

Sozialbericht: Teilhabe, Sozialer Zusammenhalt und Einsamkeit

Kurzfassung – Stand 2024

GEM

E I N S A M



Stadt
Gelsenkirchen



Impressum

Herausgeber:
Stadt Gelsenkirchen
Die Oberbürgermeisterin
Vorstandsbereich Arbeit und Soziales, Gesundheit und Verbraucherschutz
Kordinierungsstelle Strategische Sozialplanung und Quartiersmanagement

45879 Gelsenkirchen
E-Mail: sozialplanung@gelsenkirchen.de
Stand 11/2024

Was ist Einsamkeit?

- Einsamkeit ist ein Gefühl, bei dem die eigenen Beziehungen zu anderen Menschen nicht den Wünschen und Bedürfnissen entsprechen.
- Einsamkeit kann für manche einen empfundenen Mangel an engen Bindungen bedeuten.
- Für andere entsteht Einsamkeit, wenn sie weniger Kontakt zu anderen Menschen haben, als sie es gerne möchten.
- Soziale Bedürfnisse und die Fähigkeit, sich positiv an Situationen anzupassen, sind bei jedem Menschen unterschiedlich ausgeprägt.

Systematisierung

Einsamkeit wurde durch die Zustimmung bzw. Ablehnung der Befragten zu sechs Aussagen von Einsamkeit in zwei Dimensionen gemessen. **Soziale Einsamkeit** bezieht sich auf die Quantität der Kontakte zu bedeutsamen Bezugspersonen. **Emotionale Einsamkeit** betrifft die gefühlte Qualität von Beziehungen. Auf Einsamkeitssymptome hinweisende Antworten wurden addiert und nach Grad der Ausprägung in vier Einsamkeitstypen unterteilt.

Emotionale Einsamkeit	Ich fühle eine allgemeine Leere
	Ich vermisse es, Menschen um mich zu haben
	Ich fühle mich oft im Stich gelassen
Soziale Einsamkeit	Es gibt genug Menschen, auf die ich mich bei Problemen stützen kann
	Es gibt genug Menschen, auf die ich mich absolut verlassen kann
	Es gibt genug Menschen, denen ich mich nahe fühle

Abbildung 1: Aussagen nach der Kurzfassung der De Jong-Gierveld-Skala

Abbildung 2 zeigt tabellarisch die Häufigkeiten der Zustimmungen entlang der Dimensionen emotionale und soziale Einsamkeit, sowie die prozentualen Häufigkeiten. Bestimmte Bevölkerungsgruppen, die ein erhöhtes Maß an Einsamkeit aufweisen – wie z.B. Jüngere oder Menschen mit Migrationshintergrund – sind in der Befragung unterrepräsentiert.

! Es ist daher anzunehmen, dass dieses Ergebnis nicht der Verteilung in der Gesamtbevölkerung entspricht und die Verbreitung von Vereinsamung insgesamt stärker ausgeprägt ist.

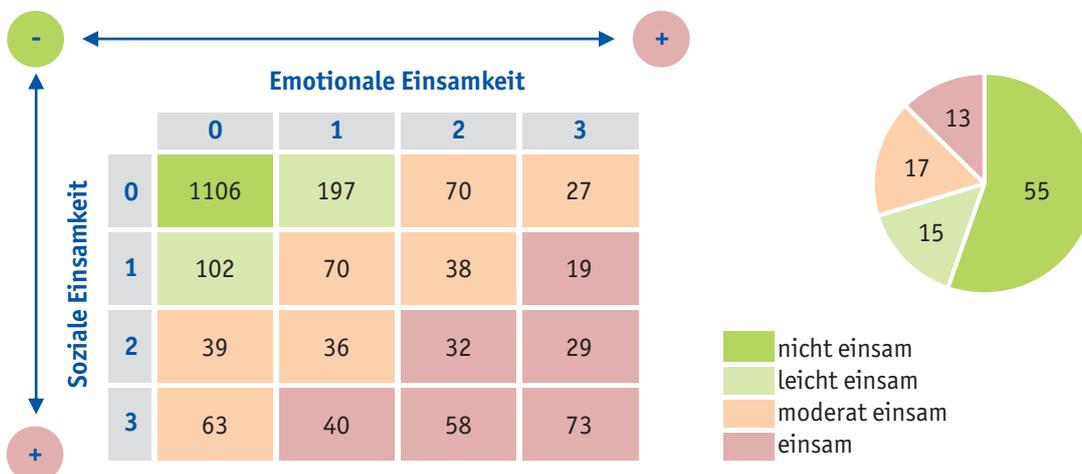


Abbildung 2: Gruppierung nach emotionaler und sozialer Einsamkeit und prozentuale Verteilung (n=1.999)

