

Dr. Till Heinsohn und Gabriele Reichhardt

Einsam in Stuttgart: Für welchen Personenkreis trifft das zu?

- *Nach den hier zugrundeliegenden Schätzungen sind rund 20 000 Stuttgarterinnen und Stuttgarter von Einsamkeit betroffen.*
- *Einsamkeit betrifft dabei vermehrt Menschen mit Migrationshintergrund, mit schlechterer allgemeiner Gesundheit und geringerem Einkommen.*
- *Die Landeshauptstadt Stuttgart tritt Einsamkeit durch Prävention, Intervention und Vernetzung entgegen.*

Einsamkeit messen

Bereits vor Beginn der Covid-19-Pandemie war das Thema Einsamkeit verstärkt Teil der öffentlichen und wissenschaftlichen Debatte. Die Pandemie hat die Brisanz des Themas dann noch einmal verschärft. In Anbetracht der eingeschränkten persönlichen Kontaktmöglichkeiten wurde deutlich, dass Kontakte und zwischenmenschliche Beziehungen kaum zu ersetzen sind. Damit wurde Einsamkeit als gesellschaftliches Problem noch stärker ins öffentliche Bewusstsein gerückt.

Dies gilt auch für Stuttgart, denn natürlich sind auch hier Menschen von Einsamkeit betroffen. Aus Sicht der Wissenschaft beschreibt Einsamkeit dabei die wahrgenommene Diskrepanz zwischen den gewünschten und den tatsächlichen sozialen Beziehungen (Peplau und Perlmann 1982) und wird immer negativ erlebt (Luhmann 2021). Von der Einsamkeit zu unterscheiden ist das Alleinsein oder die soziale Isolation. Denn ein Mangel an sozialen Beziehungen und Kontakten muss nicht per se eine belastende Situation darstellen. Es gibt auch Menschen mit wenigen Kontakten und Vertrauten, die sich gleichsam als glücklich bezeichnen würden und ganz hervorragend damit zurechtkommen.

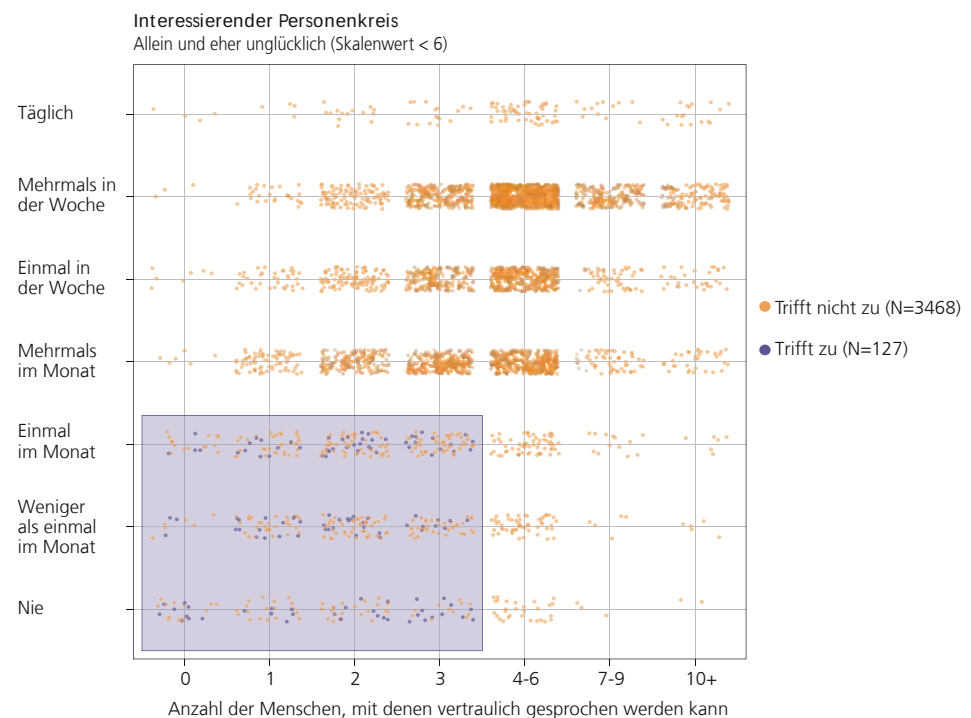
Auch vor diesem Hintergrund stellt die Messung und Abbildung von Einsamkeit eine anspruchsvolle Aufgabe dar. Dies gilt umso mehr, als die hierfür herangezogene Datengrundlage nicht explizit für ein solches Unterfangen konstruiert wurde – wenn sich das Erkenntnisinteresse also erst nach der Datenerhebung herauskristallisiert. So auch in der hier angelegten Untersuchung: Das Ziel dieses Beitrags besteht nämlich darin, den Personenkreis der Einsamen in Stuttgart näher zu beleuchten. Als einsam gelten in der Folge all jene Stuttgarterinnen und Stuttgarter, die sich nur sehr selten mit Freunden, Verwandten oder privat mit Arbeitskolleg*innen treffen, nur wenige vertrauensvolle Kontakte pflegen und sich dabei als eher unglücklich bezeichnen. Ob das subjektive Gefühl des Unglücklichseins dabei tatsächlich auf dem Mangel an sozialen Beziehungen und Kontakten gründet, kann nur als wahrscheinlich, nicht jedoch als gesichert, angenommen werden.

Im Wissen um diese Einschränkung wird diese Studie in Erfahrung bringen, ob sich Einsamkeit in bestimmten soziodemografischen und sozioökonomischen Merkmalen manifestiert. Oder anders gefragt: Bei welchem Personenkreis tritt Einsamkeit gehäuft auf?

Die Stuttgart-Umfrage als Datengrundlage

Zur Beantwortung der aufgeworfenen Fragestellung bedienen wir uns der Stuttgart-Umfrage (ehemals Bürgerumfrage) aus dem Frühjahr 2021. Diese Befragungsdaten liefern ein näherungsweise repräsentatives Bild der volljährigen Stuttgarter Gesamtbevölkerung. Als Behelfslösung zur Messung und Abbildung von Einsamkeit greifen wir auf eine Kombination aus drei in der Befragung enthaltenen Fragestellungen zurück (vgl. Abbildung 1). Zum Kreis der einsamen Personen zählen nach der hier zugrundeliegenden Definition Befragte, die angeben, dass sie sich maximal einmal im Monat mit Freunden, Verwandten oder privat mit Arbeitskolleg*innen treffen, weniger als vier Menschen haben, mit denen sie vertraulich sprechen können, und die sich dabei als eher unglücklich bezeichnen. In der Abbildung sind diese Personen als blaue Punkte dargestellt. Bei ihnen handelt es sich näherungsweise um drei bis vier Prozent der Gesamtbevölkerung. Schnell wird dabei klar: Nicht alle Personen, die allein sind, also vergleichsweise wenige Kontakte und Vertraute haben, sind dabei auch unglücklich. Innerhalb dieses Personenkreises (blauer Kasten in Abbildung 1) liegt der Anteil der Unglücklichen etwa zwischen 24 und 32 Prozent. Genau auf diese Personen richtet sich in der Folge aber unser Augenmerk.

