

Hannover, 23. Mai 2021

## **Singles in Deutschland: Fast zwei Drittel leiden unter psychischen Belastungen / Hoher Nachholbedarf in der Vorsorge / Selbstbestimmt Alleinlebende sind zuversichtlicher**

Über 17 Millionen Einpersonenhaushalte gibt es in Deutschland. Allein zu leben hat oft viele Vorteile. Doch in der Corona-Pandemie bekommen Alleinlebende vor allem die Nachteile zu spüren. Lockdown und strenge Kontaktbeschränkungen machen aus „allein“ schnell „einsam“. Einsamkeit kann wiederum zu psychischen Belastungen führen. Fast zwei Drittel der befragten Singles leiden seelisch und bei 52 % treten die Symptome seit Corona häufiger auf. Gerade wenn Menschen allein leben, ist Vorsorge unerlässlich. Singles haben dabei hohen Nachholbedarf. „Finanzberaterinnen und Finanzberater sind in der Verantwortung, sie dabei zu unterstützen, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. 63 % der Singles sind offen für eine Finanzberatung“, sagt Stefan Kuehl, Geschäftsführer beim Finanzberatungsunternehmen Swiss Life Select. „Bemerkenswert ist, dass selbstbestimmt Alleinlebende ihre Vorsorge proaktiver vorantreiben und zuversichtlicher in die Zukunft blicken.“

Zusammen mit dem Meinungsforschungsinstitut YouGov Deutschland führte Swiss Life Select im April 2021 eine Online-Umfrage unter 3.131 Menschen ab 18 Jahren durch. Untersucht wurden die Lebenswelten und das Vorsorgeverhalten von über 1.200 Singles und knapp 2.000 Menschen, die in einer Beziehung leben. Das zentrale Ergebnis der Studie: 62 % der Singles klagen über psychische Belastungen. Am häufigsten trifft es dabei die 18- bis 29-jährigen Singles (74 % sind betroffen). Singles leiden dabei etwas häufiger als Menschen, die in einer Beziehung leben (58 %). 52 % der Singles mit psychischen Problemen sagen, dass die Leiden seit der Corona-Pandemie häufiger auftreten, aber nur 45 % der Menschen in einer Partnerschaft stimmen dem zu. Die Studie deutet zudem auf einen starken Zusammenhang zwischen psychischen Leiden und der subjektiven Empfindung von Einsamkeit hin. 85 % der einsamen Menschen sind psychisch belastet.

### **Nachholbedarf in der Vorsorge**

„Unsere Erfahrung in der Kundenbetreuung zeigt: Gerade wenn Menschen allein leben, ist eine gute Vorsorge wichtig, weil kein Partner im Ernstfall finanziell unterstützend eingreifen könnte. Finanzberaterinnen und Finanzberater kommt deshalb die gesellschaftlich wichtige Aufgabe zu, diesen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen“, berichtet Kuehl. „Für 63 % der befragten Singles spielt eine gute Finanzberatung eine wesentliche Rolle bei ihren Vorsorgeüberlegungen. Die Ergebnisse der Studie deuten auf einen hohen Nachholbedarf der Singles in Vorsorgefragen hin. Singles sichern ihr Einkommen seltener ab als es Menschen in einer Beziehung tun (11 % vs. 17%). Sie sorgen auch seltener privat fürs Alter vor (21 %) als Paare (32 %).

Wenn Singles Geld für ihre Vorsorge in die Hand nehmen, investieren sie weniger als Menschen in einer Partnerschaft. Zwar denken 51 % der Alleinlebenden und 57 % der Paare, dass ein Betrag von über 150 Euro für die private Altersvorsorge nötig ist, um die gewünschte Lebensqualität im Alter zu realisieren. Doch nur 33 % der Paare bzw. 23 % der Singles investieren diese Summe tatsächlich. „Wunsch und Wirklichkeit für den Lebensabend klaffen sowohl bei Singles als auch bei Partnern

auseinander. Nur ist die Lücke bei Singles größer. Darauf gilt es in einer Beratung hinzuweisen“, kommentiert Kuehl.

