

SWR2 Wissen

Singles – Braucht der Mensch einen Partner?

Von Johanne Burkhardt

Sendung vom: Dienstag, 29. August 2023, 8.30 Uhr

Erst-Sendung vom: Donnerstag, 10. November 2022, 8:30 Uhr

Redaktion: Vera Kern

Regie: Andrea Leclerque

Produktion: SWR 2022

Besonders Single-Frauen begegnen vielen Vorurteilen. Dabei sind viele zufrieden mit ihrem Single-Leben. Viele Menschen können gut alleine leben – feste Kontakte braucht es aber.

SWR2 Wissen können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/podcast-swr2-wissen-100.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

MANUSKRIPT

OT 01 Walli B.:

Das Singleleben habe ich mir ja nicht so direkt ausgesucht. Das kann ich ja jetzt nicht behaupten, dass ich sage, ich wollte immer Single sein oder so!

Sprecher:

Obwohl immer mehr Menschen ohne eine feste Partnerschaft leben, bleibt das Glück zu zweit für viele nach wie vor das Ideal.

OT 02 Denis R.:

Natürlich hört man auch noch ab und zu den Spruch: Hast du immer noch keine Freundin, muss man dir nachhelfen? Meine Tante wollte schon in meinem Namen da eine Anzeige schalten irgendwo.

Sprecher:

Doch ein gutes Leben gelingt auch ohne das „Wir“ einer Partnerschaft.

OT 03 Lisa Fischbach (Paartherapeutin und Forschungsleiterin bei Elite Partner):

Und das wissen wir auch aus Studien, gut jeder zweite Single ist mit seinem Leben zufrieden oder sehr zufrieden. Das heißt, dass man auch über andere Quellen eigentlich persönliche Zufriedenheit erlangen kann.

Ansage:

Singles – Braucht der Mensch einen Partner? Von Johanne Burkhardt.

Atmo 01: Wallis Garten (oder direkt AT 02)

OT 04 Walli B. (Buchhalterin):

Mein Name ist Waltraud Berger. Ich bin 63 Jahre alt, wohne in Bautzen. Bin Single und glücklich und mit mir im Reinen.

Atmo 02: Gartenführung

Sprecher:

Waltraud, von den meisten Walli genannt, führt durch ihren gepflegten Garten, den sie sich zusammen mit ihrer Zwillingsschwester teilt. Die 63-jährige arbeitet als Buchhalterin in einem metallverarbeitenden Betrieb.

Atmo 02: Gartenführung kurz hoch

Sprecher:

Vom Garten aus sind es ein paar Stufen hoch bis zu dem Reihenhaus, in dem Walli seit 18 Jahren allein lebt. Ihre Schwester wohnt direkt daneben. Wallis letzte Partnerschaft ist über zehn Jahre her. Ein Problem ist das nicht für sie. Im Gegenteil. Sie liebt die Vorzüge, die ein Leben ohne Partner ihr bietet.

OT 05 Walli B.:

Was könntest du denn unternehmen an freien Tagen? Triffst du dich mit jemanden? Triffst du dich mal mit dem? Oh, würde ich jetzt vielleicht doch nicht so gut aushalten. Da gehe ich dann lieber da hin. Das sind schon Sachen die vielfältiger im Angebot sind als Single, wenn ich das mal so sagen darf. Wie gesagt, nichts gegen eine Partnerschaft. Jetzt in meinem Alter sage ich gerne ‚ambulant ja, stationär nein‘.

Sprecher:

Als Single ist Walli nicht nur in ihrer Familie die Ausnahme. Eine Untersuchung der Vereinten Nationen aus dem Jahr 2019 zeigt: etwa 90 Prozent aller Deutschen sind im Laufe ihres Lebens mindestens ein Mal verheiratet (1). Tendenz sinkend. Denn immer mehr Menschen leben, zumindest zeitweise, ohne Partnerin oder Partner. Wie viele es in Deutschland tatsächlich sind, lässt sich schwer messen. Oft wird die Zahl der Singles anhand der steigenden Zahl der Alleinlebenden geschätzt: Laut statistischem Bundesamt wohnt in jedem zweiten Haushalt ein Mensch allein.

OT 06 Stefan Hradil (emeritierter Professor für Soziologie, Uni Mainz):

Man liest dann aber als Leser als Überschrift in der Zeitung: Mehr als die Hälfte aller Berliner leben alleine. Und das ist eben falsch. Das ist auch schon ganz einfach zu erklären. Denn die andere Hälfte der Haushalte besteht aus Haushalten, die mehr als eine Person umfassen. Das sind natürlich mehr als die Hälfte aller Leute.