Abbildung 1: Häufigkeit der Treffen mit Freunden, Verwandten oder privat mit Arbeitskolleg*innen



Einsamkeit als subjektives Gefühl mit Auswirkungen auf den gesellschaftlichen Zusammenhalt

Denn die Auswirkungen von Einsamkeit sind schwerwiegend und die Folgen von chronischer Einsamkeit empirisch belegt: Durch Einsamkeit besteht ein erhöhtes Risiko für psychische und körperliche Erkrankungen wie Depressionen, Demenz, Herz-Kreislauf-Erkrankungen bis hin zu einer verringerten Lebenserwartung. Und gerade bei chronischen und längeren Verläufen, besteht die Gefahr, dass die Menschen in eine Abwärtsspirale geraten, in der sich ihre Gedankenmuster nachhaltig verändern und gerade die Verhaltensweisen befördern, die Einsamkeit wiederum verstärken (Luhmann 2021; Cacioppo & Hawkey 2009). Einsamkeit ist zwar ein subjektives Gefühl, kann aber auch Auswirkungen auf den gesellschaftlichen Zusammenhalt haben. Einsamkeit zu bekämpfen, ist damit auch eine gesellschaftliche und politische Herausforderung. Dies kann eine fürsorgende Sozialpolitik nicht übersehen. Entsprechend hat der Sozial- und Gesundheitsausschuss des Stuttgarter Gemeinderates das Thema Einsamkeit bereits Ende 2021 auf seine Agenda gesetzt und die Initiative zu deren Bekämpfung befördert. Die angestrebte Datenanalyse ermöglicht es uns nun, den betroffenen Personenkreis genauer zu charakterisieren und sich ihm dadurch gezielter anzunehmen.

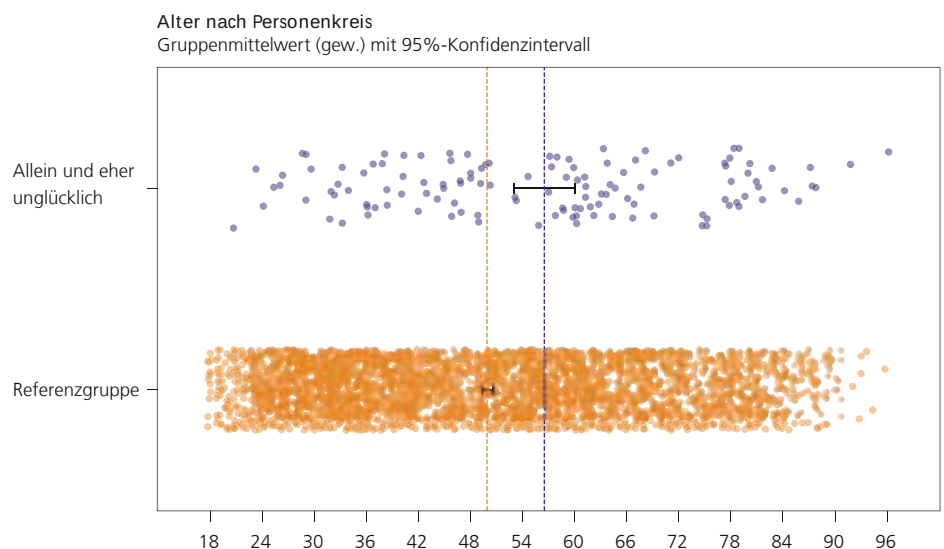
Soziodemografische und sozioökonomische Determinanten von Einsamkeit

Richten wir unseren Blick in der Folge also auf mögliche soziodemografische und sozioökonomische Merkmale, die mutmaßlich in Zusammenhang mit Einsamkeit stehen. Dabei wählen wir zunächst einen rein deskriptiven Zugang und schauen uns an, wie sich bestimmte, und in der Fachliteratur einschlägig diskutierte, Merkmale nach Personenkreisen verteilen. Von einer solchen deskriptiven Betrachtung erhoffen wir uns erste Hinweise auf mögliche Determinanten von Einsamkeit. Die deskriptive Betrachtung wird dann um einen multiplen Regressionsansatz ergänzt. Dieser stellt sicher, dass sich die identifizierten bivariaten Zusammenhänge auch dann noch zeigen, wenn für die jeweils anderen interessierenden Merkmale kontrolliert wird.

Einsame Menschen sind im Durchschnitt älter

Gemeinhin gilt das Alter als starker Prädiktor für Einsamkeit. Dabei ist es weniger das Alter selbst, sondern die mit dem fortgeschrittenen Alter einhergehenden Umstände, die mutmaßlich Einsamkeit bedingen. Zu den Begleitumständen des Alters zählen vermehrt auftretende gesundheitliche Probleme, welche sich negativ auf die Mobilität („Bewegen“) und die Kommunikationsfähigkeit („Hören“) einer Person auswirken. Hinzu kommt der Verlust von Bezugspersonen. Dies betrifft etwa Lebenspartner*innen sowie enge Bekannte, die bereits verstorben sind. Aber auch die eigenen Kinder sind inzwischen in einem Beruf gebunden und in der eigenen Familie gefordert. Einsamkeit findet sich gleichsam auch bei jungen Erwachsenen: Durch einschneidende Veränderungen bedingt – etwa den Auszug aus dem Elternhaus und den Umzug in eine fremde Stadt – sehen sich junge Erwachsene verstärkt damit konfrontiert, an einem neuen Ort soziale Kontakte, und dann auch vertrauensvolle Verbindungen, aufbauen zu müssen (Orth und Eyerund 2019). Die deskriptive Analyse der Altersverteilung in Abbildung 2 offenbart einen statistisch signifikanten Unterschied zwischen den interessierenden Personenkreisen. Das mittlere Alter der Personen, die angeben, allein und eher unglücklich zu sein, liegt zwischen 53 und 60 Jahren. Das durchschnittliche Alter der Referenzgruppe beträgt nur rund 50 Jahre. Damit erweisen sich die einsamen Stuttgarterinnen und Stuttgarter im Mittel als etwas älter.

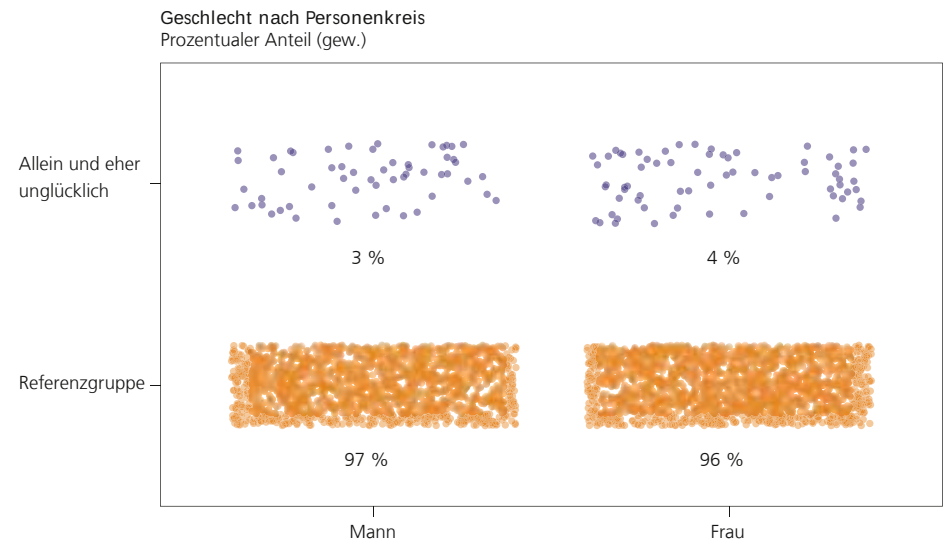
Abbildung 2: Das Alter als mögliche Erklärung



