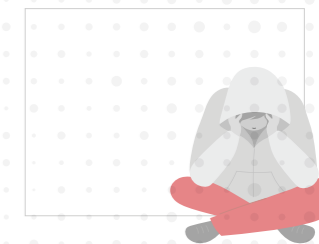
Kooperationspartner sind die Evangelische Hochschule Darmstadt am Studienstandort Treysa sowie die Diakonie Hessen.

- Prof. Dr. Jana Günther (EHD; Transdisziplinäres Institut für Ethik, Diakonie und Digitalisierung)
- Dr. Melanie Hartmann (Referentin für Armutspolitik, Arbeitsmarktpolitik und Jugendberufshilfe; Diakonie Hessen)
- Lucie Andermann (Studentische Hilfskraft, EHD)



WORKSHOP 3

CKD TÜRÖFFNER-PROJEKT



BESCHREIBEN SIE KURZ DAS PROJEKT UND SEIT WANN ES DIESES PROJEKT GIBT, HAT ES EINE ZEITLICHE BEGRENZUNG?

Das CKD Projekt „Türöffner“ startete offiziell im November 2023 in Kooperation zwischen Pfarrei St. Peter Montabaur und unserem Caritasverband Westerwald-Rhein-Lahn e.V.. Eine zeitliche Begrenzung ist nicht vorgesehen. Vor dem offiziellen Start des Projektes wurde es in verschiedenen Veranstaltungen und Presseveröffentlichungen, innerhalb der Pfarrei und Verbandsgemeinde Montabaur, vorgestellt und beworben.

Das Projekt richtet sich grundsätzlich an Menschen jeglichen Alters, bzw. auch an Menschen mit Beeinträchtigungen, die sich einsam und isoliert fühlen und gerne regelmäßige, verlässliche Kontakte mit anderen Menschen pflegen möchten.

Dabei ist nicht die örtliche Zuordnung maßgeblich (z.B. wohnortnahe Kontakte nach Wohnort, Stadtteil oder Straße), sondern es werden Ehrenamtliche, mit Menschen mit Besuchswunsch möglichst zielgerichtet „vermittelt“, d.h. ein so genanntes „Matching“, wird durchgeführt durch das begleitende Orga Team der „Türöffner“ in der Pfarrei, anhand eingeholter Biografie- Bögen mit Wünschen und Vorstellungen der Beteiligten. Dann werden die ersten Kontakte angebahnt, begleitet und ausgewertet, bzw. Absprachen zur weiteren Umsetzung, bzw. -Einstellung der Besuche getroffen. Jede Beteiligte soll erst einmal unverbindlich in die Kontakte gehen und nach einer Kennlern- bzw. Probephase auch wieder unkompliziert und ggf. frühzeitig, mit Unterstützung einer neutralen Person aus dem Org-Team, aus dem Kontakt aussteigen/zurücktreten können. Mögliche gemeinsame Wünsche i.Z.m den Besuchen waren bislang, regelmäßige Gespräche und Austausch allgemein, Austausch über Literatur, gemeinsame Friedhofs- bzw. Cafe-Besuche, Einnahme gemeinsamer Mahlzeiten, gemeinsame Brett- oder Kartenspiele, wöchentlichen gem. Einkäufe ...

WAS IST DAS HAUPTZIEL IHRES PROJEKTES?

Menschen aus ihrer Isolation herauszuführen und ggf. Inklusion in die Gemeinschaft (wieder) zu ermöglichen. Ferner ihre Lebenssituation durch regelmäßige Kontakte und anregende Beschäftigungen und Austausch wieder lebenswerter zu gestalten. Aktives Wirken gegen mögliche Folgen aus/von Vereinsamung, Isolation und mangelndem Austausch und Anregung (depressive Stimmungen, negative eingeschränkte Wahrnehmung der Gesellschaft /der Weltsicht, geistige Anregung und gesellschaftliche Teilhabe fördern, verlorene Lebensfreude wecken ...). Hinweis auf das Problem und die Gefahr der zunehmenden Vereinsamung und Isolation von Menschen in unserer Gesellschaft /der Pfarrei. Verantwortungsbewusstsein in der Gesellschaft für dieses Thema schaffen und ggf. Menschen zum Handeln /Mitmachen zu aktivieren.

