



Einsamkeit.

Neue Anforderungen
an lebendige Quartiere

Befragungen Einsamkeitsgefährdete Quartiere

Arbeitspapier

Autoren:
Nils Scheffler, Urban Expert
Dr. Petra Potz, location³

November 2024

WÜSTENROT STIFTUNG



URBAN EXPERT
Integrierte Stadtentwicklung
und Planungsprozesse

Arbeitspapier

Befragungen

Einsamkeitsgefährdete Quartiere

1	Hintergrund des Arbeitspapiers.....	2
2	Befragungen zur Einsamkeit im Quartier.....	3
3	Mögliche Fragestellungen.....	3
3.1	Ermittlung der (verstärkt) von Einsamkeit betroffenen Personengruppen .	4
3.2	Soziale Einbindung der Bewohnerschaft in das Quartier, insbesondere der einsamkeitsbetroffenen Personengruppen.....	7
3.3	Nutzung und Defizite einsamkeitsrelevanter Infrastrukturen	8
4	Hinweise zu Befragungen.....	10
5	Ansätze, einsamkeitsgefährdete bzw. -betroffene Personen zu erkennen	12
5.1	Beobachtungen und Gespräche.....	12
5.2	Digitale Möglichkeiten.....	13
	Arbeitspapiere „Einsamkeit im Quartier“	16

Zitierweise

Nils Scheffler, Petra Potz (2024): Befragungen – Einsamkeitsgefährdete Quartiere. Arbeitspapier, AG Monitoring, Einsamkeit. Neue Anforderungen an lebendige Quartiere, Wüstenrot Stiftung, doi: 10.13140/RG.2.2.36706.03524

Weitere Arbeitspapiere zum Thema Einsamkeit:

<https://www.quartier-einsamkeit.de/ergebnisse/>



1 Hintergrund des Arbeitspapiers

Im [Kooperationsprojekt](#) „**Einsamkeit. Neue Anforderungen an lebendige Quartiere**“ der [Wüstenrot Stiftung](#) mit [Urban Expert](#) und [location³](#) werden zur Frage, wie sich Quartiere gegen Einsamkeit wappnen können, neue, praxisorientierte Handlungsansätze sowie eine Arbeitshilfe für Kommunen, Wohlfahrtsträger, Initiativen und weitere Akteure vor Ort entwickelt.

Die Handlungsansätze werden in drei interdisziplinären Arbeitsgruppen einem „Praxistest“ und einer kritischen Betrachtung aus unterschiedlichen fachlichen Perspektiven unterzogen:

- AG Monitoring einsamkeitsgefährdeter Quartiere
- AG Gebaute Umwelt und Infrastrukturen des Alltagslebens
- AG Teilhabe vor Ort

In einer Arbeitsgruppensitzung der [AG Monitoring einsamkeitsgefährdeter Quartiere](#) (Juli 2024) wurde thematisiert, wie Befragungen auf Quartiersebene eingesetzt werden können, um weitergehende Erkenntnisse zur Einsamkeitssituation im Quartier zu erlangen und daraus Handlungsansätze ableiten zu können. An der Sitzung haben teilgenommen:

- Katja Bals, Stadt Dortmund, Amt für Stadterneuerung
- Sebastian Denker, GEWOBA Aktiengesellschaft Wohnen und Bauen
- Richard Förg, Stadt Bocholt, Stabsstelle Soziale Planung und Quartiersentwicklung
- Sabine Günther-Paluchowski, Stadt Rüsselsheim, Fachbereich Soziales und Gesundheit
- Dr. Till Heinsohn, Landeshauptstadt Stuttgart, Statistisches Amt
- Volker Kersting, Ruhr-Universität Bochum, ZEFIR Zentrum für interdisziplinäre Regionalforschung
- Dr. Petra Potz, location³
- Waltraut Ritter, Knowledge Dialogues
- Nils Scheffler, Urban Expert

Der Diskussionsstand zu „Befragungen – Einsamkeitsgefährdete Quartiere“ wird in diesem Arbeitspapier wiedergegeben. Es soll eine erste Hilfestellung und Handreichung für Befragungen auf Quartiersebene in einsamkeitsgefährdeten Quartieren bieten bzw. dazu anregen, vorliegende Befragungen um das Thema Einsamkeit zu erweitern.

[Rückmeldungen, Kommentare, Hinweise zum Arbeitspapier, sind sehr willkommen. Bitte schicken Sie sie an Nils Scheffler: \[scheffler@urbanexpert.net\]\(mailto:scheffler@urbanexpert.net\)](#)

2 Befragungen zur Einsamkeit im Quartier

Befragungen zur Einsamkeitssituation im Quartier können helfen, ein besseres Verständnis darüber zu gewinnen, wer betroffen ist und wo Probleme und Handlungsansätze im Umgang mit Einsamkeit im Quartier erkennbar werden. Die Zielstellung einer Befragung kann darin liegen,

1. zu ermitteln, ob und welche Personengruppen (in welcher Intensität) von Einsamkeit betroffen sind, und in welcher Relation dies zu den Einsamkeits-Risikofaktoren steht; *im besten Falle würde die Befragung repräsentativ oder sogar als Vollerhebung durchgeführt werden (wenn es sich um kleine räumliche Einheiten handelt); beide Erhebungsformen, vor allem eine Vollerhebung, sind personal- und kostenaufwändig, erlauben jedoch auch Aussagen, wie viele Personen unter Einsamkeit leiden.*
2. vertiefte Erkenntnisse über die soziale Einbindung und Vernetzung der Bewohnerschaft im Quartier, insbesondere der einsamkeitsbetroffenen Personengruppen zu gewinnen;
3. Erkenntnisse über die Nutzung und (wahrgenommenen) Defizite bei den einsamkeitsrelevanten Infrastrukturen¹ im Quartier zu erlangen.

