Pressemitteilung: 14 077-270/25

Rund 1,8 Mio. Menschen in Österreich fühlen sich zumindest gelegentlich einsam

8 % der Bevölkerung sind immer oder meistens einsam

Wien, 2025-12-23 – Im 2. Quartal 2025 gaben 28 % der 18- bis 74-Jährigen in Österreich an, sich in den letzten 4 Wochen zumindest manchmal einsam gefühlt zu haben. Das sind 1,8 Mio. Menschen. Fast jede:r Zehnte (8 %) war immer oder meistens einsam. Das zeigen die Daten der Befragung „So geht's uns heute" von Statistik Austria. Besonders von Einsamkeit betroffen sind junge Erwachsene sowie Personen mit finanziellen Schwierigkeiten.

„8 % der 18- bis 74-Jährigen in Österreich haben im 2. Quartal 2025 angegeben, sich in den 4 Wochen vor der Befragung immer oder meistens einsam gefühlt zu haben. Besonders häufig ist Einsamkeit bei Menschen aus Haushalten, die sich eine große Anzahl der Waren, Dienstleistungen oder sozialen Aktivitäten nicht leisten können, die allgemein als für eine angemessene Lebensführung notwendig angesehen werden. In solchen Haushalten betrug der Anteil der immer oder meistens Einsamen 35 %. In Haushalten mit geringeren Einschränkungen machte er lediglich 6 % aus," so Manuela Lenk, fachstatistische Generaldirektorin von Statistik Austria.

So geht's uns heute: finanzielle Belastungen gehen mit erhöhter Einsamkeit einher

In der Befragung „So geht's uns heute" gaben im 2. Quartal 2025 28 % der Bevölkerung zwischen 18 und 74 Jahren an, sich in den letzten 4 Wochen zumindest gelegentlich einsam gefühlt zu haben. Rund 8 % fühlten sich „immer" oder „meistens" einsam.

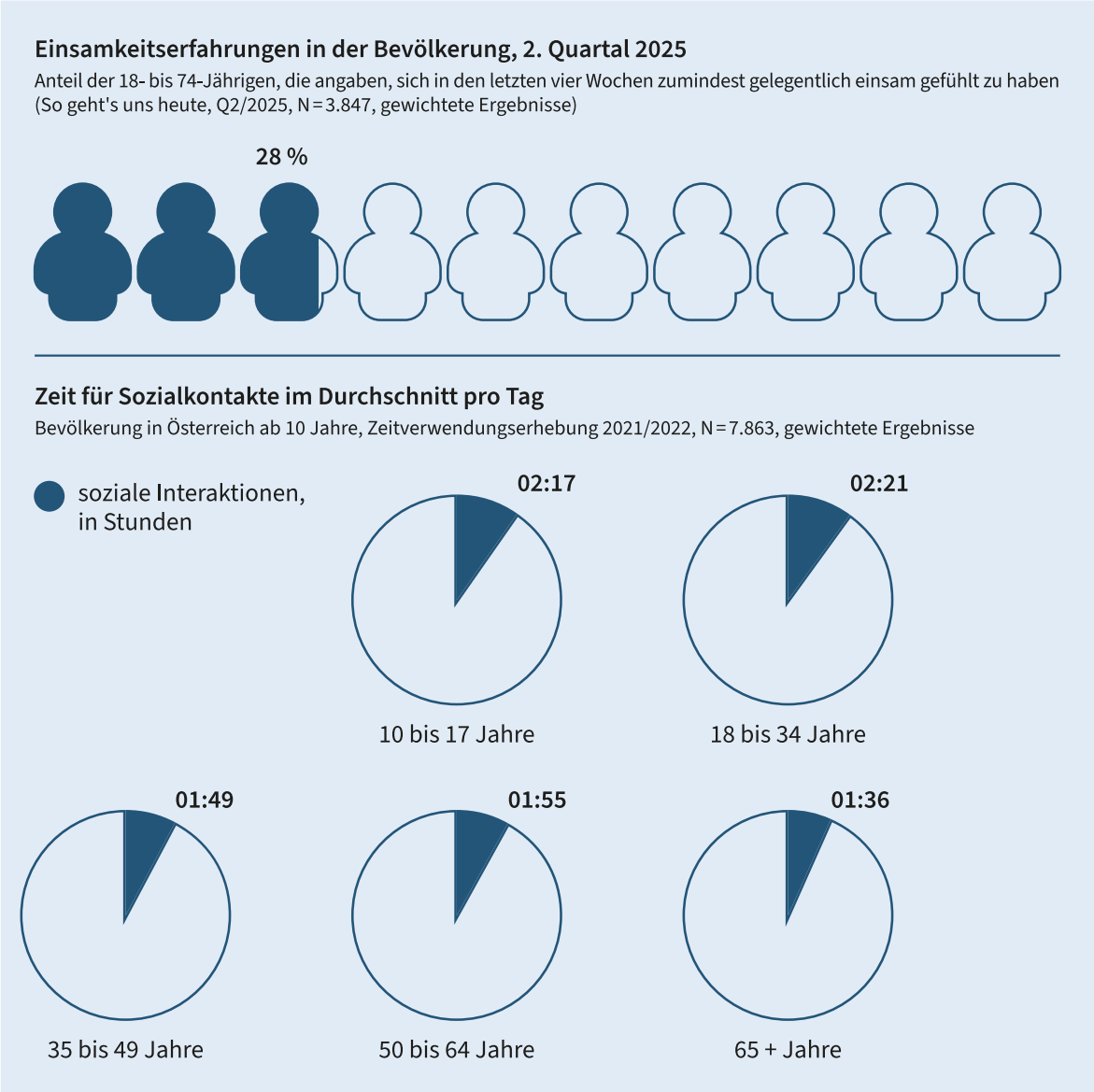
Junge Erwachsene sind dabei häufiger von Einsamkeit betroffen. So berichten in der Altersgruppe 18 bis 34 Jahre 12 %, sich in den letzten 4 Wochen „immer" oder „meistens" einsam gefühlt zu haben. Noch stärker sind die Einflüsse von Haushaltsform und Einkommen: alleinlebende Personen (19 %), Alleinerziehende (12 %), Personen in von Arbeitslosigkeit betroffenen Haushalten (17 %) und Personen mit niedrigem Einkommen (16 %) berichten vermehrt, sich in den vergangenen 4 Wochen „immer" oder „meistens" einsam gefühlt zu haben (siehe Tabelle 1).

