2018/05 dschungel

https://www.jungle.world/artikel/2018/05/das-alleinsein-der-vielen

Zur Tabuisierung von Einsamkeit

Das Alleinsein der vielen

Von **Guido Sprügel**

Immer mehr Menschen in reichen Industriestaaten klagen über Einsamkeit. Großbritannien hat unlängst ein Ressort beim Ministerium für Sport und Zivilgesellschaft eingerichtet, das sich für die Belange der Alleingelassenen einsetzen soll. Reicht das? Und lässt sich Einsamkeit politisch bekämpfen?

Nun also Einsamkeit. Nicht nur, dass jeder Fünfte in Deutschland an Depressionen oder Burnout leiden soll, immer mehr Menschen unter der Last der Arbeitswelt zusammenbrechen und es auch ansonsten um die Psyche der Menschen in reichen Industriestaaten nicht besonders gut bestellt zu sein scheint. Nun kommt auch noch die Einsamkeit hinzu. Von *FAZ* bis *Bild* – alle berichteten sie, dass Großbritannien ein Ministerium gegen die Einsamkeit bekommt. Inzwischen wurden die ersten Forderungen laut, ein solches Ministerium auch in Deutschland einzurichten. Irgendetwas läuft doch da nicht richtig.

»Einsamkeit ist die traurige Realität des modernen Lebens«, sagte Premierministerin Theresa May und stattete prompt die für Sport und Zivilgesellschaft zuständige Staatssekretärin Tracey Crouch mit einem weiteren Ressort aus, das die Einsamkeit bekämpfen soll.

In einer vor materiellem Reichtum berstenden Gesellschaft wie der deutschen fühlt man sich einsam? Zieht man ein paar andere statistische Zahlen hinzu, kommt man unweigerlich zu dem Ergebnis, dass die Wirtschaft zwar scheinbar in Europa nicht tötet, wie es Papst Franziskus formulierte, aber wohl doch irgendwie die Seelen der Menschen zerschießt. Glück sieht zumindest anders aus. Neun von insgesamt 66 Millionen Briten fühlen sich nach einer jüngsten Erhebung des Roten Kreuzes häufig einsam. »Einsamkeit ist die traurige Realität des modernen Lebens«, sagte Premierministerin Theresa May und stattete prompt die für Sport und Zivilgesellschaft zuständige Staatssekretärin Tracey

Crouch mit einem weiteren Ressort aus, das die Einsamkeit bekämpfen soll.

»Es ist wirklich so, dass man unserem Wirtschaftssystem einen Teil der Schuld geben kann. Und die Politik unterstützt diese Schieflage, indem sie eine Politik für die Wirtschaft macht. Die Probleme haben sich vom Materiellen ins Psychische verlagert«, erläutert der Soziologe Janosch Schobin aus Kassel. Er forscht zu Freundschaftssoziologie, der sozialen Isolation und Vereinsamung. Es hört sich so banal an, trifft aber den Kern des Problems: »Studien zu Freundschaften zeigen, dass in ärmeren Gesellschaften viel mehr Beziehungen unter den Menschen geknüpft werden. Man braucht Mitmenschen, man braucht ein tragfähiges Netz zum Überleben. In reicheren Gesellschaften dienen diese Freundschaften viel eher der Seelsorge oder dem Seelentrost.« So kommt es, dass die Netze nach Ansicht des Soziologen immer löchriger geworden sind.

In Deutschland bestehen viele Netze genau genommen oft nur aus einer Person – häufig dem Partner. Wenn diese Person durch Trennung oder Tod wegfällt, droht Einsamkeit. Aus der sozialen Isolation finden viele Menschen gerade im Alter oder bei Krankheit nicht mehr heraus. Kein Wunder also, dass die Psychologin Maike Luhmann zu dem Ergebnis kommt, dass in Deutschland vor allem die über 80jährigen von Einsamkeit bedroht sind. Aber auch in den Altersgruppen der Anfangdreißiger und der Fünfzigjährigen trifft die Forscherin auf überdurschnittlich viele einsame Menschen. Die »Generation Single« scheint nicht nur aus erfolgreichen, attraktiven und eloquenten jungen Menschen zu bestehen – viele fühlen sich in ihrem Singlehaushalt allein. »Unsere Gesellschaft verspricht ein hohes Maß an Autonomie. Doch ist diese Autonomie immer auch etwas Individuelles. Etwas, das ich mir nehme«, erläutert Schobin.

Schwierig ist auch die exakte Bestimmung der Größe der Gruppe der einsamen Menschen. Denn je nach Befragung differieren die Ergebnisse sehr stark. »In Deutschland führen wir viele Telefoninterviews durch, während die jüngsten Zahlen aus Großbritannien aus einer Online-Befragung herrühren. Und online äußern sich die Menschen viel ungezwungener als im Telefongespräch«, erläutert Schobin. Er weist darauf hin, dass der Umgang mit Einsamkeit auch kulturell geprägt ist. Während Einsamkeit in westlichen Gesellschaften oft schambehaftet und stigmatisierend ist, gehen Südamerikaner viel offener damit um. »Dort ist es kulturell anerkannt, dass Eltern, deren erwachsene Kinder weggezogen sind, sich offen über ihre Einsamkeit auslassen.

