

# Toolkit Screening & Follow-up Einsamkeit

## Autor\*innen

**Aylin Wagner,**

Institut für Sozialpädagogik und Sozialpolitik, Hochschule Luzern – Soziale Arbeit

**Christina Röcke,**

Healthy Longevity Center & Zentrum für Gerontologie, Universität Zürich

**Patricia Lampart,**

Zentrum für Hausarztmedizin und Community Care, Universität Luzern

**Dirk Richter,**

IF Psychische Gesundheit und Psychiatrische Pflege, aF&E Pflege, Berner Fachhochschule

**Eva Soom Ammann,**

IF Psychosoziale Gesundheit, aF&E Pflege, Berner Fachhochschule

**Finale Version Januar 2026 inkl. Referenzen**



Berner Fachhochschule  
Haute école spécialisée bernoise



Universität  
Zürich<sup>UZH</sup>

UNIVERSITÄT  
LUZERN

**HSLU** Hochschule  
Luzern

# Toolkit zur Abklärung von Einsamkeit (im Alter)

## Was und für wen ist das Toolkit?

Dieses Toolkit bietet einen interprofessionellen **Leitfaden**, um Einsamkeit frühzeitig zu erkennen und einen bedarfsgerechten individualisierten Umgang mit Einsamkeit zu ermöglichen.

Es richtet sich primär an die folgenden **drei Personengruppen**:

- Fachpersonen, die mit älteren Menschen arbeiten
- Freiwillige, die mit älteren Menschen engagiert sind
- Ältere Menschen selbst, die an einer eigenständigen Abklärung interessiert sind

Das Toolkit ist folgendermassen **aufgebaut**:

Es bietet eine kompakte, praxisorientierte Kurzzusammenfassung – von der

1. **ersten Einschätzung mittels Kurzfragebogen** über die
2. **vertiefende Abklärung** bis hin zur Auswahl passender
3. **Folgemassnahmen** (Interventionen)

### Definition von Einsamkeit

Einsamkeit ist ein unangenehmes und belastendes Gefühl, bei welchem die eigenen sozialen Beziehungen nicht den persönlichen Wünschen entsprechen und als unzureichend empfunden werden. Dieses Gefühl kann sowohl die Qualität der Beziehungen betreffen (z.B. fehlende Vertrauensbeziehungen) als auch die Quantität von sozialen Kontakten (z.B. fehlendes soziales Netz) sowie die Zugehörigkeit zu einer grösseren Gemeinschaft oder zur Gesellschaft. Andauernde Einsamkeit ist mit einem erhöhten Risiko für körperliche und psychische Krankheiten sowie mit erhöhter Mortalität assoziiert.

[https://ch-connect.ch/wp-content/uploads/2024/10/240621\\_Faktenblatt-Definition-Einsamkeit\\_de.pdf](https://ch-connect.ch/wp-content/uploads/2024/10/240621_Faktenblatt-Definition-Einsamkeit_de.pdf)

## Wie verwende ich das Toolkit?

Das Toolkit soll in Situationen zur Anwendung kommen, in denen Fachpersonen oder Freiwillige einen Kontakt zu Menschen aus der Altersgruppe 65 plus haben.

In unterschiedlichen Fachkontexten wird das Toolkit gezielt so integriert, dass es zu den vorhandenen Abläufen passt. Je nach Berufsgruppe und Situation können die Fragen im Toolkit sprachlich angepasst werden. Ausgenommen von den Anpassungen sind die Fragen des Kurzfragebogens zur Einschätzung der Einsamkeit. Mundart und Dialekte können angewendet werden.

Je nach (beruflichem) Hintergrund und Einsatzkontext wenden Sie möglicherweise nur einzelne Schritte des beschriebenen Vorgehens an. Das Toolkit versteht sich als interprofessionelle Gesamtdarstellung möglicher Handlungsoptionen. Nicht alle Schritte müssen von einer einzigen (Fach-) Person umgesetzt werden.

