

Diskussionspapier: Auf dem Weg zu einer Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit

Inhaltsverzeichnis

Strategieprozess	2
Einleitung – Auf dem Weg zu mehr Verbundenheit	4
Mögliche Ziele einer Strategie gegen Einsamkeit	9
1. <i>Die Öffentlichkeit wird sensibilisiert und das Thema Einsamkeit wird besprechbar gemacht.</i>	9
2. <i>Das Wissen um die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit im professionellen Kontext und im Engagement wird gestärkt.</i>	11
3. <i>Die Arbeit von Praktikerinnen und Praktikern in der Sozialen Arbeit und im Engagement zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird gestärkt.</i>	13
4. <i>Einsamkeit wird als gesamtgesellschaftliche Herausforderung verstanden und die Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit sektoren- und bereichsübergreifend fokussiert.</i>	15
Gesellschaft vor Ort stärken.....	16
Bildung	17
Arbeitswelt.....	17
Gesundheit und Pflege.....	18
Digitalisierung.....	19
Engagement.....	19
5. <i>Menschen mit Einsamkeitserfahrungen erhalten niedrigschwellige und barrierefreie Zugänge zu bedürfnisorientierten Angeboten.</i>	20
Anhang: Liste laufender und geplanter Maßnahmen	25

Strategieprozess

Die im Kompetenznetz Einsamkeit (KNE) angesiedelte Geschäftsstelle zur Begleitung der Strategie gegen Einsamkeit stimmt den Strategieprozess eng mit dem BMFSFJ ab. Gemeinsam mit dem KNE startete der Prozess bei einer Fach-Konferenz zu Einsamkeit am 14.06.2022. In einem agilen Vorgehen soll ein möglichst qualifizierter Entwurf schon zu einem frühen Zeitpunkt diskutiert und iterativ verbessert werden:

1. Vorlage eines Diskussionspapiers „Auf dem Weg zu einer Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit“ als Entwurf aus bisherigen Veranstaltungen im August 2022
2. Qualifizierung des Entwurfs in Fachgesprächen und aus partizipativer Perspektive
3. Erste Abstimmung innerhalb des BMFSFJ im Dezember 2022/Januar 2023
4. Ressort-Vorabereinbindung
5. Veröffentlichung des Diskussionspapiers Anfang März 2023
6. Diskussion in fachöffentlichen Veranstaltungen
7. Finalisierung und Veröffentlichung des Entwurfs im Juni 2023
8. Einleitung der Ressortabstimmung
9. Kabinettvorlage zu einer Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit zu Ende 2023

Über den mit Anregungen aus der Fachpraxis (Zivilgesellschaft, Verbände, Wissenschaft) erstellten Entwurf eines Diskussionspapiers des BMFSFJ werden betroffene Ressorts informiert und der Beteiligungsprozess erläutert. Im Anschluss wird der Entwurf in fachöffentlichen Veranstaltungen diskutiert. Vorschläge aus der Fachwelt werden an die Ressorts, mit der Bitte sich zu positionieren, weitergeleitet. Im Anschluss geht das Papier in die Ressortabstimmung. Der Bund wird eine abgestimmte Strategie vorlegen und im Kabinett beschließen. Diese kann enthalten, dass in der Folge auch Kommunen, Länder und weitere Instanzen im Sinne einer Nationalen Strategie gegen Einsamkeit beteiligt werden. Der Bund sensibilisiert für das Thema Einsamkeit und kommt so seiner Anregungsfunktion nach. Im Erarbeitungsprozess werden die fünf hier genannten Ziele weiter konkretisiert und handhabbar gemacht. Am Ende des Prozesses soll die Strategie konkret messbare Zielformulierungen enthalten.

Zur Struktur des Papiers

1. Einleitung: Abriss des Themas Einsamkeit, Sensibilisierung und Grundinformation für Erstlesende (max. fünf Seiten)
2. Es werden fünf strategische Ziele ausgeführt. Den Zielen sind jeweils Einleitungsabsätze vorangestellt, in denen eine Kontext- und Problembeschreibung erfolgt.
3. Den Zielen sind Maßnahmenvorschläge zugeordnet:
 - a. Maximal zwei Kernmaßnahmen, die im Zentrum der Aktivitäten stehen
 - b. Weitere Maßnahmenvorschläge
4. Konkrete Maßnahmen, die Einsamkeit adressieren werden in einer Liste laufender und geplanter Maßnahmen aufgeführt und dort Zielen zugeordnet sowie mit konkreten Beschreibungen und Laufzeiten hinterlegt.

Einleitung – Auf dem Weg zu mehr Verbundenheit

Einsamkeit ist ein subjektives negatives Gefühl, das „aus einer wahrgenommenen negativen Diskrepanz zwischen gewünschten und vorhandenen Beziehungen resultiert“ (Perlman und Peplau nach (Luhmann 2022)). Dieses als schmerzhaft empfundene Gefühl entsteht, wenn die gewünschten sozialen Beziehungen nicht mit den tatsächlichen sozialen Beziehungen übereinstimmen. Dies kann sich sowohl auf die Quantität der Beziehungen als auch auf deren Qualität beziehen.

Einsamkeit kann, insbesondere wenn sie chronisch wird oder über einen längeren Zeitraum andauert, vielfältige negative Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit von Menschen sowie auf die soziale Teilhabe und damit auf das gesellschaftliche Miteinander haben (Bücker 2022). Das Gefühl der Einsamkeit spielt im Leben vieler Menschen eine Rolle. Im Jahr 2017 fühlten sich 14,2 Prozent der Menschen in Deutschland zumindest manchmal einsam, dies ergab eine Erhebung des Sozio-Oekonomischen Panels (SOEP). Die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie führten zu einem erheblichen Anstieg der Anzahl der Betroffenen. So gaben zum Zeitpunkt des ersten Lockdowns im März 2020 40,1 Prozent der in Deutschland lebenden Personen an, sich zumindest manchmal einsam zu fühlen. Im Jahr 2021 zum Zeitpunkt des zweiten Lockdowns stieg diese Zahl sogar auf 42,3 Prozent an. (Entringer 2022)

Dabei ist Einsamkeit von verwandten Begriffen, wie der sozialen Isolation oder dem Alleinsein zu unterscheiden. **Soziale Isolation** wird als objektiver Mangel an sozialen Beziehungen und Kontakten verstanden. Hier spielen beispielsweise die Anzahl von Freundinnen und Freunden, das soziale Netzwerk oder die Häufigkeit von sozialen Interaktionen eine Rolle. Soziale Isolation geht nicht zwangsläufig mit negativen Gefühlen der Einsamkeit einher, sie erhöht jedoch das Risiko für Einsamkeitsempfindungen. (Luhmann 2022)

Der Begriff des **Alleinseins** bezeichnet hingegen einen momentanen Zustand, in dem andere Menschen abwesend sind. Dieser Zustand kann vorübergehend sein und unterscheidet sich in diesem Punkt von der sozialen Isolation, die einen anhaltenden Mangel von sozialen Beziehungen und Kontakten beschreibt. Darüber hinaus ist das Alleinsein nicht unbedingt mit negativen oder positiven Gefühlen verbunden (Luhmann 2022). Das Alleinsein kann beispielsweise auch mit einem bewussten Rückzug zur inneren Einkehr verbunden sein.

Einsamkeit benötigt eine intersektionale Bearbeitung

Einsamkeit ist ein Phänomen das unabhängig vom **Alter der Betroffenen** in allen Lebensphasen auftreten kann. Oft wird sie durch Lebensumbrüche oder durch einschneidende Le-

bensereignisse ausgelöst. Im gesellschaftlichen Vergleich waren ältere und hochaltrige Menschen (über 75 Jahre) im Jahr 2017 besonders von Einsamkeit betroffen (Entringer 2022). Im Zuge der Auswirkungen der Covid-19-Pandemie kam es zu einer Umkehr, in den Einsamkeitswerten der Altersgruppen. Während der Pandemie waren insbesondere jüngere Menschen (unter 30 Jahren) vermehrt von Einsamkeit betroffen (Entringer und Kröger 2021; Entringer 2022). Wohingegen ältere Menschen, die zuvor am stärksten betroffen waren, im Vergleich mit anderen Altersgruppen, mit 36,6 Prozent auf nach wie vor sehr hohem Niveau am seltensten einsam waren. (Entringer 2022)

Darüber hinaus sind **Menschen in vulnerablen Lebenssituationen** einem erhöhten Risiko für das Erleben von Einsamkeit ausgesetzt. Dazu zählen unter anderem flucht- und migrationserfahrene Menschen, queere Personen, Alleinerziehende, pflegende Angehörige und Pflegebedürftige sowie Menschen mit Behinderungen, chronischen Erkrankungen sowie schwerstkranke Menschen in der letzten Lebensphase und ihre Angehörigen (Entringer 2022; Fischer 2022). Darüber hinaus gibt es auch externe Risikofaktoren für Einsamkeit, wie etwa sozialräumliche Wohnsituationen (Neu 2022). Zugleich kann ein deutlicher Zusammenhang zwischen Einsamkeit und Armut festgestellt werden. So zeigen Daten des Sozio-oekonomischen Panels, dass Personen in Haushalten mit einem erhöhten Armutsrisiko häufiger angeben, dass sie sich oft einsam fühlen als Personen in Haushalten ohne Armutsrisiko (Dittmann und Goebel 2022). Dieser Zusammenhang zwischen Einsamkeit und Armut ist, neben der hohen zeitlichen Belastung aufgrund von Sorgearbeit, auch einer der Gründe für das erhöhte Einsamkeitsrisiko von Alleinerziehenden (Schobin et al. 2021).

