

Auswertung #NDRfragt

Einsamkeit

**Im Rahmen der Umfrage - Fachkräftemangel:
Müssen wir alle länger arbeiten?**

**Befragungszeitraum: 21.11. – 25.11.2024 – 9:00 Uhr
16.336 Teilnehmende**

Die Ergebnisse von #NDRfragt sind nicht repräsentativ. Das heißt: Die Umfrage-Community setzt sich nicht exakt so zusammen wie die Bevölkerung der Norddeutschen. Dennoch sind die Umfrageergebnisse für Norddeutschland aussagekräftig. Denn wir werten die Antworten so aus, dass wir denen etwas mehr Gewicht geben, die in der #NDRfragt-Gemeinschaft unterrepräsentiert sind. Insgesamt ergibt sich so ein stimmiges Bild.

»Unabhängig davon, ob Sie in einer Beziehung leben, Familie haben oder andere Menschen und Freunde treffen: Wie oft fühlen Sie sich einsam?«

oft

10%

manchmal

27%

selten

32%

nie

30%

Nicht repräsentative, aber gewichtete #NDRfragt-Umfrage. 16.336 Personen haben auf diese Frage geantwortet. Abweichungen zu 100 % sind rundungsbedingt.

Wir haben folgende Gruppe gefragt:
NUR BEFRAGTE, DIE SICH OFT, MANCHMAL ODER SELTEN EINSAM FÜHLEN:

»Für Einsamkeit gibt es verschiedene Gründe. Welche der folgenden Aussagen treffen am meisten auf Sie zu? (Sie können maximal 3 Antworten auswählen.)«

Mir fällt es schwer, neue Kontakte zu knüpfen und Menschen kennenzulernen.



Ich finde es schwierig, mich anderen Menschen gegenüber zu öffnen.



Ich habe viele soziale Kontakte, fühle mich aber trotzdem unverstanden und nicht verbunden mit anderen.



keine Angabe



Ich kann es mir nicht leisten, mit anderen auszugehen oder etwas zu unternehmen.



Ich bin krank, daher fällt es mir schwer, mit anderen in Verbindung zu bleiben.



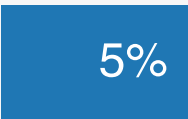
Es gibt einen anderen Grund, und zwar:



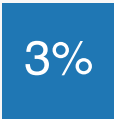
Seit der Trennung/ dem Tod von meiner Partnerin bzw. meinem Partner fehlt mir meine wichtigste Bezugsperson.



