

Als Folge des Einfalls der asiatischen Hunnen im Jahre 375 in Europa begann die Völkerwanderung der Ostgermanen. An mehreren Stellen drängten ostgermanische Stämme ins Römische Reich. Die Burgunder ließen sich 407 bei Worms nieder; nach erfolglosem Kampf gegen die Römer wurden sie 443 als Föderaten an der oberen Rhône angesiedelt. Westgermanische Stämme nahmen ebenfalls an der Völkerwanderung teil; Angeln, Sachsen und Jüten überquerten um 449 von der Helgoländer Bucht und von den Friesischen Inseln aus die Nordsee, siedelten in Britannien und drängten dort die zerstrittenen Kelten zurück, die zum Teil in die Bretagne auswichen.

Ein römisch-germanisches Bündnis unter maßgeblicher Beteiligung der Franken, Goten und Burgunder brachte 451 den Hunnen und ihren germanischen Gefolgsleuten auf den Katalaunischen Feldern bei Paris die entscheidende militärische Niederlage bei. Germanen kämpften gegen Germanen, was genügend Stoff für die Nibelungensage lieferte. Wie beim Kampf mit den vor dem Abzug stehenden Hunnen ein Jahr später an der nördlichen Adria deutlich wurde, als die auf sich allein gestellten Römer sang- und klanglos untergingen, konnte Rom im 5. Jahrhundert ohne zusätzliche Truppen germanischer Föderaten nicht mehr auskommen.

Die schwindende Macht des römischen Militärs ermunterte die Franken, nach Westen zu expandieren. Von Köln aus zogen ripuarische Franken 455 durch das Moselland bis zur oberen Maas, während die salischen Franken vom Niederrhein 460 die Somme erreichten. Der sich abzeichnende Zusammenbruch der weströmischen Herrschaft beschleunigte die Einigung des germanischen Großstammes der Franken unter einer eigenen Zentralgewalt.

Salier und Ripuarier bildeten im Jahre 482 den germanischen Kern des Fränkischen Reiches. Dazu gehörte auch Hessen nördlich des Mains. An einem solch frühen Übergang der Chatten zum Großstamm der Franken findet nicht jedermann Gefallen. Historische Ereignisse in Zeiten, für die heute oft nur archäologische Funde zur Verfügung stehen, lassen widersprüchliche Interpretationen aufkommen. Unvollständig ausgegrabene Gräberfelder dieser Zeit führen zu einem verzerrten Bild; voreilige Missdeutungen der tatsächlich stattgefundenen historischen Ereignisse sind keine Seltenheit. Folgt man den Auffassungen oberflächlicher Betrachter, wäre Hessen um 480 bloß das Ziel alemannischer, fränkischer und sächsischer Expansionsbestrebungen gewesen. Die alteingesessene Bevölkerung spielte bei diesen Zielen angeblich keine Rolle. Ursache für eine derartige Auslegung ist die Tatsache, dass sowohl die Chatten als auch die Franken der Kulturgruppe der Istväonen angehörten und sich damit bei der Beurteilung archäologischer Funde nicht unterscheiden lassen. An dem verlustreichen Feldzug der Franken um 250 in Gallien hätten auch die Chatten teilgenommen, sodass deren Stammesverband schrumpfte und die dadurch entvölkerten Gebiete von den nachgerückten Alemannen vereinnahmt worden wären. Vereinzelt durchgeführte Ausgrabungen von Gräberfeldern jener Zeit belegen den Fortbestand der bodenständigen hessischen Bevölkerung. Archäologisch festgestellte alemannische Ansiedlungen in den geräumten römischen Niederlassungen der Wetterau waren vorübergehender Natur; spätestens Ende des 5. Jahrhunderts verließen die Alemannen das Siedlungsgebiet am unteren Main. Auch die Funde aus anderen einzelnen Ausgrabungen sind wie alle archäologischen Ergebnisse im landesgeschichtlichen Zusammenhang zu bewerten.

Trotz Angliederung an den Großstamm der Franken blieb der Stammesname erhalten, auch wenn der jüngere Name <Hessen> nicht direkt von „Chatten“ abzuleiten ist, weil nur die lateinische Bezeichnung überliefert wurde. Aus dem Landesnamen allein lassen sich keine Unterschiede erkennen, was die Zusammensetzung der Bevölkerung betrifft. Die mögliche Aufteilung in ein chattisches Niederhessen und ein rheinfränkisches Oberhessen erscheint spekulativ, da eindeutige Beweise fehlen. Eine über einen längeren Zeitraum andauernde Verdichtung des rheinfränkischen Siedlungsgebietes an Lahn, Nidda und Untermain bestätigt aber die Zugehörigkeit zum Großstamm der Franken.

Die Franken dehnten sich nicht nur nach Westen aus, sondern auch nach Osten. Nach der Schlacht von Zülpich (496) drängten sie die Alemannen hinter die Murg zurück. Das linksrheinische Gebiet der heutigen Pfalz wurde von Hessen aus besiedelt. 531 mussten sich die Thüringer mit dem Land nördlich des Rennsteigs begnügen; das mittlere und obere Maintal sowie das obere Werratal fielen an die Franken. Dieses neu hinzugewonnene rechtsrheinische Gebiet zwischen Untermain und Altmühl erhielt eine Bevölkerung, die aus Hessen und dem altfränkischen Siedlungsgebiet kam. Von der oberen Elbe ins Voralpen- und Alpenland zogen, nach misslungenen Versuchen in den Jahrhunderten zuvor, die aus den Markomannen hervorgegangenen Baiern, deren Stammesname auf die keltischen Bojer zurückgehen soll.

Bereits um 540 erstreckte sich das Fränkische Reich von den Pyrenäen bis zur thüringischen Saale. Unter Führung der Salier war Tournai (Doornik) an der Schelde die erste fränkische Königsstadt. Die Franken übernahmen das Latein der Römer für ihre Amts- und Kirchensprache. Als Verkehrs- und Umgangssprache dienten die germanischen Dialekte, aber die romanisierte Bevölkerung Galliens benutzte weiterhin den dort üblichen lateinischen Dialekt, der zur Keimzelle des späteren Französisch wurde.

Am Rhein und an der unteren Mosel dagebliebene romanisierte Kelten gingen später in der germanischen Bevölkerung auf. Die über tausend Jahre lang bestehende germanisch-romanische Sprachgrenze zwischen der oberen Lys in Flandern und dem Matterhorn in den Alpen bildete sich auf weiter Strecke erst im 9. Jahrhundert zur Zeit der Karolinger heraus.