WELCHE ZIELGRUPPE HAT IHR PROJEKT?

Grundsätzlich könnte es für alle Gesellschaftsgruppen angeboten werden, der Schwerpunkt liegt bei uns jedoch auf dem Bereich der Senioren und Menschen mit Beeinträchtigungen, ggf. auch in Einrichtungen.

WELCHE FINANZIELLEN MITTEL SIND ZUR UMSETZUNG DES PROJEKTES ERFORDERLICH?

- Entstehung des Projektes: Kosten für Fachreferent, Durchführung von Info-Tag, Flyer- und Plakaterstellung
- Laufende Kosten des Projektes: Regeltreffen Orga-Team und Team „Türöffner“
- Träger des Projektes: Pfarrei Montabaur

WIE VIELE MITARBEITENDE HAT DAS PROJEKT?

8 Ehrenamtliche aus der Gemeindec Caritas der Pfarrei
2 Hauptamtliche aus unserem CV (zeitl. Geringer Anteil)

GIBT ES KOOPERATIONSPARTNER? WENN JA, WELCHE?

Kooperationspartner sind die kath. Pfarrei Montabaur und der Caritasverband WW-RL, u.a. mit der Verbandsgemeinde Montabaur (Gemeindeschwester Plus)

WIE GELINGT DIE UMSETZUNG?

Gelingungsfaktoren?

Bedarf klären/ermitteln, Öffentlichkeit/ Problembewusstsein herstellen, Kooperationspartner finden

Stolpersteine?

Mut von Menschen Hilfe anzunehmen; Begleitung, Ermutigung, Vermittlung zum ersten Schritt; Scham sich als „einsamer Mensch“ mit Wunsch nach Kontakten zu begreifen, bzw. zu outen

IN WELCHEM TURNUS FINDET DAS PROJEKT STATT?

Das Projekt läuft durch; Kontakte zwischen den „Matching-Paaren“ ca. einmal pro Woche.

WORKSHOP 4

GEMEINSAM STATT EINSAM – DAS SENIORENFRÜHSTÜCKSCAFÉ



BESCHREIBEN SIE KURZ DAS PROJEKT UND SEIT WANN ES DIESES PROJEKT GIBT, HAT ES EINE ZEITLICHE BEGRENZUNG?

Das niedrigschwellige Projekt gegen Einsamkeit hat seinen Ursprung in der Corona-Pandemie. In der Arbeit der Seniorenberatung, insbesondere bei den Hausbesuchen fielen die Beeinträchtigungen und die Vereinsamung der älteren Menschen auf.

Mit dem aktivierenden Frühstückscafé „Gemeinsam statt einsam“ im Mehrgenerationentreff der Stadt Flörsheim am Main wollen wir den Teilnehmenden einen geschützten Ort für Begegnung und soziale Gemeinschaft bieten. Es handelt sich um eine feste Gruppe (15 Personen). Die Teilnahme ist zeitlich begrenzt auf ein Jahr. Danach können „Neue“ teilnehmen. Durch das gemeinsame Frühstück und die anschließende Aktivierung verschiedenster Art werden die kommunikativen und kognitiven Fähigkeiten gefördert, die körperliche Beweglichkeit und Sicherheit gestärkt.

Zwei Mitarbeiterinnen (Honorarkraft, Ehrenamt) übernehmen die inhaltliche Umsetzung und die Koordination des Angebotes. Ein kostenfreier Fahrdienst zu den Treffen wird angeboten.

Das gesamte Projekt sollte für die Teilnehmenden kostenfrei sein, bzw. ist eine Spende möglich. Das Ziel war und ist, das Angebot unabhängig vom Einkommen der älteren Menschen anzubieten, damit Armut keine Hürde zur Teilnahme ist.