Befragung in Gelsenkirchen

8.000 Gelsenkirchenerinnen und Gelsenkirchener wurden im Rahmen der Befragung „Teilhabe, sozialer Zusammenhalt und Einsamkeit“ angeschrieben. Der (Online-) Fragebogen enthielt u.a. Fragen zur Lebenssituation, zum

Wohnumfeld, zur Zufriedenheit, zur Freizeitbeschäftigung. Knapp 2.500 haben den Fragebogen ausgefüllt, davon erreichten uns in etwa 200 Bögen. Die Rücklaufquote liegt damit bei 31 Prozent.

Repräsentativ?

In den meisten Befragungen liegt ein sogenannter Mittelschichtsbias vor, d.h. dass Bevölkerungsgruppen aus der Mittelschicht eher an Befragungen teilnehmen. Auch bei dieser Befragung können wir feststellen, dass arme und arbeitslose Menschen unterrepräsentiert sind. Ähnliches gilt für Menschen mit Migrationshintergrund, wobei hier zusätzlich Sprachdefizite die Teilnahme erschweren. Die Bereitschaft zur Teilnahme an einer Befragung ist in der Altersklasse von 50 bis

unter 80 Jahren deutlich erhöht, die Altersgruppe über 80 Jahren ist in unserer Befragung mit dem gleichen Anteil repräsentiert wie in der Gesamtbevölkerung. Die jüngeren Altersklassen sind unterrepräsentiert. Innerhalb der meisten sozialstrukturellen Gruppen ist es aber möglich, valide Aussagen zu treffen. Lediglich Aussagen über die gesamte Gelsenkirchener Bevölkerung sind etwas verzerrt, da bestimmte Gruppen über- und andere unterrepräsentiert sind.

Die wichtigsten Aussagen aus der Befragung

- Die Befragung zeigt, dass das Alter, das Vorhandensein eines Migrationshintergrundes und die Einkommenssituation eine entscheidende Rolle bei der Wahrnehmung von Einsamkeit spielen.