Sprecher:

Ein grober Fehler, findet Stefan Hradil (*gesprochen Radil*), emeritierter Professor für Soziologie an der Universität Mainz. Denn das verzerrt die Statistik. Hinzu kommt: Nicht alle, die allein wohnen, leben ohne Liebesbeziehung. Eine Untersuchung der Online-Partnerbörse ElitePartner (2) kommt zum Schluss, dass jede dritte Person zwischen 18 und 65 Single ist.

Doch Singles begegnen in der Öffentlichkeit immer wieder Vorurteile. Das zeigt etwa eine Untersuchung des Sozialpsychologen Tobias Greitemeyer von der Universität Salzburg. Er hat die Selbst- und Fremdwahrnehmung von Singles verglichen und gezeigt: Andere schätzen Singles als weniger glücklich und zufrieden ein als die Singles sich selbst fühlen (3).

Vor allem auf Single-Frauen lasten diese Stereotype. Das bestätigt auch Walli:

OT 07 Walli B.:

Das ist ja so, dass viele sagen ‚Ach Gott, die lebt schon so viele Jahre alleine. Was sie im Leben schon vermisst hat‘. Gibt es auch in meinem Freundeskreis. Die auch jahrelang sich gewünscht haben, dass ich einen Partner hätte, damit wir wieder zu viert in den Urlaub fahren können. Also speziell bei diesen Leuten hatte ich das Gefühl, man ist nicht komplett, wenn man allein da irgendwie aufschlägt.

OT 08 Katja Kuhlmann (Autorin „Die Singuläre Frau“):

Es wird als Defizit angefragt, warum man niemanden hat. ‚Eine Frau wie du so lange allein? Wie kann das denn sein, was ist denn mit dir falsch?‘

Sprecher:

Die Journalistin Katja Kuhlmann hat in ihrem Buch „Die Singuläre Frau“ mit diesen Stereotypen und mit der Single-Industrie abgerechnet. Im Gespräch mit SWR2 Tandem formuliert sie es so:

OT 09 Katja Kuhlmann:

Es gibt X Möglichkeiten, Dating-Apps, Speeddating, alles Mögliche, einen Partner oder Partnerin zu suchen, aber doch sehr viele Leute, die diese Suche gar nicht betreiben, sondern sich anders eingerichtet haben. Mit ausufernden Freundes- und Bekanntenkreisen, indem sie sich in ihrer Nachbarschaft anders einbringen. Indem sie andere Zwischenmenschlichkeiten genießen und erleben, jenseits der romantischen Zweisamkeit.

Sprecher:

Die romantische Liebe ist historisch gesehen ohnehin ein recht neues Phänomen. So wurden Ehen bis zum 19. Jahrhundert aus pragmatischen und ökonomischen Gründen geschlossen (4). Nicht umsonst spricht die Soziologie davon, dass ein Acker den anderen heiratete. Heute sind es unter anderem finanzielle Gründe, die das Single-Sein ermöglichen, erklärt Stefan Hradil.

OT 10 Stefan Hradil:

Die Zahl der Wohnungen, das finanzielle Einkommen, die Bildung, die es Menschen erlauben, überhaupt allein zu leben. Man braucht einfach bestimmte Ressourcen. Alleinleben ist teuer, sowohl individuell als auch volkswirtschaftlich gesehen.

Sprecher:

Im Laufe der Geschichte rückt das Individuum immer stärker in den Fokus (4). Das „Ich“ wird bedeutender als das „Wir“ – ein Individualisierungsschub, den Hradil auch heute beobachtet.

OT 11 Stefan Hradil:

Also Menschen ist es wichtig, wie sie selbst leben. Sie fühlen keineswegs mehr die Verpflichtung, jetzt unbedingt bestimmte Rollen als Frau und die Person, die die Familie umsorgt, oder andere Rollen zu erfüllen, sondern die eigene Existenz ist ihnen wichtig.

Sprecher:

Für die freiheitsliebende Walli ist gerade ihre Selbstbestimmung das Schöne am Single-Sein:

OT 12 Walli B.: Also ich wüsste jetzt keine Nachteile, die ich habe. Ich kann überall rausgehen in die Natur, ich kann mich bewegen, wie ich will. Ich kann mich mit Freunden treffen, mit Familie treffen. Ich kann tun und lassen, was ich will. Ja, das ist schon Freiheit, das ist ein Luxus für mich. Und so wie ich meine Wohnung verlasse, so finde ich sie vor. Und wenn ich mal eine Woche nichts mache, dann mache ich nix. Wäschewaschen, Hausputz und so was, das ist bei mir wetterabhängig. Wenn es schön ist, bin ich draußen, das andere hat Zeit.