Daten des SOEP zeigen, dass Frauen tendenziell etwas einsamer sind als Männer. Die Unterschiede zwischen den Geschlechtern sind hier jedoch nicht sehr stark ausgeprägt (Entringer 2022). Im Alter geben Frauen jedoch mehr als doppelt so häufig an, Einsamkeit zu erleben wie Männer. So beträgt der Anteil einsamer Frauen ab 80 Jahren 15 Prozent, während der Anteil einsamer Männer in diesem Alter bei 7,4 Prozent liegt. Dieser Unterschied lässt sich u. a. dadurch erklären, dass Frauen im Alter häufiger verwitwet sind und somit partnerschaftliche Kontakte fehlen. (Kaspar et al. 2022) Zudem zeigen Studien, dass Männer in bestimmten Befragungen dazu neigen, ihre eigentlich empfundene Einsamkeit zu bagatellisieren, um eine (Selbst-)Stigmatisierung zu vermeiden (Mund 2022).

Als Schutzfaktoren für Einsamkeit im Alter können Partnerschaften sowie ein großes soziales Netzwerk mit bedeutsamen Personen benannt werden. Diese Schutzfunktion kann dabei sowohl für Menschen, die in Privathaushalten leben, als auch für Personen, die in Heimen leben, beobachtet werden. Letztere geben nach einer Erhebung aus den Jahren 2020 und 2021 mit 35,2 Prozent besonders häufig an Einsamkeit zu erleben. (Kaspar et al. 2022)

Zudem deutet die bisherige Forschung darauf hin, dass Diskriminierungserfahrungen Einsamkeitsempfindungen begünstigen können. Dieser Zusammenhang wurde weitestgehend unabhängig vom Diskriminierungsgrund, wie Alter, geschlechtlicher Identität, sexueller Orientierung, ethnischer Zugehörigkeit, oder sozioökonomischem Status festgestellt (Schobin 2022).

Nach derzeitiger Forschungslage können keine Stadt-Land-Unterschiede im Einsamkeitserleben der Bevölkerung festgestellt werden. Hier sind nach Neu eher sozialökonomische sowie demographische Dynamiken (Transformation, Strukturwandel, Abwanderung) und die Abgelegenheit einer Region (gemessen an der Entfernung zum nächsten Zentrum) entscheidend (Neu 2022).

Einsamkeit ist ein gesellschaftliches Thema, das bei vielen Betroffenen mit Gefühlen der Scham verbunden ist. Dies erschwert die individuelle Linderung von Einsamkeit sowie die gesellschaftliche Debatte zum Thema. Aus diesen Gründen ist quer zu den strategischen Zielen ein besonderer Fokus auf vulnerable Gruppen, eine intersektionale Perspektive sowie auf eine gesellschaftliche Sensibilisierung zum Thema notwendig.

Einsamkeit ist eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung

Einsamkeit ist so vielseitig, wie die Menschen die sie verspüren, die Ursachen die sie ausmachen und die individuellen Biografien die sie formen. Es gibt daher nicht *die* eine Lösung oder Maßnahme zur Verbesserung der Prävention und Bewältigung. Einsamkeit ist vielmehr eine komplexe **gesamtgesellschaftliche Herausforderung** mit zahlreichen negativen Auswirkungen auf die Gesundheit von Menschen sowie das soziale Miteinander, die einer umfassenden strategischen Bearbeitung bedarf. Einsamkeit geht häufig mit einer Erosion des interpersonellen Vertrauens einher. Das heißt, einsamen Menschen fehlt es oft an Vertrauen in ihre Mitmenschen. Dies erschwert es betroffenen Personen Beziehungen zu anderen Menschen aufzubauen oder zu erhalten (Schobin 2022). Darüber hinaus hat Einsamkeit beispielsweise einen negativen Einfluss auf die demokratische Teilhabe, wie die Beteiligung an Wahlen, den sozialen Zusammenhalt sowie das Vertrauen in politische Institutionen (Langenkamp 2021b, 2021a). Die Ergebnisse einer Studie des Progressiven Zentrums aus dem Jahr 2023 zeigen, dass Jugendliche zwischen 16 und 23 Jahren, die sich häufig einsam, unverstanden und unverbunden fühlen, eher Verschwörungserzählungen glauben, autoritären Haltungen zustimmen sowie politische Gewalt billigen (Neu et al. 2023).

Zudem weisen internationale Studien darauf hin, dass Einsamkeit mit einer stärkeren Belastung des Gesundheitssystems einhergehen kann (Bücker 2022). Denn chronische Einsamkeit hat negative Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit der Menschen und stellt nicht zuletzt auch einen zentralen Risikofaktor für Suizidalität dar (Deutscher Ethikrat 2022).

Einsamkeit als politische Herausforderung

Einsamkeit wird seit einigen Jahren zunehmend als gesellschaftliches Problem erkannt und auf verschiedenen Ebenen politisch adressiert. Im internationalen politischen Raum haben sich bereits Länder wie beispielsweise Großbritannien und die Niederlande auf den Weg gemacht, die Vorbeugung und Bewältigung von Einsamkeit zu verbessern. Im Jahr 2018 hat die britische Regierung die weltweit erste Strategie gegen Einsamkeit veröffentlicht und arbeitet seither an deren Umsetzung. Dabei werden insbesondere die Aspekte der Sensibilisierung der Öffentlichkeit, der Förderung des nachhaltigen Wandels und der Verbesserung der Wissenslage fokussiert. Die Strategie umfasst die nationale Koordination von Maßnahmen auf ministerialer Ebene, die finanzielle Förderung von Initiativen und die ressortübergreifende Zusammenarbeit (HM Government 2018). In den Niederlanden startete 2018 das Programm „Een tegen eenzaamheid“ („Vereint gegen Einsamkeit“). Dieses beinhaltet u. a. eine Kampagne, um zu einer Sensibilisierung der Bevölkerung beizutragen. Zudem werden lokale Akteurinnen und Akteure in Kommunen dazu ermutigt sogenannte „Lokale Koalitionen“ zu gründen, um das Thema koordiniert zu bearbeiten. Darüber hinaus wurde eine „Nationale Koalition“ gegründet, in der zivilgesellschaftliche Organisationen und Unternehmen zusammenarbeiten sowie eine Fachkommission mit Expertinnen und Experten, die Politik und andere Akteurinnen und Akteure berät (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen - BAGSO 2019).

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat das Thema Einsamkeit und soziale Isolation fokussiert und Handlungsempfehlungen wie beispielsweise eine verstärkte Forschung zum Thema formuliert (WHO 2021). Darüber hinaus haben die Vereinten Nationen 2020 die Dekade des gesunden Alterns ausgerufen. In diesem Rahmen sollen Maßnahmen zur Bekämpfung von Einsamkeit und sozialer Isolation von den Mitgliedstaaten ergriffen werden (UN 2020). Ebenso ist das Thema im zweiten Weltaltenplan enthalten (Madrid International Plan of Action on Ageing- MIPAA) (UN 2002).

Zudem arbeitet das Joint Research Center der EU Kommission an einer weiteren Erforschung sowie Analyse der Verbreitung von Einsamkeit in Europa (European Commission und Joint Research Centre 2021).

In Deutschland gibt es auf der Ebene der Länder zahlreiche Ansätze sowie Förderungen von Projekten und Programmen, die eine bessere Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit zum Ziel haben. Zudem hat sich der Landtag in Nordrhein-Westfalen in einer Enquetekommission mit dem Titel „Bekämpfung sozialer Isolation in Nordrhein-Westfalen und der daraus resultierenden physischen und psychischen Folgen auf die Gesundheit“ umfassend mit dem Thema beschäftigt und einen Abschlussbericht mit Handlungsempfehlungen vorgelegt (Landtag NRW 2022).

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend fördert seit 2021 das Projekt Kompetenznetz Einsamkeit (KNE), welches durch das Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. durchgeführt wird. Das Projekt hat zum Ziel, das bestehende Wissen zum Thema Einsamkeit zu bündeln, Wissenslücken zu schließen und gewonnene Erkenntnisse in die politische und gesellschaftliche Praxis einfließen zu lassen. Im Juni 2022 veranstaltete das KNE in Zusammenarbeit mit dem BMFSFJ die Konferenz „Gemeinsam aus der Einsamkeit“. Im Rahmen dieser Konferenz gab Bundesfamilienministerin Lisa Paus den Startschuss zur Erarbeitung einer Strategie gegen Einsamkeit.

Das vorliegende „Diskussionspapier: Auf dem Weg zu einer Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit“ stellt einen weiteren Baustein zur systematischen Bearbeitung des Themas in Deutschland dar. Dabei werden fünf Ziele zur Stärkung der sozialen Verbundenheit und des gesellschaftlichen Miteinanders verfolgt. Die Ziele **Sensibilisierung der Öffentlichkeit (1.)**, **Wissen stärken (2.)**, **Praxis stärken (3.)**, **Bereichsübergreifend agieren (4.)** und **Menschen unterstützen – Angebote ausbauen (5.)** werden im Weiteren genauer erklärt.