Männer und Frauen gleichermaßen einsam

Der Blick auf den in der Literatur beschriebenen Zusammenhang zwischen Geschlecht und Einsamkeit zeigt ein differenziertes Bild. Auf der einen Seite weisen zahlreiche Studien einen Geschlechtereffekt nach. So berichteten Frauen signifikant häufiger als Männer von Einsamkeit (Pinquart und Sörensen 2001). Hierfür verantwortlich ist nach Chodorow (1978) die geschlechterspezifische Sozialisation. Während Männer sich in erster Linie auf die Beziehung zu ihrer Partnerin stützten, und sich insgesamt anspruchsloser hinsichtlich sozialer Kontakte zeigten, wiesen Frauen ein höheres Bedürfnis nach vielfältigeren sozialen Kontakten auf. Der Grund dafür, dass Männer in Befragungen seltener angeben, sich einsam zu fühlen, könnte aber auch darin liegen, dass Männern ein solches Eingeständnis deutlich schwerer fällt (Borys und Perlman 1985). Hinzu kommt, dass sich der Einfluss des Geschlechts häufig dann auflösen scheint, wenn man in einem multiplen Modell für andere Merkmale kontrolliert (de Jong-Gierveld et al. 2006). Die deskriptive Betrachtung der beiden Personenkreise in Abbildung 3 zeigt nur einen marginalen und statistisch nicht signifikanten Geschlechterunterschied für Stuttgart. Unter den Stuttgarterinnen geben rund drei Prozent an, dass sie alleine sind und sich eher unglücklich fühlen. Der Anteil der einsamen Stuttgarterinnen liegt bei etwa vier Prozent.

Abbildung 3: Das Geschlecht als mögliche Erklärung



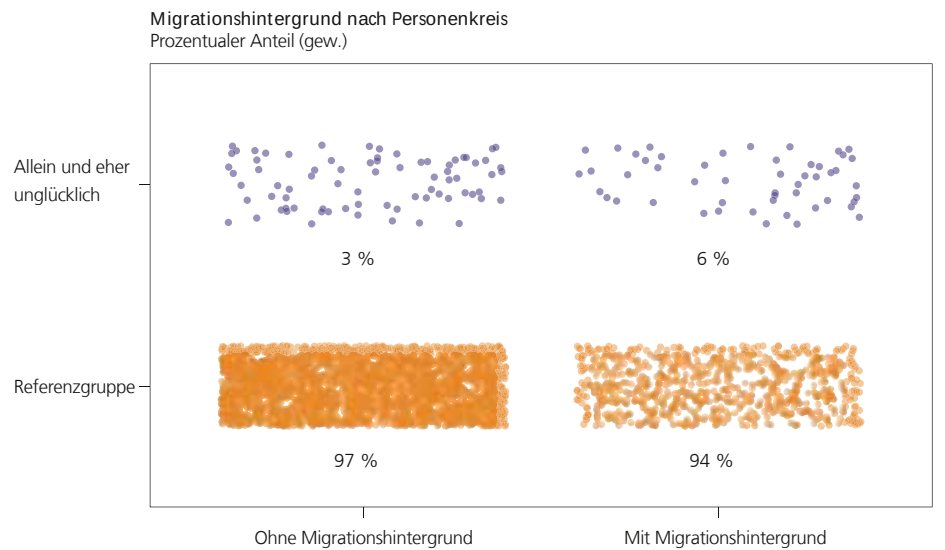
Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMunIS

Mehr Einsamkeit unter Menschen mit Migrationshintergrund

Für den Zusammenhang zwischen Migrationshintergrund und Einsamkeit finden sich in der Literatur zahlreiche belastbare Belege. So berichteten Menschen mit Migrationshintergrund signifikant häufiger von Einsamkeit (Orth und Eyerund 2019; Wu und Penning 2015). Dies lässt sich zum einen dadurch erklären, dass Migration immer mit dem Verlust von sozialen Beziehungen und der anvertrauten Heimat einhergeht. In der neuen Heimat begegnen den Emigrierten dann Barrieren und Erschwernisse, die sowohl dem Aufbau von neuen sozialen Beziehungen als auch der Entwicklung eines Gefühls von Eingebundenheit entgegenstehen (Madsen et al. 2016). Zudem lässt sich beobachten, dass Menschen mit eigener oder familiären Migrationserfahrung häufig in zwei Welten leben. Auf der einen Seite der enge Familienverbund mit teilweise ganz anderen Erwartungen und Vorstellungen als das neue Umfeld auf der anderen Seite (Weiss 2007). Die deskriptive Auswertung nach Personenkreisen in Abbildung 4 zeigt einen statistisch signifikanten Anteilsunterschied zwischen Menschen mit und Menschen ohne Migrationshintergrund.¹ Unter den Stuttgarterinnen und Stuttgartern mit Migrationshintergrund liegt der Anteil derjenigen, die alleine sind und sich als unglücklich bezeichnen, bei rund sechs Prozent. Für Menschen ohne Migrationshintergrund trifft dies nur in drei Prozent der Fälle zu.

Abbildung 4: Der Migrationshintergrund als mögliche Erklärung



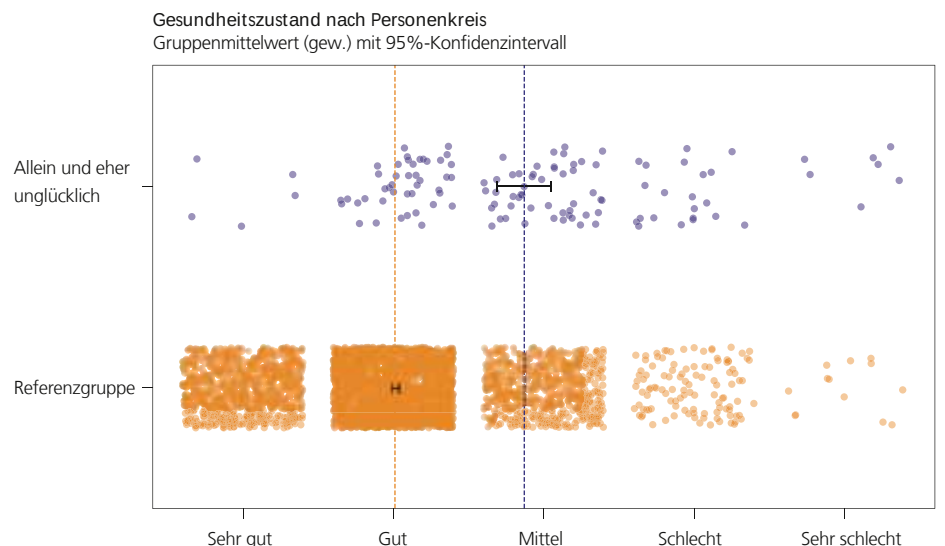
Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMunIS

Einsame Menschen berichten einen schlechteren Gesundheitszustand

Der Zusammenhang zwischen allgemeinem Gesundheitszustand und Einsamkeit gründet auf der Beobachtung, wonach Menschen mit einer schlechteren allgemeinen gesundheitlichen Verfassung seltener an sozialen Aktivitäten teilnehmen und sich dadurch gesellschaftlich weniger eingebunden fühlen (Orth und Eyerund 2019). Hierfür finden sich in der Literatur zahlreiche Belege. So berichten Menschen mit eingeschränkter Gesundheit signifikant häufiger von Einsamkeit (Havens und Hall 2001; Kramer et al. 2002; Steverink et al. 2001). Der beschriebene Mechanismus lässt sich in seiner Wirkung aber auch umgekehrt beobachten. Denn erlebte Einsamkeit kann sich gleichsam auch nachteilig auf die körperliche und psychische Gesundheit einer Person auswirken (Pantel 2021). Die Auflösung der eigentlichen Wirkungsrichtung des Zusammenhangs ist mit den uns zur Verfügung stehenden Daten nicht möglich. Für die reine Beschreibung des interessierenden Personenkreises ist dies aber auch gar nicht erforderlich. Hier zählt allein die sich mit Blick auf Abbildung 5 aufdrängende Beobachtung, wonach Stuttgarterinnen und Stuttgarter, die nach eigener Angabe alleine und eher unglücklich sind, im Mittel einen signifikant schlechteren Gesundheitszustand als die Personen in der Referenzgruppe aufweisen.²

