

Junge Deutsche leiden mehr unter Einsamkeit: Die alarmierenden Zahlen!

Eine aktuelle Umfrage zeigt, dass jüngere Erwachsene in Deutschland häufiger unter Einsamkeit leiden. Die Ergebnisse verdeutlichen die psychischen und physischen Auswirkungen, während weniger Männer darüber sprechen.



Waiblingen, Deutschland - Eine aktuelle Umfrage zeigt alarmierende Fakten über die Einsamkeit in Deutschland: Junge Erwachsene zwischen 18 und 39 Jahren fühlen sich weitaus einsamer als ältere Generationen. Laut einer repräsentativen Forsa-Umfrage, die von der Techniker Krankenkasse in Auftrag gegeben wurde, gaben 68 Prozent der jüngeren Umfrageteilnehmer an, oft, manchmal oder selten einsam zu sein. Im Vergleich dazu betrifft dieses Gefühl nur etwa jeden Zweiten über 40 Jahren. Besorgniserregend ist zudem, dass mehr als ein Drittel der jüngeren Befragten, die Einsamkeit verspüren, sich stark oder sehr stark belastet fühlen, während

das nur auf etwa jeden Fünften der älteren Altersgruppe zutrifft. Diese Erkenntnisse unterstreichen die Notwendigkeit, das Thema Einsamkeit rechtzeitig anzugehen, da es chronischen Stress und körperliche sowie psychische Erkrankungen hervorrufen kann, wie [ZVW.de](https://www.zvw.de) berichtete.

Einsamkeit betrifft Männer und Frauen unterschiedlich

Die Umfrage offenbarte auch geschlechtsspezifische Unterschiede: Während 40 Prozent der Frauen über ihre Einsamkeit sprechen, sind es bei Männern nur 22 Prozent. Viele Männer neigen dazu, ihre Einsamkeit zu verbergen, was zu einer weiteren psychosozialen Belastung führen kann. Dies steht im Einklang mit weiteren Daten, die aufzeigen, dass emotionale und soziale Einsamkeit in Deutschland generell eine hohe Prävalenz hat, wobei die Unterschiede zwischen den Geschlechtern ebenfalls erkennbar sind. Besonders frappierend ist, dass etwa 76 Prozent derjenigen, die über ihre Einsamkeit schweigen, dies tun, weil sie niemanden mit ihren Gefühlen belasten möchten und mehr als die Hälfte nicht denkt, dass ein Austausch helfen könnte. Die verbleibenden 20 Prozent suchen selten professionelle Unterstützung, wie die Daten von [Statista](https://www.statista.com) belegen.

Insgesamt zeigt die Situation, dass Einsamkeit ein weit verbreitetes, aber oft tabuisierte Thema ist, das verstärkt in den Fokus rücken muss. Die Forsa-Umfrage deutet an, dass dringender Handlungsbedarf besteht, um insbesondere jüngeren Menschen zu helfen, die unter dem Gefühl der Isolation leiden, während sie gleichzeitig die Verantwortung für eine offene Diskussion übernehmen.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Waiblingen, Deutschland

Details	
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• nag-news.de• www.zvw.de• de.statista.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at