

Einsamkeit wird häufig als schmerzhaftes Gefühl empfunden. Welche Auswirkungen kann dieser Mangel an engen Beziehungen auf das Individuum und die Gesellschaft haben?

Folgen und Gefahren von Einsamkeit

1 Die negativen Folgen von Einsamkeit sind statistisch gut belegt.

a) Schau dir die Videos von Quarks und Phoenix (siehe QR-Codes) bei den jeweils vorgegebenen Minutenmarkierungen an.



Quarks

(7:18–9:37)



Phoenix

(1:08–1:41 und 10:55–11:40)

b) Benenne in der Tabelle die Gefahren, die sich aus den statistisch messbaren Folgen von Einsamkeit ergeben.

c) Kreuze an, ob sich die Gefahren eher auf den einzelnen Menschen (🧑) oder eher auf die Gesellschaft (🧑🧑🧑) insgesamt auswirken.

Statistisch messbare Folgen von Einsamkeit	Welche Gefahren ergeben sich daraus?	Auswirkung auf	
		🧑	🧑🧑🧑
Für die Gesundheit <ul style="list-style-type: none">• Schlechtere körperliche Gesundheit• Mehr psychische Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen• Ungesünderes Essverhalten• Geringere körperliche Aktivität• Schlechtere Schlafqualität• Höhere Stressbelastung			
Für Schule und Arbeitsleben <ul style="list-style-type: none">• Schlechtere Leistungen in der Schule• Mobbing• Geringere Schulzufriedenheit• Niedrigeres Einkommen			
Für die Demokratie <ul style="list-style-type: none">• Sinkendes Vertrauen in politische Institutionen• Sinkendes Interesse an der Politik• Geringere Wahlbeteiligung• Stärkerer Hang zu Verschwörungsideologien			

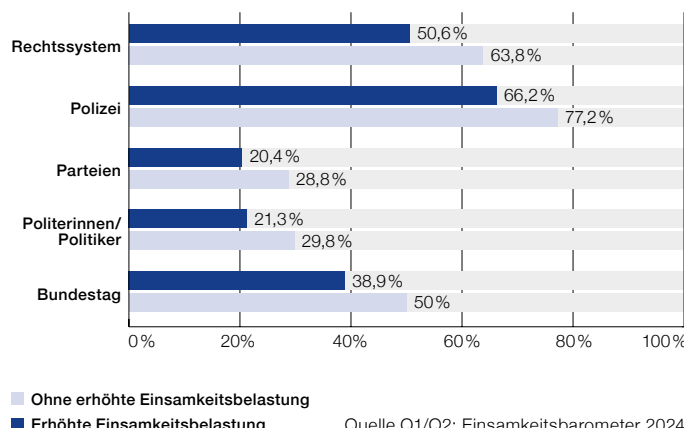
Gefahren von Einsamkeit für die Demokratie

2 Die Statistiken Q1 und Q2 aus dem vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) herausgegebenen Einsamkeitsbarometer verdeutlichen die Zusammenhänge zwischen der Einsamkeitsbelastung einer Person und deren Einstellung zur Demokratie. Stell dir vor, die beiden Statistiken tauchen in deinem Social-Media-Feed auf. Schreibe einen Kommentar dazu.

Q1 Verschwörungsglaube nach Einsamkeitsbelastung



Q2 Vertrauen in politische Institutionen nach Einsamkeitsbelastung



Quelle Q1/Q2: Einsamkeitsbarometer 2024