

## Auf dem Schirm

# Evaluation des Projektes „Miteinander-Füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter“

18.06.2025



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

1

## Gliederung

- Hintergrund und Forschungsstand
- Einführung in das Modellprojekt
- Ziele und Vorgehen der Evaluation
- Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation
- Handlungsempfehlungen



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

2

## Hintergrund und Forschungsstand

Begriffsbestimmungen

### Einsamkeit

*„unangenehmes Gefühl, das aus einer wahrgenommenen Diskrepanz zwischen gewünschten und tatsächlich vorhandenen sozialen Beziehungen entsteht.“*

(Peplau/Perlman 1982 nach Entringer 2022, S. 7)

### Soziale Isolation

*„objektive(r) Mangel an sozialen Kontakten und sozialen Beziehungen“*

(Wang et al. 2017 nach Luhmann 2022, S. 17)

### Alleinsein

*„momentane(r) Zustand der Abwesenheit anderer Menschen“*

(Coplan und Bowker 2013; Galanaki 2004 nach Luhmann 2022, S. 18)



3

## Hintergrund und Forschungsstand

### Fokus „Einsamkeit“

Einsamkeit kann mit physischen und psychischen Erkrankungen einhergehen (Bücker 2022).

Risikofaktoren für Einsamkeit sind u. a. (Bücker et al. 2019):

- (chronische) Erkrankungen/Pflegebedarf
- Mobilitätseinschränkungen
- Verwitwung
- Alleinlebend
- Armut

Höheres Alter ist per se kein Risikofaktor für Einsamkeit (Wurm et al. 2023). Aber: Risikofaktoren für Einsamkeit treten im Alter öfter auf.



4

## Modellprojekt „Miteinander – Füreinander. Kontakt und Gemeinschaft im Alter“

### Inhalt und Ziel des Modellvorhabens

Träger: Malteser Hilfsdienst e. V. (MHD)

Laufzeit: 2020 – 2024

Förderung: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ)

Ziele: Prävention von Einsamkeit im Alter durch Angebote für ältere Menschen und Möglichkeiten für ehrenamtliches Engagement

- Gruppenangebote (u. a. Seniorentreff, Kulturbegleitung, Mobiler Einkaufswagen, Rikscha-Fahrten)
- Einzelangebote (u. a. Besuchs- und Begleitdienst mit/ohne Hund, Telefonbegleitdienst)

Sensibilisierung der Öffentlichkeit für Einsamkeit

Projektstruktur: Projektaufbau- und leitung durch hauptamtliche Projektreferent\*innen an den Standorten

Umsetzung der Angebote durch ehrenamtlich Engagierte



Univation GmbH & IGF e.V.

5

## Modellprojekt „Miteinander – Füreinander. Kontakt und Gemeinschaft im Alter“

### Projektumsetzung zum Start der Befragung (2. Quartal 2023)



172 Einzel- und Gruppenangebote



ca. 1.068 Engagierte



ca. 2.568 Senior\*innen in Angeboten



ca. 560 ÖA-Maßnahmen

Umsetzung an 112 Standorten\* des Malteser Hilfsdienst e. V. (MHD) bundesweit

Regionale Schwerpunkte: Bayern, NRW, Niedersachsen

\*aktiv zum Zeitpunkt der Befragung: 100 Standorte

(Daten MHD 2024)



Univation GmbH & IGF e.V.

6

## Evaluation Modellprojekt: Ziel und Methode

### Ziel der Evaluation

Überprüfung der Wirksamkeit von Zugängen und Angeboten im Projekt „Miteinander-Füreinander“

### Methodisches Vorgehen: Mixed-Methods

Schriftliche Befragungen (05-08/2023), Paper-Pencil + Online, Schneeballverfahren

- Rücklauf: 50 Standorte/Projektreferent\*innen (50 %), 243 Engagierte (23 %), 250 Senior\*innen (10 %)

Fokusgruppen (FG) und Interviews an 8 ausgewählten Standorten

- 15 Fokusgruppen (7 FG mit ges. 47 Engagierten; 8 FG mit ges. 64 Senior\*innen)
- 11 Einzelinterviews (Video, Telefon, Präsenz); 8 Projektreferent\*innen, 2 Engagierte, 1 Seniorin

### Auswertung

- Fragebögen: deskriptiv-statistisch (SPSS)
- Freitextantworten, Transkriptionen Interviews/Fokusgruppen: inhaltsanalytisch (MAXQDA)



Univation GmbH & IGF e.V.

