

# Faktenblatt

zum Gutachten „Einsamkeit“ des SoVD

## Allgemeines

- Vier bis 9,5 Millionen Menschen sind in Deutschland fast immer oder immer einsam.
- Junge Erwachsene, Menschen im mittleren (um die 60 Jahre) und im hohen Alter (ab 75 Jahren) sind verstärkt von Einsamkeit betroffen.
- 22 Prozent der unter 64-Jährigen fürchten im Alter einsam zu sein.
- Ostdeutschland zeigt höhere Einsamkeitswerte als Westdeutschland.
- Je abgelegener eine Region, desto höher das Einsamkeitsrisiko.

## Corona-Pandemie

- Während der Corona-Pandemie haben Einsamkeitsgefühle im Vergleich zu 2017 erheblich zugenommen (2017: Durchschnittswert = 3,0; 2020: Durchschnittswert = 5,4 im Wertebereich von 0 bis 12).
- 48 Prozent der Deutschen fühlten sich während des ersten Lockdowns zumindest gelegentlich einsam.
- Junge Erwachsene (unter 30-Jährige), Kinder und Alleinerziehende sind während der Corona-Pandemie überdurchschnittlich häufig von Einsamkeitsgefühlen geplagt.
  - Ein Drittel der Kindergartenkinder erlebten während des 1. Lockdowns ausgeprägte Einsamkeitsgefühle.
  - 62 Prozent der ab 1994 Geborenen und 60 Prozent der Millenials (Geburtsjahre 1980 bis 1993) verspürten am häufigsten Einsamkeitsgefühle.
- Über die Hälfte der Stadtbewohner\*innen klagt über Einsamkeit. Bei Bewohner\*innen ländlicher Räume sind es nur 41 Prozent.

[www.soziale-kaelte.de](http://www.soziale-kaelte.de)

[#gegensozialekaelte](https://twitter.com/gegensozialekaelte)

[www.sovd.de](http://www.sovd.de)

## Relevante Gruppen

- Armutsbetroffene, darunter Niedrigeinkommensbeziehende, Alleinerziehende und Langzeitarbeitslose, chronisch Kranke und Menschen mit Behinderungen

## Einflussnehmende Faktoren

- Armut macht einsam und grenzt aus.
- Pflegebedürftige und chronisch Kranke haben ein größeres Risiko, einsam oder sozial exkludiert zu sein.
- Menschen mit Behinderung haben geringere gesellschaftliche Teilhabechancen. Dies führt zu Isolation und Exklusion.
- Eine weite Entfernung zu öffentlichen Einrichtungen, Parks oder Freizeitmöglichkeiten vergrößert das Einsamkeitsrisiko.
- Mobilitätseinschränkungen, nicht barrierefreier Zugang zu öffentlichen Einrichtungen und ÖPNV reduzieren die Teilhabechancen.

## Weitere Hintergrundinformationen

- Die Armutsrisikoquote lag im Jahr 2019 bei 15 Prozent.
- Von sozialer Ausgrenzung sind in Deutschland 17 Prozent der Bevölkerung bedroht.
- 48 Prozent der Deutschen glauben, dass sich die sozialen Unterschiede durch Corona vergrößern werden.

Alle Informationen rund um das Thema Einsamkeit unter:

[www.sovd.de/einsamkeit](http://www.sovd.de/einsamkeit)