Dank der Förderung durch die Share Value Stiftung konnten wir im September 2022 mit dem Projekt starten. Zunächst auf ein Jahr befristet. Inzwischen haben wir weitere Förderung durch die Share Value Stiftung erhalten und können das Frühstückscafé bis Februar 2027 anbieten.

WAS IST DAS HAUPTZIEL IHRES PROJEKTES?

Die Verringerung der Einsamkeit durch Teilhabe an der Gemeinschaft und das Entstehen neuer sozialer Kontakte. Die Motivation zur Teilnahme und Vermittlung in weitere Angebote der Kommune.

Ein weiteres Ziel ist, dass die älteren Menschen durch die Förderung möglichst lange in ihrem eigenen Zuhause leben können.

WELCHE ZIELGRUPPE HAT IHR PROJEKT?

Menschen im Alter ab 65 Jahre, die Kontakte und Gemeinschaft suchen. Insbesondere Seniorinnen und Senioren, die sich einsam fühlen, die Wege suchen, auf andere zuzugehen und aus den unterschiedlichsten Gründen dabei Unterstützung benötigen. (Beeinträchtigungen: soziale, psychische, depressive, dementielle oder körperliche)

WELCHE FINANZIELLEN MITTEL SIND ZUR UMSETZUNG DES PROJEKTES ERFORDERLICH?

- Laufende Kosten des Projektes: ca. 4.000 Euro im Jahr
- Träger des Projektes: Caritasverband Taunus e.V., Seniorenberatungsstelle Flörsheim

WIE VIELE MITARBEITENDE HAT DAS PROJEKT?

2 Ehrenamtlich Tätige
Gelegentlich/befristet Festangestellt Tätige

GIBT ES KOOPERATIONSPARTNER? WENN JA, WELCHE?

- Stadt Flörsheim am Main
- Share Value Stiftung

WIE GELINGT DIE UMSETZUNG?

Gelingungsfaktoren?

Die Stadt Flörsheim am Main stellt die Räumlichkeiten des Mehrgenerationentreffs kostenfrei zur Verfügung. Die Förderung durch die Share Value Stiftung ermöglicht die Realisierung des Projektes.

Weitere Erfolgskriterien aus unserer Sicht: Qualifizierte Begleitung der Treffen, Vertrauen und Sicherheit, klare verlässliche Strukturen, Rituale und Wiederholungen, Begegnungen auf Augenhöhe, aktive Teilnahme der Teilnehmenden zum Gelingen der Gruppe, Zusammengehörigkeitsgefühl in der Gruppe (Verbundenheit), passende, aktivierende Angebote.

IN WELCHEM TURNUS FINDET DAS PROJEKT STATT?

Das Projekt fand zwei Jahre zweimal im Monat (jeden ersten und dritten Donnerstag) statt. Inzwischen wird das Frühstückscafé einmal im Monat (jeden 2. Donnerstag) angeboten. Uhrzeit: 9 bis 11.30 Uhr.

WORKSHOP 5

KONTAKTE IM SOZIALRAUM STIFTEN, BESUCHSDIENST ANDERS GEDACHT UND GEMACHT

BESCHREIBEN SIE KURZ DAS PROJEKT UND SEIT WANN ES DIESES PROJEKT GIBT, HAT ES EINE ZEITLICHE BEGRENZUNG?

Waldau besucht ist ein Projekt zur Aktivierung nachbarschaftlicher Kontakte. Bei einer Auftaktfeier werden Gebäck und Heißgetränke angeboten sowie Nikolaustütchen verschenkt. Jeder Gast bekommt ein zweites Nikolaustütchen zum Verschenken in der Nachbarschaft. Kurz vor Weihnachten sind alle im Waldauer Kaffeestübchen eingeladen und erzählen von ihren Besuchen. Das Projekt entstand 2024, es ist auf den Zeitraum Nikolaus bis ca. eine Woche vor Weihnachten begrenzt.

WAS IST DAS HAUPTZIEL IHRES PROJEKTES?

