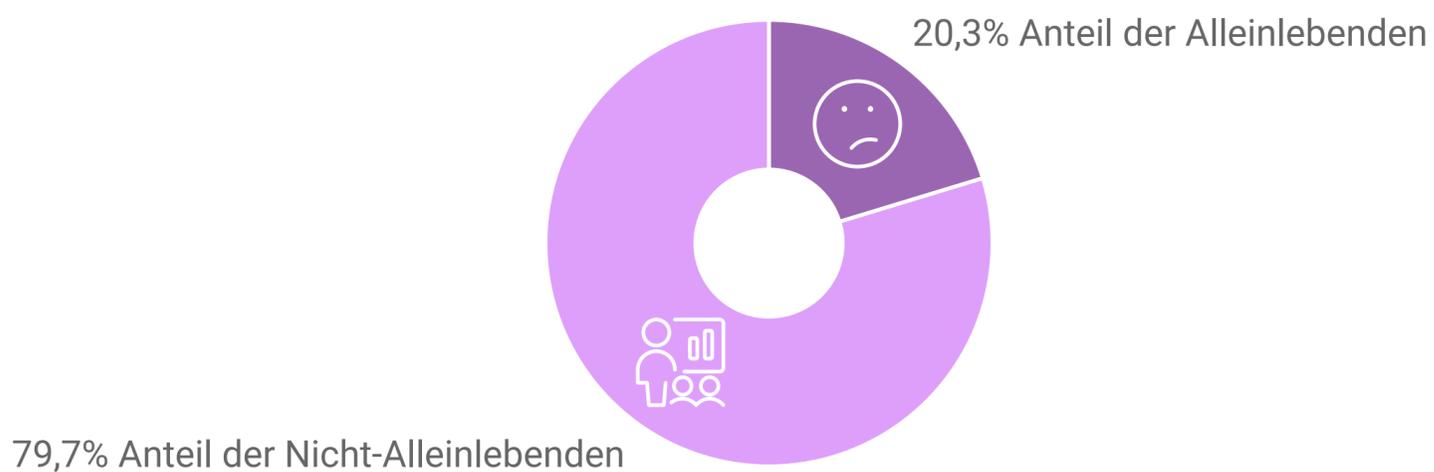


# Informationen über Singles & Einsamkeit in Deutschland

## 1. Anzahl der Alleinlebenden in Deutschland

Laut dem Statistischen Bundesamt lebten im Jahr 2023 etwa 20,3 % der Bevölkerung in Deutschland allein. Dies entspricht rund 17 Millionen Menschen.

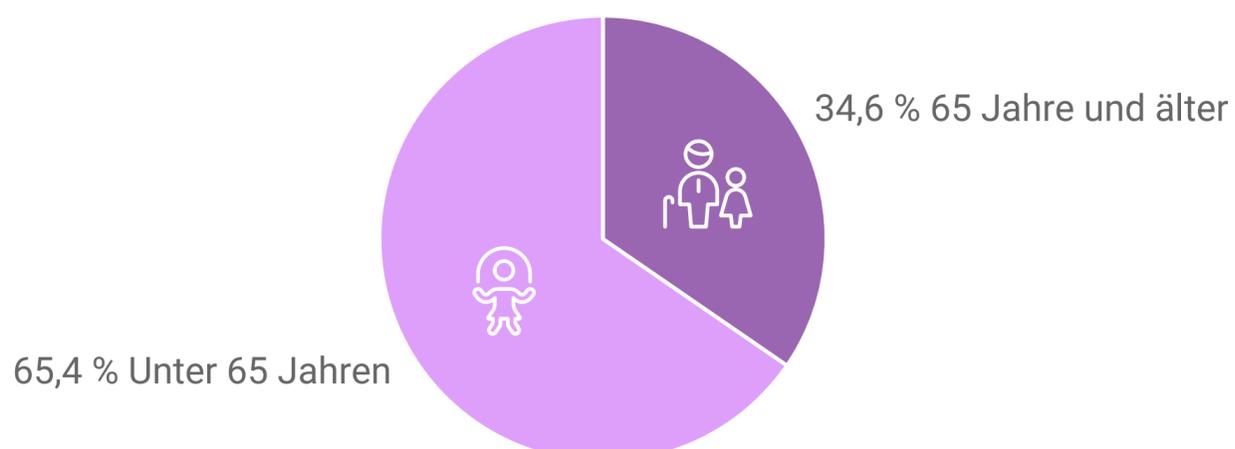
### Alleinlebende in Deutschland 2023



## 2. Verteilung der Alleinlebenden nach Alter und Geschlecht

Die Altersverteilung zeigt, dass insbesondere ältere Menschen häufiger allein leben:

### Verteilung der Alleinlebenden in Deutschland nach Altersgruppen



65 Jahre und älter: 34,6 % leben allein.  
Gesamtbevölkerung: 20,3 % leben allein.

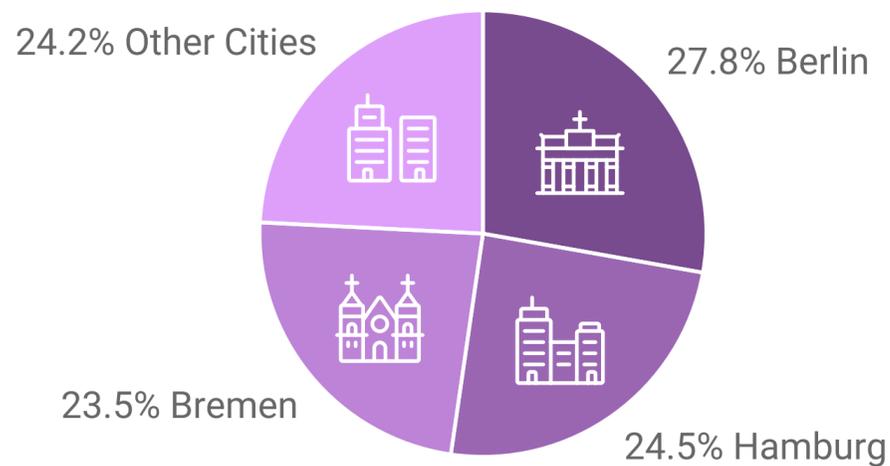
Frauen sind häufiger betroffen als Männer, insbesondere in höheren Altersgruppen.

## 3. Geografische Verteilung der Alleinlebenden

Die höchsten Anteile an Alleinlebenden finden sich in folgenden Bundesländern:

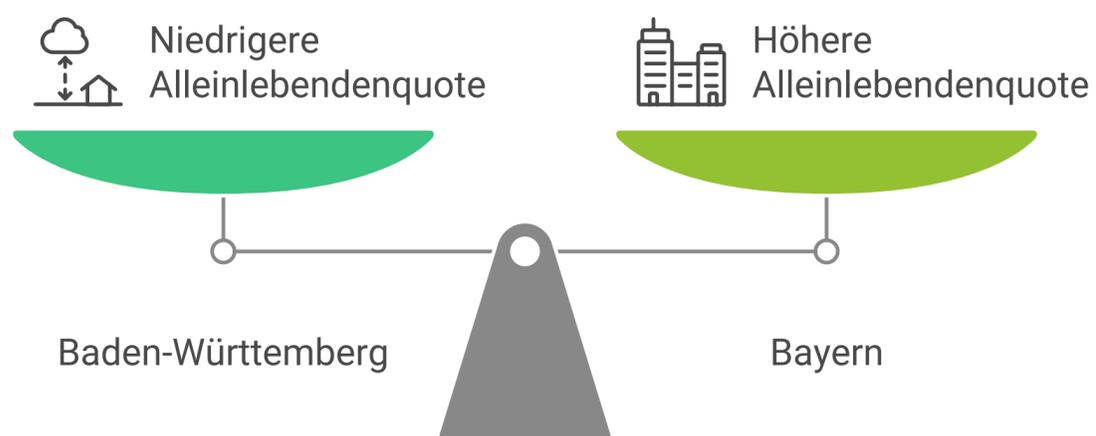
Berlin: 27,8 %  
Hamburg: 24,5 %  
Bremen: 23,5 %

### Anteil alleinstehender Einwohner in deutschen Großstädten



Die niedrigsten Anteile wurden gemessen in:

Baden-Württemberg: 18,5 %  
Bayern: 19,0 %

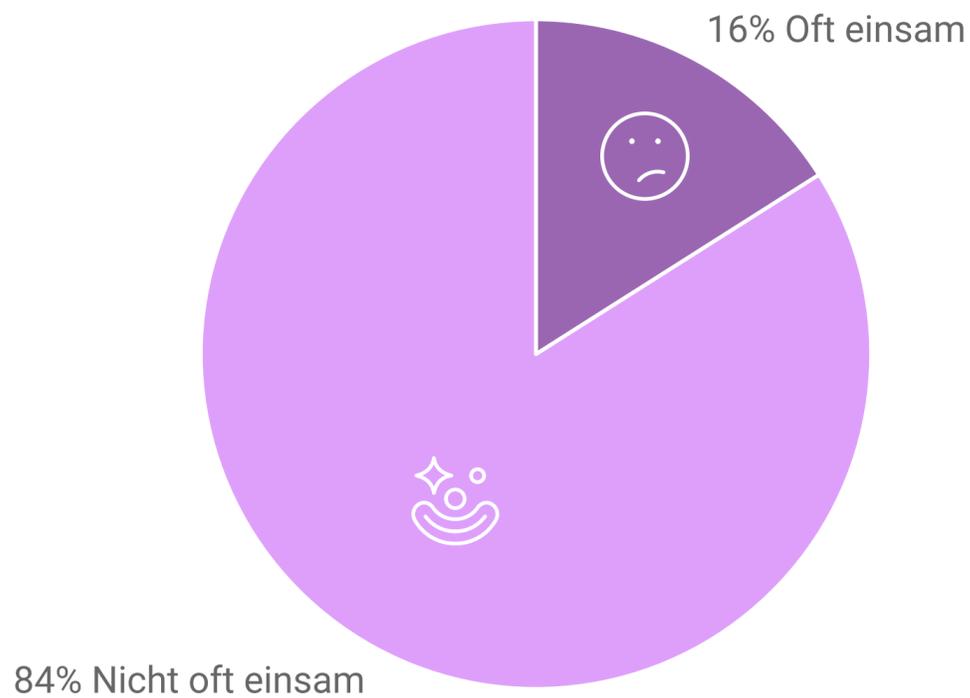


Vergleich der Alleinlebendenquoten in deutschen Bundesländern

## 4. Einsamkeit in Deutschland

Einsamkeit ist ein bedeutendes Thema, das nicht nur Alleinlebende betrifft. Laut der Zeitverwendungserhebung 2022 des Statistischen Bundesamtes gaben 16 % der Personen ab 10 Jahren an, sich oft einsam zu fühlen. Das entspricht knapp 12,2 Millionen Menschen.