Abbildung 5: Der Gesundheitszustand als mögliche Erklärung



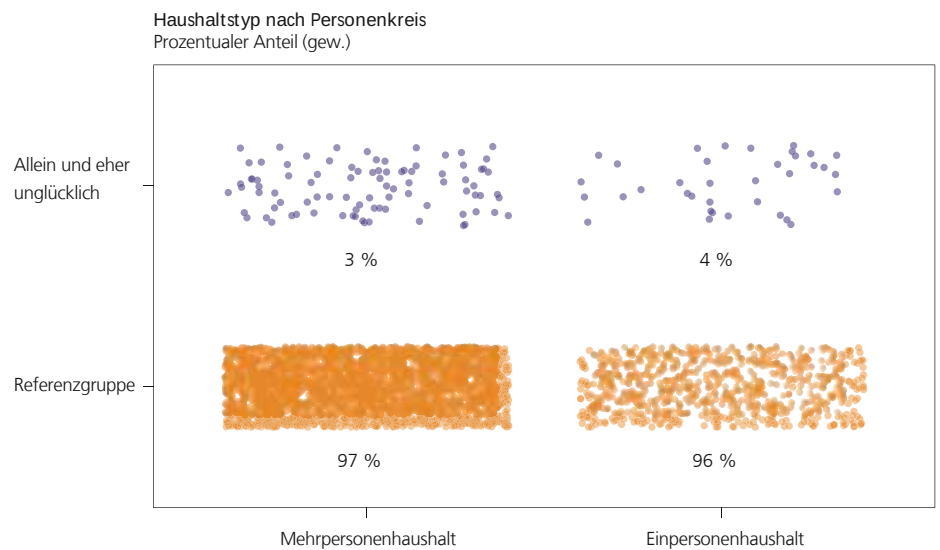
Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMunIS

Kein Unterschied bei Haushaltstypen

Der Zusammenhang zwischen Haushaltsgröße und Einsamkeit beruht auf der empirischen Beobachtung, wonach Personen, die alleine leben, ein kleineres soziales Netzwerk als Personen haben, die in Partnerschaft oder sogar mit Kindern einen Haushalt begründen (de Jong-Gierveld et al. 2006). Dass Personen, die alleine leben, nicht zwangsläufig auch einsam sein müssen (Orth und Eyerund 2019), zeigt die Betrachtung der beiden Personenkreise und der nahezu identischen Anteile derjenigen, die alleine sind und sich eher unglücklich fühlen. Wie in Abbildung 6 zu sehen ist, geben rund drei Prozent der Stuttgarterinnen und Stuttgarter, die in Mehrpersonenhaushalten leben, an, einsam zu sein. Unter den Einpersonenhaushalten liegt dieser Anteil bei vier Prozent. Auf den ersten Blick zeigt sich zwischen den Personenkreisen also kein statistisch signifikanter Anteilsunterschied.

Abbildung 6: Der Haushaltstyp als mögliche Erklärung



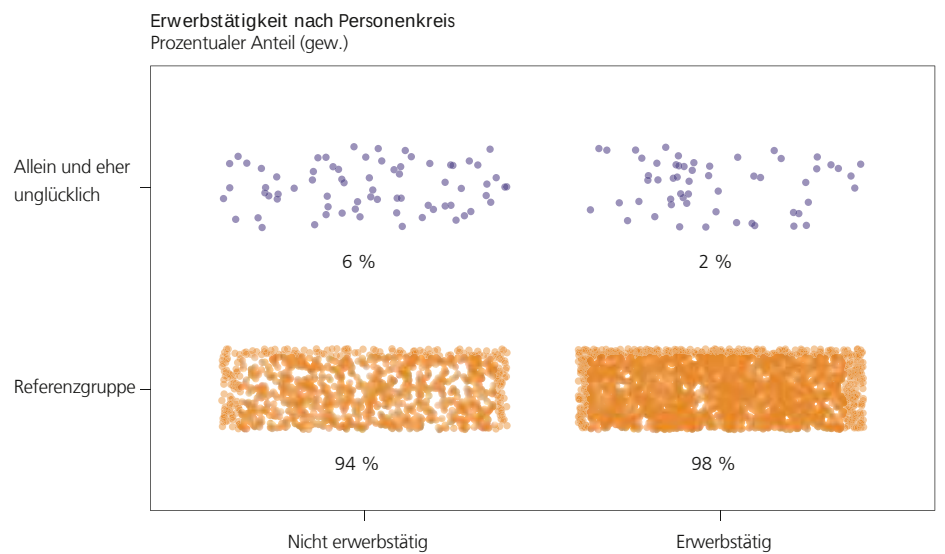
Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMuNIS

Erwerbstätige weniger von Einsamkeit betroffen

Bezüglich des Einflusses von Erwerbstätigkeit auf Einsamkeit werden in der Literatur zwei gegensätzliche Argumente ins Feld geführt. Auf der einen Seite geht Erwerbstätigkeit mit zahlreichen Kontakten zu Arbeitskolleg*innen und damit auch mit sozialen Beziehungen einher. Auf der anderen Seite verringert die zeitliche Einbindung durch Erwerbsarbeit die für Freizeitaktivitäten und Kontaktpflege zur Verfügung stehende Zeit (Luhmann und Hawkley 2016). Der Blick auf die Verteilung der prozentualen Anteile nach Personenkreisen in Abbildung 7 spricht für das zuerst angeführte Argument. Unter den erwerbstätigen Personen in Stuttgart beträgt der Anteil derjenigen, die allein und eher unglücklich sind, rund zwei Prozent.³ Unter den nicht erwerbstätigen Personen liegt dieser Anteil immerhin bei näherungsweise sechs Prozent. Damit verzeichnen wir einen statistisch signifikanten Anteilsunterschied zwischen den beiden Personenkreisen.

