

*Einsamkeit gefährdet nicht nur die Gesundheit, sondern auch den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Um dem entgegenzuwirken, braucht es gute Strategien.*

## Eure Idee gegen Einsamkeit

**1** Je zufriedener eine Person mit ihrem Leben ist, desto weniger einsam fühlt sie sich. Entwickelt in Kleingruppen Ideen, wie ihr die Lebenszufriedenheit eurer Mitschüler/-innen stärken und so deren Einsamkeitsempfinden reduzieren könnt. Eure Ergebnisse könnt ihr in kreativer Form (z. B. Song, Bild, Poetry Slam, Kurzvideo) oder als Text festhalten.



## Strategie gegen Einsamkeit

**2** Die Bundesregierung hat 2023 eine „Strategie gegen Einsamkeit“ vorgestellt. In der Tabelle findest du zwei der darin genannten Ziele und konkreten Maßnahmen. Bewerte diese hinsichtlich ihrer Effektivität und Nachhaltigkeit.

Ziel	Beispielhafte Maßnahmen	Meine Bewertung
Wissen stärken	Die Regierung fördert ein „Einsamkeitsbarometer“, welches das Ausmaß und die Verbreitung von Einsamkeit in unterschiedlichen sozialen Gruppen regelmäßig erhebt.	
Einsamkeit als gesamtgesellschaftliche Herausforderung angehen	Seit Beginn des Schuljahres 2023/24 werden an über 100 Schulen „Mental Health Coaches“ eingesetzt. Mit diesem Modellprojekt sollen bundesweit mehrere zehntausend Schüler/-innen dazu ermutigt werden, mit einer qualifizierten Person offen über die Dinge zu sprechen, die sie beschäftigen.	

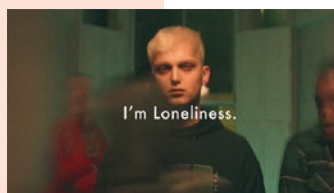
## Was machen die anderen?

**3** Stell dir vor, du bist Berater/-in der Bundesregierung und sollst Maßnahmen aus Großbritannien, den Niederlanden und Japan analysieren, um Ideen für Deutschland zu sammeln.

- a) Lies die Infotexte Q1–Q3.
- b) Erstelle eine kurze Präsentation und berücksichtige dabei folgende Punkte:
1. Kurze Zusammenfassung der vorgestellten Maßnahmen
  2. Eigene Vorschläge für die deutsche Politik mit Begründung
  3. Kritische Aspekte und Herausforderungen der Maßnahmen

### Q1 Großbritannien: „Loneliness. It's a part of life. Let's talk about it“

Am weitesten fortgeschritten im Kampf gegen Einsamkeit ist Großbritannien. Anfang 2024 beschloss die britische Regierung eine Social-Media-Kampagne. Mithilfe bekannter Influencer/-innen sollen junge Menschen dazu motiviert werden, auf Einsamkeit in ihrem Umfeld zu achten und in soziale Beziehungen zu investieren. Großbritannien stellt zudem umgerechnet 650 Millionen Euro für außerschulische Freizeitangebote bereit, damit alle zwischen elf und 18 Jahren Zugang zu Aktivitäten außerhalb ihrer Familie und ihrer Bildungseinrichtung haben.



### Q2 Niederlande: „Join Us“

Ein weiteres Beispiel, wie in den Niederlanden mit dem Problem Einsamkeit umgegangen wird, ist das Projekt „Join Us“. Das richtet sich an junge Menschen zwischen zwölf und 30 Jahren und ist dementsprechend digital ausgerichtet. „Möglicherweise fühlen sie sich einsam oder allein, aber das muss nicht der Fall sein. Manche jungen Leute wollen einfach nur neue Leute kennenlernen, anderen fehlt jemand, dem sie ihre Geschichte erzählen können, und wieder andere sind gerade umgezogen und finden keinen Kontakt mehr“, erklären die Macher. Wer sich angesprochen fühlt, kann auf der Internetseite einen Test machen, um herauszufinden, was er gegen seine Situation unternehmen kann. Es gibt Online-Gruppen und E-Tools zur Steigerung von sozialen Fähigkeiten.

### Q3 Japan: „Not Alone“

In Japan warf die hohe Suizidrate bei Kindern und Jugendlichen ein Schlaglicht auf das Problem. Junge Menschen können sich rund um die Uhr telefonisch oder per Chat Hilfe suchen. Die Nachfrage nach dem Dienst ist enorm. Auch hier wird das Problem politisch angegangen: Sowohl in Großbritannien als auch in Japan sind bereits Einsamkeitsminister ernannt worden.

Quelle Q1–Q3: Rheinische Post online, 13.6.2024

- c) Besprecht eure Ergebnisse: Welcher Vorschlag hat euch am meisten überzeugt?
- d) Diskutiert kritisch: Können die vorgestellten Maßnahmen angesichts der vielfältigen Ursachen Einsamkeit verringern?