7

## Seniorinnen und Senioren mit Risiko für Einsamkeit

Ausgewählte Ergebnisse schriftliche Befragung

Von den in Angeboten teilnehmenden Seniorinnen und Senioren

- berichteten **86 %** über **einige oder schwere gesundheitliche Einschränkungen**
- waren **86 % weiblich**
- waren **74 % alleinstehend** oder lebten alleine
- waren **52 % verwitwet**
- waren **50 % 80 Jahre alt und älter**
- hatten **13 %** einen **Migrationshintergrund**, aber keine Angehörigen islamischer Religionsgemeinschaften

"... das habe ich **nicht erwartet**, dass ich mal **so einsam im Alter** bin und keinen habe"

(FG-Sen BR 16)

"... **früher** waren wir eine **Großfamilie**, meistens sieben Kinder. Da war immer jemand da (...) Dann war das **Alleinsein** nicht das große Thema"

(FG-Sen HAT 461)



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

8

### Zugangswege der Seniorinnen und Senioren zu den Angeboten

Ausgewählte Ergebnisse schriftliche Befragung



(Quelle: Kammerer 2022)

„Wie haben Sie vom Angebot der Malteser erfahren?“  
Angaben in Prozent;  
Mehrfachnennungen möglich,  
n = 247

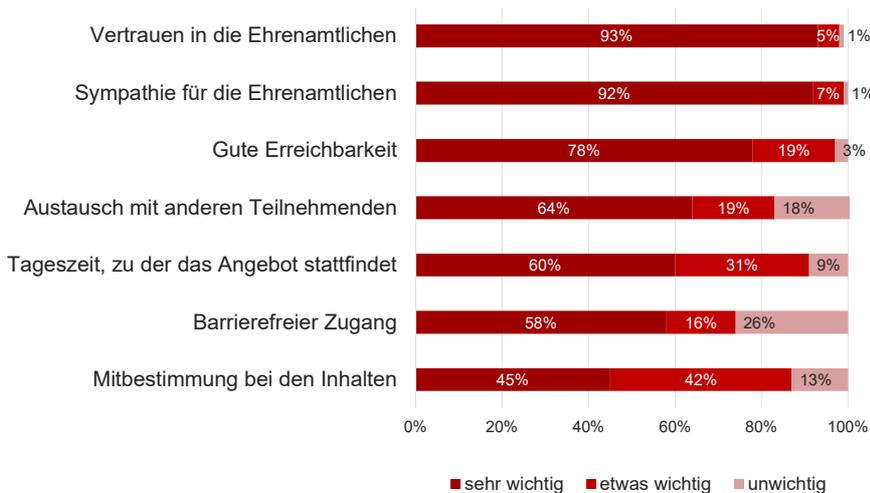


Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

### Rahmenbedingungen für Teilnahme an Angeboten durch Seniorinnen und Senioren

Ausgewählte Ergebnisse schriftliche Befragung



(Quelle: Malteser Hilfsdienst)

„Wie wichtig sind Ihnen die Rahmenbedingungen des Angebots?“  
Angaben in Prozent  
n = 163 – 214



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

## Wirkungen der Angebote aus Sicht der Seniorinnen und Senioren

Ausgewählte Ergebnisse schriftliche Befragung



(Quelle: Malteser Hilfsdienst)

„Hat sich durch das Angebot etwas für Sie verändert?“  
Angaben in Prozent  
n = 194 - 204

62 % der Seniorinnen und Senioren würden sich ohne das Angebot einsamer fühlen (n = 199)