Sprecher:

Und noch etwas sorgt dafür, dass sich immer mehr Menschen für ein Leben als Single entscheiden.

OT 13 Stefan Hradil:

Dann haben wir vielleicht als dritten Faktor ein Berufsleben, das immer mehr Mobilität erfordert. Das ist nicht so gut vereinbar mit einem Familienleben, das drängt auch ein bisschen in Richtung Vereinzelung.

Sprecher:

Finanzielle Freiheit, Selbstverwirklichung und ein Arbeitsmarkt, der immer mehr Flexibilität erfordert. Das sind die Zutaten für eine Single-Gesellschaft. Trotzdem stehen gleichzeitig die Sehnsucht nach Partnerschaft und Familie, nach dem ‚gemeinsamen Wir‘, heute wieder hoch im Kurs:

OT 14 Stefan Hradil:

Es wird eine Balance zwischen dem Ich und Wir gesucht. Es wird auf der einen Seite gesucht, sich selbst zu entwickeln, seine Neigungen zu verwirklichen, seine Autonomie zu haben. Auf der anderen Seite ist aber gerade die junge Generation sich sehr wohl bewusst, dass man da sehr einsam werden kann, dass das viele Konfliktfelder eröffnet und dass das Zusammensein sehr wohl einen hohen Wert darstellt. Und dieses Aushandeln zwischen der Ich-Verwirklichung und dem Wir, das ist eigentlich das, was ich als dominierende Wertvorstellung in unserer Zeit bezeichnen möchte.

Musikakzent**Atmo 03 Kirsten stellt sich vor, darüber:****Sprecher:**

Auch Kirsten war viele Jahre Single. Im Gegensatz zu Walli jedoch unfreiwillig. Denn für sie stand schon in der Grundschule fest, dass sie später einmal heiraten und eine Familie gründen möchte. Sogar ihre Berufswahl hat sie danach ausgerichtet.

OT 15 Kirsten P. (Lehrerin):

Ich habe immer mit Kindern zusammengearbeitet, fand aber auch so was Kreatives, was so in Richtung Mediendesign ging, interessant. Und habe aber damals auch gedacht: Ja, aber ich möchte später auch eine Familie und Kinder und da ist es vielleicht einfacher den Job der Lehrerin oder Sonderpädagogin jetzt damit zu vereinbaren.

Sprecher:

Kirsten entschied sich, Lehrerin zu werden. Doch für die Familiengründung fehlte ihr der richtige Partner.

OT 16 Kirsten P.:

Ja, ich hab' ja immer quasi nach dem Vater meiner Kinder gesucht. Also ich habe wirklich eigentlich mir erwünscht, auch schon mit Mitte 20 eigentlich so denjenigen zu finden, mit dem ich mein Leben verbringen möchte.

Sprecher:

Etwa sechs Jahre sucht Kirsten.

OT 17 Kirsten P.:

Ich habe gesiebt und gewischt und geschrieben und getan. Ich konnte mich auf auch gar nicht so auf einen fokussieren, weil ich irgendwie permanent überall gesucht habe. Ich habe im Supermarkt geguckt, wenn mich jemand angelächelt hat und da habe ich gedacht ‚Ah, okay, vielleicht ist der ja was‘. Je mehr Zeit vergangen ist, desto mehr Druck ist in mir entstanden und es war immer die Dating-Plattform offen.

Sprecher:

Insbesondere Single-Frauen mit Kinderwunsch verspüren häufig diesen Druck, einen Partner zu finden. Trotz moderner Reproduktions-Medizin ist ihr biologisches Zeitfenster für die Familiengründung begrenzt. Gerade in diesem Alter leiden Single-Frauen mit am stärksten am Alleinsein.

OT 18 Lisa Fischbach:

Wenn man die Single-Zufriedenheit über die Alterskohorten anschaut, dann stellt man schon fest, dass die Single-Zufriedenheit bei den Frauen von 30 bis 39 am geringsten ist im Vergleich zu den anderen Altersgruppen. Und bei den Männern ist es sie zwischen 30 und 50 etwas niedriger.

