



Yoga für alle e.V.

Fruchtallee 19a

20259 Hamburg

Hamburg, 15. März 2022

Pressemitteilung

So einsam ist Deutschland - ein Stimmungsbild der aktuellen Lage

Einsamkeit ist ein Thema, das viele Menschen in Deutschland betrifft. Trotzdem ist es hierzulande nur wenig erforscht und betrachtet. Ein Stimmungsbild in Deutschland zeigt nun: Einsamkeit ist ein Problem, mit dem viele Menschen allein sind.

Hamburg, 15. März 2022 Zum Thema Einsamkeit hat Yoga für alle e.V., ein Verein, der soziale Arbeit für Menschen anbietet, die in sozialen Einrichtungen leben, betreut oder beraten werden, ein [Stimmungsbild in Deutschland](#) erhoben. Befragt wurden über 100 Personen zu unterschiedlichen Aspekten des Themas Einsamkeit. Kombiniert mit aktuellen Forschungsergebnissen, stellen die Umfrageresultate ein Stimmungsbild zum Thema Einsamkeit in Deutschland dar.

Die Pandemie macht Europa einsam – Anstieg von 16 % in Deutschland

Nach einer Studie der Europäischen Union, die Resultate von 2016 und 2020 vergleicht, fühlen sich in **Europa aufgrund der Pandemie die Menschen einsamer**. In Deutschland sind es inzwischen 25 %, der Menschen die sich einsam fühlen. Das sind **9 Prozent mehr als vor Corona**.

Starker Anstieg der Einsamkeit bei jungen Menschen

Nicht ältere Menschen werden hauptsächlich durch die Pandemie einsamer, sondern es trifft hier vor allem die Jungen. **36 % gaben in der Altersgruppe bis 25 an, sich einsam zu fühlen**. Zum Vergleich: Vor der Pandemie lag dieser Wert

gerade einmal bei 9 %. In der Altersgruppe 65+ ist der Anstieg zwar mit 7 % deutlich geringer, hier lag er jedoch mit 15 % vor der Pandemie schon etwas höher.

Was tun gegen Einsamkeit? – Deutsche sind von Hilfe durch Andere überzeugt

Es gibt kein allgemeingültiges Rezept gegen Einsamkeit, doch unserem Stimmungsbild zufolge sind **39 % der Deutschen davon überzeugt**, dass **Gruppentreffen mit Gleichgesinnten ein Hilfsmittel gegen Einsamkeit** sein können. Der erste Schritt ist nach wie vor der schwierigste. 16 % der Befragten gaben an, sich niemandem anvertrauen zu können oder große Schwierigkeiten damit zu haben. „Darum ist es so wichtig, niedrigschwellige Angebote zu schaffen,“ sagt Cornelia Brammen, Gründerin von Yoga für alle e.V. aus Hamburg.

###

Die gesamte Recherche mitsamt detaillierten Ergebnissen und grafischer finden Sie auf unserer Themenseite.

Über Yoga für alle e.V.

Der gemeinnützige Verein Yoga für alle e.V. aus Hamburg leistet soziale Arbeit durch Yoga für Menschen, die in sozialen oder staatlichen Einrichtungen leben, betreut, beraten oder unterrichtet werden. Seit der Gründung 2014 hat der Verein 5.000 Stunden soziales Yoga ermöglicht. Er kooperiert u.a. mit der Diakonie Hamburg, der AWO Hamburg und München, mit Insel e.V., der Hartwig-Hesse-Stiftung, der Fritz-Köhne-Schule und mit FRIEDA Anti-Stalking-Projekt in Berlin.

Medienkontakt

Laura Tietz

Digital PR Managerin

media@claneo.com