Abbildung 7: Die Erwerbstätigkeit als mögliche Erklärung



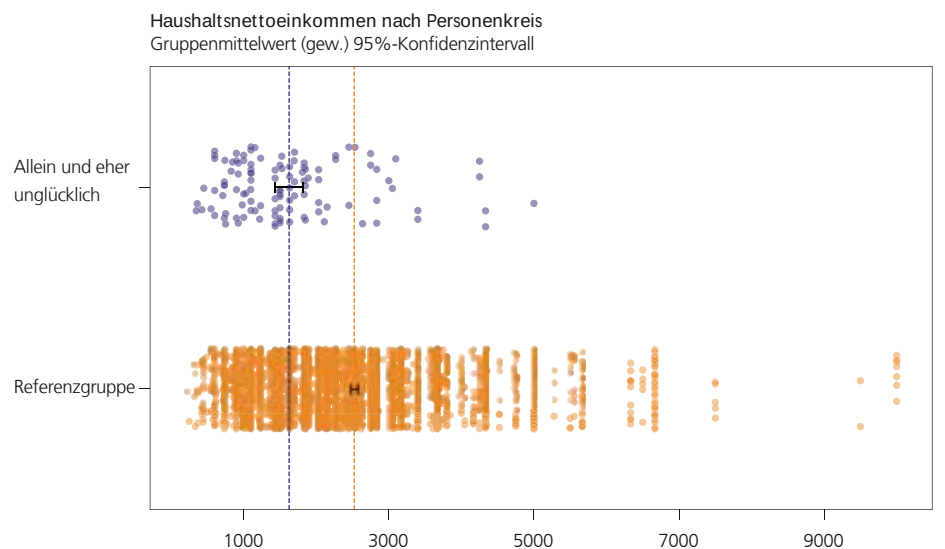
Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMuNIS

Einsame Menschen mit durchschnittlich geringerem Einkommen

Einsamkeit kann auch mit dem zur Verfügung stehenden Einkommen zusammenhängen. Böhnke und Link (2017) weisen etwa darauf hin, dass wenn Menschen in Armut geraten oder sich mit einem geringen Einkommen zurechtfinden müssen, sich ihre sozialen Kontakte verändern und sie weniger am gesellschaftlichen Leben teilhaben. Die Betrachtung des klassifizierten und nach Haushaltsmitgliedern gewichteten Haushaltsnettoeinkommens⁴ in Abbildung 8 zeigt tatsächlich einen signifikanten Mittelwertunterschied zwischen den beiden Personenkreisen. Das mittlere Einkommen der Personen, die nach eigener Angabe alleine und eher unglücklich sind, liegt monatlich zwischen 1438 und 1815 Euro. Die Referenzgruppe weist im Mittel immerhin ein Haushaltsnettoeinkommen zwischen 2475 und 2571 Euro auf. Der zu beobachtende Mittelwertunterschied liefert also einen ersten Hinweis auf einen möglicherweise bestehenden Zusammenhang. Ob sich dieser und alle vorherigen Zusammenhänge aber auch dann zeigen, wenn für die jeweils anderen Merkmale kontrolliert wird, werden die nachfolgenden Analysen erst zeigen müssen.

Abbildung 8: Das Haushaltsnettoeinkommen als mögliche Erklärung



Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMuNIS

Fragen nach Einsamkeit in Zeiten von Kontaktbeschränkungen, Homeoffice und Lockdown

Wie kann einem Corona-Effekt begegnet werden

In Anbetracht der vorgestellten soziodemografischen und sozioökonomischen Determinanten darf nicht außer Acht gelassen werden, dass es sich bei dem Befragungszeitraum im April, Mai und Juni 2021 um eine besondere Situation handelte. Erheblich durch die COVID-19-Pandemie und die Maßnahmen zur Eindämmung des Infektionsgeschehens beeinflusst, muss davon ausgegangen werden, dass das Antwortverhalten der Befragten auch von der damals vorherrschenden Inzidenz und den geltenden Beschränkungen abhing. Zwar bitten wir die Befragten explizit darum, sich bei ihrer Antwort auf die Frage nach der Häufigkeit der Treffen mit Freunden, Verwandten oder privat mit Arbeitskolleg*innen auf die Zeit vor der Pandemie zu beziehen, können aber nicht restlos ausschließen, dass sich die zur Befragung vorherrschende Situation dennoch im Antwortverhalten widerspiegelt. Aus diesem Grund preisen wir in die nachfolgende Analyse mit ein, zu welchem Zeitpunkt der Fragebogen ausgefüllt wurde. Wir unterscheiden hierbei drei Phasen: Die erste Phase reicht vom 15. April bis 17. Mai. Sie ist durch Inzidenzen über 100 und drastische Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie, wie etwa die Bundesnotbremse und die Schließung der Kitas und Schulen geprägt. Die zweite Phase umfasst den Zeitraum zwischen dem 18. Mai und dem 4. Juni. Die Inzidenz sinkt hier auf unter 100, bleibt aber über 35. Kitas werden geöffnet und die Bundesnotbremse tritt außer Kraft. Die dritte Phase beginnt am 5. Juni und reicht bis zum Ende des Befragungszeitraums am 30. Juni. Inzidenzen von 35 und weniger prägen das Pandemiegeschehen. In der Folge kehren die Stuttgarter Schulen zum Regelunterricht zurück und die Testpflicht für Aktivitäten, die ausschließlich im Freien betrieben werden, entfällt. Durch die Berücksichtigung dieser Phasen und den Hinweis darauf, sich bei der Antwort auf die Situation vor der Pandemie zu beziehen, erhoffen wir uns ein von der Pandemie möglichst losgelöstes Bild.

Merkmale auf dem Prüfstand

Über die Vorteile einer multiplen Regression

Der Mehrwert der folgenden multiplen Regressionsanalyse gegenüber der deskriptiven Betrachtung von Gruppenmittel- und Anteilswerten besteht darin, dass hier die Einflüsse mehrerer unabhängiger Variablen auf die abhängige Variable (in unserem Fall der Zugehörigkeit zum einsamen Personenkreis) modelliert werden. Der für eine unabhängige Variable ausgewiesene Regressionskoeffizient bildet dann den Effekt des entsprechenden Merkmals auf die abhängige Variable unter Konstanzhaltung der anderen im Modell berücksichtigten Merkmale ab. Im Kern geht es also um Fragen wie diese: Hat das Merkmal der Erwerbstätigkeit auch dann noch einen signifikanten Einfluss auf die Gruppenzugehörigkeit, der unabhängig davon ist, ob Erwerbstätige auch älter sind? Und wie sieht es mit dem Alter selbst aus: Erweist sich der signifikante Einfluss des Alters auch dann als robust, wenn wir den Gesundheitszustand einer Person und weitere Merkmale konstant gehalten werden?

Eine Antwort auf diese Fragen verspricht die logistische Regressionsanalyse in Tabelle 1. Aufgrund der etwas sperrigen Interpretation der logistischen Regressionskoeffizienten (Koef.) überführen wir diese immer dann in vorhergesagte Wahrscheinlichkeiten, wenn es sich um einen statistisch signifikanten Prädiktor handelt. Vorhergesagte Wahrscheinlichkeiten lassen sich grafisch besser visualisieren und vermitteln so ein zugänglicheres Bild über die von einem bestimmten Merkmal abhängige Wahrscheinlichkeit, ein Teil des einsamen Personenkreises zu sein. Werfen wir also zunächst einen Blick auf die drei Merkmale, die sich auch im Zuge der multiplen Regressionsanalyse als statistisch signifikante Prädiktoren erweisen:

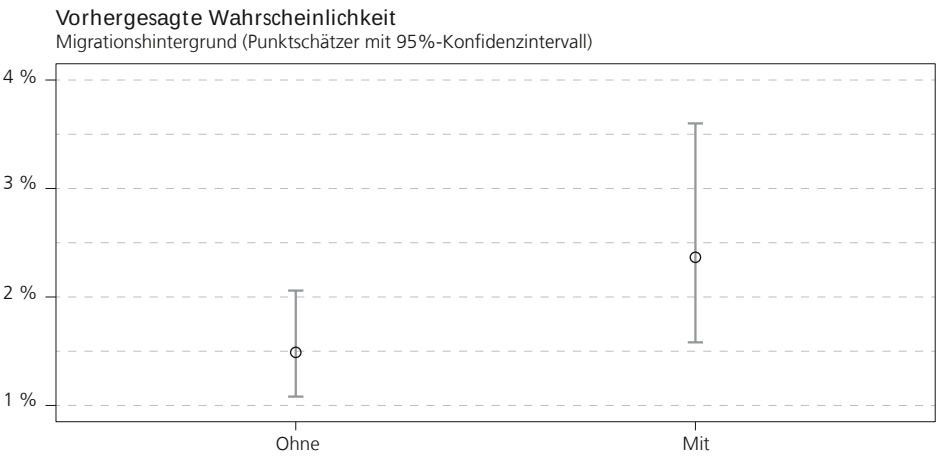
Tabelle 1: Logistische Regressionsanalyse