Ein besonders deutlicher Zusammenhang zeigt sich bei materieller und sozialer Deprivation. Bei Personen aus Haushalten, auf die 7 oder mehr der 13 Deprivationsmerkmale zutreffen – etwa aus finanziellen Gründen keine Freunde einladen zu können, nicht an Freizeitaktivitäten teilnehmen oder grundlegende Konsumgüter nicht ersetzen zu können – lag der Anteil der „immer" oder „meistens" Einsamen im 2. Quartal 2025 bei 35 %, während er bei Haushalten mit weniger Einschränkungen nur 6 % betrug.

Zeitverwendungserhebung: mehr Alleinzeit im Alter

Die Zeitverwendungserhebung 2021/2022 zeigt deutliche Unterschiede in der Alltagsstruktur nach Altersgruppen. Demnach verbringen Jugendliche im Alter von 10 bis 17 Jahren durchschnittlich rund 3 Stunden und 27 Minuten pro Tag allein, während Personen zwischen 18 und 34 Jahren etwa 5 Stunden und 22 Minuten allein sind. Bei den 50- bis 64-Jährigen steigt die Alleinzeit auf rund 6 Stunden und 10 Minuten, und Personen ab 65 Jahren verbringen mehr als 6,5 Stunden täglich allein. Gleichzeitig nimmt die Zeit für aktive soziale Interaktionen mit dem Alter ab: Jugendliche und junge Erwachsene (bis 35 Jahre) investieren täglich mehr als 2 Stunden in soziale Kontakte, ältere Menschen weniger als eineinhalb Stunden. Frauen verbringen insgesamt etwas weniger Zeit allein und mehr Zeit mit sozialen Interaktionen als Männer.

Einsamkeit in Österreich und Zeit für Sozialkontakte nach Alter



Q: STATISTIK AUSTRIA.

Meistens oder immer einsam in den letzten 4 Wochen

Merkmal	Gruppe	in %
Gesundheitliche Einschränkung[1]	Stark oder etwas gesundheitlich eingeschränkt	13
	Nicht gesundheitlich eingeschränkt	6
Vulnerable Gruppen	Ein-Eltern-Haushalt (Alleinerziehend)[2]	12
	Niedriges Haushaltseinkommen[3]	16
	Mehrkindhaushalt[4]	6
	Haushalt ist von Arbeitslosigkeit betroffen	17
Materielle und soziale Deprivation[5]	7 von 13 Deprivationsmerkmalen	35
	Weniger als 7 Deprivationsmerkmale	6
	Gesamtbevölkerung (18 bis 74 Jahre)	8

