

Einsamkeit



Herausforderung
für die Gemeindearbeit

Ein Zuruf für Akteur*innen in den Pfarrgemeinden

Arbeitsgruppe Seniorenbildung

der Landesarbeitsgemeinschaft Katholische Seniorenarbeit Bayern (LKSB)

auf Basis der Broschüre *(Gem)einsame Stadt?* der

 **Körber**
Stiftung



Über diese Präsentation und ihre Verwendung

Datenbasis

»(Gem)einsame Stadt? Kommunen gegen soziale Isolation im Alter«

erstellt vom Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung

und der Körber-Stiftung, November 2019

Studie: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung

Datenverwendung in der Präsentation

mit freundlicher Genehmigung durch die Körber-Stiftung auf Basis der o.g. Broschüre

Verwendung Präsentation

Sie dürfen diese Präsentation in den Folien 1 bis 18 nur unverändert (= unter Angabe der darin genannten Urheber- und Autorenschaften, insbes. der Körber-Stiftung)

kostenlos verwenden, z.B. als Diskussionsgrundlage, in Gremien, Sitzungen, Besprechungen.

Mit Blick auf Ihre Adressaten dürfen Sie ab Folie 19 gerne Änderungen oder Einfügungen vornehmen: Eigene Informationen, Handlungsoptionen, Konsequenzen ...

•

Einsamkeit und soziale Isolation- gesellschaftliche Phänomene in Deutschland

Beides nimmt zum Ende des Lebens hin zu.

Der Begriff **Einsamkeit** beschreibt ein **subjektives Empfinden**, während mit **sozialer Isolation** objektiv fehlende Kontakte von Menschen bezeichnet werden.



Begriff und Bedeutung von Einsamkeit und sozialer Isolation

Häufig werden die Begriffe Einsamkeit und soziale Isolation gleichbedeutend nebeneinander verwendet; es handelt sich jedoch um unterschiedliche Phänomene:

Einsamkeit:

= das subjektive Gefühl des Alleinseins

Die Wissenschaft versteht unter Einsamkeit das subjektive Empfinden, dass die Qualität und die Quantität der vorhandenen sozialen Beziehungen nicht den eigenen Erwartungen entspricht.

soziale Isolation:

= das objektive Fehlen von Kontakten und sozialen Beziehungen

Die soziale Isolation ist daher objektiv messbar, an der Zahl der Vertrauenspersonen.

! Allein, sozial isoliert leben und Einsamkeit sind also nicht immer deckungsgleich!

Und allein in einem Haushalt leben bedeutet nicht automatisch einsam sein !

Diese Faktoren bedingen die Einsamkeit im Alter

1. Armut sorgt für Einsamkeit
2. Krankheit isoliert
3. Geringe Bildung ist ein lebenslanger Einsamkeitsfaktor
4. Alleinstehende sind eher einsam
5. Mangel an sinnvollen Aufgaben macht einsam
6. Wer nicht mobil ist, kann nicht teilhaben



Risikofaktoren

Armut / niedriges Einkommen (EK) macht einsam

- wenig gesellschaftliche Aktivität
- wenig(er) kommerzielle Angebote (Sport/vhs/Kino/Cafe etc.)
- weniger Attraktivität der Person
- weniger Zeit für Freunde oder soziales Engagement
- mit dem Alter: weniger Möglichkeiten, um etwas „dazu zu verdienen“



Einsamkeit macht krank (Krankheit isoliert)

da einsame, sozial isolierte Menschen häufig „ungesund leben“

Risikofaktoren

Geringe Bildung ist ein lebenslanger Einsamkeitsfaktor

Befragte mit niedrigem Bildungsstand fühlen sich doppelt so häufig (14,7%) einsam wie jene mit hoher Bildung (7,3%) (Dt. Alterssurvey 2014).

Alleinstehende sind eher einsam

Wenn (Ehe-)Partner/-in (= Vertrauens-Person) vorhanden, dann weniger einsam.



Was zu Einsamkeit führt und welche Trends/Entwicklungen zu erwarten sind

Risikofaktoren

Krankheit macht einsam

z.B. körperliche Einschränkungen (kranke Hüfte, nachlassendes Gehör, geringere Sehkraft) führen zum Rückgang der sozialen Kontakte

Mangel an sinnvollen Aufgaben macht einsam

Wer sich engagiert hat auch öfter soziale Kontakte und ein größeres (soziales) Netzwerk.