Variable		Koef.		SE
Intercept		-4.12	***	(1.02)
Alter		-0.00		(0.01)
Geschlecht	Weiblich	0.05		(0.21)
Migrationshintergrund	Trifft zu	0.49	*	(0.22)
	Sehr gut	Ref.		
	Gut	1.21	*	(0.51)
Gesundheitszustand	Mittel	2.08	***	(0.52)
	Schlecht	2.70	***	(0.57)
	Sehr schlecht	4.43	***	(0.70)
Haushaltstyp	1-Personen HH	0.14		(0.24)
Erwerbstätigkeit	Trifft zu	-0.37		(0.27)
Einkommen		-0.00	***	(0.00)
	100 und mehr	Ref.		
KV: Corona-Inzidenz	35 < x > 100	0.12		(0.25)
	35 und weniger	-0.12		(0.31)
N		3388		
Pseudo R ²		0.17		

Signifikanzniveau: *** p < 0.001; ** p < 0.01; * p < 0.05

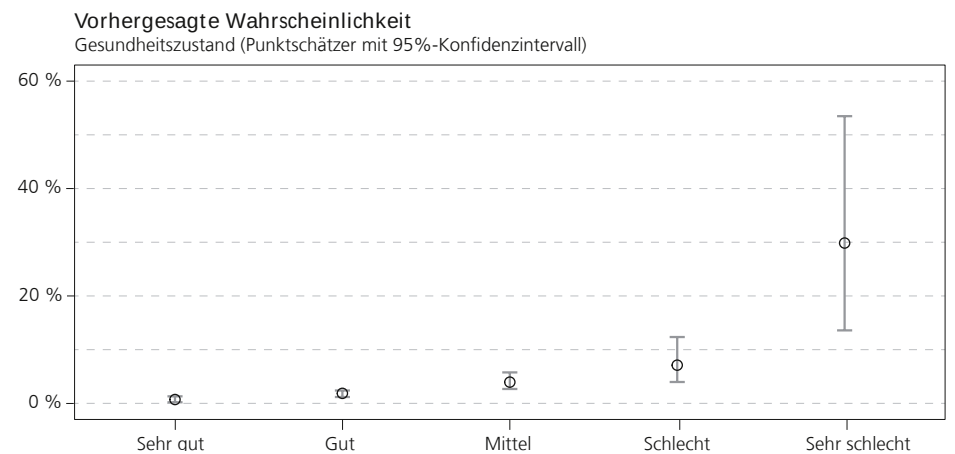
Die vorhergesagte Wahrscheinlichkeit zum Kreis der einsamen Personen zu gehören beträgt unter den Stuttgarterinnen und Stuttgartern mit **Migrationshintergrund** 2,4 Prozent (vgl. Abbildung 9). Unter Konstanthaltung der anderen im Modell berücksichtigten Merkmale beläuft sich die entsprechende Wahrscheinlichkeit unter Personen ohne Migrationshintergrund auf lediglich 1,5 Prozent. Der auf den Migrationshintergrund zurückzuführende Unterschied ist statistisch signifikant, fällt mit einem substantiellen Effekt von 0,9 Prozentpunkten jedoch vergleichsweise gering aus. Die Tatsache, dass sich Menschen mit Migrationshintergrund signifikant häufiger einsam fühlen, führen wir zum einen auf die Migrationserfahrung selbst, und zum anderen auf die verschiedenen Lebenswelten zurück, in denen sich Menschen mit Migrationshintergrund häufig bewegen.

Abbildung 9: Der Migrationshintergrund auf dem Prüfstand



Für den allgemeinen **Gesundheitszustand** zeigt sich ein deutlich stärkerer substantieller Effekt (vgl. Abbildung 10). Menschen mit sehr gutem allgemeinen Gesundheitszustand gehören nur in 0,5 Prozent der Fälle zum Kreis der einsamen Personen. Mit schwindender allgemeiner Gesundheit steigt diese Wahrscheinlichkeit jedoch signifikant an. So weisen Menschen mit mittlerer Gesundheit bereits eine vorhergesagte Wahrscheinlichkeit von vier Prozent auf. Für Stuttgarterinnen und Stuttgarter mit sehr schlechtem Gesundheitszustand verzeichnen wir eine vorhergesagte Wahrscheinlichkeit von rund 30 Prozent. Mit anderen Worten: Über ein Viertel der Menschen mit sehr schlechter allgemeiner Gesundheit in Stuttgart fühlt sich demnach einsam. Dies lässt sich darauf zurückführen, dass gesundheitliche Probleme die Betroffenen erheblich einschränken und die Partizipation an sozialen Aktivitäten erschweren.

Abbildung 10: Der Gesundheitszustand auf dem Prüfstand



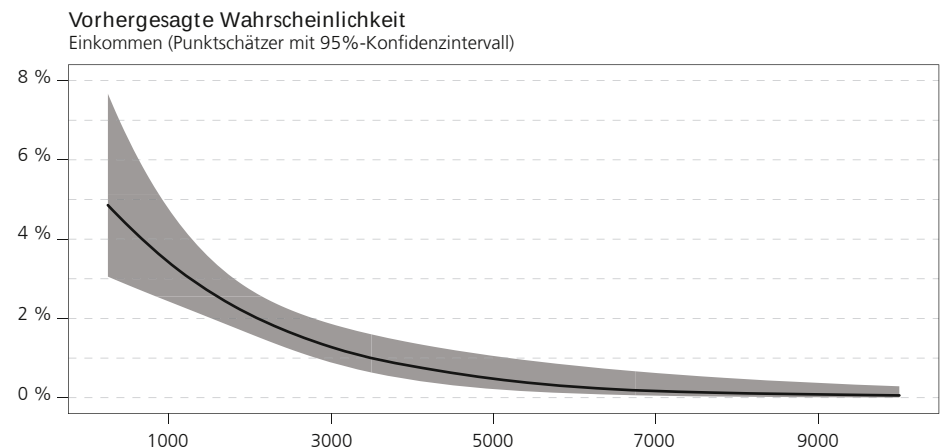
Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMuNIS

95

Auch für das **Einkommen** lässt sich im multiplen Regressionsmodell ein statistisch signifikanter Effekt nachweisen (vgl. Abbildung 11). Unter Konstanthaltung aller anderen im Modell berücksichtigten Merkmale offenbaren Stuttgarterinnen und Stuttgarter mit geringem Einkommen eine signifikant erhöhte Wahrscheinlichkeit sich allein und dabei eher unglücklich zu fühlen. Mit zunehmendem Einkommen nimmt die Wahrscheinlichkeit ab. Unter Bürgerinnen und Bürgern mit hohem Einkommen liegt die Wahrscheinlichkeit, zum Personenkreis der einsamen zu gehören, dann nur noch bei deutlich unter einem Prozent. Wir führen diese Beobachtung darauf zurück, dass geringe Einkommen nicht nur Auswirkungen auf die Anzahl sozialer Kontakte haben. Niedrige und geringe Einkommen begrenzen auch die Möglichkeiten am gesellschaftlichen Leben in der Stadt teilzuhaben.