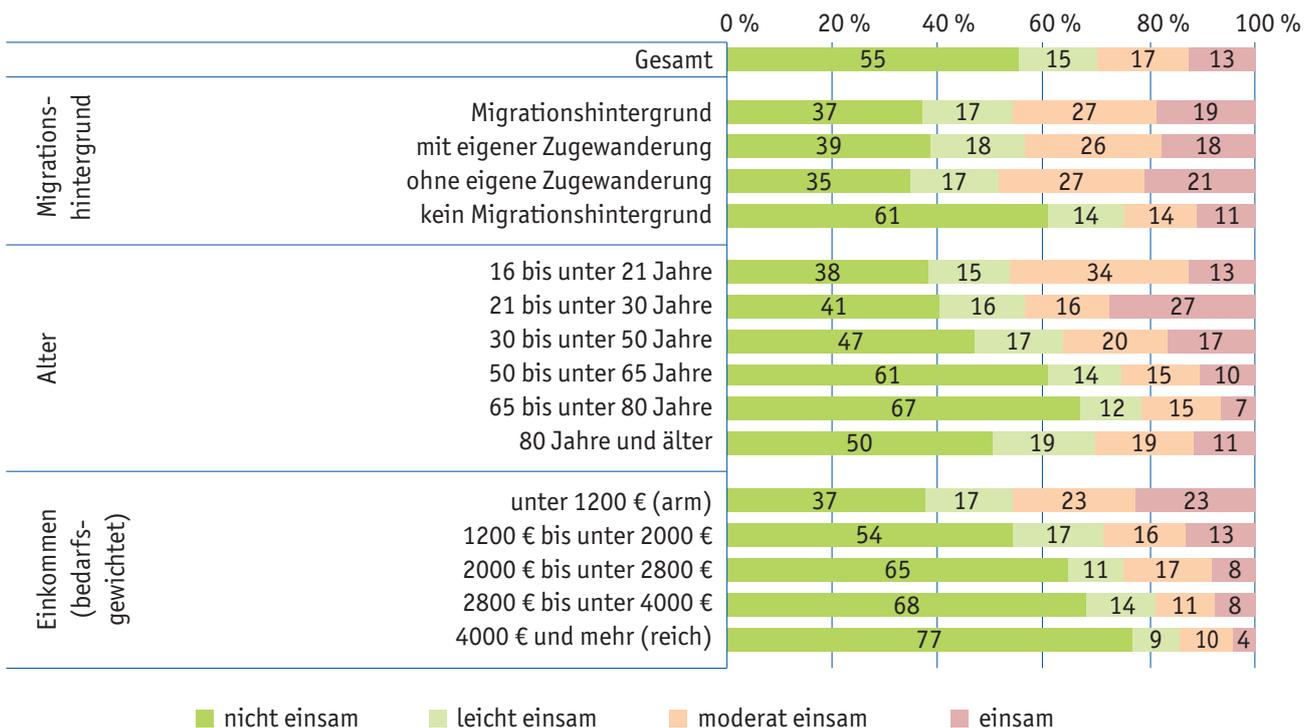


Abbildung 3: Einsamkeit nach demografischen und ökonomischen Aspekten in Prozent

Junge Menschen zwischen 16 und unter 30 Jahren fühlen sich deutlich häufiger moderat einsam oder einsam. Während bei den Jugendlichen moderat einsam vorherrscht – hier wurde zwei oder dreimal zu den o.g. sechs Fragen zugestimmt, herrscht bei den jungen Erwachsenen Einsamkeit mit einer Zustimmung bei mindestens vier Fragen vor. Diese Ergebnisse bestätigen sich zurzeit in viele Studien, als Ursache werden die Corona-Pandemie sowie die weltweiten Krisen verbunden mit Zukunftsängsten, sozialer Unsicherheit, Veränderung von sozialen Beziehungen in einer Phase der Identitätsbildung und dem Beginn der eigenständigen Lebensführung benannt.

Ältere Menschen **zwischen 65 und 80 Jahren** sind hingegen die am wenigsten einsame Gruppe, was dem gängigen Stereotyp widerspricht, dass Einsamkeit mit dem Alter zunimmt. Auch die Einsamkeit bei Hochaltrigen liegt im Durchschnitt der Gelsenkirchener Bevölkerung. Neben stabilen sozialen Beziehungen spielen möglicherweise auch geringere soziale Erwartungen als bei jüngeren Menschen eine Rolle.

Geld macht glücklich: Je weniger **Einkommen** desto einsamer, je mehr Einkommen desto weniger einsam! Fast die Hälfte aller armen Menschen ist (moderat) einsam, nur jede dritte arme Person ist nicht einsam.

Gelsenkirchenerinnen und Gelsenkirchenern mit **Migrationshintergrund** sind deutlich stärker von Einsamkeit betroffen. Dabei ist die Zuwanderungsgeschichte relativ unabhängig: Migrantinnen und Migranten ohne eigene Zuwanderungsgeschichte sind etwas häufiger (moderat) einsam als Migrantinnen und Migranten, die selber zugewandert sind.

Das **Geschlecht** hat insgesamt wenig Einfluss auf das Empfinden von Einsamkeit. Alleinlebende mit Kindern im Haushalt sind besonders häufig von Einsamkeit betroffen, am seltensten Paare ohne Kinder.

Zwei von drei Arbeitslosen sind mindestens moderat einsam, fast die Hälfte einsam. Hier finden sich höhere Werte als unter armen Menschen, so dass deutlich wird, dass Arbeit nicht nur wichtig zur wirtschaftlichen Absicherung, sondern auch entscheidend für die soziale Eingebundenheit ist. Arbeit schafft Struktur, fördert soziale Kontakte und ermöglicht Selbstwirksamkeit und Anerkennung. Fehlt dieser Zugang, kann dies das Gefühl von Einsamkeit verstärken.

Fast drei Viertel der mit der beruflichen/schulischen Situation zufriedenen Menschen sind nicht einsam. Je unzufriedener die Befragten mit ihrer beruflichen und sozialen Situation sind, desto eher fühlen sie sich einsam.