Frage

Was könnten weitere Erkenntnisgewinne und Zielstellungen für Befragungen hinsichtlich der Einsamkeitssituation im Quartier sein?

3 Mögliche Fragestellungen

Um den in Kapitel 2 skizzierten Erkenntnisgewinn zu erlangen, könnten die im Folgenden beschriebenen Fragestellungen für Befragungen auf Quartiersebene herangezogen werden. Diese müssen nicht wortgleich formuliert werden. Ähnlich gelagerte Fragen aus bestehenden Umfragen können auch übernommen werden.

Wichtig ist, bevor ein Fragenkatalog entworfen wird, sich über den gewünschten Erkenntnisgewinn zu verständigen und entsprechende Fragen abzuleiten und aufzunehmen. Mögliche Fragen dazu finden sich in diesem Kapitel. Fragen darüber hinaus, die nicht zum Erkenntnisgewinn beitragen, sind gegebenenfalls verzichtbar, um den Fragenkatalog möglichst kurz und handhabbar zu halten.

Ferner sollte mit Blick auf die Auswertung der einzelnen Fragestellungen überlegt werden, wo Single Choice- oder offene, qualitative Fragen geeignet sind. Single Choice-Fragen sind leichter, mit geringem Zeitaufwand auszuwerten, bei offenen Fragestellungen können

¹ Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen sind: Wohngebäude, das Wohnumfeld und der öffentliche Raum, Gemeinbedarfseinrichtungen/Soziale Orte sowie die Orte der Daseinsvorsorge und Nahversorgung. Vgl. auch: [Arbeitspapier](#) „Anforderungen und Qualitäten - Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen im Quartier“.

detailliertere Kenntnisse gewonnen werden. Letzteres kann hilfreich sein, wenn bisher wenige Informationen vorliegen.

Basierend auf diesen Entscheidungen kann ein lokal angepasster Fragenkatalog entwickelt und einem Pre-Test, möglichst in verschiedenen Altersgruppen, unterzogen werden. Der Pre-Test dient dazu zu überprüfen, ob die Fragen eindeutig und allgemein verständlich sind. Bei Bedarf sind die Fragen zu erläutern (Begriffserläuterung).

3.1 Ermittlung der (verstärkt) von Einsamkeit betroffenen Personengruppen

Im Rahmen der Befragung ist es hilfreich zu identifizieren, ob die Person von Einsamkeit betroffen ist. Damit lässt sich bei der Auswertung der weiteren Fragen differenzieren, wo insbesondere einsamkeitsbetroffene Personen Defizite im Quartier sehen. Dadurch kann auch ein besseres Verständnis für die Perspektive einer einsamkeitsbetroffenen Person zur Situation im Quartier erzielt werden.

Fragen

Personen können direkt wie indirekt gefragt werden, ob sie sich einsam fühlen. Studien haben gezeigt, dass Personen, die sich einsam fühlen, bei indirekten Fragen zur Einsamkeit mit größerer Sicherheit identifiziert werden können. Wenn direkt und explizit gefragt wird, ob sich die Person einsam fühlt, tendieren einsamkeitsbetroffene Personen teilweise dazu, dies eher zu verneinen. Dies wird auf die Stigmatisierung bzw. Tabuisierung von Einsamkeit zurückgeführt. Diesbezüglich wird von den Autoren empfohlen, bei Befragungen auf indirekte Fragen zurückzugreifen.

Bekannte Befragungen, die auf indirekten Fragen zur Einsamkeit basieren, sind:

- **Sozio-Oekonomisches Panel (SOEP)** (DIW Berlin), bestehend aus 3 Fragen (2017)
- **University of California Loneliness Scale (UCLA)**; im deutschen Raum teilweise auch unter Hamburger Einsamkeitsskala HES bekannt), bestehend aus 20, respektive 6 Fragen. Sie wurde 1978 erstmalig entwickelt.
- **De Jong Gierveld Loneliness Scale (RTL5)**, bestehend aus 11, respektive 6 Fragen. Sie wurde 1987 entwickelt.

Die UCLA und die RTL5 sind weit verbreitete Skalen zur Messung von Einsamkeit. Sie unterscheiden sich vor allem in folgenden Aspekten: Während die UCLA-Skala Einsamkeit als Gesamtkonstrukt misst, ermöglicht die RTL5-Skala eine separate Betrachtung von emotionaler (fehlende intime Beziehung) und sozialer Einsamkeit (fehlendes soziales Netzwerk).