- **Wenn Sie nicht über die entsprechende fachliche Zuständigkeit verfügen oder Ihre Ressourcen begrenzt sind, können und sollten Sie an spezialisierte Stellen überweisen.**

Je nach Region können folgende Stellen in Frage kommen: Spitex-Dienste, Hausärzt\*innen, psychologische Beratungsstellen, alterspsychiatrische Dienste, Sozialdienste der Gemeinden, Fachstellen für Freiwilligenarbeit oder Anbieter wie Pro Senectute, SRK.

## Das Toolkit: Kurzübersicht zur direkten Anwendung

### 1. Thematisierung und Erkennung von Einsamkeit: Kurzfragebogen

Der folgende Kurzfragebogen ist ein wissenschaftlich geprüftes und international weit verbreitetes Instrument zur Erfassung von Einsamkeit (UCLA Loneliness Scale).<sup>1</sup>

Stellen Sie die drei folgenden Fragen entweder eingebettet in den natürlichen Gesprächsverlauf oder durch gemeinsames Ausfüllen mit der betroffenen Person.

Beachten Sie dabei, dass Einsamkeit oft mit Scham behaftet ist. Es gibt Personen, die nicht gerne offen darüber sprechen. Deshalb kann Einsamkeit nicht immer direkt erfragt werden.<sup>2</sup>

KURZFRAGEBOGEN	fast nie	manchmal	oft
a. Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Ihnen die Gesellschaft anderer fehlt?	1	2	3
b. Wie oft haben Sie das Gefühl, aussen vor zu sein?	1	2	3
c. Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Sie sozial isoliert sind?	1	2	3

**Kurze Erläuterungen zu den Items, falls im Gespräch Rückfragen zum Verständnis auftauchen:**

*Die drei Items zielen auf verschiedene mit Einsamkeit verbundene Gefühle ab.*

*Frage a & b beziehen sich auf das emotionale Empfinden von Einsamkeit und beschreiben das Erleben eines Mangels an Beziehungen und Kontakten (a) oder von mangelnder Verbundenheit trotz vorhandener Kontakte (b).*

*Frage c bezieht sich stärker auf das Empfinden eines objektiven Mangels an sozialen Kontakten.*

#### Auswertung:

Jede Antwort gibt 1, 2 oder 3 Punkte.

Zählen Sie die Antworten zusammen: Am Ende haben Sie eine Gesamtpunktzahl zwischen 3 und 9.

- |  |
|--|
| 3-4 Punkte: <b>kaum</b> Hinweise auf Einsamkeit      |
| 5-6 Punkte: <b>mögliche</b> Einsamkeit               |
| 7-9 Punkte: <b>deutliche</b> Hinweise auf Einsamkeit |

<sup>1</sup> Hughes ME, Waite LJ, Hawkey LC, Cacioppo JT. A Short Scale for Measuring Loneliness in Large Surveys: Results From Two Population-Based Studies. *Res Aging*. 2004;26(6):655-72.

<sup>2</sup> Bohn C. Einsamkeit im Spiegel der sozialwissenschaftlichen Forschung [Internet]. [Dortmund]: Universität Dortmund; 2006. Verfügbar unter: <https://d-nb.info/997491426/34>

## Weiteres Vorgehen:

### 3-4 Punkte:

→ Einsamkeitsgefühle werden aktuell im Grossen und Ganzen fast nie erlebt



Wir empfehlen in diesem Fall trotzdem ein kurzes und zum Kontext passendes Gespräch zu folgenden Beispiel-Fragen:

- *Im Moment scheinen Sie sozial gut eingebunden und vernetzt zu sein. Gibt es trotzdem etwas, das Sie im Hinblick auf Ihre soziale Situation besprechen möchten oder wünschen?*
- *Gibt es auf Ihrer Seite die Sorge oder bestimmte Ängste, dass sich an Ihrer Lebenssituation demnächst oder mittelfristig etwas ändert, das sich dann auf Ihre soziale Situation auswirken könnte?*

[Weitere Hinweise, die für die Person ggfs. bedeutsam sein könnten:]

