

Einsamkeit und soziale Isolation in Berlin wirksam bekämpfen

Einsamkeit und soziale Isolation in Berlin wirksam bekämpfen

Konkrete landespolitische Ansatzpunkte für mehr Teilhabe und Zusammenhalt

Zusammenfassung:

Einsamkeit und soziale Isolation sind eine strukturelle und soziale Herausforderung, die durch den gezielten Ausbau der öffentlichen Infrastruktur und aufsuchende Sozialarbeit begegnet werden muss. Ein Fokus zur wirksamen Bekämpfung der Einsamkeit liegt für uns als Linksfraktion im Abgeordnetenhaus auf der Einrichtung von Kiezkantinen, die insbesondere in belasteten Quartieren als Orte der Begegnung dienen und bezahlbares Essen mit sozialer Teilhabe verknüpfen sollen. Flankierend wollen wir ein Landesprogramm für soziale Überweisung (Social Prescribing) etablieren: Hierbei verweisen Ärzt*innen Menschen mit psychosozialen Bedarfen an unabhängige „Link-Worker“, die individuelle Unterstützungspläne entwickeln und Betroffene gezielt in nicht-medizinische Angebote – wie etwa Begegnungsstätten oder Kulturprojekte – vermitteln, um Isolation durch aktive Vernetzung im Sozialraum zu überwinden.

Einsamkeit und soziale Isolation nehmen seit Jahren zu und haben sich seit der Corona-Pandemie weiter verschärft. Sie betreffen Menschen in allen Altersgruppen und Lebenslagen: Jugendliche, ältere Menschen, Alleinerziehende, pflegende An- und Zugehörige, Menschen mit geringem Einkommen sowie Menschen mit Flucht- oder Migrationserfahrung. Einsamkeit ist dabei nicht nur ein individuelles Gefühl, sondern häufig Ausdruck struktureller Problemlagen wie Armut, Überlastung durch Sorgearbeit, Verdrängung aus Kiezen, fehlenden Begegnungsorten und ungleicher Teilhabechancen. Sie wirkt sich negativ auf Gesundheit und Lebensqualität aus und schwächt langfristig auch den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Für die Berliner Politik bedeutet das: Einsamkeit ist eine soziale Frage und muss als Querschnittsaufgabe verstanden werden. Viele Ursachen liegen auch auf Bundesebene, doch Berlin hat eigene Handlungsmöglichkeiten – insbesondere bei sozialer Infrastruktur, Stadtentwicklung, Mobilität und Care-Politik. Unser Leitgedanke ist, Einsamkeit nicht mit Symbolpolitik zu begegnen, sondern mit verlässlichen Strukturen, erreichbaren Angeboten, Zeit und Räumen für Begegnung. Deshalb lässt sich die Bekämpfung von Einsamkeit nicht an einzelne Beauftragte delegieren. Vielmehr braucht es eine ressortübergreifende Strategie auf Landesebene, die das bereits vorhandene Know-how in der Stadtgesellschaft einbezieht. Die Federführung sehen wir in der Sozialverwaltung, die entsprechend mit zusätzlichen Ressourcen ausgestattet werden muss.

1. Soziale Infrastruktur & Begegnungsorte stärken

Zentral ist die Stärkung sozialer Infrastruktur und sogenannter „Dritter Orte“, also Räume, in denen Menschen sich ohne Konsumzwang begegnen können. Wir werden sicherstellen, dass Stadtteilzentren, Familienzentren, Jugendklubs und Mehrgenerationenhäuser eine verlässliche und dauerhafte Finanzierung statt befristeter Projektlogik erhalten. Gleichzeitig sollten öffentliche Räume wie Schulen, Bibliotheken oder Rathäuser stärker für nachbarschaftliche Aktivitäten geöffnet werden. **Mit der Einrichtung von Kiezkantinen werden wir soziale Begegnungen und bezahlbares Essen miteinander verbinden und so gerade in belasteten Quartieren Teilhabe fördern.**