Übersicht über die Fragen und Auswertungsansätze der drei Einsamkeits-Skalen

	Fragen	Auswertung
SOEP	1. Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Ihnen die Gesellschaft anderer fehlt?	Antwortskala 1-5: 1 = nie; 2 = selten; 3 = manchmal; 4 = oft; 5 = sehr oft

	<ol style="list-style-type: none"> Wie oft haben Sie das Gefühl, außen vor zu sein? Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Sie sozial isoliert sind? 	<p>Es werden die Personen als einsam klassifiziert, die mindestens einen Mittelwert von 3 auf der Einsamkeitsskala erzielen, also im Durchschnitt angaben, sich mindestens manchmal einsam zu fühlen.</p>
<p>UCLA (RULS-6)</p>	<ol style="list-style-type: none"> Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Ihnen Gesellschaft fehlt? Wie oft fühlen Sie sich allein? Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Sie niemandem mehr nahestehen? Wie oft fühlen Sie sich ausgeschlossen? Wie oft haben Sie das Gefühl, dass niemand Sie wirklich gut kennt? Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Menschen um Sie herum sind, aber nicht mit Ihnen? 	<p>Antwortskala 1-4: 1 = nie; 2 = selten; 3 = manchmal; 4 = immer</p> <p>Es werden die Personen als einsam klassifiziert, bei denen der Durchschnittswert größer als 2,5 ist.</p>
<p>RTLS-6</p>	<p>Emotionale Einsamkeit (Fehlen intimer Beziehungen)</p> <ol style="list-style-type: none"> Ich empfinde ein allgemeines Gefühl der Leere Ich vermisse es, Menschen um mich zu haben Ich fühle mich oft zurückgewiesen/ ausgeschlossen <p>Soziale Einsamkeit (Fehlen eines größeren sozialen Netzwerks)</p> <ol style="list-style-type: none"> Es gibt genug Menschen, die mir helfen würden, wenn ich Probleme habe Es gibt genug Menschen, denen ich voll und ganz vertrauen kann Es gibt genug Menschen, denen ich mich nahe fühle. 	<p>Antworten: ja = 1 Punkt; mehr oder weniger = 1 Punkt; nein = 0 Punkte</p> <p><i>Alternativ:</i> immer = 1 Punkt; oft = 1 Punkt; manchmal = 1 Punkt; selten = 0 Punkte; nie = 0 Punkte</p> <p>Antworten: nein = 1 Punkt; mehr oder weniger = 1 Punkt; ja = 0 Punkte</p> <p><i>Alternativ:</i> stimme überhaupt nicht zu = 1 Punkt; stimme eher nicht zu = 1 Punkt; neutral = 0 Punkte; stimme eher zu = 0 Punkte; stimme voll und ganz zu = 0 Punkte</p> <p>Aus den Antworten ergibt sich ein Wertebereich von 0 bis 6: 0 = nicht einsam, 1-3 = mäßig einsam, 4-5 = stark einsam, 6 = sehr stark einsam. Emotionale und soziale Einsamkeit können auch einzeln ausgewertet werden.</p>

Aufnahme von Persönlichkeitsmerkmalen

Um ein besseres Verständnis zu erlangen (wenn die Fallzahlen bei der Befragung ausreichend hoch sind), welche Personengruppen im Quartier von Einsamkeit betroffen sind, ist es hilfreich, einsamkeitsrelevante Persönlichkeitsmerkmale aufzunehmen (s. dazu: [Arbeitspapier Indikatorenset – Einsamkeitsgefährdete Quartiere](#), Kap. 2.1). Diese könnten sein:

- **Geschlecht:** männlich weiblich ohne Angabe/divers²
- **Alter:** <6, 6-12, 13-17, 18-29, 30-65, 65-84, >84
Indiz für Risikofaktor Umbruchphase, schlechter körperlicher Zustand
- **Beschäftigung:** SchülerIn in Ausbildung/Studium erwerbstätig (Teil- oder Vollzeit) arbeitslos, arbeitssuchend nicht erwerbstätig RentnerIn
Indiz für Risikofaktor Umbruchphase, Einkommensarmut
- **Haushaltsnettoeinkommen pro Kopf³:** <1.500 €, 1.500-3.000 €, >3.000 €
Indiz für Risikofaktor Einkommensarmut
- **Bezug staatlicher Unterstützung zur Existenzsicherung:** ja
Indiz für Einkommensarmut
- **Familienstand:** Single verheiratet/in Partnerschaft lebend geschieden/aufgehobene Partnerschaft verwitwet, Lebenspartner verstorben
Indiz für Risikofaktor kritische Lebensphase
- **Gesundheitszustand:** körperliche oder geistige Einschränkung/Behinderung, pflegebedürftig psychische, mentale Probleme
Indiz für Risikofaktor schlechter körperlicher Zustand, Defizite bei sozialen Kontakten
- **Flucht und Migration:** Migrations- oder Fluchterfahrung andere vorherrschende Sprache im Haushalt als Deutsch Mediennutzung vorrangig in nicht deutscher Sprache kein Schul-, Ausbildungs- oder Studienabschluss in Deutschland
Indiz für Risikofaktor Migrations- und Fluchterfahrung, Defizite bei sozialen Kontakten

² Bei „divers“ fallen meist zu geringe Fallzahlen an, um diese einzeln auszuwerten. Es ist zu überlegen, welcher Geschlechtsgruppe sie bei der Auswertung zugeordnet oder ob sie aus der Gesamtauswertung herausgenommen werden.