! *Die Erwerbssituation hat einen wesentlichen Einfluss auf die Integration in die Gesellschaft. Arbeitslosigkeit ist ein zentraler Risikofaktor für Einsamkeit.*

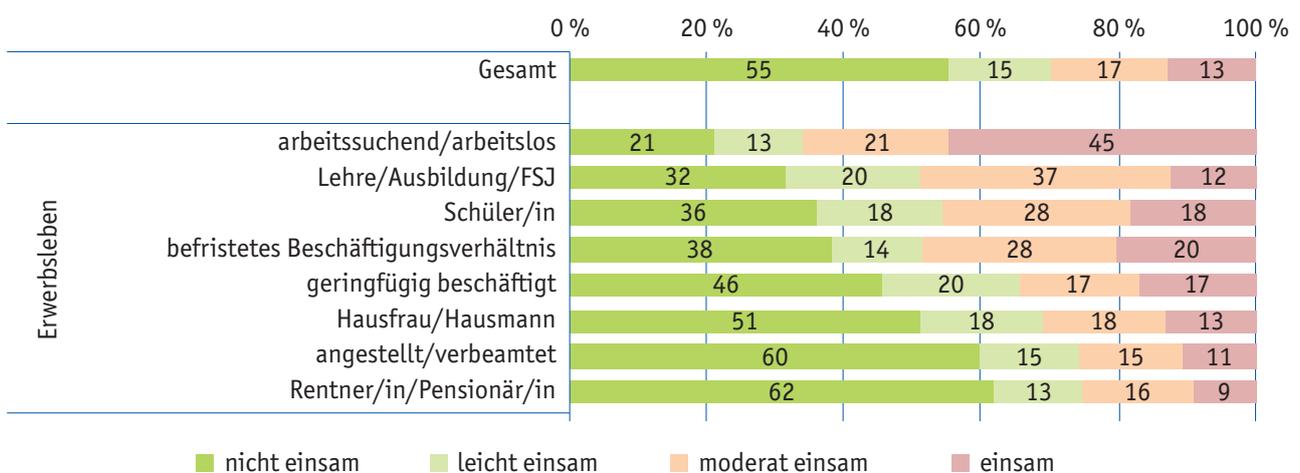


Abbildung 4: Einsamkeit nach Aspekten des Erwerbslebens

Angebote

In Gelsenkirchen werden eine Vielzahl von Angeboten vorgehalten, die sich präventiv oder mildernd auf Vereinsamung auswirken, wenngleich diese Angebote nur in wenigen Fällen hauptsächlich dieses Ziel verfolgen. Grundsätzlich sollen Angebote so ausgerichtet sein, dass sie den Zielgruppen bekannt und niederschwellig zugänglich sind.

Insgesamt äußern stärker Vereinsamte hohes Interesse an ehrenamtlichem Engagement, Begegnungs- und Freizeitangeboten, sowie Maßnahmen und Informationen zu beruflicher Weiterbildung. Im Vergleich zu nicht-Einsamen werden durch Einsame Selbsthilfegruppen und Familienbezogene Angebote besonders häufig genannt.

Es wurde auch nach Hindernisgründen, weshalb man Freizeitaktivitäten nicht häufiger ausübt, gefragt. Einsame Menschen gaben zu 63 Prozent an, das es ihnen an Geld fehle. Dieser Grund wurde damit durch einsame Menschen doppelt so oft angegeben wie durch nicht-Einsame. Weitere Gründe, die im Verhältnis bei Einsamen eine hervorgehobene Rolle spielen, sind fehlende Bezugspersonen und Kontakte, wie auch Ängste und Bedrohungsgefühle.

Anteil der Personen, die keines der Angebote nutzen. (in %)

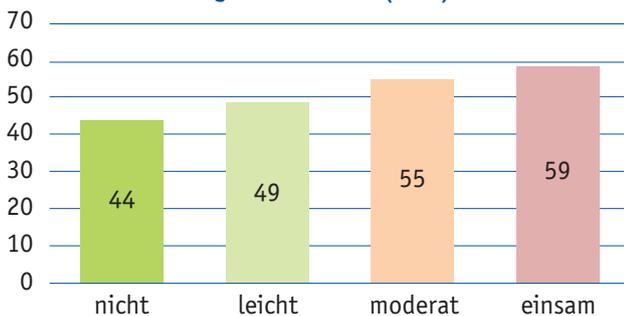


Abbildung 6: Anteil der Personen die keines der Angebote nutzen nach Einsamkeitstypen

Durchschnittliche Anzahl der Angabe „kenne ich nicht, würde mich aber interessieren“.

