Deutsche fühlen sich immer einsamer

„Wie finde ich Freunde?“ Täglich stellt jemand diese Frage in den Sozialen Netzwerken, denn immer mehr Menschen in Deutschland leiden unter Einsamkeit. Das hat auch Folgen für die Demokratie.

Laut einer Studie der **Weltgesundheitsorganisation** fühlt sich jeder sechste Mensch einsam, bei Jugendlichen sogar jeder fünfte. Das beobachtet der TikTok-**Influencer** und **Wirtschaftspsychologe** Felix Wunnike auch bei deutschen Jugendlichen. Den Satz „Ich habe keine Freunde“ kann man unter fast jedem seiner Videos lesen, denn Freundschaften sind für viele junge Leute keine **Selbstverständlichkeit** mehr. Als Gründe nennt Wunnike die **Isolation** in der Corona-Zeit und die sozialen Netzwerke. Er warnt davor, dass dort „das **echte** Leben vergessen“ wird.

Die **Soziologin** Claudia Neu hat die Situation der Jugendlichen, die bei Wunnike Hilfe gegen die Einsamkeit suchen, genauer untersucht. In einer Studie stellt sie fest, dass einsame junge Menschen besonders **anfällig für Verschwörungsideen** und politische Gewalt sind. Sie fühlen sich ausgeschlossen und werden wütend; für die Gesellschaft kann das zur Gefahr werden, meint Neu. Sie spricht noch ein weiteres Problem an: die Wohnsituation. Wer keinen Park, Sportverein oder Treffpunkt in der Nähe hat, **vereinsamt** leichter.

Bisher galt Einsamkeit vor allem als Problem älterer Menschen: Wenn ihre Lebenspartner oder Freunde sterben, **bleiben** sie allein **zurück**. Doch eine neue Studie des Deutschen Zentrums für Altersfragen zeigt ein etwas anderes Bild. Besonders Menschen in der **Lebensmitte**, die keine Arbeit haben, leiden unter Einsamkeit.

Armut hat Einfluss auf Einsamkeit, bestätigt Stefan Stuth vom Deutschen Zentrum für Altersfragen. „Je niedriger das Haushaltseinkommen ist, desto höher ist die Einsamkeit“, sagt er. „Wer nur ein geringes Einkommen und geringe finanzielle **Ressourcen** hat, der hat weniger Möglichkeiten, am gesellschaftlichen Leben **teilzuhaben**.“ Deswegen fühlen sich arme Menschen zusätzlich ausgeschlossen.

Autoren: Oliver Pieper, Markus Hofmann

Glossar

Weltgesundheitsorganisation (f., nur Singular) – eine Organisation der Vereinten Nationen, die sich weltweit um Gesundheit kümmert, kurz: WHO

Influencer, -/Influencerin, -nen – jemand, der im Internet bekannt ist und durch bestimmte Botschaften und/oder Werbung Einfluss hat

Wirtschaftspsychologe, -n/Wirtschaftspsychologin, -nen – jemand, der untersucht, wie Menschen sich in wirtschaftlichen Zusammenhängen verhalten

Selbstverständlichkeit (f., nur Singular) – hier: ein Verhalten, das zeigt, dass jemand etwas für ganz normal, natürlich und nicht für etwas Besonderes hält

Isolation, -en (f.) – hier: das Alleinsein ohne Kontakt zu anderen

echt – hier: die reale Welt; nicht in den sozialen Netzwerken

Soziologe, -n/Soziologin, -nen – eine Person, die sich wissenschaftlich mit dem Zusammenleben von Menschen in der Gesellschaft beschäftigt

(für etwas) anfällig sein – (für etwas) besonders empfänglich sein

Verschwörungsidee, -n (f.) – die Überzeugung, dass bestimmte Menschen etwas Böses gegen die ganze Welt planen

vereinsamen – immer weniger Kontakt zu anderen Menschen haben und sich dabei immer einsamer fühlen

zurück|bleiben – hier: nach dem Tod des Partners/der Partnerin allein sein

Lebensmitte (f., nur Singular) – das mittlere Alter, der Lebensabschnitt zwischen 40 und 65 Jahren

Armut (f., nur Singular) – die Tatsache, dass jemand kein Geld hat

Ressource, -n (f.) – ein Mittel, das man für etwas braucht; hier auch: Geld

an etwas teil|haben – bei etwas mitmachen; an etwas teilnehmen; zu etwas dazugehören