Das Hauptziel von **Waldau Besucht** ist die Stärkung nachbarschaftlicher Kontakte. Mit Auftakt- und Abschlussveranstaltung gibt es zwei Begegnungsformate.

WELCHE ZIELGRUPPE HAT IHR PROJEKT?

Die Zielgruppe von **Waldau Besucht** sind vor allem ältere Bewohnerinnen und Bewohner Waldaus. Es beteiligen sich aber auch Kinder und es wurde auch ein Kind besucht, das eine längere Erkrankung hatte.

WELCHE FINANZIELLEN MITTEL SIND ZUR UMSETZUNG DES PROJEKTES ERFORDERLICH?

- Entstehung des Projektes: Projektspensoren
- Laufende Kosten des Projektes: Keine
- Träger des Projektes: Caritas/AGILES Waldau

WIE VIELE MITARBEITENDE HAT DAS PROJEKT?

ca. 50 Personen sind ehrenamtlich und festangestellt aktiv

GIBT ES KOOPERATIONSPARTNER? WENN JA, WELCHE?

Arbeitskreis Älter werden in Waldau, Stadt Kassel, Wohnungsbaugesellschaft.

WIE GELINGT DIE UMSETZUNG?

Gelingungsfaktoren? Ehrenamtliches Engagement in Vorbereitung und Durchführung.

Stolpersteine? Ehrenamtliches Engagement in Vorbereitung und Durchführung.

IN WELCHEM TURNUS FINDET DAS PROJEKT STATT?

1 × im Jahr.

WORKSHOP 6

HAUS DER BEGEGNUNG MARBURG – EINSAMKEIT LINDERN

BESCHREIBEN SIE KURZ DAS PROJEKT UND SEIT WANN ES DIESES PROJEKT GIBT, HAT ES EINE ZEITLICHE BEGRENZUNG?

Das Haus der Begegnung besteht seit 2013 und hat keine Begrenzung. Es soll Menschen seinen Raum für Begegnung geben, Stille oder gemeinsame Aktivitäten bieten – ganz unabhängig von ihrem Status, Herkunft oder Religion. Einen Ort, an dem sie verweilen können, mit Essen, Trinken, Kleidung versorgt werden und wo sie immer auf Menschen treffen, die ihnen viel Wertschätzung und ein „offenes Ohr“ geben. Das Haus der Begegnung ist eine feste Einrichtung der Ordensgemeinschaft die sich der Belange der Menschen immer wieder neu anpasst.

WAS IST DAS HAUPTZIEL IHRES PROJEKTES?

Begegnungsmöglichkeiten, Ein freundliches Haus mit Atmosphäre, Raum für Stille und Gebet, Einzelgespräche, Geistliche Begleitung, Räume für Tagungen und Vorträge, Raum für Kreativität, Mittagssuppe 1 × in der Woche für Obdachlose

WELCHE ZIELGRUPPE HAT IHR PROJEKT?

Die Einrichtung ist für alle Menschen offen, es kommen viele Senioren, psychisch Kranke, einsame Menschen, arme Menschen

WELCHE FINANZIELLEN MITTEL SIND ZUR UMSETZUNG DES PROJEKTES ERFORDERLICH?

- Träger des Projektes: Barmherzige Schwestern v. Hl. Vinzenz v. Paul Fulda

WIE VIELE MITARBEITENDE HAT DAS PROJEKT?

14 ehrenamtlich Tätige

GIBT ES KOOPERATIONSPARTNER? WENN JA, WELCHE?

- Pfarrgemeinden
- Caritas
- Barmherzige Schwestern Fulda

WIE GELINGT DIE UMSETZUNG?

Gelingungsfaktoren? Mit ehrenamtlichen Mitarbeitern, Koordination durch Leitung Schw. Elfriede M. Gollbach.

IN WELCHEM TURNUS FINDET DAS PROJEKT STATT?

Das Projekt gibt es seit 13 Jahren und verändert sich immer wieder mit den Bedürfnissen der Menschen die auf uns zukommen.