³ Das Nettohaushaltseinkommen pro Kopf ist der Betrag, der nach Abzug aller relevanten Steuern und Beiträge vom Bruttoeinkommen (Löhne, Gehälter, Einkommen aus selbstständiger Tätigkeit, Vermögenserträge, Renten und staatliche Transferleistungen) pro Kopf zur Verfügung steht (Nettoeinkommen aller Haushaltsmitglieder geteilt durch die Anzahl der Personen im Haushalt).

Personen/Haushalte mit geringem Einkommen sind häufiger von Einsamkeit betroffen. Es gibt keine eindeutige Grenze, aber einzelne Studien deuten an, dass die Einsamkeitsbetroffenheit bei Einkommen unter 1.500 € stark ansteigt.

Diese Frage sollte eher am Ende eines Fragebogens gestellt werden, da sie teilweise nicht gerne beantwortet wird.

- **Sonstiges:** Pflege eines pflegebedürftigen Angehörigen/ Zugehörigen
 alleinerziehend alleinlebend im Haushalt Mobbing⁴-/Diskriminierungserfahrungen im Alltag geringes Interesse an Wahlen ehrenamtlich tätig, Mitglied in Verein, sportlich aktiv⁵
Indiz für Risikofaktor Zeitmangel, Defizite bei sozialen Kontakten

3.2 Soziale Einbindung der Bewohnerschaft in das Quartier, insbesondere der einsamkeitsbetroffenen Personengruppen

Einsamkeit hat viele Hintergründe. Ein wesentlicher Aspekt ist eine fehlende soziale, gesellschaftliche Teilhabe. Mit den Fragen zur sozialen Einbindung im Quartier soll ermittelt werden, inwieweit sich Personen in ihrem Quartier wohl und sozial eingebunden fühlen und Angebote und Aktivitäten stattfinden, die sie ansprechen und an denen sie mitwirken können.

Die Fragen in grün können mit Single Choice („ja“, „mehr oder weniger“ oder „nein“) beantwortet werden. Die (Nach-)Fragen in schwarz erlauben offene, qualitative Antworten. Wenn bereits Kenntnisse über das Quartier vorliegen, kann bei den offenen Fragen auch eine Auswahl an möglichen Antworten vorgegeben werden, um eine Auswertung zu erleichtern.

Einstiegsfragen: Soziale Kontakte im Quartier – Zugehörigkeitsgefühl

Die Fragen helfen einzuschätzen, ob das Einsamkeitsgefühl bei einer Person eventuell mit einem fehlenden Zugehörigkeitsgefühl und fehlender sozialer Eingebundenheit im Quartier zusammenhängt.

- Seit wann wohnen Sie in Ihrem Quartier? < 1 Jahr 1-5 Jahre > 5 Jahre
- Leben Sie gerne in Ihrem Quartier?
- Fühlen Sie sich in Ihrem Quartier sicher?
- Fühlen Sie sich sozial eingebunden?
- Haben Sie gute Kontakte mit Ihren (direkten) Nachbarn?
- Kommen Sie mit anderen Menschen in Ihrem Quartier zusammen?
Wenn ja, an welchen Orten?

⁴ Man spricht von Mobbing, wenn eine Person über einen längeren Zeitraum hinweg von einer oder mehreren Personen schikaniert, angegriffen oder ausgegrenzt wird.

⁵ Als sportlich aktiv gelten Personen, die mindestens an zwei Tagen in der Woche einer sportlichen Aktivität nachgehen.

Teilnahme an lokalen Aktivitäten, Engagement und Mitwirkung

Die Fragen helfen einzuschätzen, ob es Aktivitäten und Veranstaltungen im Quartier gibt, die insbesondere sich einsam führende Personen ansprechen und zum Mitmachen bzw. Mitwirken anregen bzw. was gewünscht wird. Mitmachen und Mitwirken sind starke Faktoren gegen Einsamkeit, worauf insbesondere die Fragen zum Engagement und zur Mitgliedschaft in Vereinen abzielen.

- Nehmen Sie an Veranstaltungen oder Aktivitäten in Ihrem Quartier teil?
Wenn ja, an welchen? Welche Angebote fehlen Ihnen?
- Wirken Sie aktiv an Veranstaltungen und Aktivitäten in Ihrem Quartier mit?
Wenn ja, an welchen?
- Engagieren Sie sich freiwillig in Ihrem Quartier?
Wenn ja, wobei?
- Sind Sie Mitglied in lokalen Vereinen oder Gruppen?
Wenn ja, wo?