Mögliche Ziele einer Strategie gegen Einsamkeit

1. Die Öffentlichkeit wird sensibilisiert und das Thema Einsamkeit wird besprechbar gemacht.

Einsamkeit ist bei vielen Personen mit Gefühlen der Scham verbunden. Dies hindert Menschen häufig daran, mit anderen über ihre Einsamkeitserfahrungen zu sprechen oder sich Unterstützung für einen Ausweg aus der Einsamkeit zu suchen. Zudem stoßen viele Menschen, die Einsamkeit erleben auf Unverständnis oder Ratlosigkeit in ihrem Umfeld. Darüber hinaus erschwert die Scham den gesellschaftlichen Diskurs zum Thema und damit auch die Bewältigung und Linderung von Einsamkeit.

Aus diesen Gründen sind die Sensibilisierung und die Aufklärung von Fachkräften der Sozialen Arbeit sowie im gesundheitlichen Bereich, von bürgerschaftlich Engagierten sowie der breiten Öffentlichkeit von besonderer Bedeutung. Um die (Fach)Öffentlichkeit zu sensibilisieren, den gesellschaftlichen Diskurs und den Wissensaustausch zum Thema Einsamkeit zu fördern, sollen nachfolgende Maßnahmen ergriffen werden. Hierbei soll der Fokus nicht ausschließlich auf Einsamkeit und ihren negativen Auswirkungen liegen. Auch die positiven Aspekte sozialer Verbundenheit sowie des gesellschaftlichen Zusammenhalts sollen hier explizit dargestellt werden. Dabei wird in der Ausgestaltung der Sensibilisierungsmaßnahmen auf eine zielgruppenspezifische Ansprache sowie Medien- und Formatwahl geachtet. Die vielfältigen Lebenssituationen, in denen Einsamkeit auftritt, sollten durch die Sensibilisierungsmaßnahmen sichtbar werden. Zudem werden Möglichkeiten der Partizipation sowie eine diskriminierungssensible Sprache und Darstellung berücksichtigt.

Mögliche Kernmaßnahmen:

1.1. Das BMFSFJ fördert die Konzeption und Durchführung von bundesweiten öffentlichkeitswirksamen Aktionen und Sensibilisierungskampagnen zum Thema Einsamkeit sowie deren Evaluation.

Ggf. weitere öffentlichkeitswirksame Aktionen.

1.2. In Anlehnung an die „loneliness awareness week“ in Großbritannien wirkt das BMFSFJ daran mit, eine jährlich stattfindende **Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“** zu initiieren und zu etablieren, in der unterschiedliche Aktive der Zivilgesellschaft zusammenarbeiten und ein vielfältiges Programm zur Information und Sensibilisierung anbieten.

Ggf. jährlich wechselnde Beteiligung.

Mögliche weitere Maßnahmen:

1.3. Es werden **regelmäßige, niedrigschwellige und öffentliche Informationsveranstaltungen** zu verschiedenen und aktuellen Aspekten des Themas Einsamkeit durch das BMFSFJ gefördert.

Ggf. weitere Formate.

1.4. Das BMFSFJ fördert **regelmäßige Fachkonferenzen** zur Verbreitung von evidenzbasiertem und praxisbezogenem Wissen sowie zur Qualifizierung des Diskurses und zur Vernetzung von Akteurinnen und Akteuren im Feld.

Ggf. weitere Beteiligung.

1.5. Anwendungsnahe Publikationen, wie Theorie-Praxis-Leitfäden, die evidenzbasiertes Wissen mit einer praxisnahen Perspektive verbinden und so zu einer Qualifizierung von Akteurinnen und Akteuren der Sozialen Arbeit, der Zivilgesellschaft sowie der kommunalen Ebene beitragen, werden durch das BMFSFJ gefördert.

Ggf. weitere Publikationen.

2. Das Wissen um die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit im professionellen Kontext und im Engagement wird gestärkt.

In der Wissenschaft bestehen einige Forschungslücken, die es zu schließen gilt, um ein umfassendes Verständnis des Phänomens Einsamkeit in Deutschland zu erhalten. Dies betrifft unter anderem ein langfristiges Monitoring von Einsamkeit, das es ermöglicht das Ausmaß sowie die Verbreitung von Einsamkeit in unterschiedlichen Alters- sowie Risikogruppen zu erheben, Veränderungen im Zeitverlauf zu dokumentieren sowie eine internationale Vergleichbarkeit dieses Monitorings zu ermöglichen (Mund 2022). Zum Thema Einsamkeit bei jungen Menschen und deren Ursachen sowie langfristigen Folgen besteht ebenfalls noch Forschungsbedarf (Thomas 2022). Darüber hinaus ist ein Forschungsfokus auf besondere Vulnerabilitäten aufgrund von weiteren Risikofaktoren für Einsamkeit sinnvoll.

Zudem ist das Wissen in Bezug auf die konkrete und praktische Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit noch lückenhaft. Auch ist die Evaluation von Maßnahmen ein wichtiges Mittel, um bestehende Wissenslücken zu schließen und Angebote evidenzbasiert weiterzuentwickeln. Aus diesen Gründen ist beispielsweise eine Untersuchung der hinderlichen und förderlichen Faktoren in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit auf individueller sowie gesellschaftlicher Ebene sinnvoll. Um das Wissen in Bezug auf das Thema Einsamkeit zu stärken und die Forschung zu fördern, sollen folgende Maßnahmen ergriffen werden.

Mögliche Kernmaßnahmen:

2.1. Das BMFSFJ fördert ein **Einsamkeitsbarometer**, mit dem das Ausmaß und die Verbreitung von Einsamkeit in unterschiedlichen sozialen Gruppen regelmäßig erhoben werden. Zudem sollen besondere Vulnerabilitäten und vulnerable Gruppen fokussiert sowie Resilienz- und Schutzfaktoren betrachtet werden. Dabei wird sowohl die bundesweite als auch die regionale Verbreitung von Einsamkeit erhoben. Die Analysen sollen mit quantitativen und qualitativen Methoden durchgeführt werden.

2.2. Praxisnahe und partizipative Forschung, die hinderliche und förderliche Faktoren im Zusammenhang mit der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit identifiziert, wird durch das BMFSFJ gefördert.

Ggf. weitere Förderung.

Mögliche weitere Maßnahmen:

2.3. Die Bundesregierung fördert **Grundlagenforschung** beispielsweise zu den gesellschaftlichen und politischen Auswirkungen von Einsamkeit, zum Prozess der Chronifizierung von Einsamkeit sowie der Rolle des bürgerschaftlichen Engagements in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit.

Konkretisierung durch Nennung von Maßnahmen.

2.4. Expertisen, die vorhandenes Wissen bündeln, Forschungslücken aufzeigen sowie schließen und zu einer Qualifizierung des Diskurses beitragen, werden durch das BMFSFJ gefördert.

Ggf. Förderung von weiteren Expertisen.

2.5. Ein regelmäßiger **Monitoring-Bericht** zur Umsetzung der Strategie gegen Einsamkeit wird durch das BMFSFJ veröffentlicht.

Ggf. weitere Beteiligung am Umsetzungsbericht.

2.6. In Zusammenarbeit und Absprache mit den Ländern wird eine Förderung von **universitären Lehrstühlen** zum Thema Einsamkeit geprüft.

Ergänzung erforderlich.

3. Die Arbeit von Praktikerinnen und Praktikern in der Sozialen Arbeit und im Engagement zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird gestärkt.

In Deutschland sind bereits zahlreiche und vielfältige Akteurinnen und Akteure in den Wohlfahrtsverbänden, im zivilgesellschaftlichen Engagement sowie in der Praxis der Sozialen Arbeit in der aktiven Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit aktiv. Dabei werden unterschiedliche Ansätze, Methoden und Herangehensweisen der Projekte und Initiativen verfolgt. Diese Arbeit verbessert die Situation vieler Menschen, die Einsamkeit erleben durch konkrete Unterstützung sowie Hilfsangebote und bewahrt sie vor weiteren Vereinsamungsprozessen. Auch die Arbeit von Selbsthilfeorganisationen ist hier von großer Bedeutung. Darüber hinaus können die Erfahrung und das praktische Wissen der Aktiven im Engagement und der Sozialen Arbeit durch einen stärkeren Austausch zu einer Verbesserung der Arbeit im Kontext von Einsamkeit beitragen. Um diese Arbeit der Praktikerinnen und Praktiker, die in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit aktiv sind, zu stärken, eine bessere Vernetzung zu ermöglichen und den Austausch zu fördern, sollen folgende Maßnahmen ergriffen werden.

Mögliche Kernmaßnahmen:

3.1. Zukünftige Förderprogramme für Maßnahmen und Projekte zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit des BMFSFJ sollen vielfältige Ansätze ermöglichen. Dabei sollen sowohl **altersunabhängige als auch zielgruppenspezifische Förderungen ermöglicht werden**. Zudem werden **diskriminierungssensible Ansätze** berücksichtigt sowie ein Fokus auf **vulnerable Gruppen** gelegt. Ziel ist es, unterschiedliche Ansätze zu erproben, zu evaluieren und evidenzbasiert zu etablieren. Dabei wird auf eine barrierefreie Ausgestaltung der Maßnahmen geachtet.

Ggf. weitere Bekenntnisse und Konkretisierung.

3.2. Die Vernetzung von Akteurinnen und Akteuren der Sozialen Arbeit und aus dem Engagement wird durch **regelmäßige Austausch- und Partizipationsformate**, die durch das BMFSFJ gefördert werden, unterstützt.

Ggf. weitere Beteiligung.