- *Mögliche Risikofaktoren für das Entstehen ungenügender sozialer Kontakte und dann auch von Einsamkeitsgefühlen können z. B. gesundheitliche und Mobilitäts-Einschränkungen sein, der Verlust des Partners / der Partnerin, der Verlust anderer emotional sehr nahestehender Personen.*
- *Wichtig ist es daher, soziale Kontakte regelmässig zu pflegen. Auch kleinere und auf den ersten Blick oberflächliche soziale Kontakte, wie z. B. im Quartier, in der Nachbarschaft, können dazu beitragen, dass Sie sich zugehörig fühlen. Freundschaften sind neben der Familie ebenfalls wichtige Kontakte, die unser Wohlbefinden stärken können.<sup>3,4,5</sup>*

### Ab 5 Punkten:

→ Einsamkeitsgefühle werden manchmal erlebt



Wir empfehlen ein offenes und empathisches Gespräch, um die individuelle Lebenslage zu verstehen. Es geht um das Ausmass und die individuelle Belastung durch Einsamkeit

Im Anschluss finden Sie Hinweise auf mögliche passende Interventionsmassnahmen.

<sup>3</sup> Dahlberg L, McKee KJ, Frank A, Naseer M. A systematic review of longitudinal risk factors for loneliness in older adults. *Aging & Mental Health*. 1. Februar 2022;26(2):225–49.

<sup>4</sup> Christiansen J, Larsen FB, Lasgaard M. Do stress, health behavior, and sleep mediate the association between loneliness and adverse health conditions among older people? *Social Science & Medicine*. 1. März 2016;152:80–6.

<sup>5</sup> Margelisch K, Schneewind KA, Violette J, Perrig-Chiello P. Marital stability, satisfaction and well-being in old age: variability and continuity in long-term continuously married older persons. *Aging & Mental Health*. 3. April 2017;21(4):389–98.

## 2. Vertiefende Abklärungen

Nach dem Kurzscreening führen Sie ein offenes, empathisches Gespräch, um die individuelle Lebenslage zu verstehen.

### Art und Ausmass der Einsamkeit

Folgende Dimensionen könnten je nach individueller Situation relevant sein:<sup>6,7,8,9,10,11</sup>

Aspekt	Worum geht es?	Beispielfragen
<b>Dauer der Einsamkeit</b>	Vorübergehende vs. chronische Einsamkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Seit wann empfinden Sie es so, wie Sie oben die Fragen beantwortet haben?</i></li> </ul>
<b>Formen der Einsamkeit</b>	Soziale (fehlende Kontakte) vs. emotionale Einsamkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Vermissen Sie Gemeinschaft und tatsächliche Kontakte?</i></li> <li>• <i>Vermissen Sie Verbundenheit trotz bestehender Kontakte und Beziehungen zu Freunden, Familie oder anderen Menschen?</i></li> </ul>
<b>Soziales Netzwerk</b>	Qualität & Quantität vorhandener Beziehungen, Bedeutung von sinnstiftenden Tätigkeiten für andere (Freiwilligenarbeit)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Wer gehört zu Ihrem engen Kreis? Wer fehlt?</i></li> <li>• <i>Wie zufrieden sind Sie mit Ihren vorhandenen sozialen Kontakten und Beziehungen?</i></li> <li>• <i>Sind Sie aktuell ehrenamtlich oder freiwillig engagiert?</i></li> <li>• <i>Fühlen Sie einen Mangel an Zugehörigkeit eher im privaten Umfeld, eher im grösseren gesellschaftlichen Umfeld? Oder sowohl als auch?</i></li> </ul>
<b>Soziale Fähigkeiten</b>	Selbstwirksamkeit: Kontakte pflegen oder neue knüpfen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Fällt es Ihnen leicht, neue Menschen anzusprechen?</i></li> <li>• <i>Können Sie im Austausch mit Ihren sozialen Kontakten Ihre Bedürfnisse ansprechen?</i></li> </ul>
<b>Vertrauenspersonen</b>	Unterstützung bei persönlichen Problemen / in vertraulichen Angelegenheiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Gibt es jemanden, mit dem Sie über ganz persönliche Dinge sprechen können?</i></li> <li>• <i>Wer ist für Sie da, wenn es Ihnen nicht gut geht?</i></li> <li>• <i>Haben Sie das Gefühl, sich auf jemanden verlassen zu können?</i></li> </ul>

<sup>6</sup> Huxhold O, Fiori KL. Understanding loneliness in late life. *Current Opinion in Psychology*. 1. Juni 2024;57:101801.