Wer nicht mobil ist, kann nicht teilhaben

Senioren haben oft einen verringerten Aktions-Radius, z.B. weil es wenig ÖPNV auf dem Land gibt bzw. weil ein Auto teuer ist (Vorhalte- und Betriebskosten).



Entwicklungen und Trends

Mehr Arme im Alter (Altersarmut nimmt zu);

Altersarmut ist weiblich und „west-deutsch“

Die Anzahl gesunder Lebensjahre wächst

Das Bildungsniveau steigt
(die Bildungsexpansion trägt Früchte)

Familiäre Nahbeziehungen werden seltener
(Öfter Single, weiter weg vom Nachwuchs)

Engagement wird gesucht (muss aber passen)

Digitalisierung ermöglicht neue Mobilität



Fazit:

**Randgruppen sind besonders von Einsamkeit gefährdet
Aber: Nicht jede*r ist von Einsamkeit gleichermaßen betroffen!**

Die genannten Faktoren wirken nicht nur unabhängig voneinander, sondern stehen in engem Zusammenhang.

Wenn mehrere der genannten Faktoren zusammenkommen, werden Menschen schnell an den Rand (der Gesellschaft) gedrängt und werden zu *„Hochrisikogruppen für Vereinsamung“!*

Altersfreundliche Kommunen/Gemeinden

sind sich dieser Herausforderung bewusst, nehmen sie an und gestalten sie!
Sie gehen mit gezielten Angeboten proaktiv auf die Hochrisikogruppen zu!

Aber:

Das Thema Einsamkeit
muss auch auf überregionaler
Ebene mehr Platz einnehmen!

*Beispiel Großbritannien:
Hier gibt es seit 2018
eine Einsamkeitsministerin!*



Wichtig/aktuelle Wahrnehmung:

Durch die Corona-Pandemie kommen neue
Risikogruppen für Vereinsamung hinzu!

Was wir als Kirche zusammen mit anderen vor Ort tun können (und müssen)

Handlungsempfehlungen **Strategie entwickeln**

Die Vermeidung von Einsamkeit im Alter gehört zur Altersfreundlichkeit von Kommunen und Pfarrgemeinden – und das ist mehr als „ein nettes Bankerl zu bauen“

Hinschauen lernen

Datenanalyse,
Sozialraumanalyse,
Gemeinde-/Bürgerbefragung



Die Handelnden sensibilisieren (SeniorenkreisleiterInnen, Pfarrer, Verwaltung, ..)

Partner suchen = Vernetzung vor Ort
Angebote bündeln,
absprechen,
gemeinsam kommunizieren

Was wir als Kirche zusammen mit anderen vor Ort tun können (und müssen)

Handlungsempfehlungen

Wohnen „mit Anschluss“ fördern

Wohnen und die Planungsleistung von altersgerechtem und bezahlbarem Wohnraum gehört üblicherweise in den Bereich der kommunalen Daseinsvorsorge.

Bedarfe der Senioren: „gewohnte Umgebung“

Ansätze:

- ❖ Altersfreundliche Wohnungssanierungen
- ❖ Gemeinschaftsräume in Bauprojekten
- ❖ Generationenübergreifendes Wohnen im Blick
- ❖ Anschlussfähigkeit fördern
(Gemeinschaftsangebote, Begegnungsräume)

Kirchlich: Begegnungsräume schaffen
Anschlussfähigkeit kirchlicher Einrichtungen ?



Was wir als Kirche zusammen mit anderen vor Ort tun können (und müssen)

Handlungsempfehlungen

Soziale Partizipation ermöglichen

Partizipation ist wesentlich im (rechtzeitigen) Kampf gegen Vereinsamung; Menschen möchten „an Aktivitäten teilnehmen und sich engagieren“



- ❖ Auf Pfarreiebene gute Bedingungen für Engagement schaffen (Ehrenamts-„kurs“, Generationenmentor und Co)
- ❖ Die ehrenamtlichen Seniorenbeauftragten begleiten/stärken/fördern
- ❖ Schaffung vielfältiger Angebote in Pfarreiarbeit und Co
- ❖ Stärke der Pfarrei: „zugewandt und aktivierend“
- ❖ Auch auf nachholende, „hingehende“/aufsuchende Angebote achten (Besuchsdienst, ...)