Mögliche weitere Maßnahmen:

3.3. Eine **Systematisierung der zahlreichen und vielfältigen Maßnahmen** zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird durch das BMFSFJ gefördert, um einen

Überblick über die bestehende Maßnahmen- und Projektlandschaft zu erhalten sowie die Vernetzung zu stärken.

Ggf. weitere Beteiligung.

3.4. Die Entwicklung **nachhaltiger und prozessorientierter Förderprogramme** zur Ermöglichung von passgenauen Maßnahmen und Projekten zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit wird durch das BMFSFJ angestrebt.

Ggf. weitere Beteiligung.

3.5. Regelmäßige Informationsformate zu aktuellen Themen und Entwicklungen im Kontext von Einsamkeit für Akteurinnen und Akteure der Fachöffentlichkeit werden durch das BMFSFJ gefördert und zur Verfügung gestellt.

ENTWURF

4. Einsamkeit wird als gesamtgesellschaftliche Herausforderung verstanden und die Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit sektoren- und bereichsübergreifend fokussiert.

Einsamkeit stellt aufgrund der Komplexität des Themas, der zahlreichen negativen individuellen und gesellschaftlichen Auswirkungen sowie den beschriebenen Risikofaktoren ein Querschnittsthema dar, welches einer gesamtgesellschaftlichen Bearbeitung bedarf. Um eine nachhaltige Verbesserung in der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit zu erreichen ist es notwendig, dass das Thema in unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen und auf unterschiedlichen Ebenen mitgedacht wird.

Die internationale Forschung weist darauf hin, dass Maßnahmen zur sozialen Unterstützung zu einer Reduktion von Einsamkeit beitragen können. Daher ist ein sektorenübergreifendes Vorgehen, bei dem Akteurinnen und Akteure aus verschiedenen Disziplinen (wie psychologische, medizinische und pädagogische Fachkräfte) für das Thema sensibilisiert werden, sinnvoll. Zudem haben sich auch psychologische Interventionen, die beispielsweise Wahrnehmungsverzerrungen von chronisch einsamen Personen fokussieren, als wirksam erwiesen. (Bücker 2022b im Erscheinen).

Darüber hinaus kann auf Basis von Forschungsergebnissen davon ausgegangen werden, dass die Förderung von bürgerschaftlichem Engagement ein geeignetes Instrument sein könnte, um sowohl Einsamkeit zu lindern und vorzubeugen, als auch die politische Partizipation von Menschen zu stärken (Schobin 2022).

Um das Verständnis von Einsamkeit als einer gesamtgesellschaftlichen sowie sektoren- und bereichsübergreifenden Herausforderung zu stärken, sollen folgende Maßnahmen ergriffen werden.

Mögliche Kernmaßnahmen:

4.1. Die Bundesregierung prüft die Initiierung einer **bundesweiten Koalition gegen Einsamkeit** von interessierten Akteurinnen und Akteuren wie beispielsweise Unternehmen, Gewerkschaften, Verbänden, Initiativen, Stiftungen, Vereinen, religiösen Gemeinschaften und Organisationen, die mit Maßnahmen und Aktionen zu einer Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit in der Bevölkerung beitragen möchten.

Konkretisierung erforderlich.

4.2. Um eine nachhaltige und bereichsübergreifende Bearbeitung des Themas zu fördern, etabliert die Bundesregierung eine **interministerielle Arbeitsgruppe** unter Fe-

derführung des BMFSFJ. Die Arbeitsgruppe hat dabei zum Ziel, den ressortübergreifenden Austausch sowie ein gemeinsames und koordiniertes Vorgehen zu gewährleisten.

Konkretisierung erforderlich.

Mögliche weitere Maßnahmen nach gesellschaftlichen Bereichen:

Gesellschaft vor Ort stärken

4.3. Soziale Orte, welche Raum für Austausch, Begegnung und Engagement von Menschen aller Altersgruppen in den Kommunen bieten, werden durch das BMFSFJ gefördert.

4.4. Die **Integrative Sozialplanung** sollte das **Thema soziale Gelegenheitsinfrastruktur** in den Landkreisen und kreisfreien Städten in der Verbindung von Jugendhilfe-, Alten-, Stadtentwicklungs-, Regional- oder auch Bauplanung aufnehmen. Das BMFSFJ prüft dazu in Abstimmung mit den zuständigen Ressorts die Entwicklung zusätzlicher Strategien und Handlungsempfehlungen für Kommunen.

4.5. Das BMFSFJ entwickelt in Abstimmung mit den zuständigen Ressorts Handlungsempfehlungen für Kommunen, um die Gründung von **sektoren- und bereichsübergreifenden lokalen „Allianzen zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit“** zu unterstützen. Damit soll ein koordiniertes und vernetztes Vorgehen von vielfältigen kommunalen Akteurinnen und Akteuren erreicht werden (z. B. Kommunale Verwaltungen, Quartiersmanagement, Nachbarschaftstreffs, Mehrgenerationenhäuser, Arztpraxen).

4.6. Das BMFSFJ fördert Projekte, um **Kommunen** dabei zu unterstützen, die Folgen des demografischen Wandels zu gestalten. Zudem soll die **Stärkung der kommunalen Altenhilfe fokussiert** werden.

4.7. Das BMFSFJ regt die Fortführung und den Ausbau von Formaten zur **Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern** zur Mitgestaltung von öffentlichen lokalen Räumen an.

4.8. Das BMFSFJ stärkt **generationsübergreifende Wohnformen**. Solche gemeinschaftlichen Wohnformen ermöglichen das Entstehen von Fürsorgestrukturen, die Unterstützung im Alltag sowie sozialen Austausch bieten können.

Ggf. weitere Förderung.

Bildung

4.9. Um Kinder und Jugendliche frühzeitig zu sensibilisieren und ihnen Handlungs- und Kommunikationsstrategien im Umgang mit Einsamkeit an die Hand zu geben, werden Projekte, die eine Thematisierung von psychischer Gesundheit, Einsamkeit sowie der Bedeutung sozialer Beziehungen **in der schulischen sowie in der Pädagogik der frühen Kindheit** fokussieren, durch Fördermaßnahmen des BMFSFJ unterstützt.

Ggf. weitere Förderung.

4.10. Die Etablierung des Themas Einsamkeit in **beruflichen Ausbildungen und Studiengängen** mit Gesundheits- und Sozialbezug wird in Zusammenarbeit von Bund und Ländern geprüft, um die Absolventinnen und Absolventen mit Blick auf ihre spätere Berufstätigkeit zur Unterstützung ihrer Patientinnen und Patienten sowie Klientinnen und Klienten bei möglichen und bestehenden einsamkeitsbedingten Problemlagen zu befähigen.

Konkretisierung erforderlich.

4.11. Das BMFSFJ fördert Projekte zur Stärkung der **Bildung im Alter im Sinne des lebenslangen Lernens**, um eine selbstverantwortliche Lebensführung in allen Lebensbereichen bis in das hohe Alter zu ermöglichen. Bildung stärkt nicht nur die persönliche Lebensgestaltung, sondern auch den Austausch mit anderen in gemeinsamem Handeln.

Ggf. weitere Förderung.

Arbeitswelt

4.12. Die **Sensibilisierung von Akteurinnen und Akteuren der Arbeitswelt wird durch das BMFSFJ** gefördert, um die Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit auch auf der betrieblichen Ebene zu etablieren und der erhöhten Gefahr für Einsamkeit an Lebensumbruchphasen (z. B. Ausbildungseinstieg, Renteneinstieg) entgegenzuwirken.

Ggf. weitere Förderung.

4.13. Um mehr Menschen im Übergang in die nachberufliche Phase für das freiwillige Engagement zu gewinnen, wird der Ausbau von **Kooperationen zwischen Unternehmen/Arbeitgeberinnen und Arbeitgebern sowie Einrichtungen sozialer Infrastruktur** unterstützt.

Konkretisierung erforderlich.

Gesundheit und Pflege

4.14. Die **Sensibilisierung von Akteurinnen und Akteuren sowie Institutionen des Gesundheitswesens** zu den Auswirkungen und Risiken von Einsamkeit wird von der Bundesregierung angestrebt (z. B. Gesundheitsämter, Gesundheitskioske, Pflegestützpunkte, soziale Dienste in Krankenhäusern, ambulante Pflegedienste, Gesetzliche Krankenkassen, Pflegefachkräfte, Ärztinnen und Ärzte, Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte, Geriaterinnen und Geriater und weitere Fachärztinnen und -ärzte sowie Apothekerinnen und Apotheker). Eine stärkere Verankerung der Prävention von Einsamkeit in den Bundesrahmenempfehlungen der **Nationalen Präventionskonferenz (NPK)** wird angestrebt.

Konkretisierung erforderlich.

4.15. Die Sensibilisierung und **Information von psychologischem, psychotherapeutischem und psychiatrischem Fachpersonal**, auch aus dem Bereich Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie sowie Gerontopsychologie und -psychiatrie, zum Thema Einsamkeit wird durch die Bundesregierung gefördert. Zugleich soll zur Verbesserung der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit auf die Expertise und die Erfahrung des genannten Fachpersonals zurückgegriffen werden.

Konkretisierung erforderlich.

4.16. Das BMFSFJ fördert Maßnahmen zur Weiterentwicklung **hospizlicher und palliativer Angebote**, die darauf ausgerichtet sind, insbesondere schwerstkranken Alleinstehenden und allein lebenden, insbesondere sehr alten Menschen, gesellschaftliche Teilhabe in der letzten Lebensphase zu ermöglichen, werden gefördert.