<sup>7</sup> Zhang S, Zhou Z, Fingerman KL, Birditt KS. Loneliness and Mode of Social Contact in Late Life. Gamaldo A, Herausgeber. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 1. September 2024;79(9):gbae115.

<sup>8</sup> Plattner L, Brandstötter C, Paal P. Einsamkeit im Pflegeheim – Erleben und Maßnahmen zur Verringerung: Eine Literaturübersicht. *Z Gerontol Geriat*. Februar 2022;55(1):5–10.

<sup>9</sup> Luhmann, M. (2022). Definition und Formen der Einsamkeit. Kompetenznetz Einsamkeit Expertise, 1, 2022.

<sup>10</sup> Noack, M. (2022). Sozialraumorientierung. In: socialnet Lexikon. Bonn. Verfügbar unter <https://www.socialnet.de/lexikon/Sozialraumorientierung>

<sup>11</sup> National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2020). Social isolation and loneliness in older adults: Opportunities for the health care system.

(Fortsetzung der Tabelle)

Aspekt	Worum geht es?	Beispielfragen
<b>Wohn- und Haushalts-situation</b>	Alleinleben als Risikofaktor, gemeinsames Wohnen als Schutzfaktor; Bedeutung von stabilen Alltagskontakten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Leben Sie allein oder mit anderen Personen zusammen?</i></li> <li>• <i>Fühlen Sie sich zuhause eher verbunden oder isoliert?</i></li> <li>• <i>Gibt es jemanden im Haushalt oder in der Nähe, den Sie bei Bedarf ansprechen können?</i></li> </ul>
<b>Ressourcen sichtbar machen</b>	Persönliche, soziale, materielle & infrastrukturelle Stärken	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Was bereitet Ihnen Freude?</i></li> <li>• <i>Wie und mit wem oder was verbringen Sie gerne Zeit?</i></li> <li>• <i>Welche Freizeitangebote nutzen Sie?</i></li> <li>• <i>Hindert Ihre finanzielle Situation Sie daran, bestimmte Angebote zu nutzen?</i></li> <li>• <i>Welche Transportmittel (Auto, ÖV etc.) können Sie benützen?</i></li> <li>• <i>Nutzen Sie auch digitale Möglichkeiten wie Videotelefonie (bspw. WhatsApp)?</i></li> </ul>
<b>Medizinisch-gesundheitliche Aspekte</b>	Körperliche und psychische Gesundheitsfaktoren, die soziale Teilhabe beeinflussen können, z. B. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>depressive Symptome,</i></li> <li>• <i>chronische Schmerzen,</i></li> <li>• <i>eingeschränkte Mobilität,</i></li> <li>• <i>Hör-/Sehbeeinträchtigungen</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Gibt es gesundheitliche Gründe, weshalb es Ihnen manchmal schwerfällt, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen?</i></li> <li>• <i>Fällt es Ihnen wegen körperlicher oder seelischer Beschwerden manchmal schwer, aus dem Haus zu gehen oder Besuch zu empfangen?</i></li> <li>• <i>Haben Sie manchmal Mühe, in einer Gruppe gut zu hören oder zu sehen, was passiert?</i></li> </ul>

Je nach Kontext empfehlen wir, die Antworten zu diesen Fragen kurz zu protokollieren und zu markieren, wo genau bei der jeweiligen befragten Person die grösste Herausforderung liegt (z. B. fehlende Kontakte vs. fehlende Qualität; Einsamkeitsgefühle durch aktuelle Lebensveränderung entstanden oder schon lange bestehend/chronisch, etc.)

Dies bietet eine gute Grundlage für das Abwägen möglicher weiterer Massnahmen und Interventionen.

## Individuelle Bedürfnisse und Wünsche

Einsamkeit wird nicht von allen Menschen gleich erlebt und als Problem empfunden. Menschen haben unterschiedliche Bedürfnisse und Wünsche, die es vor dem Hintergrund möglicher Folge-massnahmen zu berücksichtigen gilt. Manche Menschen haben wenig soziale Kontakte, möchten aber an der Situation nichts ändern. Bei anderen wiederum ist die Einsamkeit weniger ausgeprägt, aber sie befürchten eine Veränderung in der Zukunft und möchten schon früh Unterstützung in Anspruch nehmen.