3.3 Nutzung und Defizite einsamkeitsrelevanter Infrastrukturen

Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen können zur Einsamkeitsresilienz von Quartieren beitragen. Dabei reicht es nicht aus, diese nur quantitativ vorzuhalten. Erst ihre Ausstattung sowie gestalterische und konzeptionelle Qualitäten können dazu beitragen, ein niederschwelliges Zusammenkommen und Miteinander, gesellschaftliche Teilhabe und Nachbarschaften zu befördern (vgl. [Arbeitspapier](#) „Anforderungen und Qualitäten - Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen im Quartier“ und [Arbeitspapier](#) „Akteure und Gelegenheitsstrukturen im Quartier“).

Die Fragen sollen zum Verständnis dienen, ob in der Wahrnehmung der Befragten, insbesondere der Einsamen, diese Infrastrukturen präsent sind und genutzt werden. Gleichzeitig kann ermittelt werden, ob sich die Wahrnehmung und Nutzung zwischen Einsamen und Nicht-Einsamen unterscheidet; daraus können Handlungserfordernisse abgeleitet werden. Ferner dienen die Fragen dazu, qualitative Defizite bei den einsamkeitsrelevanten Infrastrukturen aus Sicht der Bewohnerschaft zu ermitteln.

Die Fragen in grün können mit Single Choice („ja“, „mehr oder weniger“ oder „nein“) beantwortet werden. Die (Nach-)Fragen in schwarz erlauben offene, qualitative Antworten. Wenn bereits Kenntnisse über das Quartier vorliegen, kann bei den offenen Fragen auch eine Auswahl an möglichen Antworten vorgegeben werden, um eine Auswertung zu erleichtern.

Nutzung einsamkeitsrelevanter Orte

Die Fragen helfen einzuschätzen, ob insbesondere sich einsam führende Personen Orte im Quartier kennen und nutzen, die dazu beitragen, sich wohl zu fühlen und mit anderen Menschen zusammenzukommen bzw. welche Orte es bräuchte. Ferner helfen die Fragen zu ermitteln, ob einsamkeitsrelevante Infrastrukturen bzw. Orte des Zusammenkommens im Quartier bekannt sind.

- Gibt es Gemeinschaftsräume oder -flächen in Ihrem Wohnhaus?
Wenn ja, nutzen Sie sie?
Welche? Bei welchen Gelegenheiten?
- Gibt es Gemeinschaftsräume, Treffpunkte, Begegnungsorte in Ihrem Quartier?
Wenn ja, nutzen Sie sie?
Welche? Bei welchen Gelegenheiten?
- Gibt es Grün-, Erholungs- und Freizeitflächen in Ihrem Quartier?
Wenn ja, nutzen Sie sie?
Welche? Was machen Sie dort?
- An welchen Orten fühlen Sie sich wohl/sind Sie gerne?
- An welchen Orten fühlen Sie sich nicht wohl/sind Sie nicht gerne?
- Was für Orte/Räume vermissen Sie im Quartier?

Defizite einsamkeitsrelevanter Infrastrukturen

Die Fragen sollen helfen, Defizite bei den einsamkeitsrelevanten Infrastrukturen aufzuzeigen, insbesondere aus Sicht sich einsam fühlender Personen.

- Sind Sie zufrieden mit der Gestaltung und Aufenthaltsqualität der Grün-, Erholungs- und Freizeitflächen in Ihrem Quartier?
Was kann verbessert werden?
- Sind Sie zufrieden mit den Treffpunkten und Begegnungsorten in Ihrem Quartier?
Was kann verbessert werden?
- Sind Sie zufrieden mit der wohnortnahen Grundversorgung?
Was fehlt Ihnen?
- Können Sie sich gut im Quartier bewegen?
Welche Barrieren oder Hindernisse erschweren Ihnen die Mobilität im Quartier?
Was erschwert Ihnen die Nutzung der Begegnungsorte und Treffpunkte?

Frage

Gibt es weitere Fragen, die mit Blick auf die Einsamkeitssituation im Quartier gestellt werden sollten? Sollten Fragen umformuliert werden?

Frage

Sollten weitere Persönlichkeitsmerkmale erfasst werden? Wenn ja, welche und warum?

4 Hinweise zu Befragungen

Befragungen können als (repräsentative) persönliche, schriftliche und/oder Online-Befragungen durchgeführt werden. Der Aufwand sowie die Vor- und Nachteile sind unterschiedlich.

Übersicht zu Vor- und Nachteilen persönlicher, schriftlicher und Online-Befragungen

	Vorteile	Nachteile
Persönliche Befragung	<ul style="list-style-type: none"> Qualitativ hochwertige und detaillierte Daten durch direkte Interaktion Möglichkeit für Nachfragen und Klärung von Missverständnissen 	<ul style="list-style-type: none"> Hoher Zeit- und Kostenaufwand Auswahl der Adressatengruppe komplex Mögliche Verzerrungen durch sozial erwünschte Antworten Schwierig im großen Maßstab durchzuführen
Schriftliche Befragung	<ul style="list-style-type: none"> Größere Stichproben bei gleichem Budget möglich Keine Interviewerfehler Mehr Bedenkzeit für durchdachtere Antworten Anonymität glaubwürdiger, ehrlichere Antworten 	<ul style="list-style-type: none"> Höhere Ausfallquoten als bei persönlichen Interviews Systematische Ausfälle nach Bildungsniveau Unkontrollierbare Befragungssituation Mögliche externe Einflüsse nicht kontrollierbar
Online-Befragung	<ul style="list-style-type: none"> Schnell und kostengünstig durchzuführen Daten schnell verfügbar und hohe Datenqualität Geringere Gefahr von Interviewerfehlern 	<ul style="list-style-type: none"> Möglichkeit von Mehrfachteilnahme und falschem Ausfüllen Oft hohe Abbruchraten Menschen ohne digitale Bezüge benachteiligt Fehlende persönliche Ebene kann Vertrauensaufbau erschweren