Sprecher:

Lisa Fischbach ist Psychologin und Forschungsleiterin bei der Online-Partnerbörse ElitePartner. Dort führt sie jedes Jahr eine repräsentative Partnerstudie durch. Dabei fragt sie Singles regelmäßig nach ihrer Lebenssituation, den Gründen für ihr Single-Sein und ihrer Zufriedenheit damit. Die Ergebnisse zeichnen ein ambivalentes Bild: eine Hälfte ist eher unzufrieden (unglücklich?) mit dem Single-Sein, die andere aber ist zufrieden.

Dass Lisa Fischbach in ihrer Forschung auch auf die positiven Seiten des Single-Seins blickt, ist eher die Ausnahme. Denn auch in der Wissenschaft schlägt sich der defizitäre Blick auf Singles nieder. Das wiederum beeinflusst die Hypothesen, die untersucht werden, konstatierte die US-amerikanische Psychologin und Single-Forscherin Bella DePaulo bereits im Jahr 2005 (5). Bis heute hat sich kaum etwas verändert: Untersucht wird oft das, was den Singles fehlt. Am offensichtlichsten sind das Partnerschaft und Familie.

Die Psychotherapeutin Lisa Fischbach kennt das aus ihrem Praxisalltag in Hamburg. Bei ihr suchen Paare und Singles Rat:

OT 19 Lisa Fischbach:

Was man sicherlich feststellen kann, ist, dass heutzutage immer noch für viele der Wunsch nach Partnerschaft und Familie hoch ist und das sehe ich auch in der

Praxis, dass wenn Frauen mit einem unerfüllten Partnerwunsch mit Mitte, Ende 30 zu mir kommen, dort auch die Single-Zufriedenheit deutlich sinkt. Also dieser Wunsch zu sagen, ich möchte einen Partner und ich möchte auch vor allem Partner haben, um Familie zu gründen. Und wenn das nicht gelingt, löst das bei vielen Frauen dann auch ein hohes Leid aus.

Sprecher:

Die Statistiken zeigen: gerade im Alter zwischen 30 und 40 sind wenige Menschen Single. Der gesellschaftliche Druck sich zu binden, ist subjektiv gesehen dann besonders hoch. Vor allem, wenn auch Single-Freundinnen und -Bekannte sich nach und nach binden. So erlebte es die 30-jährige Kirsten.

OT 20 Kirsten P.:

Eine meiner besten Freundinnen, hat ähnliches wie ich durchlebt. Und dann hat sie mir halt irgendwann erzählt, ‚ja, ich habe jemanden kennengelernt‘ und ich weiß noch, dass mir auf der einen Seite das Herz stehengeblieben ist, weil ich dachte: Nein. Jetzt bricht sie auch weg und jetzt bin ich die Allerletzte, jetzt bin ich ganz allein.

Sprecher:

Junge Erwachsene und vor allem Menschen ab 50 kommen hingegen in der Regel besser mit dem Single-Leben zurecht. In der späteren Lebensphase ist die Familienplanung häufig abgeschlossen. Man hat die ein oder andere Partnerschaft erlebt und weiß, was man will.

Atmo 04 Walli auf dem Wochenmarkt

Sprecher:

Zurück in Bautzen. Es ist einer der ersten Herbsttage im Jahr. Es nieselt und ein kalter Wind weht durch die Straßen der Altstadt. Walli hält das nicht auf. Es ist Samstag und sie ist auf dem Weg zum Wochenmarkt.

Walli hat das Single-Sein nicht davon abgehalten, Mutter zu werden. Mit 21 wird sie schwanger, heiraten möchte sie den Vater des Kindes jedoch nicht.

OT 21 Walli B.:

Das war auch eine kurze Beziehung, weil ich ja relativ schnell gemerkt hatte, dass es eigentlich nie was wird. Und mein Bauchgefühl hat einfach gesagt: Nee, dann lieber mal nicht den letzten Schritt gehen. Dann wäre ich jetzt geschieden. Und da habe ich dann lieber entschieden, dass ich mein Kind allein großziehe – und mit der starken Familie im Rücken natürlich. Und das war auf alle Fälle der bessere Weg.

Atmo: kurz hoch

Sprecher:

Hätte Walli in der Befragung zur Single-Zufriedenheit mitgemacht, hätte sie höchstwahrscheinlich „sehr zufrieden“ angekreuzt. Trotz Partnerlosigkeit fühlt sie sich

nie einsam. Im Gegenteil. Ein guter Freundes- und Bekanntenkreis ist ihr enorm wichtig. Und: der Plausch auf dem Wochenmarkt.

