Einsamkeit – ein aktuelles Thema für Bibliotheken

Welche Folgen hat Einsamkeit?

Einsamkeit ist ein Problem, das sehr viele Menschen betrifft. Die gesundheitlichen und volkswirtschaftlichen Auswirkungen von Einsamkeit sind in ihrem Ausmass mit denjenigen von Tabakkonsum oder Übergewicht zu vergleichen. Besonders stark von Einsamkeit betroffen sind ältere Menschen, darunter speziell hochaltrige Menschen, Teile der Migrationsbevölkerung sowie vulnerable und sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen.¹

Einsamkeit ist aber nicht nur ein individuelles Problem: Einsamkeit kann nachweislich zu einem Verlust an Vertrauen in andere Menschen und in demokratische Institutionen führen.² Als kollektives Phänomen betrifft Einsamkeit somit die gesamte Gesellschaft.

Bibliotheken gegen Einsamkeit

Bibliotheken sind längst mehr als nur Wissensspeicher oder Orte des stillen Lernens, sondern übernehmen viele weitere Aufgaben. Sie sind lokal verankert und funktionieren als Informations-, Bildungs- und Kulturvermittlerinnen in der Gemeinde. Ihre grösste Wirkung erzielen sie dadurch, dass sie konkrete und reale Orte der Begegnung sind: offene und lebendige Treffpunkte für Menschen vor Ort.

Welche Rolle können Bibliotheken in einem Netzwerk aus Gemeinwesen, Sozial- und Gesundheitsorganisationen spielen, wenn es um Massnahmen gegen Einsamkeit geht? Was können sie tun, um die persönliche Lebensrealität ihrer Besucher*innen zu verändern?

Bibliotheken bringen drei Komponenten ins Netzwerk ein:

- Die Bibliotheksräume
- Das Bibliothekspersonal
- Die Programme und Veranstaltungen, die in den Bibliotheken stattfinden

¹ Quelle: [Flyer](#) des Vereins «connect!», 15.08.2024. «Connect!» setzt sich mit seinem Programm für eine schweizweit koordinierte Initiative zur Prävention und Reduktion von Einsamkeit und zur Förderung von sozialer Zusammengehörigkeit ein. In der ersten Programmphase steht Einsamkeit im Alter im Mittelpunkt. Auf der [Webseite von «connect!»](#) sind zahlreiche Informationen zum Thema zu finden.

² Eine Studie, die sich mit Jugendlichen in Deutschland beschäftigt hat, kam zum Ergebnis, dass einsame Jugendliche stärker an Verschwörungserzählungen glauben, politische Gewalt eher billigen und zu autoritären Einstellungen neigen. Quelle: <https://www.progressives-zentrum.org/publication/extrem-einsam>.

- **Die Bibliotheksräume:**

- Es sind Räume mit hoher Aufenthaltsqualität. Sie bieten kostenlose Sitzgelegenheiten, Arbeitsplätze, WLAN.
- Das Medienangebot ist auch eine Einladung zu stöbern und sich inspirieren oder auch einfach ablenken zu lassen.
- Bibliotheken sind oft zentral gelegen. Sie sind lokal verankert und pflegen ein lokales Beziehungsnetz.
- Bibliotheken sind tagsüber geöffnet und belebt. Sie gelten als sicher.
- Man kann sie unverbindlich besuchen. Um sich in der Bibliothek aufzuhalten, ist weder eine Mitgliedschaft noch ein Bekenntnis notwendig.
- Manche Bibliotheken sind bereits gezielt als «Wohnzimmer im Quartier» gestaltet.
- Es sind Orte ohne Konsumzwang. Viele Bibliotheken sind in ihrer Gemeinde die letzten verbliebenen, öffentlichen Innenräume.

Bibliotheken haben insgesamt eine Veränderung zu lebendigen Orten der Begegnung erfahren – mit eher lauten und eher leisen Zonen. Hier können sich Nachbarn oder Bekannte zufällig begegnen, Unbekannte haben kurze Interaktionen miteinander, es kommt zu sozialem Kontakt. Dies schafft ein Gefühl der Zugehörigkeit.