Insgesamt bieten persönliche, aufsuchende Befragungen z.B. über Haushaltsbefragungen die höchste Informationsqualität, sind aber am aufwändigsten. Schriftliche Befragungen, die an alle Haushalte verschickt werden, erlauben größere Stichproben, insbesondere wenn der Fragebogen auch online von den Haushaltsmitgliedern einzeln ausgefüllt werden kann. Schriftliche und Online-Befragungen haben aber Nachteile bei Repräsentativität und Kontrolle der Befragungssituation.

Online-Befragungen (über Webseiten, Apps, Umfrageterminals bzw. QR-Codes im öffentlichen Raum) können motivierend wirken, wenn sie den „Spieltrieb“ wecken und man am Ende ein Ergebnis erhält, z.B. eine Übersicht, wie sich die Eigeneinschätzung im Vergleich zur Einschätzung aller Befragten verhält.

Um den Aufwand für eine Befragung zur Einsamkeit im Quartier zu planen und möglichst gering zu halten, werden folgende Optionen gesehen:

- Falls (regelmäßige) Befragungen im Quartier bzw. zur Quartierssituation vorgesehen sind, könnten Frageblöcke zur Einsamkeit eingebettet werden.
- Um ein besseres Verständnis bezüglich der Ausgangssituation zur Einsamkeit im Quartier zu gewinnen und daraus gezielt Handlungsanforderungen abzuleiten, muss die Befragung nicht zwangsläufig repräsentativ sein. Es sollte aber darauf geachtet werden, dass ein Querschnitt der Bewohnerschaft und insbesondere (mutmaßlich) Einsame mit der Befragung erreicht werden. Befragungsteilnehmer sollten möglichst zufällig gezogen werden (Zufallsstichprobe).
- Um eine breite Bewohnerschaft zu erreichen, kann versucht werden, Einrichtungen vor Ort zu gewinnen (z.B. Wohnungsunternehmen/Hausmeister, Vereine, Gemeinwesenarbeiter, professionelle Träger wie Wohlfahrtsträger/Pflegedienste, Arztpraxen, Friseure, Schulen, Supermärkte, Kirchen, Religionsgemeinschaften), welche die Befragung durch Hinweise und Bewerbung in ihrem Umfeld oder direkte Durchführung unterstützen. Dies kann aber auch zu Verzerrungen der Ergebnisse führen.

Weitere Hinweise

- Um zu vermeiden, dass Befragte aufgrund der Stigmatisierung von Einsamkeit verzerrt bzw. nicht aufrichtig antworten, wird empfohlen, die Befragung nicht unter der Überschrift „Einsamkeit“ durchzuführen.
- Befragungen können durch Expertengespräche mit Fachakteuren und Ortskennern aus dem Quartier ergänzt werden, z.B. mit Gemeinwesenarbeitern, Religionsvertretern, ambulanten Pflegeeinrichtungen, Schulsozialarbeitern. Mit ihnen können auch Hintergrundgespräche zur Einschätzung der Quartierssituation und deren Entwicklung geführt werden.
- Wichtig ist auch, sich einen Überblick über die tatsächlichen Angebote und Aktivitäten im Quartier und deren Nutzung zu verschaffen („was wird für wen angeboten“, „wer nutzt tatsächlich die Angebote“).
- Quartiersbegehungen/-recherchen helfen bei der Einordnung der Befragungsergebnisse sowie bei der Einbeziehung vorher gesammelter Erkenntnisse.

Frage

Haben Sie weitere Hinweise, worauf bei einer Befragung zur Einsamkeit im Quartier geachtet werden sollte? Welche Empfehlungen haben Sie?

5 Ansätze, einsamkeitsgefährdete bzw. -betroffene Personen zu erkennen

5.1 Beobachtungen und Gespräche

Ergänzend zu Befragungen können Beobachtungen und Gespräche durch Personen und Einrichtungen im Quartier helfen, Einsamkeit bei Menschen zu erkennen.

Beobachtungen

- *Verhaltensänderungen:* Veränderungen im Verhalten von Menschen, wie z.B. Rückzug von sozialen Aktivitäten oder das Vermeiden von Gemeinschaftsveranstaltungen.
- *Interaktion mit Nachbarn:* Beobachtungen darüber, wie oft und in welchem Umfang Menschen mit ihren Nachbarn interagieren, können Aufschluss über ihr soziales Wohlbefinden geben.