Orientieren Sie sich dabei an folgenden Dimensionen:<sup>12,13</sup>

Bedürfnis	Worum geht es?	Beispielfrage
<b>Emotionale Nähe</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedürfnis nach Vertrautheit, Verlässlichkeit und gegenseitigem Verständnis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mit wem fühlen Sie sich wirklich verbunden und von wem verstanden?</i></li> </ul>
<b>Soziale Einbindung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wunsch nach Zugehörigkeit, Anerkennung und festen Rollen (z. B. Grosseltern, Ehrenamt)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Welche Art von Kontakten oder Aktivitäten geben Ihnen das Gefühl dazuzugehören?</i></li> <li>• <i>Möchten Sie die Verbundenheit und Zugehörigkeit eher im kleineren privaten Rahmen stärken oder eher im Bezug auf grössere Gemeinschaften? Oder sowohl als auch?</i></li> </ul>
<b>Autonomie und Selbstbestimmung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wunsch, selbst über Unterstützung, Umfang und Alltagsgestaltung bzgl. soziale Kontakte zu entscheiden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Wo möchten Sie nicht, dass andere Menschen über Sie bestimmen?</i></li> </ul>
<b>Sinnstiftende Aktivität</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wunsch, sich nützlich zu fühlen und Erfahrungen weiterzugeben (z. B. generationenübergreifend).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Welche Tätigkeiten würden Sie gerne übernehmen, um sich nützlich zu fühlen?</i></li> </ul>
<b>Sicherheit und Zugänglichkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedarf an niederschweligen, barrierefreien Angeboten und vorhersagbaren Abläufen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Was bräuchte es, damit Sie sich sicher fühlen, um an Angeboten teilzunehmen?</i></li> </ul>

Auch hier empfehlen wir das kurze Protokollieren und Identifizieren der grössten «Schmerzpunkte» und Herausforderungen für die jeweilige Person – als Grundlage für Überlegungen zum dritten Abklärungsteil des Toolkits.

<sup>12</sup> Cattan M, White M, Bond J, Learmouth A. Preventing social isolation and loneliness among older people: a systematic review of health promotion interventions. *Ageing and Society*. Januar 2005;25(01):41–67.

<sup>13</sup> Fakoya OA, McCorry NK, Donnelly M. Loneliness and social isolation interventions for older adults: a scoping review of reviews. *BMC Public Health*. 14. Februar 2020;20(1):129.

### 3. Folgemassnahmen

Basierend auf den Erkenntnissen aus Screening und vertiefender Abklärung wählen Sie nun individuelle Unterstützungsangebote aus – oder Sie empfehlen die Überweisung an entsprechende Fachpersonen derselben oder anderer Disziplinen.

Die Wirksamkeit von Interventionen zur Reduktion von Einsamkeit bei älteren Menschen ist gut untersucht, allerdings

- gibt es keine universell wirksame Standardlösung («one-size-fits-all»),
- sind individualisierte, kontextsensitive Ansätze notwendig
- mehr soziale Kontakte und Gelegenheiten sind nicht immer ausreichend<sup>14</sup>

#### Übersicht und Einordnung von Interventionen gegen Einsamkeit bei älteren Menschen

Nachfolgend werden verschiedene Interventionen aufgeführt, die sich als wirksam gegen Einsamkeit erwiesen haben. Zu beachten ist dabei, dass nicht alle Interventionen das Ziel haben, soziale Kontakte zu verbessern. Bei manchen Betroffenen hat sich auch eine Veränderung der Einstellung gegenüber Einsamkeit als hilfreich herausgestellt.<sup>15,16,17,18,19</sup>

