

Kirche in 1Live | 29.09.2025 floatend Uhr | Annette Schmitz-Dowidat

## Einsamkeit

Mein Freund Seb hat viele Kontakte auf Social Media, ist ständig am Smartphone und im virtuellen Kontakt mit anderen. Doch neulich hat er mir gestanden, wie einsam er sich oft fühlt. Das konnte ich erst überhaupt nicht einordnen.

"Weißt du", meinte er dann, "die ganzen Kontakte im Internet ersetzen nicht die persönliche Begegnung. Und so viele Freunde, die ich regelmäßig treffe, bei denen ich spontan vorbeigehen kann, mit denen ich einfach in echt reden kann, habe ich gar nicht."

Das hat mich echt getroffen. Ich dachte immer, Einsamkeit sei nur ein Thema für älteren Menschen.

Ich will jetzt einfach ein bisschen aufmerksamer sein. Meinen alleinstehenden Nachbarn mal fragen, wie's ihm geht, ein paar Minuten zuhören, wenn wir ins Gespräch kommen – egal worüber. Und natürlich für meinen Freund Seb da sein. So im Real Life. Es ist nichts Großes, aber manchmal kann genau das schon einen Unterschied machen.

Sprecher: Jan Primke

Redaktion: Pfarrerin Julia-Rebecca Riedel