Das führt sogar zu viel mehr Anerkennung und Anteilnahme«, fasst Schobin die kulturellen Differenzen zusammen. In Europa gibt es das so nicht – man spricht ungern über die eigene Einsamkeit. Zumindest im Westen nicht. Denn gerade in osteuropäischen Staaten verzeichnen Wissenschaftler einen viel höheren »Einsamkeitsgrad« als im Westen. »In den osteuropäischen Gesellschaften ist nach 1989 viel weggebrochen.

Die alten Netzwerke unter den Menschen sind zerstört und neue oft noch nicht in Sicht«, erklärt Schobin. Die Konsequenz: Bis zu 50 Prozent der Befragten beklagen sich über Einsamkeit.

Ob man die Einsamkeit der Menschen allein mit einem ministerialen Fachressort beseitigen kann, bleibt fraglich.

Kapitalismus macht einsam

Es sind eher strukturelle Veränderungen der Gesellschaft, die das Streben nach Autonomie an die Stelle der Familienbande gesetzt haben. Wobei auch niemand zurück zu einem Zustand möchte, in dem man aus der Not heraus mit der Schwiegermutter oder dem Schwiegervater in einem Haus wohnen musste. Die Erkenntnis, dass der Kapitalismus die sozialen Bindungen zersetzt hat, ist auch nicht neu. Der Medienkonsum ist ein weiterer -Faktor.

> Nach der Idee aus Großbritannien kamen auch aus Deutschland Forderungen, sich des Themas anzunehmen.

Viele ehemalige DDR-Bürger verweisen bis heute darauf, dass die sozialen Kontakte im Realsozialismus intensiver waren. In der Mangelwirtschaft waren die Menschen stärker aufeinander angewiesen. Der Grad an individueller Freiheit scheint gekoppelt an einen entsprechenden Verlust von Bindungen.

Prekäre Lebensbedingungen innerhalb einer Wohlstandsgesellschaft bedeuten allerdings keinesfalls einen Zuwachs an Sozialkontakten. Im Gegenteil. Armut erhöht das Einsamkeitsrisiko genauso wie Alter und Krankeit drastisch. »Wir müssen in Zukunft auch in der Politik auf Nachhaltigkeit achten. Menschen, die keinen Job haben, dürfen wir beispielsweise nicht zwangsläufig zumuten, quer durch die Republik umziehen zu müssen.

Dann haben sie eventuell einen Job, aber keine sozialen Bezüge mehr. So werden von Einsamkeit bedrohte Menschen doppelt und dreifach entwurzelt«, sagt Schobin. Die Situation arbeitsloser, kranker oder alter Menschen ist besonders kritisch. Gerade Arbeitslose sind durch ihre mangelnde berufliche Integration deutlich stigmatisiert. Ein gesellschaftlicher Ausschluss bedingt den anderen und verstärkt die Isolation. Wenn das Geld für den Theaterbesuch nicht reicht, ist man nicht nur kulturell abgehängt, sondern auch sozial.

In Deutschland fühlt sich der Studie von Maike Luhmann zufolge jeder Fünfte über 80jährige einsam. Zum einen ist das durch den Tod vieler Freunde und Familienangehörigen in diesem Lebensabschnitt bedingt, zum anderen liegen die Ursachen aber in einem völlig unzureichenden Angebot von humanen und lebenswerten Orten für den letzten Lebensabschnitt. Pflege im Minutentakt und völlig herzlose Altersheime werden die Einsamkeit nicht verkleinern. »In Deutschland sollten wir dieses Thema auch schnell aufgreifen.

Die hohen Zahlen von einsamen Menschen fallen auch bei uns zusammen mit einer alternden Gesellschaft.

Und obwohl das allen bewusst ist, gibt es wenig politische Strategien für eine alternde Gesellschaft«, formuliert Schobin das Dilemma. Nach der Idee aus Großbritannien kamen auch aus Deutschland Forderungen, sich des Themas anzunehmen. »Die Einsamkeit in der Lebensphase über 60 erhöht die Sterblichkeit so sehr wie starkes Rauchen«, sagte SPD-Gesundheitsexperte Karl Lauterbach der *Bild*-Zeitung. Und Diakonie-Präsident Ulrich Lilie forderte: »Einsame Leute wieder in die Gesellschaft zu holen, ist eine Aufgabe, die man nicht einfach kommerziellen Anbietern wie Facebook oder Partnerschaftsbörsen überlassen darf.«

© Jungle World Verlags GmbH