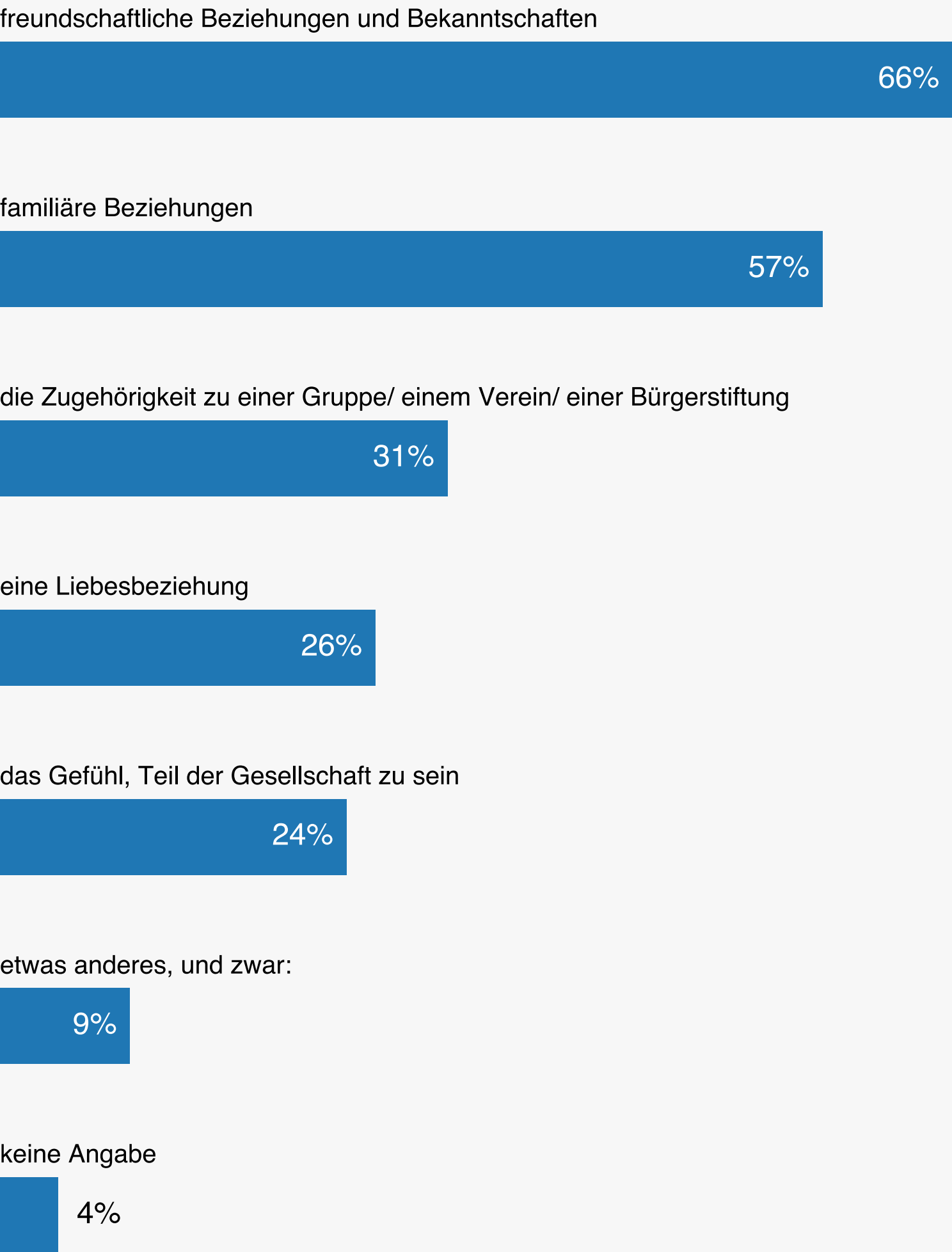
Ich fühle mich einsam, seit meine erwachsenen Kinder ausgezogen sind.



Ich bin arbeitslos und dadurch fehlen mir berufliche Kontakte.



»Was hilft Ihnen dabei, sich weniger oder nicht einsam zu fühlen? (Sie können maximal 3 Antworten auswählen.)«



Nicht repräsentative, aber gewichtete #NDRfragt-Umfrage. 16.336 Personen haben auf diese Frage geantwortet. Mehrere Antworten waren möglich.

»Haben Sie etwas unternommen, um sich weniger/nicht einsam zu fühlen? (Sie können maximal 3 Antworten auswählen.)«

Ja, ich habe bestehende Kontakte intensiver gepflegt (z. B. Freunde oder Familie häufiger angerufen oder getroffen).

32%

Ja, ich habe Hobbys oder Aktivitäten begonnen, die mir Freude machen (z. B. Sport, Kunst, Musik).

31%

Ja, ich habe mich mit Haustieren oder Natur umgeben (z. B. Spaziergänge, Gartenarbeit, Tierhaltung).

25%

Ja, ich habe ehrenamtlich gearbeitet oder anderen geholfen (z. B. Nachbarschaftshilfe, soziale Projekte).

22%

Ja, ich habe neue soziale Kontakte geknüpft (z. B. über Vereine, Kurse oder Veranstaltungen).

20%

Nein, ich habe nichts unternommen.

18%

Ja, ich habe digitale Möglichkeiten genutzt, um Menschen kennenzulernen (z. B. soziale Netzwerke, Online-Communities).

11%

Ja, ich habe Achtsamkeit oder Meditation praktiziert, um mich selbst besser zu spüren.

8%

Ja, ich habe professionelle Unterstützung in Anspruch genommen (z. B. Therapie, Beratungsstellen).

7%

keine Angabe

5%

Ja, etwas anderes, und zwar:

3%

»Einsamkeit in der Bevölkerung beschäftigt auch die Politik. Welche der folgenden Maßnahmen finden Sie sinnvoll, um gegen Einsamkeit in der Gesellschaft vorzugehen? (Sie können maximal 3 Antworten auswählen.)«