### **Selbstbestimmte Singles behalten Vorsorge im Blick**

Single ist jedoch nicht gleich Single. „Viele Alleinlebende befassen sich proaktiv mit ihrer Altersvorsorge und setzen sich sehr bewusst mit ihrer Zukunft auseinander. Die Einstellung zum Single-Dasein selbst scheint dabei eine Rolle zu spielen“, so Kuehl. Singles, die sich selbstbestimmt fürs Single-Dasein entschieden haben, sorgen dabei häufiger vor (25 %) als Singles wider Willen (21 %), die sich einen Partner wünschen und aktiv auf der Suche sind. Selbstbestimmte Singles investieren auch höhere Summen in ihre Vorsorge, um sich damit ihren Wunschtraum vom Lebensabend zu erfüllen. 25 % von ihnen nehmen über 150 Euro in die Hand (Singles wider Willen: 21 %).

### **Selbstbestimmte Singles sind zuversichtlicher**

Die bewusste Entscheidung fürs Single-Dasein scheint darüber hinaus ein wichtiger Resilienzfaktor gegen psychische Leiden zu sein. Dazu Kuehl: „91 % der selbstbestimmten Singles leben gern allein und nur 17 % klagen über Einsamkeit.“ Die überzeugten Singles sind in der Folge auch psychisch stabiler. In dieser Gruppe leiden mit 55 % deutlich weniger unter psychischen Problemen als in der Gruppe der Singles wider Willen (69 %). „Wobei hier nicht der fehlende Kontakt zu Menschen die Hauptursache ist, sondern der Zeitdruck bei der Arbeit“, so Kuehl. Anders sieht es bei den Singles wider Willen aus: Hauptauslöser für deren Leiden ist tatsächlich der fehlende Kontakt zu Menschen. 57 % klagen über Einsamkeit und bei 69 % treten als Folge seelische Leiden auf.

### **Onlinedating hoch im Kurs**

Um das Alleinsein zu beenden, machen sich Singles wider Willen vorrangig auf die Online-Partnersuche (39 %). Der Bekannten-, Familien- und Freundeskreis (27 %) oder Spaziergänge (17 %) bieten weitere Möglichkeiten für ein Kennenlernen. Bevorzugte Charaktereigenschaften der potenziellen Partner sind übrigens Humor (75 %), Ehrlichkeit (71 %) und Persönlichkeit (68 %). Die Suche gestaltet sich aus unterschiedlichsten Gründen erfolglos: 45 % halten nach dem perfekten Partner Ausschau und nehmen sich dafür viel Zeit. 22 % sind nach eigener Auskunft zu schüchtern, um jemanden näher kennenzulernen, 12 % haben zu hohe Ansprüche an einen Partner und 10 % behaupten, dass die Personen, die sie kennenlernen, keine feste Bindung wollen.

### **Medienkontakt**

Beate Berez - Tel.: +49 511 9020 - 41 36

Swiss Life Deutschland

Unternehmenskommunikation

E-Mail: [medien@swisslife.de](mailto:medien@swisslife.de)

[www.swisslife-select.de](http://www.swisslife-select.de)

[www.twitter.com/swisslife\\_de](https://www.twitter.com/swisslife_de)

[www.facebook.com/SwissLifeSelectDeutschland](https://www.facebook.com/SwissLifeSelectDeutschland)

[www.youtube.com/user/SwissLifeSelectDe](https://www.youtube.com/user/SwissLifeSelectDe)

### **Über Swiss Life Select**

Swiss Life Select (<http://www.swisslife-select.de/>) ist Teil von Swiss Life Deutschland, einem marktführenden Anbieter von Finanz- und Vorsorgelösungen. Kernkompetenz von Swiss Life Select ist ein ganzheitlicher Beratungsansatz nach dem Best-Select-Prinzip. Dies ermöglicht die kundenorientierte Produktauswahl aus einem breiten Portfolio an Lösungen von renommierten Banken, Versicherungen, Bausparkassen, Fondsgesellschaften und weiteren Finanzdienstleistern. Mit Blick auf seine Mandanten versteht sich Swiss Life Select als ein Partner für alle Lebensabschnitte, der maßgeschneiderte Lösungskonzepte für jeden individuellen Kundenbedarf bietet. Um höchsten Ansprüchen der Mandanten gerecht zu werden, lässt sich das Unternehmen regelmäßig von unabhängigen Instituten testen und bewerten. In den Bereichen Beratungs- und Betreuungsqualität sowie Preis-Leistungs-Verhältnis ist der Beratungsansatz bereits mehrfach ausgezeichnet worden. Swiss Life Select ist deutschlandweit mit mehr als 300 Finanzkanzleien präsent. Hauptsitz des Unternehmens ist Hannover.