Q: STATISTIK AUSTRIA, Befragung „So geht's uns heute" (Q2/2025). – Datenstand 23.12.2025. –
Definitionen: 1) Gesundheitliche Einschränkung: Personen, die angaben, seit mindestens sechs Monaten bei Tätigkeiten des normalen Alltags gesundheitsbedingt etwas oder stark eingeschränkt zu sein. – 2) Ein-Eltern-Haushalt (=Alleinerziehend): Haushalt mit nur einem Elternteil und mindestens einem Kind unter 25 Jahren– 3) Niedriges Haushaltseinkommen: Monatlich verfügbares standardisiertes Haushaltseinkommen von unter 1 200 Euro pro Monat. – 4) Mehrkindhaushalt: Paarhaushalt mit mindestens drei abhängigen Kindern im Haushalt; abhängige Kinder: Kind ist unter 18 Jahre alt oder zwischen 18 und 24 Jahre alt und nicht aktiv oder arbeitslos. – 5) Materielle und soziale Deprivation: Von materieller und sozialer Deprivation spricht man dann, wenn sich Personen bestimmte Waren, Dienstleistungen oder soziale Tätigkeiten, die von den meisten Menschen als für eine angemessene Lebensführung wünschenswert oder notwendig angesehen werden, aus finanziellen Gründen nicht mehr leisten können (Eurostat, 2022). Beispiele dafür sind etwa das Unvermögen, regelmäßig Freunde einzuladen, an Freizeitaktivitäten teilzunehmen, oder der Verzicht auf grundlegende Konsumgüter wie das Ersetzen abgenutzter Kleidung oder dem Besitz von zwei Paar Alltagsschuhen.

Zusätzliche Informationen enthält der von Statistik Austria im Auftrag des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz erstellte Bericht „Einsamkeit in Österreich – Ein Überblick über die Verbreitung und Struktur von Einsamkeit", der neben weiteren Detailergebnissen auf unserer Website zur Verfügung steht.

Informationen zur Methodik, Definitionen:

„So geht's uns heute": Diese Erhebung von Statistik Austria wird seit dem 4. Quartal 2021 vierteljährlich als Panelstudie durchgeführt. Rund 3 500 Personen im Alter von 18 bis 74 Jahren nehmen in jeder Befragungswelle teil. Die Stichprobe wird aus dem Zentralen Melderegister gezogen; ohne Verwendung von Registermerkmalen, um eine zeitnahe Erhebung der Stimmungslage zu ermöglichen. Der Fragebogen ist online abrufbar. Das Projekt wird seit 2024 vollständig vom Sozialministerium finanziert, zuvor wurde es gemeinsam mit Eurostat und zehn weiteren EU-Ländern durchgeführt. Ziel ist es, die sozialen Folgen aktueller Krisenentwicklungen frühzeitig zu erkennen. Im Fokus stehen Einkommensverluste, subjektive Bewältigung der Lebenskosten sowie Wohlbefinden und Zufriedenheit.

Zeitverwendungserhebung 2021/22: Diese repräsentative Studie von Statistik Austria erfasst detailliert, wie Menschen ihre täglichen 24 Stunden auf verschiedene Aktivitäten verteilen. Sie liefert objektive Daten zur Alleinzeit und zu sozialen Interaktionen. Die Erhebung wurde zwischen 2021 und 2022 im Auftrag der Bundesministerin für Frauen, Familie, Integration und Medien durchgeführt und umfasst alle Altersgruppen ab 10 Jahre. Die Ergebnisse zeigen Unterschiede nach Alter und Geschlecht und dienen als Grundlage für Analysen zur sozialen Teilhabe.

Statistik Austria ist die zentrale Stelle für amtliche Daten und Statistiken zu Gesellschaft, Wirtschaft, Staat und Umwelt. Als nationales Statistikinstitut ist sie den gesetzlich verankerten Grundsätzen der Unabhängigkeit, der Unparteilichkeit und der Objektivität verpflichtet. Geleitet wird Statistik Austria von der fachstatistischen Generaldirektorin Manuela Lenk und dem kaufmännischen Generaldirektor Franz Haslauer.

Rückfragen:
Für Informationen zu Ergebnissen und Methodik wenden Sie sich bitte an:
Lena Wittmann, Tel.: +43 1 711 28-8077, E-Mail: lena.wittmann@statistik.gv.at
Janina Enachescu, Tel.: +43 1 711 28-7076, E-Mail: janina.enachescu@statistik.gv.at
Für Interviewanfragen wenden Sie sich bitte an die Pressestelle: presse@statistik.gv.at

Medieninhaberin, Herstellerin und Herausgeberin:
STATISTIK AUSTRIA | Bundesanstalt Statistik Österreich | Guglgasse 13 | 1110 Wien | www.statistik.at
Pressestelle: Tel.: +43 1 711 28-7777 | E-Mail: presse@statistik.gv.at
© STATISTIK AUSTRIA