Ggf. weitere Förderung.

4.17. Um die Situation von **pflegenden Angehörigen** zu verbessern, sieht der Koalitionsvertrag die Weiterentwicklung der Pflegezeit- und Familienpflegezeitgesetze vor, auch durch Ermöglichung von mehr Zeitsouveränität. Durch zeitliche Entlastung kann ein weiterer externer Risikofaktor der Einsamkeit reduziert werden. Das BMFSFJ bereitet eine grundsätzliche Reform der Familienpflegezeit vor.

Ggf. Konkretisierung durch weitere Maßnahmen.

4.18. Maßnahmen zur **Erhaltung von Kompetenzen älterer Menschen sowie zu deren Unterstützung** werden gefördert, um soziale Teilhabe zu ermöglichen sowie zu erhalten.

Konkretisierung erforderlich.

4.19. Im Koalitionsvertrag wurde vereinbart, Wartezeiten auf einen psychotherapeutischen Behandlungsplatz, insbesondere für Kinder- und Jugendliche, aber auch in ländlichen und strukturschwachen Regionen deutlich zu reduzieren. Besonders betroffen von langen Wartezeiten sind Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen. Daher beabsichtigt das Bundesministerium für Gesundheit in Abstimmung mit den maßgeblichen Akteuren Möglichkeiten zu schaffen, wie Versorgungskapazitäten speziell für diese Patientinnen und Patienten erweitert werden können.

Konkretisierung erforderlich.

Digitalisierung

4.20. Der Erwerb **digitaler Kompetenzen** insbesondere bei älteren Menschen wird durch das BMFSFJ gefördert.

Ggf. weitere Förderung.

4.21. Die Vermittlung von **Kompetenzen bei jungen Menschen** im achtsamen Umgang mit digitalen Medien und sozialen Netzwerken wird durch das BMFSFJ gefördert.

Ggf. weitere Förderung.

Engagement

4.22. Das **bürgerschaftliche Engagement** von Menschen unterschiedlicher Altersgruppen sowie das vielfältige Vereinsleben (z. B. Sport- und Musikvereine) werden durch das BMFSFJ unterstützt und gefördert, um das soziale Miteinander und die soziale Teilhabe sowie die Selbstwirksamkeit von Menschen zu stärken und bedeutungsvolle Interaktionen zu fördern.

Ggf. weitere Nennungen.

4.23. Das **demokratische Engagement** von Bürgerinnen und Bürgern wird durch das BMFSFJ gefördert und gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit bekämpft.

Ggf. weitere Nennungen.

5. Menschen mit Einsamkeitserfahrungen erhalten niedrigschwellige und barrierefreie Zugänge zu bedürfnisorientierten Angeboten.

Einsamkeit, die über einen längeren Zeitraum anhält, ist bei vielen Menschen mit einer Erosion des Vertrauens in andere Menschen sowie mit Gefühlen der Scham und Schüchternheit verbunden. Oft fällt es Menschen daher schwer ohne Unterstützungs- und Hilfsangebote Wege aus der Einsamkeit zu finden (Schobin 2022). Daher ist es wichtig, dass Menschen, die Einsamkeit erleben, einen niedrigschwelligen Zugang zu Angeboten erhalten und bestehende Angebote der sozialen Infrastruktur stärker auf ihre Bedürfnisse angepasst werden. Dabei sollte auf eine zielgruppenorientierte sowie altersspezifische Ansprache und Ausgestaltung geachtet werden. Zwar konnte durch bisherige Forschung keine Überlegenheit einer bestimmten Interventionsart für eine bestimmte Zielgruppe identifiziert werden, doch Interventionen gegen Einsamkeit können wirksamer sein, wenn die unterschiedlichen Bedürfnisse verschiedener Alters- und Risikogruppen in der Angebotsgestaltung berücksichtigt werden (Bücker 2022b im Erscheinen). Als Schutzfaktoren für Einsamkeit im Alter gilt beispielsweise ein großes soziales Netzwerk mit bedeutsamen Personen. Diese Schutzfunktion kann dabei sowohl für Menschen, die in Privathaushalten leben, als auch für Personen, die in Heimen leben, beobachtet werden (Kaspar et al. 2022). Daher sind Angebote, die auf eine Erweiterung sowie den Erhalt von sozialen Kontakten ausgerichtet sind, für ältere Menschen sinnvoll. Ebenso sind aufsuchende Angebote ein vielversprechender Ansatz, um Einsamkeit bei älteren und mobilitätseingeschränkten Personen zu reduzieren (Bücker 2022). In Bezug auf jüngere Erwachsene werden hingegen Angebote zur Förderung von sozialen Fähigkeiten empfohlen (Bücker 2022b im Erscheinen). Zudem ist der Ausbau von niedrigschwelligen Unterstützungs- und Hilfsangeboten sinnvoll (Neu und Müller 2020). Dabei sollte auf eine partizipative, zielgruppen- und altersspezifische Ausgestaltung sowie unterschiedliche Formate geachtet werden. Besonders vulnerable Gruppen sollten dabei in den Blick genommen werden. Um dies zu erreichen werden folgende Maßnahmen ergriffen.

Mögliche Kernmaßnahmen:

5.1. Projekte und Programme mit Angeboten zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit für unterschiedliche Zielgruppen werden durch das BMFSFJ gefördert. Dabei wird eine Evaluation der Projekte und Programme durchgeführt.

5.2. Es werden bundesweite sowie kostenfreie **vielfältige digitale, telefonische und lokale Beratungsangebote** gefördert, die auf unterschiedliche Zielgruppen ausgerichtet sind und Menschen unterstützen. Dabei werden auch von Einsamkeit betroffene Menschen beraten und unterstützt.

Ggf. weitere Förderung.

Mögliche weitere Maßnahmen:

5.3. Die **Perspektive von Menschen mit Einsamkeitserfahrungen** aus unterschiedlichen sozialen Gruppen wird in der Konzeption von Maßnahmen zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit mitgedacht und in der Ausgestaltung der Maßnahmen einbezogen.

Konkretisierung erforderlich.

5.4. Die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie haben zu einem signifikanten Anstieg von Einsamkeit in der Gesellschaft und insbesondere unter jungen Menschen geführt. Deshalb fördert das BMFSFJ vielfältige Angebote zur **Stärkung der gesellschaftlichen Teilhabe von jungen Menschen**. Angebote der offenen Kinder und Jugendarbeit, der Schulsozialarbeit sowie Jugendsozialarbeit werden gestärkt und für das Thema sensibilisiert.

Ggf. weitere Förderung.

Literaturverzeichnis

Bücker, Susanne (2022): Die gesundheitlichen, psychologischen und gesellschaftlichen Folgen von Einsamkeit. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 10). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2879/>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen -BAGSO (Hg.) (2019): Dokumentation des Fachkongresses. Einsamkeit im Alter – aktive Teilhabe an der Gesellschaft ermöglichen. BAGSO. Bonn.

Deutscher Ethikrat (2022): Suizid – Verantwortung, Prävention und Freiverantwortlichkeit. Stellungnahme. Hg. v. Deutscher Ethikrat. Berlin. Online verfügbar unter <https://www.ethikrat.org/fileadmin/Publikationen/Stellungnahmen/deutsch/stellungnahme-suizid.pdf>, zuletzt geprüft am 10.01.2023.

Dittmann, Jörg; Goebel, Jan (2022): Einsamkeit und Armut. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 5). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2943/>, zuletzt geprüft am 03.11.2022.

Entringer, Theresa (2022): Epidemiologie von Einsamkeit in Deutschland. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 4). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2876/>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

Entringer, Theresa; Kröger, Hannes (2021): Weiterhin einsam und weniger zufrieden. Die Covid-19-Pandemie wirkt sich im zweiten Lockdown stärker auf das Wohlbefinden aus. Hg. v. DIW (DIW aktuell, 67). Online verfügbar unter https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.820781.de/diw_aktuell_67.pdf, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

European Commission; Joint Research Centre (2021): Loneliness in the EU. Insights from surveys and online media data. Online verfügbar unter <https://data.europa.eu/doi/10.2760/28343>, zuletzt geprüft am 17.11.22.

Fischer, Mirjam (2022): Einsamkeit unter LSBTQI* Menschen. Gesellschaftliche Entfremdung, soziale Ausgrenzung und Resilienz. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 7). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2859/>, zuletzt geprüft am 24.10.2022.

HM Government (2018): A connected society. A strategy for tackling loneliness – laying the foundations for change. Department for Digital, Culture, Media and Sport. Online verfügbar

unter https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/936725/6.4882_DCMS_Loneliness_Strategy_web_Update_V2.pdf, zuletzt geprüft am 17.11.2022.

Kaspar, Roman; Wenner, Judith; Tesch-Römer, Clemens (2022): Einsamkeit in der Hochaltrigkeit (D80+ Kurzberichte, 4). Online verfügbar unter https://ceres.uni-koeln.de/fileadmin/user_upload/Bilder/Dokumente/NRW80plus_D80plus/20220126_D80__Kurzbericht-Nummer-4_Jan2022.pdf, zuletzt geprüft am 1.12.22.

Landtag NRW (2022): Bekämpfung sozialer Isolation in Nordrhein-Westfalen und der daraus resultierenden physischen und psychischen Folgen auf die Gesundheit. Düsseldorf.