Interventionstyp	Zielgruppe / Methode	Beschreibung	Wirksamkeit (Evidenz)
<i>Fokus auf soziale Kognition (oft im Einzelsetting)</i>			
<b>Maladaptive soziale Kognitionen verändern</b>	Personen mit negativen Beziehungserfahrungen oder sozialer Angst	Kognitive Verhaltenstherapie (KVT), Reminiszenz, psychosoziale Reflexion	<b>Hoch</b> – grösste Effektstärken
<b>Mehrteilige Interventionen</b>	Personen mit mehreren Einflussfaktoren (z. B. Verlust, Isolation, Rückzug)	Kombination aus psychosozialer Unterstützung, Kognition, Aktivierung	<b>Hoch</b> – bessere Ergebnisse als Einzelformate
<i>Fokus auf soziale Kompetenzen (in Präsenz / Online)</i>			
<b>Gruppenbasierte strukturierte Interventionen</b>	Ältere mit psychosozialen Rückzug oder Unsicherheit	Moderierte, psychologisch fundierte Gruppenformate (z. B. Gesprächsgruppen)	<b>Hoch</b> – besonders effektiv bei emotionaler Einbindung

<sup>14</sup> Patil U, Braun KL. Interventions for loneliness in older adults: a systematic review of reviews. Front Public Health [Internet]. 18. Juli 2024 [zitiert 22. Mai 2025];12. Verfügbar unter: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2024.1427605/full>

<sup>15</sup> Grillich L, Titscher V, Klingenstein P, Kostial E, Emprechtlinger R, Klerings I, u. a. The effectiveness of interventions to prevent loneliness and social isolation in the community-dwelling and old population: an overview of systematic reviews and meta-analysis. Eur J Public Health. 1. April 2023;33(2):235–41.

<sup>16</sup> Hoang P, King JA, Moore S, Moore K, Reich K, Sidhu H, u. a. Interventions Associated With Reduced Loneliness and Social Isolation in Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Netw Open. 3. Oktober 2022;5(10):e2236676.

<sup>17</sup> Masi CM, Chen HY, Hawkey LC, Cacioppo JT. A Meta-Analysis of Interventions to Reduce Loneliness. Pers Soc Psychol Rev. August 2011;15(3):219–66.

<sup>18</sup> Morrish N, Choudhury S, Medina-Lara A. What works in interventions targeting loneliness: a systematic review of intervention characteristics. BMC Public Health. 9. November 2023;23(1):2214.

<sup>19</sup> Shekelle PG, Miale-Lye IM, Begashaw MM, Booth MS, Myers B, Lowery N, u. a. Interventions to Reduce Loneliness in Community-Living Older Adults: a Systematic Review and Meta-analysis. J Gen Intern Med. Mai 2024;39(6):1015–28.

(Fortsetzung der Tabelle)

<b>Interventionstyp</b>	<b>Zielgruppe / Methode</b>	<b>Beschreibung</b>	<b>Wirksamkeit (Evidenz)</b>
<b>Technologie-gestützte Interventionen</b>	Personen mit Mobilitäts-einschränkungen oder geographischer Isolation	Videotelefonie, On-linegruppen, Digitaltrainings mit sozialem Fokus (auch KI-gestützt)	<b>Moderat bis hoch</b> , wenn interaktiv & begleitet
<b>Soziale Fähigkeiten fördern</b>	Gruppen- oder Einzeltrainings	Aufbau von Kommunikationsfähigkeit, Selbstwirksamkeit, Umgang mit Beziehungen	<b>Moderat bis hoch</b> – gute Effekte bei gezieltem Training
<i>Fokus auf das Schaffen von Kontaktgelegenheiten</i>			
<b>Soziale Kontakte ermöglichen („Befriedung“)</b>	Einsame Personen (vor allem sozial einsame)	Geleitete Kontaktaufnahmen: Besuchsdienste, Nachbarschaftshilfe, Patenschaft	<b>Moderat</b> – abhängig von Matching & Frequenz
<i>Besondere Interventionsformen für Sekundäroutcomes</i>			
<b>Tiergestützte Interventionen</b>	Bewohnende in Pflegeeinrichtungen oder emotional Rückgezogene	Kontakt mit Tieren zur Förderung von Nähe, Verbindlichkeit, Routinen	<b>Moderat bis hoch</b> , v. a. emotional wirksam

#### 4. Zusammenfassende graphische Übersicht zum Ablauf