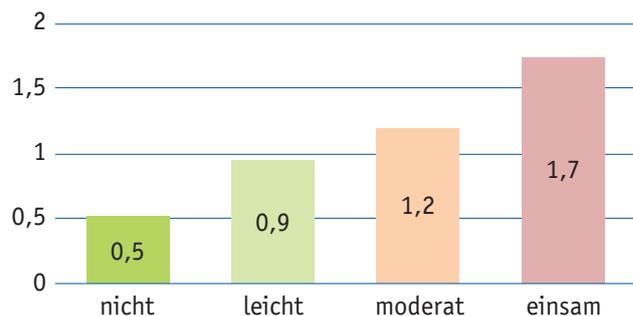


Abbildung 5: Durchschnittliche Angabe „kenne ich nicht, würde mich aber interessieren“ nach Einsamkeitstypen

- ! *Mit steigendem Grad der Einsamkeit steigt der Anteil derer, die keines der abgefragten Angebote nutzen. Je stärker der Grad der Vereinsamung ist, desto häufiger wird Interesse an den Angeboten geäußert.*

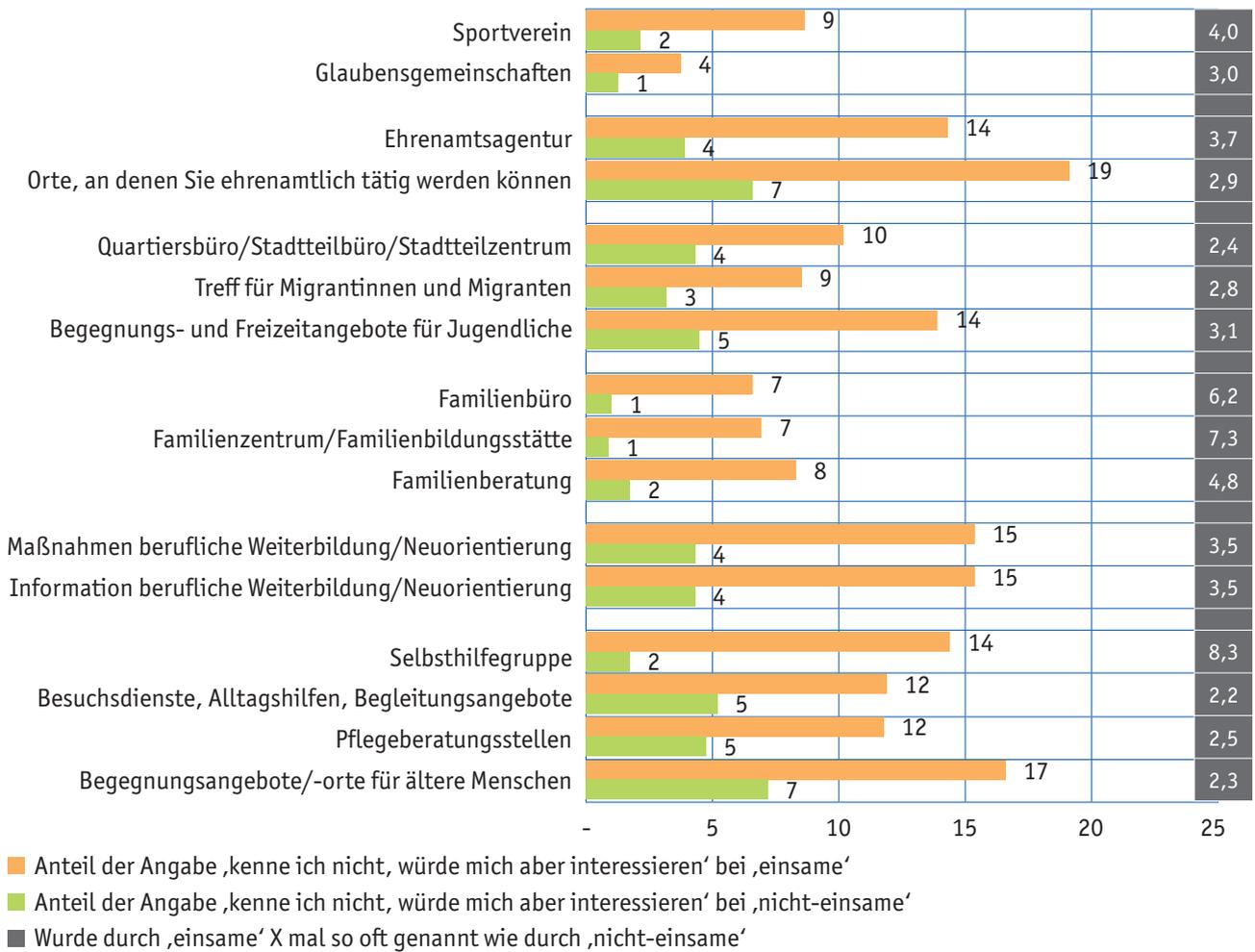


Abbildung 7: Interesse nach Arten von Angeboten

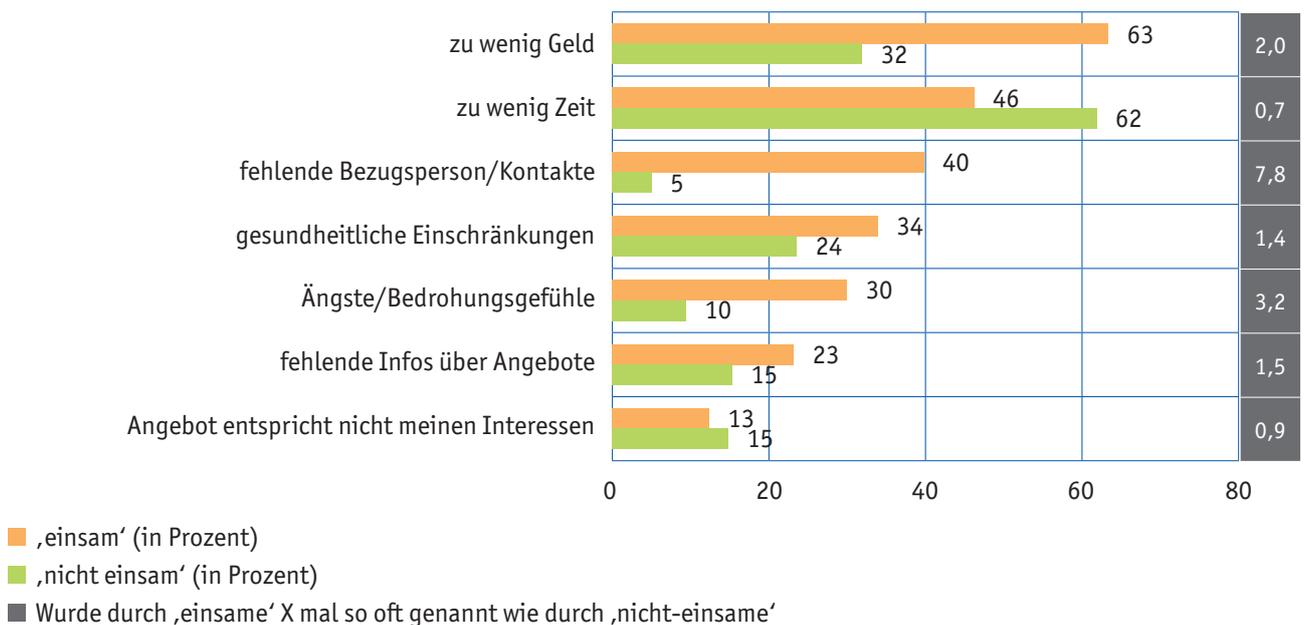


Abbildung 8: Hindernisgründe zur Teilnahme an Freizeitaktivitäten bei einsamen und nicht-einsamen Menschen

Wohnumfeld

Je höher der Grad der Vereinsamung bei den Befragten, umso weniger positiv ist die Wahrnehmung des zwischenmenschlichen Umgangs im Wohnumfeld. Die Wahrnehmung des sozialen Umfelds hängt von einer Vielzahl individueller Faktoren ab und unterschiedliche Menschen bewerten dieselbe Situation in der Regel unterschiedlich.

Es ist davon auszugehen, dass Menschen bei einem stärker fortgeschrittenen Grad der Vereinsamung häufiger durch Bedrohungsgefühle geprägt sind und hierdurch dazu neigen ihr Umfeld negativer einzustufen. Andererseits kann es durch Veränderungen in der sozialen Nahwelt und dem Wohnumfeld zu Entfremdungsprozessen kommen, die eine Vereinsamung verstärken können.