Langenkamp, Alexander (2021a): Lonely hearts, empty booths? The relationship between loneliness, reported voting behavior and voting as civic duty. In: *Social Science Quarterly* 102 (4), S. 1239–1254. Online verfügbar unter <https://doi.org/10.1111/ssqu.12946>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

Langenkamp, Alexander (2021b): The influence of loneliness on perceived social belonging and trust believes - longitudinal evidence from the Netherlands. In: *OSF Preprints*. Online verfügbar unter <https://doi.org/10.31219/osf.io/erpja>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

Luhmann, Maike (2022): Definitionen und Formen der Einsamkeit. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 1). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2882/>, zuletzt geprüft am 07.09.2022.

Mund, Marcus (2022): Quantitative Messung von Einsamkeit in Deutschland. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 3). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2965/>, zuletzt geprüft am 15.11.2022.

Neu, Claudia (2022): Place Matters! Raumbezogene Faktoren von Einsamkeit und Isolation. Erkenntnisse und Implikationen für die Praxis. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 8). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/3458/>, zuletzt geprüft am 12.10.2022.

Neu, Claudia; Küpper, Beate; Luhmann, Maike (2023): Extrem einsam? Die demokratische Relevanz von Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen in Deutschland. Hg. v. Progressives Zentrum. Online verfügbar unter https://www.progressives-zentrum.org/wp-content/uploads/2023/02/Kollekt_Studie_Extrem_Einsam_Das-Progressive-Zentrum.pdf.

Neu, Claudia; Müller, Fabian (2020): Einsamkeit. Gutachten für den Sozialverband Deutschland. Sozialverband Deutschland. Berlin. Online verfügbar unter <https://www.sovd.de/fileadmin/bundesverband/pdf/broschueren/gesundheit/Gutachten-Einsamkeit-sovd.pdf>, zuletzt geprüft am 2.12.22.

Schobin, Janosch (2022): Einsamkeit, Gesellschaft und Demokratie: Einstellungen und Teilhabe. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V./Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertisen, 11). Online verfügbar unter <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/download/2872/>, zuletzt geprüft am 14.10.2022.

Schobin, Janosch; Haefner, Gonzalo; Eulert, Matthias (2021): Gesellschaftlicher Wandel und Einsamkeit. Hg. v. Landtag Nordrhein-Westfalen. Gutachten für die Enquetekommission IV "Einsamkeit" - Bekämpfung sozialer Isolation in Nordrhein-Westfalen und der daraus physischen und psychischen Folgen auf die Gesundheit. Düsseldorf. Online verfügbar unter https://www.landtag.nrw.de/files/live/sites/landtag-r20/files/Internet/I.A.1/EK/17._WP/EK%20IV/MMI17-365.pdf.

Thomas, Severine (2022): Einsamkeitserfahrungen junger Menschen – nicht nur in Zeiten der Pandemie. In: *Soz Passagen* 14 (1), S. 97–112. DOI: 10.1007/s12592-022-00415-7.

UN (2002): Madrid International Plan of Action on Ageing and the Political Declaration. Hg. v. United Nations. United Nations - Second World Assembly on Aging. Madrid, Spain. Online verfügbar unter <https://www.un.org/development/desa/ageing/madrid-plan-of-action-and-its-implementation.html>, zuletzt geprüft am 10.01.2023.

UN (2020): Resolution adopted by the General Assembly on 14 December 2020. United Nations Decade of Healthy Ageing (2021–2030). United Nations. Online verfügbar unter <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N20/363/87/PDF/N2036387.pdf?OpenElement>.

WHO (2021): Social isolation and loneliness among older people: advocacy brief. World Health Organization. Online verfügbar unter <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1358663/retrieve>, zuletzt geprüft am 17.11.2022.

Anhang: Liste laufender und geplanter Maßnahmen

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
1.	Sensibilisieren		
1.1.	Öffentlichkeitswirksame Aktionen und Sensibilisierungskampagnen		Übergreifend
1.1.1.	Eine bundesweite Sensibilisierungskampagne zu Einsamkeit , die sich sowohl an Menschen mit Einsamkeitserfahrungen als auch an ihr Umfeld richtet, wird durch das BMFSFJ konzeptioniert und durchgeführt. Dabei werden u. a. digitale Kommunikations-, Informations- sowie Social-Media-Angebote erstellt, um die unterschiedlichen Zielgruppen sowohl im analogen als auch im digitalen Raum zu erreichen, für das Thema Einsamkeit zu sensibilisieren und über entsprechende Beratungs- sowie Hilfsangebote zu informieren.	11/2022 - 01/2023 Fortsetzung geplant	BMFSFJ
1.1.2.	Öffentlichkeitswirksame Aktionen des BMFSFJ	Bis 12/2025	BMFSFJ
1.2.	Etablierung einer Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“	Erstmals in 6/2023, dann Fortsetzung	2023: FF BMFSF Beteiligung übergreifend
1.3.	Förderung regelmäßiger, niedrigschwelliger und öffentlicher Informationsveranstaltungen	Fortlaufend	Übergreifend
1.3.1.	Das Kompetenznetz Einsamkeit (KNE), das vom Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. durchgeführt und vom BMFSFJ gefördert wird, führt die Veranstaltungsreihe KNE Salons durch, die überwiegend online stattfindet. Die Reihe beleuchtet unterschiedliche Aspekte des Themas Einsamkeit aus praxisnaher sowie wissenschaftlicher Perspektive.	2021 - 2024	BMFSFJ
1.4.	Förderung bzw. Durchführung regelmäßiger Fachkonferenzen		Übergreifend

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
1.4.1.	Am 13. und 14. Juni 2022 veranstaltete das KNE in Kooperation mit dem BMFSFJ die Konferenz „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ . An der Veranstaltung nahmen Fachkräfte der Sozialen Arbeit, Engagierte, Politikerinnen und Politiker, Forschende sowie Vertreterinnen und Vertreter aus Wohlfahrtsverbänden und anderen Projekten sowie Organisationen teil.	06/2022 Weitere geplant	BMFSFJ
1.5.	Förderung von anwendungsnahen Publikationen		Übergreifend
1.5.1.	Das KNE erstellt einen Theorie-Praxis-Leitfaden für Akteurinnen und Akteure der Zivilgesellschaft.	2021 - 2024	BMFSFJ
1.5.2.	Das KNE erstellt einen Theorie-Praxis-Leitfaden mit einem Fokus auf Kommunen.	2021 - 2024	BMFSFJ
1.5.3.	Das KNE erstellt einen Theorie-Praxis-Leitfaden mit einem Digitalisierungsfokus.	2021 - 2024	BMFSFJ
2.	Wissen stärken		
2.1.	Das KNE arbeitet in Zusammenarbeit mit dem BMFSFJ an der Etablierung eines Einsamkeitsbarometers . Das Barometer hat zum Ziel, die Datengrundlage politischer und fachlicher Entscheidungen zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit zu verbessern und eine wichtige Grundlage für weiterführende Einsamkeitsforschung zu liefern.	2023 - 2025	BMFSFJ
2.2.	Förderung von praxis- und betroffenenaher Forschung		Übergreifend
2.2.1.	Im Rahmen der qualitativen Praxisforschung des KNE mit betroffenen Personen sowie Expertinnen und Experten sollen förderliche und hinderliche Faktoren in der Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit identifiziert werden.	2021 - 2024	BMFSFJ
2.3.	Förderung von Grundlagenforschung		Übergreifend
2.4.	Förderung von Expertisen		Übergreifend
2.4.1.	Das Kompetenznetz Einsamkeit veröffentlicht im Rahmen der Schriftenreihe KNE Expertisen , wissenschaftliche Ausarbeitungen von Expertinnen und Experten zum Thema Einsamkeit. Dabei wird vorhandenes Wissen gebündelt sowie Forschungslücken aufgezeigt.	2021 - 2024	BMFSFJ
2.5.	Monitoring-Bericht zur Umsetzung der Strategie gegen Einsamkeit	07/2022 - 2025	BMFSFJ

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
2.6.	Förderung von universitären Lehrstühlen		Konkretisierung
3.	Praxis stärken		
3.1.	Ausbau altersunabhängiger und diskriminierungssensibler Zugänge zu Förderprogrammen - Fokus vulnerable Gruppen		BMFSFJ
3.2.	Regelmäßige Austausch- und Partizipationsformate		Übergreifend
3.2.1.	Im Rahmen der Netzwerkarbeit des KNE werden unterschiedliche Akteurinnen und Akteure, die im zivilgesellschaftlichen Raum, in der Wissenschaft und der Politik, in der Vorbeugung sowie Linderung von Einsamkeit aktiv sind, durch unterschiedliche Netzwerkveranstaltungen zusammengebracht. Ziel dieses Vernetzens ist es dabei die Arbeit und Maßnahmen gegen Einsamkeit durch bestehendes Wissen und Erfahrungen weiterzuentwickeln.	2021 - 2024	BMFSFJ
3.3.	Systematisierung der zahlreichen und vielfältigen Maßnahmen		Übergreifend
3.3.1.	Das Kompetenznetz Einsamkeit arbeitet mit einer Online-Umfrage an einer Erfassung von Projekten und Initiativen, die zum Thema Einsamkeit arbeiten und legt dazu einen Bericht vor.	2021 - 2024	BMFSFJ
3.4.	Entwicklung nachhaltiger und prozessorientierter Förderprogramme		Übergreifend
3.5.	Förderung regelmäßiger Informationsformate zu aktuellen Themen und Entwicklungen im Kontext von Einsamkeit		Übergreifend
3.5.1.	Newsletter des Kompetenznetzes Einsamkeit	2021 - 2024	BMFSFJ
3.5.2.	Podcast des Kompetenznetzes Einsamkeit	2021 - 2024	BMFSFJ
4.	Bereichsübergreifend agieren		
4.1.	Bundesweite Koalition zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit		Übergreifend
4.2.	Etablierung einer interministeriellen Arbeitsgruppe zum Thema Einsamkeit		BMFSFJ, Übergreifend
	Gesellschaft vor Ort stärken		
4.3.	Förderung sozialer Orte für Austausch, Begegnung und Engagement		BMFSFJ