## Gefühle der Einsamkeit in Deutschland (2022)

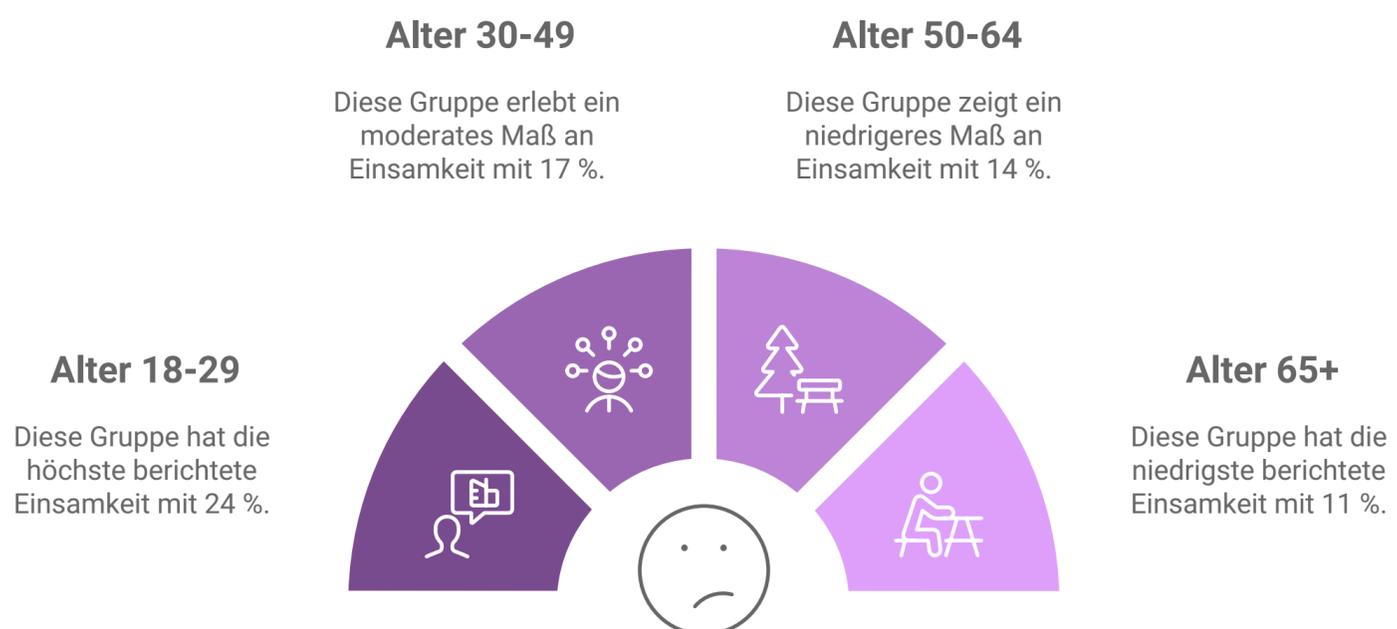


### 5. Altersgruppen und Einsamkeit

Besonders betroffen von Einsamkeit sind jüngere Erwachsene:

- 18 bis 29 Jahre: 24 % fühlen sich oft einsam.
- 30 bis 49 Jahre: 17 %
- 50 bis 64 Jahre: 14 %
- 65 Jahre und älter: 11 %