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

11

## Wirkungen der Angebote aus Sicht der Seniorinnen und Senioren

Ausgewählte Ergebnisse schriftliche Befragung und Fokusgruppen

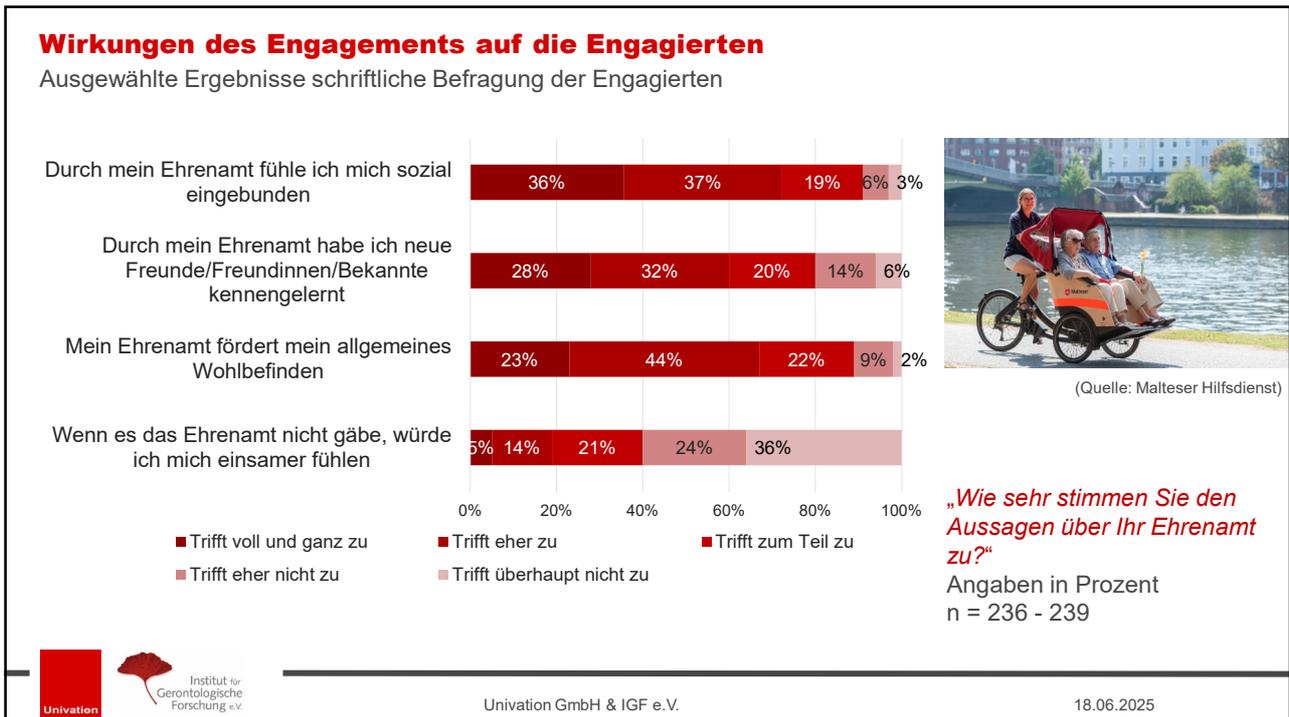
- Freude** „Ich denke oft darüber nach, was wir gemacht haben und so. Ich bin (...) fröhlicher (...) Und dass ich mich mal auf jemanden freuen kann, weil ich sonst so alleine bin.“  
(IV-Sen HAT\_80-85)
- Unterhaltung** „... für mich ist es eigentlich der einzige Tag in der Woche, wo ich Unterhaltung habe.“  
(FG-Sen HAT\_126)
- Tagesstruktur** „Dann ist die Woche ausgefüllt. Das fände ich mal auch wichtig, dass man jeden Tag was vorhat, ansonsten sitzt man nur herum und grübelt eigentlich. Man hat dumme Gedanken im Kopf.“  
(FG-Sen\_WF\_119)
- Aktivität** „Es ist gut, wenn man aus dem Haus geht.“  
(offene Antwort schriftliche Befragung)
- Mobilität** „Ich habe dadurch die Möglichkeit gefunden, mal mit dem Auto zu anderen Veranstaltungen mitgenommen zu werden.“  
(offene Antwort schriftliche Befragung)