2. Armutsbekämpfung als Prävention gegen Einsamkeit

Armutsbekämpfung ist ein wesentlicher Baustein gegen Einsamkeit. Wer sich Mobilität, Kultur oder soziale Aktivitäten nicht leisten kann, bleibt schnell ausgeschlossen. **Wir wollen deshalb wieder ein günstiges Sozialticket einführen, um persönliche Reichweite und Teilhabe unmittelbar zu ermöglichen.** Ergänzend sollte Berlin über den Bundesrat auf bessere materielle Absicherung hinwirken, etwa bei Regelsätzen und Wohnkosten. Materielle Sicherheit ist eine Grundlage sozialer Einbindung.

3. Care-Arbeit entlasten – Berlin als „Sorgende Stadt“

Besondere Aufmerksamkeit braucht die Entlastung von Care-Arbeit. Überlastung in Pflege, Kinderbetreuung und Sorgearbeit führt oft zu Rückzug und Isolation. Alleinerziehende brauchen verlässliche Kinderbetreuung – auch zu Randzeiten – sowie aufsuchende Beratungsangebote, die ihre reale Lebenssituation berücksichtigen. Das Leitbild der „Sorgenden Stadt“ setzt hier an: Sorgearbeit ist gesellschaftliche Verantwortung. Sorgezentren in leer stehenden Einkaufszentren könnten Beratung, Unterstützung und Begegnung wohnortnah bündeln. **Die Einrichtung solcher Sorgezentren werden wir politisch und finanziell unterstützen.**

4. Zielgruppenspezifische Strategien

Zielgruppenspezifische Ansätze bleiben wichtig. Bei Senior*innen können präventive Hausbesuche helfen, Isolation früh zu erkennen und Unterstützung anzubieten. **Wir werden zusammen mit Akteur*innen der Stadtgesellschaft ein aufsuchendes Konzept der Gesundheitsvorsorge (Stichwort: Schwester Agnes) auf den Weg bringen.**

Für Jugendliche sind Jugendclubs, Streetwork und offene Räume entscheidend, um Rückzug, Vereinsamung und problematische Online-Dynamiken auszugleichen. Solche Angebote sind soziale Infrastruktur und keine freiwillige Zusatzleistung.

5. Stadtentwicklung & Wohnen

Auch Stadtentwicklung beeinflusst Einsamkeit direkt. Öffentliche Räume mit ausreichenden Sitzgelegenheiten und Aufenthaltsqualität fördern Begegnung im Alltag, gerade für ältere oder mobilitätseingeschränkte Menschen. **Wir werden sicherstellen, dass in neuen Quartieren barrierefreie Treffpunkte von Anfang an mitgeplant werden.** Gleichzeitig ist der Schutz gewachsener Nachbarschaften wichtig, denn Verdrängung zerstört soziale Netzwerke. Erfolgreiche niedrigschwellige Ansätze wie im „**Netzwerk der Wärme**“ entwickelte Projekte zeigen, dass schnelle und niedrigschwellige Hilfen viele Menschen erreichen können.

6. Engagement fördern – Einsamkeit vorbeugen

Bürgerschaftliches Engagement fördert Begegnungsräume und besitzt aufgrund seiner integrativen Funktion einen besonderen Stellenwert bei der Sicherung des sozialen Zusammenhalts. Es kann als Indikator für gesellschaftliche Teilhabechancen verstanden werden. **Wir werden ehrenamtliche Kultur- und Begegnungsräume – sogenannten Gelegenheitsstrukturen im Quartier (Grünanlagen, Sport- und Freizeitmöglichkeiten, nachbarschaftliche Treffpunkte, Sozialberatungen, Teeküchen, Kiezkantinen, etc.) fördern.** Gute soziale Beziehungen und Sport stellen wichtige Schutzfaktoren gegen Einsamkeit dar.