OT 22 Walli B. (auf dem Wochenmarkt):

Ich treffe meistens irgendwelche Leute und dann ist es so, dass wir an irgendeinem Stand stehen und schwatzen. Und dann sag ich: Lasst uns doch irgendwo einen Kaffee trinken gehen. Und dann setzen wir uns da hin und trinken gemütlich einen Kaffee und schwatzen weiter und dann kommen immer wieder Leute vorbei, die dann auch mit uns schwatzen.

Atmo 05 Wochenmarkt (Hier gehen wir mal rein, ich muss mal ganz kurz ‚Hallo‘ sagen ... schön, dann können wir das nächste Mal zusammen ausgehen)

OT 23 Stefan Hradil:

Also es ist geradezu existenznotwendig für jemanden, der sowohl partnerlos ist als auch allein lebt, dass er seine Leute hat, dass er die Freizeitgestaltung mit irgendjemanden betreiben kann, dass er jemand oder mehrere Leute hat, die helfen, wenn irgendein technisches Gerät seinen Dienst versagt.

Sprecher:

So Soziologe Stefan Hradil.

OT 24 Stefan Hradil:

Also das sind zum Teil Nutzenaspekte, die dazu führen, dass Singles große Kontaktkreise haben. Und dass Singles auch diese Notwendigkeit nicht nur als Nutzen-Erwägen, betreiben, sondern, dass sie sich sehr bewusst sind, dass sie für ihr Seelenleben Kontakte brauchen und die pflegen.

Sprecher:

Um zufrieden als Single zu leben, muss in andere tiefe Beziehungen investiert werden. Frauen fällt das in der Regel leichter, beobachtet Psychologin Lisa Fischbach.

OT 25 Lisa Fischbach:

Ein wichtiger Punkt ist, dass Frauen heutzutage eine ganz hohe Single-Zufriedenheit entwickeln, weil sie sich ihr Leben sehr erfolgreich zufrieden gestalten. Und das hat etwas damit zu tun, dass Frauen ja häufig größere soziale Netze haben und vor allem auch in ihren sozialen Netzen mehr Intimität und Vertrauen erleben.

Sprecher:

Männern fällt aus diesem Grund das Single-Sein durchschnittlich schwerer als Frauen. Doch nicht etwa, weil Frauen eine natürliche Begabung dafür haben, betont der Soziologe Stefan Hradil. Vielmehr haben sie das Sich-Kümmern gelernt. Das zeigt sich auch im Arbeitsleben. So werden etwa Care-Berufe häufiger von Frauen ausgeübt (6).

Aber können Familie und enge Freunde das verbindliche Wir einer Partnerschaft ersetzen?

OT 26 Denis R. (Unternehmensberater):

Mein Name ist Denis. Ich bin 43 Jahre alt und ich arbeite für einen Unternehmensberater in dem Bereich betriebliche Altersvorsorge.

Sprecher:

Denis ist seit über fünf Jahren Single. Nach der Trennung von seiner Ex-Partnerin wagte er einen Neuanfang.

OT 27 Denis R.: Neuer Job, neue Kollegen, neues Umfeld, neue Stadt. Also das war erst mal am Anfang so spannend und aufregend genug sozusagen. Da muss man sich ja erst mal wieder neu orientieren, sich neu finden. Ich hatte aber auch nicht so viel Lust, mich allein in irgendwelche Kneipen zu setzen oder großartig Kontakt zu suchen. Ich war tatsächlich erst mal mit dem zufrieden, was ich hatte und war damit auch nicht unglücklich.

Sprecher:

Doch nach gut zwei Jahren als Single leidet er immer mehr unter der Einsamkeit. Sein Freundeskreis kann eine Partnerin für ihn nicht ersetzen.

OT 28 Denis R.:

Die körperliche Seite ist natürlich das eine. Auf der anderen Seite, ich vermisse auch diesen Austausch mit jemandem, der einen sehr gut kennt und mit dem man wirklich dann auch sehr, sehr tiefe Gefühle teilt, die man jetzt vielleicht noch nicht mal mit dem besten Kumpel oder so teilt. Also ich bin auch sehr zurückhaltend damit, wem ich meine Gefühle erzähle. In Beziehungen klappt das aber immer ganz gut, weil da habe ich immer das Gefühl: Das ist ein Mensch, der hält total zu dir und so und dem kannst du jetzt alles erzählen.