Aussage: „Die Menschen in meinem Wohnumfeld gehen überwiegend respektvoll miteinander um und unterstützen sich gegenseitig.“

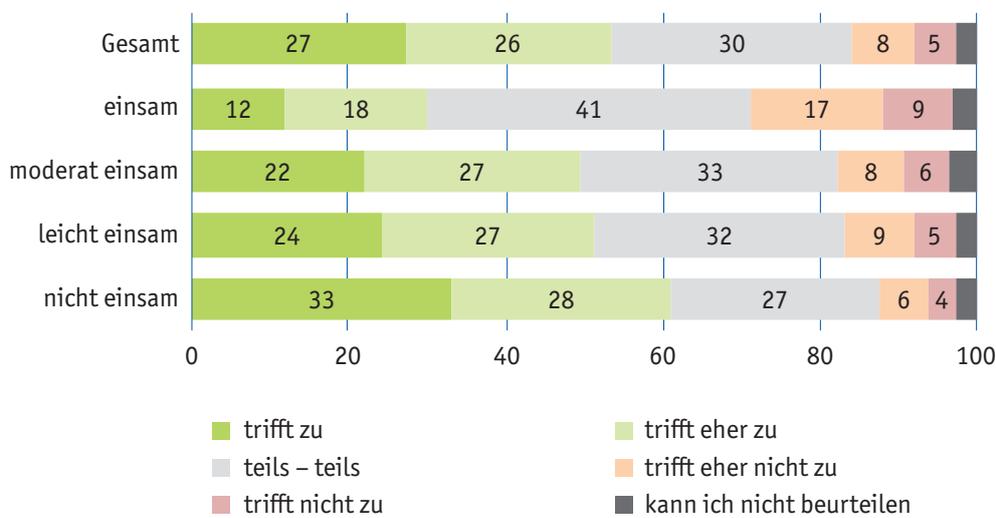


Abbildung 9: Wahrnehmung Wohnumfeld nach Einsamkeitstypen

Befragung – kurz und knapp

Befragung:

8.000 Gelsenkirchenerinnen und Gelsenkirchener wurden angeschrieben, 2.500 nahmen teil (Rücklaufquote 31 Prozent).

Einsamkeit und Lebenssituation:

- Junge Erwachsene (16 bis unter 30 Jahre) fühlen sich am häufigsten einsam, bedingt durch Krisen, Unsicherheiten und Lebensveränderungen. Diese Entwicklung spiegeln auch bundesweite Ergebnisse und Diskussionen wider.
- Ältere Menschen (65 bis unter 80 Jahre) berichten am seltensten von Einsamkeit. Neben stabilen sozialen Beziehungen spielen möglicherweise auch geringere soziale Erwartungen als bei jüngeren eine Rolle.
- Einkommen beeinflusst Einsamkeit stark: Je weniger Einkommen, desto einsamer.
- Menschen mit Migrationshintergrund sind – unabhängig von der Unmittelbarkeit ihrer Zuwanderungsgeschichte – häufiger einsam.
- Arbeitslosigkeit erhöht Einsamkeit signifikant, Arbeit fördert soziale Eingebundenheit.

Freizeit- und Unterstützungsangebote:

- Einsame Menschen nutzen Angebote selten(er), äußern aber großes Interesse an ehrenamtlichen Engagement, Begegnungsangeboten und beruflicher Weiterbildung.
- Wichtige Gründe für Nichtnutzung durch einsame Menschen: fehlendes Geld, mangelnde Kontakte, Ängste.

Wohnumfeld:

- Einsame bewerten das soziale Umfeld und den Umgang im Wohnumfeld negativer als nicht-Einsame.
- Vereinsamung verstärkt Bedrohungsgefühle und Entfremdung im Wohnumfeld.



Handlungsempfehlungen

1. Strategischer Ansatz:

Öffentlichkeit sensibilisieren und Wissen über das Thema Einsamkeit stärken

Handlungsempfehlungen:

- Sensibilisieren der (Fach-)öffentlichkeit
- Enttabuisieren des Themas Einsamkeit
- Wissen über Einsamkeit stärken
- Zielgenaues Planen und Handeln

Umsetzung:

- Bericht und Kurzfassung zum Bericht bietet für unterschiedliche Zielgruppen Informationen über Ausmaß, Zielgruppen und Bedarfe
- Vorstellen des Berichts/der Befragungsergebnisse in politischen Gremien und weitere Fachöffentlichkeit, bsp. im Rahmen von Quartiersworkshops Befragungsergebnisse in social media und Presse vermitteln
- Websites mit aufbereiteten Ergebnissen und Angeboten gegen Einsamkeit erstellen
- In der bundesweiten „Woche der Einsamkeit“ ausgewählte Angebote vorstellen und bewerben