Abbildung 11: Das Einkommen auf dem Prüfstand



Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt

KoMuNIS

Merkmale ohne statistisch signifikanten Einfluss

Im Unterschied zu den statistisch signifikanten Einflüssen des Migrationshintergrunds, des Gesundheitszustands und des Einkommens, erweist sich der Zusammenhang mit dem Alter und der Erwerbstätigkeit in der multiplen Regression als nicht robust. In der deskriptiven Analyse noch mit signifikanten Mittelwert- beziehungsweise Anteilsunterschieden zeigen sich in der multiplen Analyse keine statistisch signifikanten Effekte. Dies gilt im Übrigen auch dafür, wenn man für einen u-förmigen Zusammenhang, also einen nichtlinearen Verlauf des Alters, kontrolliert. Offensichtlich ist der zunächst (bivariat) gezeigte Zusammenhang tatsächlich auf die anderen Merkmale zurückzuführen. Auf der Grundlage unserer Analyse lässt sich also kein Zusammenhang zwischen dem Alter oder der Erwerbstätigkeit auf der einen Seite und Einsamkeit auf der anderen Seite nachweisen. Dies gilt auch für die Merkmale Geschlecht und Haushaltstyp. Darauf deutete ja aber bereits die deskriptive Betrachtung hin.

Abschließende Erkenntnisse und ausgewählte Handlungsoptionen

Welche Erkenntnisse lassen sich nun aus den vorangegangenen Ausführungen gewinnen? Aus unserer Sicht zweierlei:

- Näherungsweise zwischen drei und vier Prozent der volljährigen Stuttgarterinnen und Stuttgarter fühlen sich einsam. Dieser Anteil erscheint auf den ersten Blick nicht besonders hoch und dementsprechend auch nicht besonders besorgniserregend. Vergewegenwärtigt man sich jedoch die Anzahl der Personen, welche sich hinter diesem Anteilswert verbirgt, dann bekommt die Erzählung eine ganz andere Wendung. So fühlen sich nahezu 20 000 der volljährigen Stuttgarterinnen und Stuttgarter im Frühjahr 2021 mutmaßlich einsam und sind demnach einem erhöhten Risiko psychischer und körperlicher Erkrankungen ausgesetzt. Außerdem können wir davon ausgehen, dass dieser Wert eher eine Untergrenze darstellt, da sich vermutlich manche eher scheuen, in der Befragung ehrlich über ihre Einsamkeit zu berichten. Die Dunkelziffer könnte also noch höher liegen. Doch selbst diese Zahl ist besorgniserregend und dies ganz unabhängig davon, dass Vergleichszahlen aus früheren Jahren fehlen und die Pandemie auch in Stuttgart ihre Spuren hinterlassen hat.
- Es lässt sich recht genau sagen, in welchen Personenkreisen sich Einsamkeit besonders manifestiert. Zum einen betrifft Einsamkeit überproportional häufig Stuttgarterinnen und Stuttgarter mit Migrationshintergrund. Darüber hinaus tritt Einsamkeit mit abnehmendem allgemeinen Gesundheitszustand gehäuft auf. Besonders deutlich wird dies bei Personen mit sehr schlechter allgemeiner Gesundheit. So geben mehr als ein Viertel der gesundheitlich sehr schlecht aufgestellten Menschen in Stuttgart an, einsam und dabei eher unglücklich zu sein. Zuletzt zeigt sich Einsamkeit vermehrt bei Personen mit geringerem Einkommen. Auch Armut scheint demnach ein Treiber von Einsamkeit zu sein.

Ergebnisse bestätigen die Erfahrungswerte der Stadtverwaltung

Diese Erkenntnisse sind nicht gänzlich neu. Aus wissenschaftlichen Untersuchungen in anderen Kontexten sind die entsprechenden Personenkreise hinlänglich bekannt und decken sich auch mit den vielfältigen Erfahrungswerten der Stuttgarter Stadtverwaltung. Neu ist, dass uns diese Erkenntnisse nun zeitaktuell und zielgenau für Stuttgart vorliegen und sie uns ermöglichen, das Erfahrungswissen der Stadtverwaltung mit einer empirischen Datengrundlage zu unterfüttern. Hieraus ergeben sich aus unserer Sicht eine ganze Reihe an Handlungsoptionen.

Grundlegend wäre es wünschenswert, Einsamkeit über präventive Strukturen zu verhindern. Präventiv wirken persönliche Beziehungen und Räume, Initiativen und Aktionen in der Stadt, die offen für Begegnung sind, bürgerschaftliches Engagement zulassen, Beteiligung und Unterstützung bieten. Diese für alle zugänglichen Orte dienen den einzelnen Menschen und dem Gemeinwohl. Auf kommunaler Ebene ist es daher notwendig, Einsamkeit durch Prävention, Intervention und Vernetzung entgegenzutreten und dabei möglichst viele Partner*innen und Institutionen einzubinden. Die Stuttgarter Strategie, Einsamkeit zu begegnen, hat aus diesem Grund folgende Komponenten:

Enttabuisierung des Themas

Gesellschaftlich ist die Enttabuisierung des Themas Einsamkeit notwendig, da Einsamkeit häufig mit Scham besetzt ist. Einsamkeit kann jeden Menschen treffen und dies gilt es öffentlich zu vermitteln. In Stuttgart soll über Einsamkeit als Problemstellung gesprochen werden; um die individuelle und gesellschaftliche Situation zu verändern. Denn Einsamkeit kann überwunden werden, mit eigener Initiative und mit vielfältiger Unterstützung und Beratung. Deshalb entwickelt das Referat Soziales und gesellschaftliche Integration für die Stadt eine breit angelegte Initiative „Gemeinsam – Zusammenhalt finden“. Diese Kampagne soll dazu beitragen, Menschen für die Situation ihrer Nachbarn, Freunde und Familienmitglieder zu sensibilisieren sowie der eigenen Einsamkeit vorzubeugen oder sie anzugehen.

Vernetzung von bestehenden Angeboten

Die Kampagne setzt auf einer breiten Beteiligung vieler sozialer Institutionen und städtischer Ämter in der Landeshauptstadt Stuttgart auf, die mit einladenden und niederschweligen Angeboten die Menschen willkommen heißen, sie beraten oder unterstützen. Diese Angebote werden auf einer städtischen Internetseite bereitgestellt, so dass sich sowohl Betroffene, aber auch Interessierte oder Multiplikatoren informieren können. Das Wissen und die Kenntnis von Angeboten sollen besser werden (www.stuttgart.de/gemeinsam).

Diese Angebote sind sowohl sozialer Art, auch aufgrund der intensiven und partnerschaftlichen Beteiligung der Liga der Wohlfahrtspflege Stuttgart, finden sich aber auch in den Bereichen Bildung, Sport oder Kultur. Stuttgart hat ein breites Angebot, welches im Wissen um die in dieser Studie erzielten Erkenntnisse nun spezifischer auf das Thema Einsamkeit und die besonders gefährdeten Gruppen ausgerichtet werden kann. Es wird daran gearbeitet, diese Gruppen gezielt zu erreichen.