OT 29 Lisa Fischbach:

Grundsätzlich suchen wir ja alle emotionale Verbindung, wir alle suchen nach jemandem, auf den wir uns verlassen können. Einen geliebten Menschen, der uns zuverlässig auch emotional Geborgenheit geben kann. Und es ist so, dass Beziehungen auch für die Persönlichkeitsentwicklung sehr vorteilhaft sind. Wir spiegeln uns in unserem Partner.

Sprecher:

Sagt die Psychotherapeutin Lisa Fischbach.

OT 30 Lisa Fischbach:

Das heißt, auch unsere sozialen Kompetenzen trainieren, uns auf ein Gegenüber einstellen. Es heißt auch immer wieder täglich auch in Gespräche gehen, Emotionalität regulieren. Also es ist ja auch etwas Identitätsstiftendes. Das heißt, ich zeige mich so, wie ich bin. Und im besten Fall sagt mein Partner und gibt mir das Gefühl, du bist okay, so wie du bist.

Sprecher:

Etwas, dass zwar auch außerhalb von romantischen Beziehungen, möglich ist: In der Familie, zwischen guten Freunden oder vertrauten Kolleginnen. Trotzdem wird die

Bindung in einer Partnerschaft von vielen als enger empfunden, bestätigt die Psychologin Lisa Fischbach.

OT 31 Lisa Fischbach:

Sicherlich kann man auch in Phasen seine Bedürfnisse auf verschiedene Menschen verteilen. Also die beste Freundin, Sexualität mit jemand sehr Vertrauten. Aber das Gefühl von Geborgenheit mit jemanden zu haben und mit Intimität körperlicher und psychischer, ich glaube, das ist das Besondere.

Sprecher:

Studien bestätigen immer wieder: Wer mit einem Partner zusammenlebt, lebt länger, glücklicher und im Regelfall auch gesünder. Ein Grund dafür ist der sogenannte Protektionseffekt. Paare kümmern sich umeinander und motivieren zu gesundem Verhalten. Zwar werden liierte Menschen im Schnitt auch gemütlicher und nehmen die ein oder anderen Beziehungskilos zu, der negative Protektionseffekt (8), trotzdem leben Paare im Schnitt länger. Ein anderer Grund dafür ist aber, dass gesunde und glückliche Menschen eher heiraten (9, 10). Der sogenannte Selektionseffekt: Wer gesund und glücklich ist, hat bei der Partnersuche eher Erfolg. Beide Effekte, so der bisherige Forschungsstand, erklären diesen Zusammenhang zwischen Gesundheit und Partnerschaft (9).

Die US-Psychologin Bella DePaulo blickt jedoch kritisch auf den Protektionseffekt und weist auf unsaubere Methoden hin. So würden wichtige Einflussvariablen übersehen, wie etwa, dass Verheiratete gesellschaftlich und finanziell häufig bessergestellt sind (7, 11). Außerdem seien Menschen mit Partner nach der ersten euphorischen Verliebtheitsphase meist genauso glücklich, wie sie es bereits als Single waren (7, 11).

Atmo 06 Walli in der Küche

Sprecher:

Walli ist vom Wochenmarkt zurück. Aus den Einkäufen bereitet sie in ihrer Küche ein spätes Frühstück für sich zu.

Sprecher:

In einem Jahr geht Walli in Rente. Doch davor, dass sie im Alter allein und pflegebedürftig sein könnte, hat sie keine Angst.

OT 32 Walli B.:

Weil ich weiß, dass man auch anderen hilft. Wenn man immer schon so gelebt hat wie ich und auf Leute zugeht oder so, dann ist man nicht allein. Also Ich habe das mitgekriegt in meiner letzten Krankheitsphase. Also da hat immer das Telefon geklingelt. ‚Brauchst du was? Soll ich dir einkaufen gehen?‘ Da stand jemand vor der Türe. ‚Komm, wir gehen mal eine Runde‘ und genau so macht mache ich das ja mit anderen auch. Menschen, die mir was bedeuten.

Sprecher:

Ihr starkes soziales Netz stärkt ihr den Rücken und schenkt ihr Zuversicht. Ein Geben und Nehmen, so erlebt sie die Bindungen: Als eine gute Single-Freundin an Krebs erkrankt, beschließt Walli sie intensiv zu begleiten. Eine Erfahrung, die ihr gezeigt hat: Auch ein Single muss nicht allein sterben.