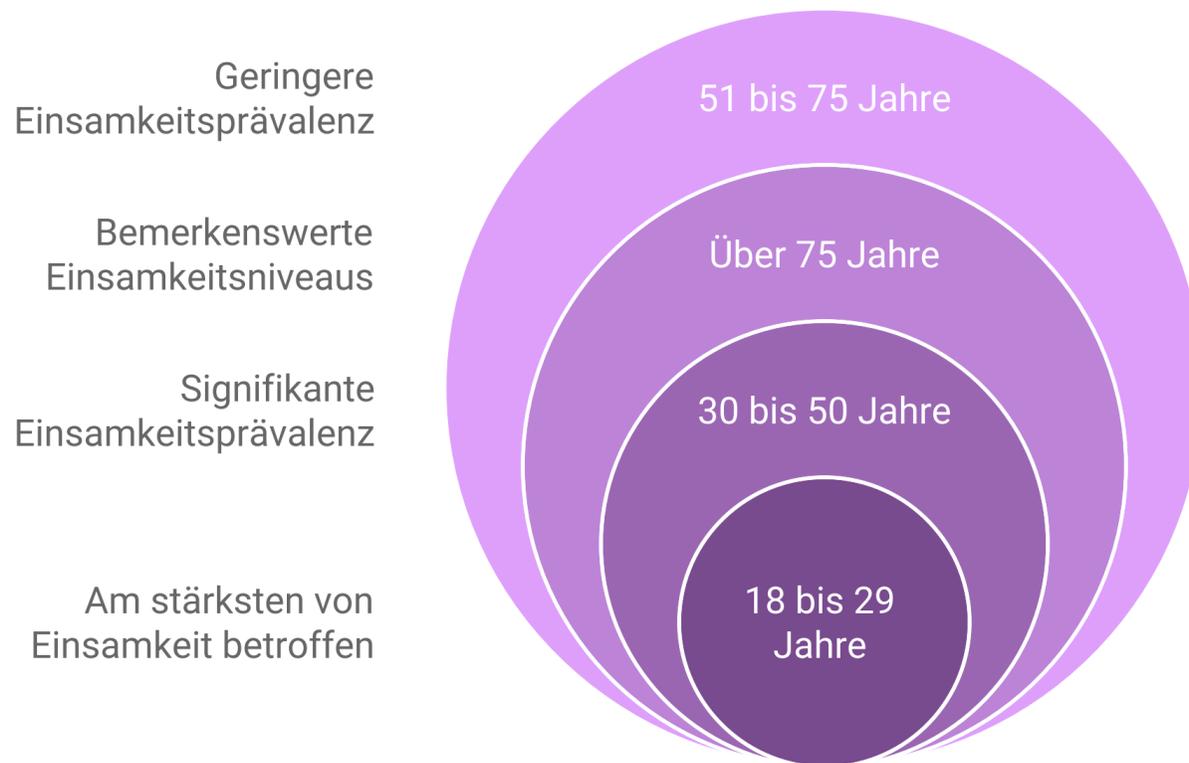
### Einsamkeit unter Altersgruppen



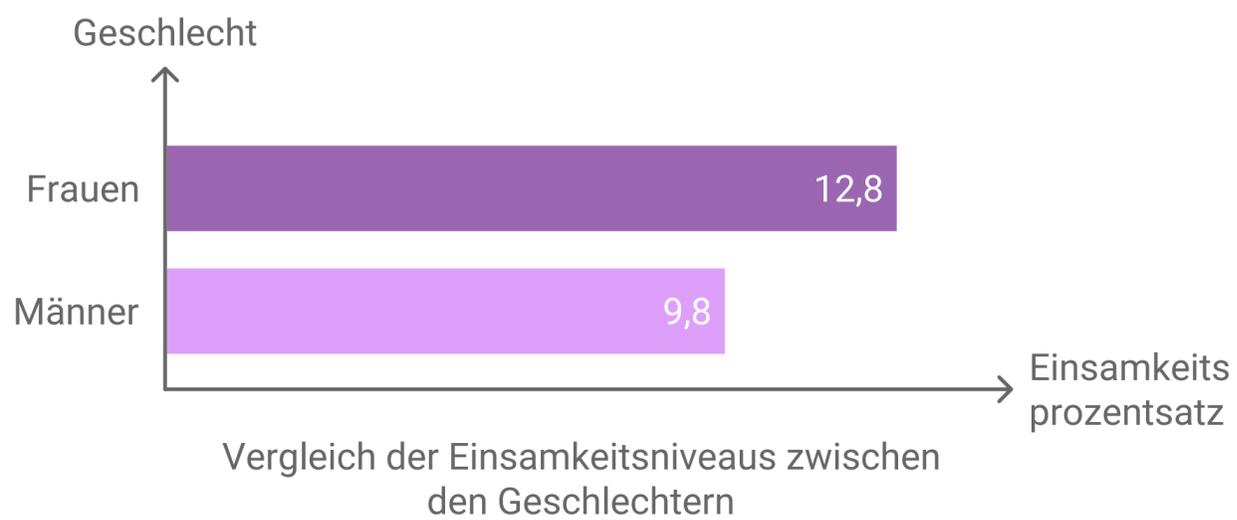
Laut dem „Einsamkeitsbarometer 2024“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend fühlten sich im Jahr 2021 etwa 11,3 Prozent der Bevölkerung häufig einsam. Besonders betroffen sind:

18 bis 29 Jahre: 14,1 Prozent.  
30 bis 50 Jahre: 12,3 Prozent.  
51 bis 75 Jahre: 9,8 Prozent.  
Über 75 Jahre: 10,2 Prozent.

### Einsamkeit nach Altersgruppen in Deutschland



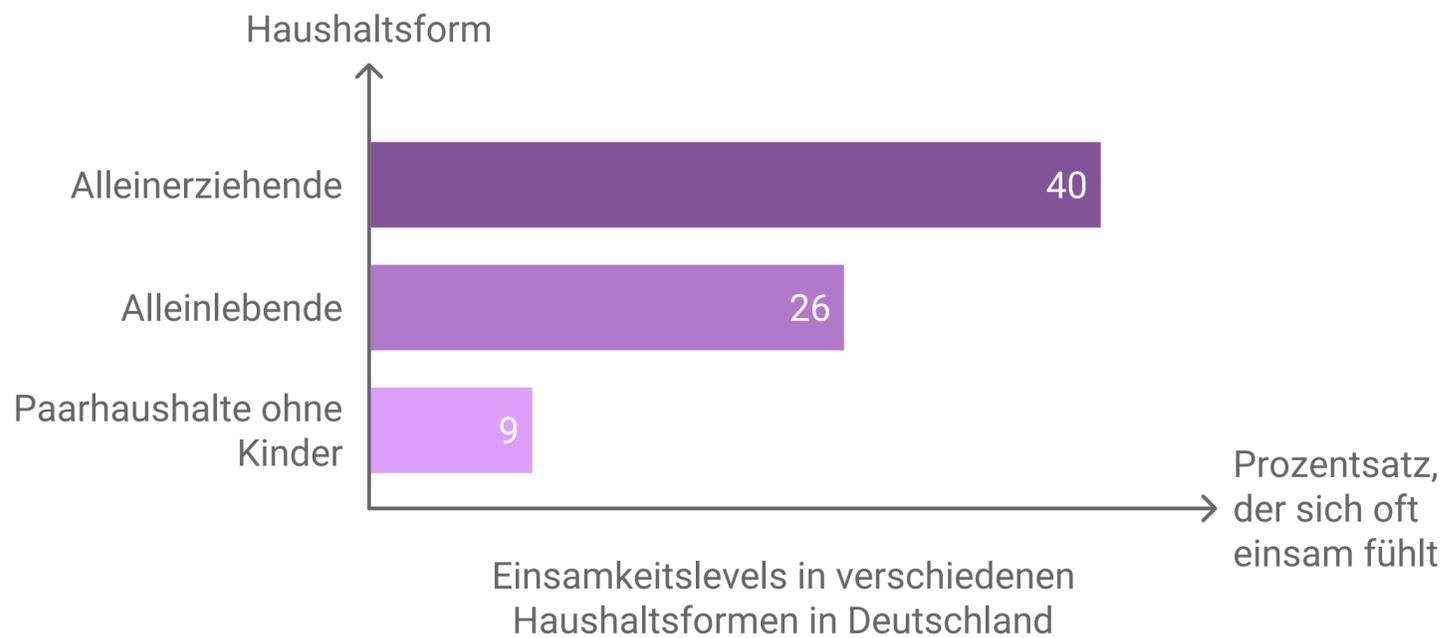
Frauen weisen mit 12,8 Prozent eine höhere Einsamkeitsbelastung auf als Männer mit 9,8 Prozent.