Gespräche

- *Quartiersgespräche:* Gespräche ermöglichen es, soziale Problemlagen wie Einsamkeit zu identifizieren. Durch den Austausch mit verschiedenen Akteuren im Quartier können spezifische Einsamkeitsproblematiken erkannt werden.
- *Direkte Fragen zur Einsamkeit:* Stellen gezielter Fragen, ob sich jemand einsam fühlt / Fragen zum Einsamkeitsempfinden (s. „Befragungen“), über das soziale Leben und Unterstützungsbedarfe.
- *Offene Kommunikation:* Fördern einer Kultur der offenen Kommunikation, in der Bewohnerinnen und Bewohner ihre Gefühle und Bedürfnisse äußern können. Dies kann durch regelmäßige Treffen oder informelle Gespräche geschehen.

Hilfestellung

Werden Personen als einsam bzw. einsamkeitsgefährdet erkannt und sind die Akteure entsprechend geschult und informiert, können sie im Alltagsleben beispielsweise folgende Hilfestellungen leisten:

- Informationen und Hinweise, wie man sein Einsamkeitsgefühl überwinden kann,
- Informationen über Angebote, Ansprechpartner und Anlaufstellen im Quartier,
- Erläuterung der Möglichkeit, sich in eine kommunale Datenbank einzutragen, in der Kontaktdaten interessierter Menschen gesammelt und an Anbieter bestehender Aktivitäten der sozialen Teilhabe weitergegeben werden.

Frage

Sehen Sie weitere Ansätze, Einsame im Quartier zu erkennen?



5.2 Digitale Möglichkeiten

Auch digitale Möglichkeiten können dazu beitragen, einsamkeitsgefährdete bzw. -betroffene Personen zu identifizieren bzw. ihnen zu ermöglichen, selbst zu erkennen, dass sie unter Einsamkeit leiden bzw. einsamkeitsgefährdet sind.

Streetwork / Chatbots für digitale Nachbarschaftsplattformen

Digitale Streetworker und Chatbots bieten eine innovative Möglichkeit, Einsamkeit auf digitalen Nachbarschaftsplattformen zu erkennen und mit den Personen niederschwellig in Kontakt zu treten. Dazu durchforsten Streetworker anonym und diskret digitale Nachbarschaftsplattformen und Online-Foren nach entsprechenden Posts und Kommentaren, die auf Einsamkeit einer Person hindeuten. Diese sprechen sie proaktiv auf den Plattformen an und schenken ihnen Gehör, sich mitzuteilen und über ihre Gefühle sowie Emotionen zu sprechen. Dabei bieten sie niederschwellige Unterstützung in Form von privaten, vertraulichen Gesprächs- und Kontaktangeboten an und machen auf bestehende Hilfs- und Unterstützungsangebote aufmerksam, um das Einsamkeitsgefühl zu überwinden (s. Kap. 5.1, Hilfestellung).

Ein Praxisbeispiel ist „Digital Streetwork Stuttgart“ (www.zukunftswelten.net/welten-digitale-sozialarbeit). Sie arbeiten auf der im lokalen Umfeld agierenden Plattform Jodel und arbeiten dazu mit den Betreibern dieser Plattformen zusammen, um eine adressatenorientierte und transparente Arbeitsweise zu gewährleisten. Durch emotionale Gesprächsangebote und eine wertschätzende Feedback-Kultur gelingt es, einen Beziehungsaufbau herzustellen.

Digitale Selbst-Tests

Digitale Selbst-Tests ermöglichen den Teilnehmern, über ihre potenzielle Einsamkeit zu reflektieren sowie einzuschätzen, ob sie darunter leiden. Sie helfen den Nutzern, ihre Gefühle und sozialen Bedürfnisse besser zu verstehen. Ein bekanntes Beispiel ist die UCLA Einsamkeitsskala (s. Kap. 3.1), die mit (6-20) Fragen den Schweregrad der Einsamkeit misst. Solche Tests können einer Person wertvolle Erkenntnisse über ihre Einsamkeit liefern und dazu anregen, aktiv gegen Einsamkeit vorzugehen. Sie können auch dazu beitragen, durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Einsamkeitsgefühl ein Bewusstsein für die Thematik zu schaffen. Dies kann dazu beitragen, dass Betroffene offener über ihre Probleme sprechen und aktiv nach Lösungen suchen. Zusätzlich könnte eine digitale Befragung zur „Einsamkeit im Quartier“ integriert werden. Digitale Selbst-Tests können eigenständig auf einer Webseite, in einer App oder an Umfrageterminals in „Warträumen“, z. B. in Arztpraxen, Friseurläden oder an Haltestellen, durchgeführt werden.

Ein Beispiel für einen digitalen Selbst-Test ist auf der Einsamkeitswebseite von Barcelona zu finden: ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad/test-para-reconocer-la-soledad

Motivation

Um Menschen zu motivieren, einen digitalen Selbst-Test zur Einsamkeit durchzuführen, können verschiedene Ansätze verfolgt werden:



Ansprechende Kommunikation

- *Öffentlichkeitskampagne:* Informieren Sie im öffentlichen Raum z. B. über Plakate mit QR-Codes zum Selbst-Test, setzen Sie eine Informationskampagne um.
- *Aufklärung über Einsamkeit:* Informieren Sie über die Auswirkungen von Einsamkeit auf die Gesundheit und das Wohlbefinden. Klare Informationen können das Bewusstsein schärfen und die Notwendigkeit eines Selbst-Tests verdeutlichen.
- *Positive Formulierung:* Verwenden Sie eine positive und einladende Sprache, um den Test als eine Möglichkeit zur Selbstreflexion und Verbesserung der Lebensqualität zu präsentieren, anstatt als eine Bewertung des persönlichen Versagens.