OT 33 Walli B.:

Wir haben uns einen Fahrplan gemacht, was wollen wir noch in der Zeit machen? Und sie wollte dann noch dieses da machen und jenes machen. Und wir haben uns wirklich dann immer diese Punkte gesetzt und das haben wir auch gemacht.

Sprecher:

Zum Schluss lebt ihre Freundin im Hospiz. Walli besucht sie dort jeden zweiten Tag. Sie trinken zusammen Sekt, Walli liest ihr vor.

OT 34 Walli B.:

Ja, eigentlich habe ich sie wirklich bis zum Schluss begleitet und das war eine schöne Zeit. Das war eine intensive Zeit und eine schöne Zeit.

Musik:**Sprecher:**

Das Leben zeigt: Menschen übernehmen auch außerhalb von Ehe und Partnerschaft Verantwortung füreinander. In der Coronapandemie wurde das besonders deutlich: Nachbarn, die füreinander einkaufen gehen. Freundinnen, die sich die Kinderbetreuung teilen. Aus diesem Grund fordern Organisationen und Parteien, allen voran die FDP, dass es neben der Ehe eine juristisch abgesicherte Lebensform für Menschen geben soll, die diese Verbindlichkeit absichert. Die sogenannte Verantwortungsgemeinschaft (12).

OT 35 Eva Becker:

Die Koalition hat vorgelegt die Idee, eine Verantwortungsgemeinschaft in das Gesetz zu implementieren. Es wird davon gesprochen, dass es um Menschen geht, die sich längere Zeit in Verantwortung miteinander verbinden, sprich zusammenleben. Und die beiden Beispiele, die regelmäßig genannt werden, sind ältere Menschen, die vielleicht zusammenziehen, oder alleinerziehende Elternteile, die sich eine Wohnung teilen und daraus womöglich der Wille erwächst, füreinander Verantwortung zu übernehmen und daraus wiederum dann ein Regelungsbedarf erwächst, der vielleicht in Unterhaltszahlungen bestehen mag, der vielleicht in einer sich daraus ergeben automatisierten Bevollmächtigung wechselseitig liegen kann.

Sprecher:

Eva Becker ist seit knapp 30 Jahren Anwältin für Familienrecht in Berlin.

Die Ehe ist derzeit die einzige rechtlich verankerte Lebensform. Wer verheiratet ist, hat besondere Rechte und Pflichten: Eheleute dürfen beispielsweise die Partnerin günstig mitversichern oder das Einkommen auf beide Ehegatten aufteilen – das umstrittene Ehegattensplitting. Rechte, die andere Lebensformen nicht haben, wie etwa gute Freundinnen, die seit Jahren zusammenleben. Der Grund dafür: Die Ehe

ist als Lebensform verfassungsrechtlich besonders geschützt. Es gilt das sogenannte Abstandsgebot.

OT 36 Eva Becker:

Abstandsgebot bedeutet, dass andere Lebensformen, die bei uns im Recht geregelt sind oder geregelt werden sollen, nicht identisch formuliert sein dürfen wie die Ehe. Das ist eine Quintessenz dieses besonderen Schutzes im Verfassungsrecht. Was bedeutet, dass zum Beispiel die Lebenspartnerschaft, die wir einmal im Gesetz hatten, die hatte zu Beginn kaum wirtschaftliche Konsequenzen außer Unterhalt und sehr begrenzt.

Sprecher:

Nach und nach haben in Deutschland gleichgeschlechtliche eingetragene Lebenspartnerschaften immer mehr Rechte erhalten. Mit Einführung der Ehe für alle 2017 sind sie formal gleichgestellt.

OT 37 Eva Becker:

Und das ist, wenn man auf die Zeitschiene guckt, einfach eine gesellschaftliche Entwicklung, die die Diskussion um dieses Abstandsgebots immer wieder virulent macht und womöglich auch einen neuen Blickwinkel auf dieses Gebot wirft.

Sprecher:

Wer definiert im 21. Jahrhundert in einer diversen Gesellschaft das „Wir“?

Befürworter der Verantwortungsgemeinschaft wünschen sich auch für Nicht-Verheiratete, die füreinander sorgen, mehr Rechte. Die Pflichten erfüllen sie in der Regel bereits füreinander. Zwar können auch Nicht-Verheirateten Verträge miteinander schließen, die das Zusammenleben regeln, ergänzt Familienanwältin Eva Becker. Das gilt allerdings nicht für Angelegenheiten außerhalb des Familienrechts, wie etwa einer Mitversicherung oder einer Witwenrente.