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
4.3.1.	Das Bundesprogramm Mehrgenerationenhaus. Miteinander – Füreinander fördert rund 530 Mehrgenerationenhäuser (MGH) in ganz Deutschland. Als Begegnungsorte stärken sie das nachbarschaftliche Miteinander und tragen zur Attraktivität der Kommunen bei. 442 Mehrgenerationenhäuser (83 Prozent) haben im Jahr 2021 konkret Angebote für die Zielgruppe „Einsame Menschen“ umgesetzt.	2021 - 2028	BMFSFJ
4.4.	Entwicklung von Handlungsempfehlungen „Sozialer Gelegenheitsstrukturen“ in integrativer Sozialplanung für Kommunen		BMFSFJ, Übergreifend
4.5.	Unterstützung zur Gründung lokaler „Allianzen zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit“		BMFSFJ
4.6.	Unterstützung von Kommunen		BMFSFJ, Übergreifend
4.6.1.	Kommunen werden durch das vom BMFSFJ geförderte Modellprojekt Zukunftswerkstatt Kommunen – Attraktiv im Wandel (ZWK) im Kompetenzzentrum Technik – Diversity – Chancengleichheit e.V. dabei unterstützt, die Folgen des demografischen Wandels zu gestalten. Dabei spielen auch ein aktives gesellschaftliches Miteinander aller Generationen und die Integration von migrationserfahrenen Menschen eine Rolle. Die Kommunen entwickeln individuell und unter Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern Maßnahmen, wozu auch Orte der Begegnung für ältere Menschen oder Jugendliche zählen können.	2021 - 2024	BMFSFJ
4.7.	Empfehlung zur Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern		BMFSFJ
4.8.	Stärkung von generationenübergreifenden Wohnformen		BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.8.1.	Das BMFSFJ unterstützt gemeinschaftliche Wohnformen mit der Förderung des Projekts „Wissen, Informationen, Netzwerke - WIN für Gemeinschaftliches Wohnen“ . Das Unterstützungs- und Informationsangebot des FORUMS Gemeinschaftliches Wohnen e. V. hilft Projektträgern und Initiativen bei der Planung und Entwicklung gemeinschaftlicher Wohnprojekte.	2020 - 2024	BMFSFJ
4.8.2.	Mit dem Modellprogramm „Leben wie gewohnt“ werden durch das BMFSFJ Bau- und Investitionsprojekte des gemeinschaftlichen Wohnens gefördert, um Menschen	2020 - 2023	BMFSFJ

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
	dabei zu unterstützen, möglichst lange Zuhause zu wohnen, soziale Teilhabe anzuregen und Einsamkeit im Alter entgegenzuwirken.		
	Bildung		
4.9.	Förderung der Thematisierung von psychischer Gesundheit, Einsamkeit sowie der Bedeutung sozialer Beziehungen in der schulischen sowie frühkindlichen Bildung		BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.9.1.	Förderung von Mental Health Coaches	Geplant: drei Jahre ab Schuljahr 2023/24	BMFSFJ
4.10.	Etablierung des Themas in beruflichen Ausbildungen und Studiengängen		Konkretisierung
4.11.	Förderung der Bildung im Alter im Sinne des lebenslangen Lernens		BMFSFJ, Übergreifend
4.11.1.	Förderung der Servicestelle Bildung und Lernen im Alter bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO), die eine Veranstaltungsdatenbank, gute Praxisbeispiele, Literatur und Materialien zum lebenslangen Lernen bietet.	2023 - 2025	BMFSFJ
	Arbeitswelt		
4.12.	Förderung der Sensibilisierung von Akteurinnen und Akteuren der Arbeitswelt		BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.13.	Förderung von Engagement in der nachberuflichen Phase		BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.13.1.	Kooperationen zwischen Unternehmen/Arbeitgeberinnen und Arbeitgebern sowie Einrichtungen sozialer Infrastruktur, wie den Mehrgenerationenhäusern	2021 - 2028	BMFSFJ
	Gesundheit und Pflege		
4.14.	Sensibilisierung von Akteurinnen und Akteuren sowie Institutionen des Gesundheitswesens/Bundesrahmenempfehlungen der Nationale Präventionskonferenz (NPK)		BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.15.	Förderung der Sensibilisierung und Information von psychologischem, psychotherapeutischem und psychiatrischem Fachpersonal		BMFSFJ und ggf. Ergänzung

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
4.16.	Maßnahmen zur Weiterentwicklung hospizlicher und palliativer Angebote		BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.16.1.	Das BMFSFJ führt das Pilotprogramm „ Sterben wo man lebt und zu Hause ist “ zur Weiterentwicklung ambulanter, teilstationärer und stationärer Angebote in der Hospizarbeit und Palliativversorgung durch. Die Projekte unterstützen den Verbleib im eigenen Zuhause und damit den Erhalt von Beziehungen zur Nachbarschaft, zum Freundeskreis sowie zu An- und Zugehörigen. Damit beugt das Programm sozialer Isolation am Lebensende vor.	2020-2024	BMFSFJ
4.17.	Entlastung pflegender Angehöriger durch die Weiterentwicklung der Familienpflegezeit. Um die Situation von pflegenden Angehörigen zu verbessern, sieht der Koalitionsvertrag die Weiterentwicklung der Pflegezeit- und Familienpflegezeitgesetze vor, auch durch Ermöglichung von mehr Zeitsouveränität. Durch zeitliche Entlastung kann ein weiterer externer Risikofaktor der Einsamkeit reduziert werden. Das BMFSFJ bereitet eine grundsätzliche Reform der Familienpflegezeit vor.	Gesetzesvorhaben	BMFSFJ
4.18.	Förderung von Maßnahmen zur Erhaltung von Kompetenzen älterer Menschen sowie zur Unterstützung		BMFSFJ, Übergreifend
4.18.1.	Mit dem ab 2023 bis 2026 vom BMFSFJ geförderten Projekt „Länger fit durch Musik“ des Bundesmusikverbands Chor & Orchester e.V. sollen Chor- und Orchesterleitungen bundesweit auf ihre alternden Mitglieder vorbereitet werden. Musizieren soll ihnen auch im Alter und bei einer Demenz möglich bleiben. Über das Medium Musik soll dem Verlust kognitiver Fähigkeiten vorgebeugt und ein soziales Miteinander ermöglicht werden.	2023 - 2026	BMFSFJ
4.18.2.	Das Bundesprogramm „ Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz “ fördert die Vernetzung von haupt- und ehrenamtlichem Engagement vor Ort, um Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen Teilhabe zu ermöglichen, sie bei Bedarf zu unterstützen und der Gesellschaft das Thema Demenz näherzubringen. Nichtwissen im Kontext von Demenz führt häufig zu Vorurteilen, Rückzug und Ausgrenzung und verhindert Unterstützung. Sie werden dabei durch eine Netzwerkstelle unterstützt, die bei der BAGSO angesiedelt ist.	2020 - 2026	BMFSFJ

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
4.18.3.	Über die Website Wegweiser Demenz wird Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen sowie Interessierten ein breit gefächertes Informationsangebot zum Thema Demenz bereitgestellt. Zusätzlich wird eine digitale Austauschplattform über die Foren angeboten, welche von qualifizierten Moderatorinnen und Moderatoren betreut werden. Das Thema Einsamkeit wurde hier bereits thematisiert.	Fortlaufend bzw. Dauerprojekt	BMFSFJ
4.18.4.	Umsetzung der Nationalen Demenzstrategie	2020 - 2026	BMFSFJ
4.18.5.	Aktivitäten der Mehrgenerationenhäuser zur Erhaltung der Kompetenzen älterer Menschen sowie zu deren Unterstützung	2021 - 2028	BMFSFJ
4.19.	Weiterentwicklung der ambulanten psychotherapeutischen Versorgung		Konkretisierung
	Digitalisierung		
4.20.	Förderung digitaler Kompetenzen älterer Menschen		Übergreifend
4.20.1.	Digitale Kompetenzen bei älteren Menschen werden durch den DigitalPakt Alter mit seinen bis zum Ende der Laufzeit 300 Erfahrungsorten, einer umfangreichen Veranstaltungsdatenbank und Öffentlichkeitsarbeit gefördert. So erfahren ältere Menschen, wie digitale Technik eine selbständige Lebensführung im Alter erleichtern kann und welchen Nutzen die Technik im Alltag mit sich bringen kann. Die Geschäftsstelle des DigitalPakt Alter befindet sich bei der BAGSO.	2023 - 2025	BMFSFJ
4.20.2.	Der Digitale Engel plus vermittelt älteren Menschen praxisnah, persönlich und vor Ort, wie die täglichen Abläufe und Gewohnheiten durch digitale Anwendungen bereichert und erleichtert werden können. Die mobilen Ratgeberinnen und Ratgeber gehen dorthin, wo ältere Menschen sich im Alltag bewegen: vom Marktplatz über Mehrgenerationenhäuser bis hin zu Seniorentreffs. Hierfür fahren die Digitalexpertinnen und -experten mit zwei Infomobilen durch ganz Deutschland. Im persönlichen Gespräch werden digitale Angebote vorgestellt, konkrete Fragen beantwortet und Ängste abgebaut. Das Projekt wird von Deutschland sicher im Netz e. V. (DsiN) durchgeführt.	2022 - 2025	BMFSFJ
4.20.3.	Förderung digitaler Kompetenzen durch Aktivitäten der Mehrgenerationenhäuser	2021 - 2028	BMFSFJ