Nutzerfreundliche Tests

- *Einfache Zugänglichkeit:* Stellen Sie sicher, dass der Test leicht zugänglich und einfach zu bedienen ist. Eine benutzerfreundliche Oberfläche erhöht die Bereitschaft, den Test durchzuführen.
- *Anonymität garantieren:* Betonen Sie, dass die Teilnahme anonym ist und keine persönlichen Daten gesammelt werden bzw. wenn persönliche Daten einzugeben sind, wofür sie dienen (z. B. Mailadresse, um das Ergebnis des Tests per Mail zuschicken zu können).

Integration in soziale Netzwerke

- *Einbindung lokaler Akteure:* Beziehen Sie lokale Akteure und Organisationen aus den Quartieren ein, den digitalen Selbst-Test in ihrem Umfeld bekannt zu machen. Sie können auch helfen, das Bewusstsein für das Thema Einsamkeit zu schärfen und die Durchführung des Tests zu fördern.
- *Gemeinschaftliche Initiativen:* Bieten Sie den Test im Rahmen von Gemeinschaftsveranstaltungen oder Online-Workshops an, um ein Gefühl der Zugehörigkeit zu fördern. Menschen sind oft motivierter, wenn sie sehen, dass andere ebenfalls teilnehmen.
- *Peer-Support:* Ermutigen Sie, den Test gemeinsam mit Freunden oder Familienmitgliedern zu machen und die Ergebnisse zu besprechen. Dies kann den Druck verringern und ein unterstützendes Umfeld schaffen.
- *Influencer:* Gewinnen Sie Influencer auf Social-Media-Kanälen, auf Nachbarschaftsplattformen Einsamkeit zu thematisieren und auf den Selbst-Test aufmerksam zu machen.

Anreize schaffen

- *Belohnungen anbieten:* Überlegen Sie, Anreize wie den Zugang zu speziellen Inhalten für diejenigen anzubieten, die den Test absolvieren. Solche Anreize können die Motivation erhöhen.
- *Feedback und Ressourcen bereitstellen:* Geben Sie nach dem Test Rücklauf, z. B. über eine Auswertung des Selbst-Tests, ob und wie stark man von Einsamkeit betroffen ist und wie viele Menschen ähnliche Gefühle erleben. Dies kann aufzeigen, dass man mit dem Gefühl nicht allein ist. Darüber hinaus könnten Hinweise und Informationen gegeben werden, wie sie mit Einsamkeit umgehen können und welche Unterstützung, Aktivitäten und Ansprechpartner dazu im Quartier oder der Stadt existieren. Dies zeigt den Teilnehmenden, dass ihre Teilnahme wertgeschätzt wird und sie nicht allein mit dem

Thema dastehen. Die Person kann auch den Hinweis erhalten, sich in eine kommunale Datenbank einzutragen, in der Kontaktdaten interessierter Menschen gesammelt und an Anbieter bestehender Aktivitäten der sozialen Teilhabe weitergegeben werden. Eine „Quartiersauswertung“ ist möglich, wenn die Person ihre Wohnadresse angibt (Straße und Postleitzahl; Hausnummer ist nicht notwendig). Wenn sie eine Mailadresse hinterlässt, kann sie die Auswertung per Mail erhalten.

Frage

Welche weiteren Ansätze können Menschen motivieren, einen Selbst-Test durchzuführen?

Frage

Kennen Sie weitere Beispiele bzw. haben Sie Ideen, wie mit Hilfe digitaler Tools einsamkeitsgefährdete bzw. -betroffene Personen erkannt werden können?

Arbeitspapiere „Einsamkeit im Quartier“

Die Arbeitspapiere präsentieren Zwischenergebnisse aus dem Projekt und seinen Arbeitsgruppen und werden auf der Homepage zur Diskussion gestellt.

<https://www.quartier-einsamkeit.de/ergebnisse/>

Arbeitsgruppe Monitoring

- Indikatorenset – Einsamkeitsgefährdete Quartiere (Juli 2024)
- Befragungen – Einsamkeitsgefährdete Quartiere (November 2024)

Arbeitsgruppe Gebaute Umwelt

- Anforderungen und Qualitäten – Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen im Quartier (Juli 2024)
- Akteure, Verantwortlichkeiten, Instrumente – Einsamkeitsrelevante Infrastrukturen im Quartier (November 2024)
- Digitale Tools zur Förderung sozialer Interaktionen und Nutzung einsamkeitsrelevanter Infrastrukturen (Dezember 2024)

Arbeitsgruppe Teilhabe vor Ort

- Einsamkeitsrelevante Akteure und Gelegenheitsstrukturen im Quartier (September 2024)
- Einsamkeit: Wechselspiel von lokalem Engagement und hauptamtlichen Akteuren (Dezember 2024)