Die lokale Ebene wird dabei als Ausgangspunkt in den Blick genommen, denn zur Schaffung lebendiger Quartiere ist es erforderlich, Beteiligung, Aktivierung und Teilhabe im Sinne einer sozialen Zugehörigkeit zu ermöglichen. Soziales Engagement besitzt eine transformative Kraft: als doppelte gesellschaftliche Ressource kann es Einsamkeit durch soziale Teilhabe reduzieren und gleichzeitig die demokratische Kultur durch gelebte Partizipation stärken. Demokratie braucht Orte der Begegnung und niedrigschwellige Beteiligungsformen, um Einsamkeit durch gemeinsames Handeln überwinden zu können. Engagementstrategien zur Förderung sozialer Unterstützung, Teilhabe und Inklusion rücken daher in den Fokus unserer Bemühungen.

7. Landesprogramm für soziale Teilhabe und aufsuchende Maßnahmen gegen Einsamkeit

Wir setzen uns für ein verbindliches Landesprogramm für mehr soziale Teilhabe und gegen Einsamkeit ein. **Dafür werden wir bestehende Angebote wie die Berliner Hausbesuche mit dem Modell der sozialen Überweisung (Social Prescribing) verknüpfen.** Im Rahmen der Sozialen Überweisung verweisen Ärzt:innen Patient:innen mit nicht primär medizinischen, aber gesundheitsrelevanten sozialen oder psychosozialen Bedarfen an unabhängige bezirkliche Link-Worker. Diese entwickeln gemeinsam mit den Betroffenen auf der Grundlage der individuellen Krankheitsgeschichte, der psychosozialen Situation und der konkreten Lebensumstände, einen passgenauen Unterstützungsplan und vermitteln in geeignete nicht-medizinische Angebote, etwa Begegnungsformate, Bewegungs- und Kulturangebote, psychosoziale Beratung, Selbsthilfegruppen, Nachbarschaftsprojekte oder Unterstützungsstrukturen für Sorgearbeitende.

Einsamkeit entsteht vor allem dort, wo Menschen Angebote nicht mehr erreichen können, sei es aus gesundheitlichen Gründen, wegen Armut, Pflegeverantwortung oder psychischer Erschöpfung. Wir setzen uns daher für eine Infrastruktur ein, die Menschen aktiv erreicht. Link-Worker kooperieren daher nicht nur mit Hausarztpraxen, sondern sind darüber hinaus aktiv im Sozialraum präsent, insbesondere in Senior*innentreffs, Kiezkantinen, Sorgezentren, Pflegeeinrichtungen, Stadtteilzentren, Familienzentren, Unterkünften für Geflüchtete, Einrichtungen der Wohnungslosenhilfe sowie in Großsiedlungen mit besonderem Unterstützungsbedarf.

Um unsere Maßnahmen zu evaluieren und um die Expertise und Perspektiven der verschiedenen Akteur*innen der Stadtgesellschaft im Kampf gegen Einsamkeit und soziale Isolation einzubeziehen, **werden wir einen regelmäßigen Ratschlag mit verschiedenen Akteur*innen der Stadtgesellschaft auf Landes- und Bezirksebene ins Leben rufen, um die Voraussetzungen für kontinuierliche Projekte gegen Einsamkeitserfahrungen zu schaffen und ihre Umsetzung fachlich zu begleiten.** Auch auf Landesebene werden wir die Maßnahmen stetig überprüfen, absichern und, falls nötig, umsteuern.

Insgesamt gilt: Einsamkeit ist kein individuelles Versagen, sondern oft Folge sozialer Bedingungen. Wer Einsamkeit wirksam bekämpfen will, muss Armut reduzieren, Sorgearbeit gerechter organisieren, soziale Infrastruktur sichern und Stadtentwicklung am Gemeinwohl ausrichten. Ziel ist eine Stadt, in der Teilhabe für alle möglich ist und niemand unsichtbar bleibt.