Was wir als Kirche zusammen mit anderen vor Ort tun können (und müssen)

Handlungsempfehlungen

Öffentliche Orte gestalten

Begegnung und soziales Miteinander braucht „Orte“.

Armut: Orte ohne Konsumzwang

Mobilität: Nahe Orte (20 Minuten zum Lebensraum)

- ❖ Orte so gestalten dass (zufällige) (Generationen-)Begegnung möglich wird
- ❖ Explizite multifunktionale Treffpunkte schaffen
- ❖ Ländlicher Raum: Mobilität als besonderer Merkpunkt!

? Sind unsere Pfarrheime offen?

Weg von segmentierten Angebote

(Eltern-Kind-Gruppe am Vormittag, Seniorenkreis am Nachmittag)

Pfarrei kann a) sich selber zum „eh-da-Ort“ machen

b) „eh-da-Orte“ für die Kontaktarbeit nutzen (Dorfladen, Bankerl im Stadtpark, ...)





Basis der Präsentation:
die Broschüre der Körber-Stiftung,
kostenloser Download unter
<https://www.koerber-stiftung.de/koerber-demografie-symposien/einsamkeit>

Direkt zur Broschüre:
[Hier klicken](#)



Weitere Informationen finden Sie auch in der BAGSO-Broschüre "Gemeinsam statt einsam - Initiativen und Projekte gegen soziale Isolation im Alter, Themenheft der BAGSO, Dez 2019,,

<https://www.bagso.de/publikationen/themenheft/gemeinsam-statt-einsam/>

Zum Thema: Die Arbeitsgruppe Seniorenbildung des Landesforums Katholische Seniorenarbeit Bayern (LKSB) hat sich auf Basis der Broschüre **(Gem)einsame Stadt?**, herausgegeben von der Körber-Stiftung, mit dem Thema Einsamkeit befasst und diese PowerPoint-Präsentation erstellt. Sie fasst die Ergebnisse der Broschüre zusammen und nennt Handlungsempfehlungen für Pfarrgemeinden / Pfarreiengemeinschaften. Damit kann sie eine Hilfestellung sein, um das Thema in kirchlichen Gremien vorzustellen und konkrete Handlungsschritte zu erarbeiten.

Denn Einsamkeit und deren Vermeidung ist ein wichtiges Thema für die Kirchengemeinden.

Einsatzmöglichkeit: Pfarrgemeinderatssitzung, Planung Pastorales Konzept, Sozialraumanalyse, Dekanatskonferenz, Sitzungen von Verbänden und Verbandsgremien, ehrenamtlich Mitarbeitende in Pfarreien und Kommunen, ...

Ziel: kirchliche Akteur:innen werden sich des Themas bewusst und schärfen den Blick für die konkrete Situation von Menschen bzgl. "Einsamkeit" in ihrem Handlungsumfeld

Tipp: neben den Informationen auf den Folien finden Sie weitere Details, Hintergründe, Zahlenmaterial und mehr im Notizenbereich der Folien!

Bitte beachten Sie die Urheberhinweise zur Verwendung auf Seite 2 der Präsentation.



Die Präsentation wurde 2021 erarbeitet von
einem Team in der Arbeitsgruppe Seniorenbildung
des Landesforum Katholische Seniorenarbeit Bayern (LKSB)

Brigitte Krecan-Kirchbichler, München

Klaus Lehner, Landshut

Christiane Mais, Regensburg

Maria Hierl, Augsburg

Herausgeber



Landesforum Katholische Seniorenarbeit Bayern

Lessingstr. 1, 80336 München

Telefon: +49 89 54497 - 120

Fax: + 49 89 532 80 28

lksb@caritas-bayern.de <https://www.seniorenarbeit-bayern.de/>



<https://www.koerber-stiftung.de/>

<https://www.koerber-stiftung.de/mediathek/gem-einsame-stadt-1931>