2. Strategischer Ansatz:

Zielgruppen in ihrem Umfeld begegnen: Institutionen, Quartier, Online-Raum

Handlungsempfehlungen:

- Zielgruppen dort erreichen, wo sie ihren Alltag gestalten
- Akteure in Institutionen und Quartieren für das Thema sensibilisieren und in ihren Kompetenzen stärken
- Einsamkeit im Arbeitsalltag berücksichtigen, früh erkennen und (präventiv) begegnen
- Angebote im Quartier schaffen
- Quartier als Experimentierraum nutzen
- Online-Raum zur Ansprache nutzen

Umsetzung:

- Einsamkeit im Rahmen der Quartierskoordination als wichtiges Thema setzen und auf gezielte Angebote hinwirken
- Quartiersnetzwerke über Befragungsergebnisse informieren
- Mit Menschen im Quartier über Bedarfe und Bedürfnisse ins Gespräch kommen (bswp. Fest von Ückendorf aktiv, spielerisches Diskussionsangebot in Bulmke-Hüllen)
- Übertragbarkeit von quartiersbezogenen Angeboten prüfen und im Quartiersnetzwerk bekannt machen
- Modellprojekte zur aufsuchenden Sozialarbeit im digitalen Raum sichten und auf eine Übertragbarkeit prüfen
- Thema Einsamkeit in die Digitalisierungsstrategie der Stadt Gelsenkirchen implementieren
- gezielt Schulen und schulpsychologische Beratungsstelle über Befragungsergebnisse informieren

3. Strategischer Ansatz: Besonders betroffene Zielgruppen adressieren	
Handlungsempfehlungen: <ul style="list-style-type: none"> ● Besonders betroffene Zielgruppen adressieren ● Gezielte Angebote für die einzelnen Zielgruppen ● Angebote entsprechend ihrer Zielgruppen ausrichten und bewerben ● Einsamkeitsprävention in die Arbeitsmarkt- und Armutspolitik integrieren ● Angebote an jungen, armen und arbeitslosen Menschen, Migrant:innen und benachteiligten Bevölkerungsgruppen ausrichten 	Umsetzung: <ul style="list-style-type: none"> ● Institution Arbeitsagentur/Jobcenter als Vermittler von einsamkeitsbezogenen Maßnahmen nutzen ● Akteure mit Fokus auf die besonders betroffenen Zielgruppen gezielt informieren
4. Strategischer Ansatz: Angebote einsamkeitssensibel gestalten	
Handlungsempfehlungen: <ul style="list-style-type: none"> ● Zugänglichkeit von Maßnahmen in den Fokus rücken 	Umsetzung: <ul style="list-style-type: none"> ● Checkliste zur Gestaltung von Angeboten im Sinne einer einsamkeitspräventiven oder -lindernden Funktion ● Mit verschiedenen Formaten experimentieren
5. Strategischer Ansatz: Menschen als Schlüsselakteure begreifen	
Handlungsempfehlungen: <ul style="list-style-type: none"> ● Menschen als Vermittler:in, „Kümmerer:in“, Vorbild und Multiplikator:in einbinden ● Beispiele: Nachbarschaftsstifter:innen, Kulturbegleiter:innen, MiMi 	Umsetzung: <ul style="list-style-type: none"> ● Angebote stärken, die über Multiplikator:innen, Ehrenamtliche und Kümmerer:innen versuchen, Menschen zu erreichen ● Diese Personen in ihren Kompetenzen stärken und ihre Arbeit wertschätzen, bspw. durch Fortbildungen, Unterstützung ● Anlaufstellen schaffen, bspw. Gesundheitskioske, Quartiersläden
6. Strategischer Ansatz: Vernetzungsstrukturen gestalten und nutzen	
Handlungsempfehlungen: <ul style="list-style-type: none"> ● Schnittstellen zwischen Jugend-, Gesundheits- und Generationennetzwerken nutzen ● Einsamkeit als Querschnittsthema verankern, interdisziplinäre Kooperation nutzen, ganzheitliche Ansätze verfolgen ● Zusammenarbeit ressortübergreifend intensivieren 	Umsetzung: <ul style="list-style-type: none"> ● Ergebnisse in bestehenden Netzwerken vorstellen ● Auf die Bedeutung des Themas in unterschiedlichen Arbeitsgruppen hinweisen