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
4.21.	Förderung digitaler Kompetenzen junger Menschen im achtsamen Umgang mit digitalen Medien und sozialen Netzwerken		BMFSFJ, Übergreifend
	Engagement		
4.22.	Stärkung des bürgerschaftlichen Engagements		BMFSFJ
4.22.1.	Förderung der des Bundesfreiwilligendienstes sowie der Jugendfreiwilligendienste . Ziel der Freiwilligendienste ist ein Bildungs- und Orientierungsjahr für junge Menschen in den Jugendfreiwilligendiensten (bis 27) oder für Menschen aller Altersgruppen im Bundesfreiwilligendienst zu sein. Sowohl der Bundesfreiwilligendienst als auch die Jugendfreiwilligendienste können im Einzelfall durch Einsätze von Freiwilligen eine direkte (einsame/r Freiwillige/r leistet „gegen die persönliche Einsamkeit“ einen Freiwilligendienst) oder indirekte (Freiwillige widmen sich Menschen, die ansonsten einsam wären) Wirkung gegen Einsamkeit haben. Diese mögliche Wirkung wird weder qualitativ noch quantitativ erhoben oder ausgewertet.	Fortlaufend Gesetzesgrundlage	BMFSFJ
4.22.2.	Förderung der Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt zur Stärkung, Vernetzung und Unterstützung von bürgerschaftlichem und ehrenamtlichen Engagement.	Fortlaufend Gesetzesgrundlage	BMFSFJ und ggf. Ergänzung
4.22.3.	Erarbeitung einer Engagementstrategie des Bundes. Die Beteiligung von bürgerschaftlich Engagierten und ihren Organisationen wird durch die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt (DSEE) ermöglicht und vom Bundesnetzwerk Bürger-schaftliches Engagement (BBE) als Partner unterstützt.		BMFSFJ
4.22.4.	Förderung von generationenübergreifenden Patenschafts- und Mentoringprojekten durch die „Aktion Zusammen Wachsen“ (AZW). Die Bundesservicestelle „Aktion Zusammen Wachsen“ wird vom Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) durchgeführt.	Seit 2008	BMFSFJ
4.22.5.	Förderung des bürgerschaftlichen Engagements durch Aktivitäten der Mehrgenerationenhäuser	2021 - 2028	BMFSFJ
4.23.	Förderung des demokratischen Engagements und der Bekämpfung gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit		BMFSFJ, Übergreifend
4.23.1.	Das demokratische Engagement von Bürgerinnen und Bürgern wird durch das BMFSFJ unter anderem mit dem Bundesprogramm „Demokratie leben!“ gefördert	2020 - 2024	BMFSFJ

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
	<p>und gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit bekämpft. Das Bundesprogramm wird administrativ von der Regiestelle "Demokratie leben!" des BAFzA umgesetzt. Beispielsweise widmet sich das mehrjährige Modellprojekt <i>kollekt</i> Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen und geht der Frage auf den Grund, inwiefern sie demokratieentfremdende Tendenzen oder gar extremistische Denkmuster befördern können. Weiterhin wird etwa im Rahmen von Partnerschaften für Demokratie demokratisches Engagement vor Ort gefördert und die Zivilgesellschaft gestärkt, in dem u.a. demokratische Beteiligungsprozesse etabliert und weiterentwickelt werden. Anhand der lokalen Gegebenheiten und Problemlagen entwickeln sie gemeinsam eine auf die konkrete Situation vor Ort abgestimmte Strategie.</p>		
4.23.2.	<p>Förderung des demokratischen Engagements und der Bekämpfung gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit durch Aktivitäten der Mehrgenerationenhäuser</p>	2021 - 2028	BMFSFJ
5.	Menschen unterstützen – Angebote ausbauen		
5.1.	Förderung von Maßnahmen zur Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit		Übergreifend
5.1.1.	<p>Das BMFSFJ fördert das Modellprojekt des Malteser Hilfsdienstes „Miteinander Füreinander“, um Einsamkeit bei älteren Menschen vorzubeugen und zu reduzieren. Dazu werden an rund 110 Standorten Seniorinnen und Senioren, vor allem Hochalt-rige, mit vielfältigen Angeboten und über unterschiedliche Zugänge erreicht.</p>	07/2020 - 12/2024	BMFSFJ
5.1.2.	<p>Mit dem ESF Plus-Programm „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ werden mehr als 70 Projekte mit sozial neuartigen Angeboten gefördert, die ungewollter Vereinsamung und sozialer Isolation vorbeugen und diese lindern sollen.</p>	10/2022 - 09/2027	BMFSFJ
5.1.3.	<p>Das BMFSFJ fördert das Modellprojekt des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) „Verein(t) gegen Einsamkeit“. Es soll eine Strategie für Sportvereine erarbeitet und erprobt werden, wie einsame Menschen durch die 90.000 Sportvereine und die Vielfalt an Sportverbänden in Deutschland erreicht und in die Sportvereine integriert werden können. Das Projekt nutzt die Potenziale des Sports, um Einsamkeit in der Gesellschaft vorzubeugen und zu lindern.</p>	10/2022 - 09/2024	BMFSFJ
5.2.	Förderung niedrigschwelliger digitaler und telefonischer Beratungsangebote		Übergreifend

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
5.2.1.	Förderung der Telefonseelsorge: Die TelefonSeelsorge Deutschland e.V. bietet allen Ratsuchenden bei Problemen und Krisen in jeder Lebensphase ein offenes Ohr. Sie ist per Telefon, Mail und Chat kostenlos, anonym und rund um die Uhr erreichbar.	Fortlaufend	BMFSFJ
5.2.2.	Förderung der Nummer gegen Kummer : Die „Nummer gegen Kummer“ berät sowohl Kinder und Jugendliche als auch Eltern – am Telefon und online. Die Geschäftsstelle des Nummer gegen Kummer e.V. koordiniert das bundesweite Netzwerk der „Nummer gegen Kummer“.	01/2023 - 12/2025	BMFSFJ
5.2.3.	Förderung des Projekts [U25] Suizidprävention des Deutschen Caritasverbandes und des Arbeitskreises Leben Freiburg: [U25] ist ein niedrigschwelliges, kostenfreies Online-Hilfsangebot für Jugendliche und junge Erwachsene unter 25 Jahren in (suizidalen) Lebenskrisen. Die Beratung erfolgt ausschließlich anonym per Mail im Caritas-Beratungssystem durch ehrenamtliche Gleichaltrige (Peerberater*innen), die die Ratsuchenden durch ihre Krisen begleiten. Unterstützt werden die Ehrenamtlichen durch pädagogische Fachkräfte.	01/2022 - 12/2024	BMFSFJ
5.2.4.	Förderung des Angebots Jugendnotmail.de. JugendNotmail ist ein Online-Beratungsangebot für junge Menschen, die in psychische Not geraten sind. Rund 250 ehrenamtliche Fachkräfte aus den Bereichen Psychologie und Sozialpädagogik beraten zu Themen wie Depression, Selbstverletzung, Suizidgedanken, Gewalt, Mobbing, Missbrauch, familiäre Probleme, Essstörungen etc. Das Angebot leistet einen entscheidenden Beitrag in der präventiven psychosozialen Kinder- und Jugendhilfe. Kinder und Jugendliche werden hier vertraulich und behutsam beraten. Das vertrauliche und kostenlose Angebot steht 24 Stunden am Tag zu Verfügung. Ziel des seit 2001 bestehenden Projekts ist es, im Dialog mit den Heranwachsenden individuelle Lösungen für die jeweiligen Lebenssituationen zu finden, sie zu stärken und ihnen Kompetenzen zu vermitteln, die es ihnen ermöglichen, sich selbst Unterstützung zu organisieren.	07/2020 - 04/2023	BMFSFJ
5.2.5.	Förderung von Lambda Peersupport für LSBTQI* Jugendliche und junge Erwachsene durchgeführt im Jugendnetzwerk Lambda e.V. .	Ab 2023	BMFSFJ
5.3.	Einbezug der Betroffenenperspektive in der Ausgestaltung von Maßnahmen		Übergreifend

Nr.	Titel und Beschreibung	Laufzeit	Ressort
5.3.1.	Die KNE AG ist eine Gruppe von Menschen, die von Einsamkeit betroffen sind. Sie beraten und begleiten die Arbeit des Kompetenznetzes Einsamkeit kritisch und flankieren diese durch ihre Expertise.	2021 - 2024	BMFSFJ
5.4.	Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe junger Menschen		BMFSFJ
5.4.1.	Förderung „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“	2023	BMFSFJ
5.4.2.	Förderung von „ Off-Road-Kids “ der bundesweit tätigen Hilfsorganisation Off-Road-Kids-Stiftung für Straßenkinder, junge Obdachlose und akut von Obdachlosigkeit bedrohte junge Menschen bis 27 Jahre in Deutschland.	2023	BMFSFJ