Musikakzent

Sprecher:

Ob Single und alleinlebend, mit der guten Freundin Wohnung und Alltag teilen oder als zwei alleinerziehende Väter unter einem Dach leben: Menschen ohne festen Liebespartner brauchen andere feste Beziehungen. Während sich einige weiterhin nach einer Liebesbeziehung sehnen, ist das Single-Sein oft besser als sein Ruf. Single-Phasen sind sogar gut: Sie geben einem die Zeit, sich auf die eigene Person und Bedürfnisse zu konzentrieren. Deshalb appelliert die Psychologin Lisa Fischbach, das gesellschaftliche Bild vom Single als Defizit zu hinterfragen.

OT 38 Lisa Fischbach:

Das wird dem Single so unterstellt. Der Single sitzt sonntags morgens trüb mit seinem Tier allein im Bett, guckt dann irgendwie einsam eine Netflix Serie. Dabei ist er vielleicht derjenige, der total glücklich aufwacht. Hatte keinen schnarchenden Partner neben sich, hatte ein erfolgreiches Date am Tag vorher, einfach nur ein gutes sexuelles Date und nachmittags mit der besten Freundin verabredet, weil Frauen-Nachmittag machen. Also diese Wahrnehmung könnte man ja auch haben.

Sprecher:

Walli jedenfalls ist zufrieden – als Single-Frau.

OT 39 Walli B.:

Gestern hatte ich dann spontan entschieden ‚dann gehe ich ins Theater‘ und das war toll. Hab‘ wieder gute Bekannte getroffen und einen schönen Abend gehabt. Morgen ist zum Beispiel im Theater Tag der offenen Tür. Also da bin ich auf alle Fälle mit dabei und gucke mir an, was es da alles gibt. Und es ist ja immer überall was los, man kann ja gar nicht alles erleben. Also Langeweile? Ich weiß nicht, wie es geschrieben wird.

Absage SWR2 Wissen über Bett: „Singles – braucht der Mensch einen Partner?“

Von Johanne Burkhardt. Sprecher: Marcus Michalski. Redaktion: Vera Kern. Regie: Andrea Leclerque. Ein Beitrag aus dem Jahr 2022.

* * * * *

Quellen:

- (1): UN. (2019). World Marriage Data.
<https://www.un.org/development/desa/pd/data/world-marriage-data>
- (2): ElitePartner (2022). Singles in Deutschland.
<https://www.elitepartner.de/magazin/finden/singles-in-deutschland/>
- (3): Greitmeyer, T. (2009). Stereotypes of singles: Are singles what we think? European Journal of Social Psychology, 39, 368–383.
<https://doi.org/10.1002/ejsp.542>
- (4): Kuchler, B., & Beher, S. (2014). Soziologie der Liebe. Sinzheim: Suhrkamp Verlag.
- (5): DePaulo, B. & Morris, W. (2005). Singles in society and science.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2005.9682918>
- (6): Bundesagentur für Arbeit. Die Arbeitsmarktsituation von Frauen und Männern.
https://statistik.arbeitsagentur.de/DE/Statischer-Content/Statistiken/Themen-im-Fokus/Frauen-und-Maenner/generische-Publikationen/Frauen-Maenner-Arbeitsmarkt.pdf?__blob=publicationFile&v=12
- (7): DePaulo, B. (2016). What no one ever told you about people who are single.
<https://www.apa.org/news/press/releases/2016/08/single-people.pdf>
- (8): Klein, T. (2011). „Durch Dick und Dünn“. Zum Einfluss von Partnerschaft und Partnermark auf das Körpergewicht. Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, 63. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11577-011-0143-4>
- (9): Klein, T. (2021). Partnerschaft und Gesundheit. Forum Marsilius Kolleg.
<https://doi.org/10.11588/fmk.2021.0.78676>
- (10): Stutzer, A. & Frey, B. S. (2006). Does marriage make people happy, or do happy people get married? Journal of social economics, 35, 326–347.
<https://doi.org/10.1016/j.socec.2005.11.043>
- (11): Kislev, E. (2020). Social capital, happiness, and the unmarried: a multilevel analysis of 32 european countries. Applied Research in Quality of Life, 15, 1475–1492 <https://doi.org/10.1007/s11482-019-09751-y>
- (12): Wapler, F. & Frey, W. (2016). Wahlverwandtschaften. Plurale Familienformen rechtlich ermöglichen und absichern. Heinrich Böll Stiftung.
<https://www.boell.de/de/2016/12/30/wahlverwandtschaften>