
Herzlich willkommen!

Häusliche Versorgung und Betreuung gegen Einsamkeit Niedersächsisches Expert:innengespräch

im Nds. Landtag, Hannover

am 16.04.2026

Facetten der Einsamkeit

Prof. Dr. Elisabeth Leicht-Eckardt

Einsamkeit - Begriffsklärung

Früher: Positiv – häufig religiös geprägt (Einsiedler)

Heute: Negativ

Subjektives Mangelgefühl (Personenkontakt, emotionale Anreize)

Subjektiver Zustand, der von den Betroffenen als schmerzhaft wahrgenommen wird.

Individuell wahrgenommene Diskrepanz zwischen den gewünschten und den tatsächlichen sozialen Beziehungen.

Einsamkeit - Arten

- **Sozial** Mangel an Beziehungen, Anregungen, Ablenkungen
- **Kollektiv** Ausgegrenztheit bestimmter Gruppen
- **Räumlich** Abgeschiedenheit (Einödhöfe, Dörfer)
- **Privatisiert** digitalisierte Welt, persönliche Unsicherheit
- **Akut** anlassbezogen, z.B. Verlust des Partners
- **Chronisch** bei nicht veränderbaren Rahmenbedingungen

Einsamkeit - Ursachen

- **Beschleunigung** keine Zeit zum Aufbau von Vertrauen
- **Schnellebigkeit** laufend etwas Neues, Wechsel von Beziehungen
- **Freiheit** Wahl von Kontakten
- **Globalisierung** Gefühl des Miteinanders mit Allen
- **Singularisierung** Single-Haushalte, Unabhängigkeit , Emanzipation
- **Digitalisierung** „künstliche“ Kontakte
- **Wertlosigkeit** Angst vor Kontakten, fehlendes Selbstbewusstsein
- **Armut, Krankheit** mangelnde Kontaktmöglichkeiten

Einsamkeit - Folgen

Individuell

- (psychosomatische) Erkrankungen
- Depression
- Veränderungen der eigenen Persönlichkeit – Unzufriedenheit, Rückzug

Gesellschaftlich

- Mangel an Vertrauen in gesellschaftliche und politische Strukturen
- weniger Miteinander – Füreinander
- Gefährdung der Demokratie

Quellen

- Behnen, Johannes; Laukamp, Annika; Leicht-Eckardt, Elisabeth: Einsamkeit und Ehrenamt im Alter, Hauswirtschaft und Wissenschaft, 1/2014, S. 45 bis 49
- CDU-Fraktion im Nds. Landtag: Entschließungsantrag: Einsamkeit und soziale Isolation als gesamtgesellschaftliche Aufgabe anerkennen und Lösungskonzepte sowie Präventionskonzepte erarbeiten. Niedersächsischer Landtag, Drucksache 19/878 vom 14.03.2023.
- Luhmann, Maik: Einsamkeit - Erkennen, evaluieren und entschlossen entgegenzutreten. Schriftliche Stellungnahme zur öffentlichen Anhörung am 19.04.2021. Deutscher Bundestag | Ausschuss für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Ausschussdrucksache 19(13)135 b
- Schobin, Janosch: Zeiten der Einsamkeit. Erkundungen eines universellen Gefühls, München (Hanser) 2025
- Wissenschaftliche Dienste im Deutschen Bundestag: Bekämpfung von Einsamkeit in Großbritannien, Ausarbeitung, Aktenzeichen WD 9 - 3000 - 026/21, 2021