97

Zugang finden

Offene Räume und niederschwellige Begegnungsmöglichkeiten sind in Stadtbezirken oder Quartieren verortet. Begegnungsstätten, Stadtteilhäuser, Nachbarschaftskaffees oder Quartiersprojekte sind daher wichtige Anlaufstellen vor Ort. Hier haben gerade auch die besonders betroffenen Gruppen, also Menschen mit Migrationshintergrund, Menschen mit gesundheitlichen Problemen, geringen materiellen oder sozialen Ressourcen, die Möglichkeit, erste Kontakte zu knüpfen und weiterführende Unterstützung zu erhalten. Diese Angebote werden sukzessive ausgebaut, was der Problematik entgegenkommt.

Dabei ist zu betonen, dass gerade bei diesen Zielgruppen die aufsuchende Arbeit von sozialen Treffs und die Ansprache durch Sozialarbeit, Lots*innen oder Brückenbauer*innen wichtige Elemente sind, um Menschen zu erreichen, die die Angebote nicht aus eigener Kraft aufsuchen können. Diese Ansätze sind für die Zukunft auszubauen, um eben diese besonders betroffenen Zielgruppen zu erreichen.

Neue Wege suchen

Die Landeshauptstadt Stuttgart hat ein breites soziales Angebot. Trotzdem gilt es zu prüfen, wie es neben der Qualifizierung der Angebote zu diesem Thema und ihrer stärkeren Vernetzung gelingen kann, noch spezifischer diejenigen Menschen zu erreichen, die von Einsamkeit besonders betroffen sind, also Menschen mit schlechtem gesundheitlichen Zustand, mit geringem Einkommen und mit Migrationshintergrund. Auch dies soll im Rahmen der Kampagne gemeinsam mit Interessierten, Fachleuten, Betroffenen und neuen Partner*innen erarbeitet werden. Mit der Liga der Wohlfahrtspflege Stuttgart, dem Gesundheitssystem und weiteren Partner*innen, u.a. den Vertretern des Internationalen Ausschusses und dem Behindertenbeirat der Stadt Stuttgart, werden neue Ansätze gesucht und neue Akteure einbezogen.

Letztendlich wird Einsamkeit auch durch verschiedene indirekte Faktoren beeinflusst, wie der Stadtplanung, dem medizinischen System, der Teilhabe an Arbeit und dem Zugang zu Angeboten. Hierzu zählen auch städtische Vergünstigungssysteme für die Menschen, die über geringe materielle Ressourcen verfügen. Einsamkeit ist eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung. Entsprechend ist sie über verschiedene Handlungsfelder, prozesshaft und nachhaltig als kommunale Gemeinschaftsaufgabe anzugehen.

*Autor*in:*
Dr. Till Heinsohn
Telefon: (0711) 216-98574
E-Mail: till.heinsohn@stuttgart.de

Gabriele Reichhardt
Telefon: (0711) 216-81781
E-Mail: gabriele.reichhardt@stuttgart.de

- 1 Menschen mit Migrationshintergrund umfassen nach der hier zugrundeliegenden Definition Personen, die nicht in Deutschland geboren sind, die (noch) eine andere als die deutsche Staatsangehörigkeit besitzen oder die die deutsche Staatsangehörigkeit erst später (z.B. durch Einbürgerung) erworben haben.
- 2 Aus Gründen der besseren Veranschaulichung werden hier Gruppenmittelwerte ausgewiesen. Dies geschieht im Wissen darum, dass die Bildung von Mittelwerten bei ordinalskalierten Variablen streng genommen nicht zulässig ist. Zur Beurteilung signifikanter Verteilungsunterschiede wird daher auch auf ein nicht-parametrisches Verfahren (Mann-Whitney-U-Test) zurückgegriffen.
- 3 Als erwerbstätig gelten nach der hier zugrundeliegenden Definition Personen in Voll- oder Teilzeit, Personen in Ausbildung oder im Wehrdienst, Bundesfreiwilligendienst, Freiwilligen Sozialen bzw. Ökologischen Jahr.
- 4 Die Gewichtung nach Haushaltsmitglieder erfolgt über die OECD-Skala. Demnach erhält die befragte Person den Wert 1. Jeder weiteren Person im Haushalt ab 14 Jahren wird ein Gewicht von 0,5 und jeder Person unter 14 Jahren ein Gewicht von 0,3 zugeschrieben.

Literaturverzeichnis:

- Borys, S. und Perlman, D. (1985). Gender differences in loneliness, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, S. 63-74.
- Böhnke, P. und Link, S. (2017). Poverty and the Dynamics of Social Networks: An Analysis of German Panel Data, *European Sociological Review*, 33 (4), S. 615-632.
- Cacioppo, J.T. & Cacioppo, S. (2018): Loneliness in the modern age: An evolutionary theory of loneliness. In M. Pl. Zanna & J.M. Olson (Hrsg): *Advances in experimental social psychology* (Vol. 58, S. 127-197). Elsevier Science & Technology.
- Chodorow, N. (1978). *The reproduction of mothering: Psychoanalysis and the sociology of gender*. Berkley: University of California Press.
- de Jong-Gierveld, J., van Tilburg, T. und Dykstra, P. (2006). Loneliness and social isolation. In: D. Perlman and A. Vangelisti (Hrsg.), *The Cambridge handbook of personal relationships*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Empirica 2021: Einsamkeit in der sozialen Stadt – kann Digitalisierung eine Brücke schlagen? Kurzexpertise der Bundestransferstelle Sozialer Zusammenhalt.
- Havens, B. und Hall, M. (2001). Social isolation, loneliness, and the health of older adults, *Indian Journal of Gerontology*, 14, S. 144-153.
- Kramer, S., Kapteyn, T. Kuik, D. und Deeg, D. (2002). The association of hearing impairment and chronic diseases with psychosocial health status in older age, *Journal of Aging and Health*, 14, S. 122-137.
- Luhmann, M. und Hawkley, I. (2016). Age Differences in Loneliness From Late Adolescence to Oldest Old Age, *Developmental Psychology*, 52 (6), S. 943-959.
- Luhmann, M. (2021). Einsamkeit – erkennen, evaluieren und entschlossen entgegenzutreten. Schriftliche Stellungnahme zur öffentlichen Anhörung am 19.04.2021. Deutscher Bundestag. Ausschussdrucksache 19 (13)135b.
- Madsen, K., Damsgaard, M., Jervelund, S., Christensen, U., Stevens, G., Walsh, S., Koushede, V., Nielsen, L., Due, P. & Holstein, B. (2016). Loneliness, immigration background and self-identified ethnicity: a nationally representative study of adolescents in Denmark, *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 42 (12), S. 1977-1995.
- Orth, A. und Eyerund, K. (2019). Einsamkeit in Deutschland: Aktuell keine Zunahme. IW-Kurzbericht, 38, <https://www.iwkoeln.de/studien/theresa-eyerund-anja-katrin-orth-einsamkeit-in-deutschland-433090.html>
- Pantel, J. (2021). Gesundheitliche Risiken von Einsamkeit und sozialer Isolation im Alter. *Geriatr Rep* 16, S. 6-8.
- Peplau, L.A. & Perlmann, D. (1982): *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. Wiley Interscience.
- Pinquant, M. und Sörensen, S. (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in older age: A meta-analysis, *Journal of Gerontology: Psychological Science*, 56, S. 195-213.
- Steverink, N. Westerhof, G. Bode, C. und Dittmann-Kohli, F. (2001). The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being, *Journal of Gerontology: Psychological Science*, 56B, S. 364-373.
- Wu, Z., & Penning, M. (2015). Immigration and loneliness in later life. *Ageing and Society*, 35 (1), S. 64-95.
- Weiss, H. (2007). *Leben in zwei Welten. Zur sozialen Integration ausländischer Jugendlicher der zweiten Generation*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.