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

12



13



14

## Zusammenfassung der Ergebnisse

- Einsame Menschen/Menschen mit Risiko für Einsamkeit werden mit Angeboten erreicht
- Präventive Wirkung gegen Einsamkeit möglich bei Senior\*innen und Engagierten
- Vermutlich nicht gut erreicht werden
  - (Alleinstehende/hochaltrige) Männer
  - Ältere Zugewanderte/Angehörige muslimischer Religionsgemeinschaften
  - Sehr einsame/sozial isolierte Ältere
- Engagierte sind von zentraler Bedeutung (Organisation der Angebote *und* soziale Kontakte für Teilnehmende)
  - Wichtig für Zugang und Teilnahme an Angeboten: Vertrauen
  - Grenzen und Überforderungstendenzen der Engagierten beachten (verlässliches Hauptamt)

## Handlungsempfehlungen

- Zugänge und Inhalte der Angebote auch auf ZG Migrant\*innen und Männer ausrichten
  - Kultursensible Angebote
  - Interessen von älteren Männern abfragen; „sportliche“, „kompetitive“, „technische“ Aktivitäten?
- Sehr einsame oder sozial isolierte Ältere brauchen ggfs. professionelle Ansprache/Unterstützung
  - Weiterleitung in Angebote, z. B. durch Entlassmanagement von Krankenhäusern
  - Bei multiplen Problemlagen mit Fachkräften (soziale Arbeit, Gesundheitswesen ...) zusammenarbeiten
- Niedrigschwelligkeit und Kontinuität der Angebote
  - Barrierefreiheit und Erreichbarkeit (enge Aktionsradien), Sichtbarkeit und Regelmäßigkeit der Angebote
  - Berücksichtigung der Tagesabläufe Älterer (z. B. Mittagsschlaf)
- Aktivierung durch Angebote
  - Kontakte zwischen Teilnehmenden fördern
  - Aktive Einbindung in Angebotsgestaltung (von Organisation bis Kaffeekochen - je nach Vermögen)
- Angebote nutzen, um Informationen weiterzugeben

## Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

### Dr. Birgit Wolter

Institut für Gerontologische Forschung e.V.

Berlin

[wolter@igfberlin.de](mailto:wolter@igfberlin.de)

[www.igfberlin.de](http://www.igfberlin.de)

### Dr. Susanne Mäder

Univation, Institut für Evaluation, Dr. Beywl & Associates GmbH

Köln

[susanne.maeder@univation.org](mailto:susanne.maeder@univation.org)

<http://www.univation.org>

Link zum Evaluationsbericht: [https://www.malteser.de/miteinander-fueinander/wirksamkeitsstudie.html](https://www.malteser.de/miteinander-fueeinander/wirksamkeitsstudie.html)



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

17

## Literatur

Bücker, Susanne; Lembcke, Hanna; Hinz, Meike (2019): Prädiktoren von Einsamkeit und sozialer Isolation. In: Maike Luhmann und Susanne Bücker (Hg.): Einsamkeit und soziale Isolation im Alter. Projektbericht. Ruhr-Universität Bochum.

Bücker, Susanne (2022): Die gesundheitlichen, psychologischen und gesellschaftlichen Folgen von Einsamkeit. Hg. v. Kompetenznetz Einsamkeit (KNE Expertise, 10).

Entringer, Theresa (2022): Epidemiologie von Einsamkeit in Deutschland. Frankfurt am Main (KNE Expertise, 4).

Luhmann, Maike (2022): Definitionen und Formen der Einsamkeit. Hg. v. Kompetenznetz Einsamkeit. Frankfurt am Main (KNE Expertise, 1).

Neu, Claudia; Müller, Fabian (2020): Einsamkeit. Gutachten für den Sozialverband Deutschland.

Wurm, Susanne; Ehrlich, Ulrike; Meyer-Wyk, Frauke; Spuling, Svenja M. (2023): Verbreitung von Einsamkeit bei älteren Erwachsenen in Deutschland. In: *Journal of Health Monitoring* 8, 2023 (3), S. 53–58.



Univation GmbH & IGF e.V.

18.06.2025

18