Aus aktuellen Befragungen geht hervor, dass bereits heute ein Teil der Besucher*innen die Bibliothek nicht (nur) zur Medienausleihe frequentiert. Im Rahmen einer aktuellen Wirkungsmessung im Kanton Zürich haben Befragte u.a. geäußert, dass sie die Bibliothek besuchen, um sich weniger einsam zu fühlen.

Einige Bibliotheken schaffen bewusst Möglichkeiten für ihre Besucher*innen, miteinander zu interagieren, z.B. durch folgende Angebote:

- Plaudersofa: Ein Sofa, das Platz für 2 Menschen bietet. Dazu ein Schild, das signalisiert: Hier darf man sich dazusetzen.
- Bodenschach: Ein auf den Boden gemaltes grosses Schachbrett mit Figuren. Ringsum stehen Stühle, für die Spieler*innen und für die Zuschauer*innen.

- **Das Bibliothekspersonal:**

- In vielen Bibliotheken hat sich die Haltung durchgesetzt, dass im Zentrum der Bibliothek die Menschen stehen – nicht die Medien.
- Die Mitarbeitenden in Bibliotheken verstehen sich zunehmend als Gastgeber*innen. Sie sind ansprechbar und hilfsbereit.

- **Die Programme und Veranstaltungen, die in den Bibliotheken stattfinden:**

- Freiwillige Mitgestaltung: In vielen Bibliotheken werden Freiwilligenprogramme angeboten. Dies ermöglicht Interessierten, sich mit ihren Fähigkeiten (oder einfach mit ihrer Zeit) aktiv in die Bibliothek einzubringen, z.B. bei der Anleitung von Sprachtreffs für Menschen, die ihr Deutsch verbessern möchten oder als Lese-Pate / -Patin, die mit Schulkindern regelmässig lesen übt.
- Bibliothek als Dritter Ort: Eigene Aktivitäten in der Bibliothek durchführen, z.B. Treffpunkt der Klima-Senior*innen.
- Initiativen gegen den «Digital Gap»: Vermittlung von digitalen Anwendungskompetenzen durch Bibliothekspersonal oder durch Jugendliche.
- Gemeinsam Lesen oder Erzählen: z.B. Living Library, «Literatur um 16 Uhr», «Shared Reading», Erzählcafé, Lesezirkel, Erinnerungsnachmittage, etc.
- Begegnungsort Bibliothek: z.B. Freundschaftliches Speeddating 60+, Handarbeiten, Spiele spielen, Puzzles, etc.
- Bereitstellung von Medienboxen zu bestimmten Themen oder für bestimmte Zielgruppen, z.B. für Pflegeinstitutionen.

Bekämpfung von Einsamkeit als Thema für Bibliotheken

Die Bekämpfung von Einsamkeit gewinnt zunehmend an gesellschaftlicher Relevanz und wird zunehmend auch von Städten und Gemeinden als Aufgabe erkannt und in strategische Konzepte integriert. Für Bibliotheken bietet dieses Thema eine gute Möglichkeit, sich mit ihren Trägerschaften zu vernetzen und eigene Lösungsansätze aktiv einzubringen. So können sie ihre gesellschaftliche Rolle stärken und die Relevanz ihrer Arbeit sichtbar machen.

Weiterführende Links zum Thema

In den vergangenen Jahren erhielt das Thema Einsamkeit auf politischer Ebene in verschiedenen Ländern grössere Aufmerksamkeit. Auch Bibliotheken und ihre Programme rücken dabei zunehmend in den Fokus. Die folgenden Quellen geben einen Einblick in das Potential von Bibliotheken, Einsamkeit zu bekämpfen, sowohl auf theoretischer als auch auf praktischer Ebene:

- [Loneliness and isolation - Libraries Unlimited](#) (UK, 02/2025)
- [Cutting Through Loneliness: How Library Collage Workshops Build Community and Fight Isolation](#) (USA, 09/2024)
- [Hungry for Connection: Addressing Loneliness Through the Library](#) (USA, 02/2024)
- [How Libraries Address the Loneliness Epidemic](#) (USA, 04/2021)
- [How libraries help combat loneliness | Arts Council England](#) (UK, 06/2019)