## 6. Einfluss der Haushaltssituation auf Einsamkeit

Die Haushaltssituation beeinflusst das Einsamkeitsempfinden:

Alleinerziehende: 40 % fühlen sich oft einsam.  
Alleinlebende: 26 %  
Paarhaushalte ohne Kinder: 9 %



## 7. Gründe für das Alleinleben

Die Gründe für das Alleinleben sind vielfältig und können beinhalten:

Berufliche Gründe: z. B. Umzug für den Job.  
 Persönliche Präferenzen: Wunsch nach Unabhängigkeit.  
 Lebensumstände: Trennung, Scheidung oder Verwitwung.

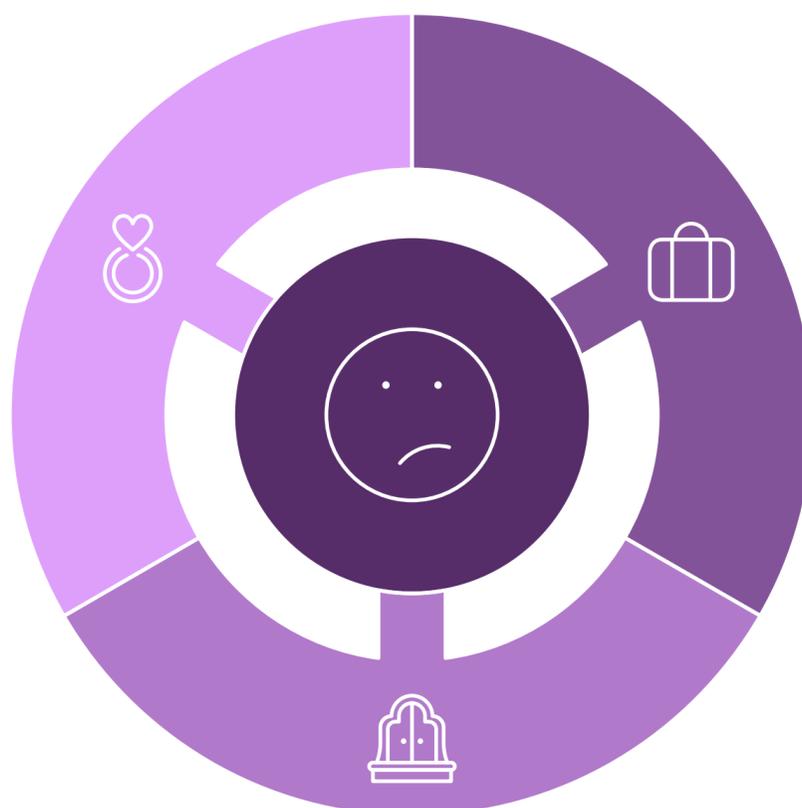
### Gründe für das Alleinleben

#### Lebensumstände

Trennung oder Verlust

#### Berufliche Gründe

Umzug für Jobmöglichkeiten

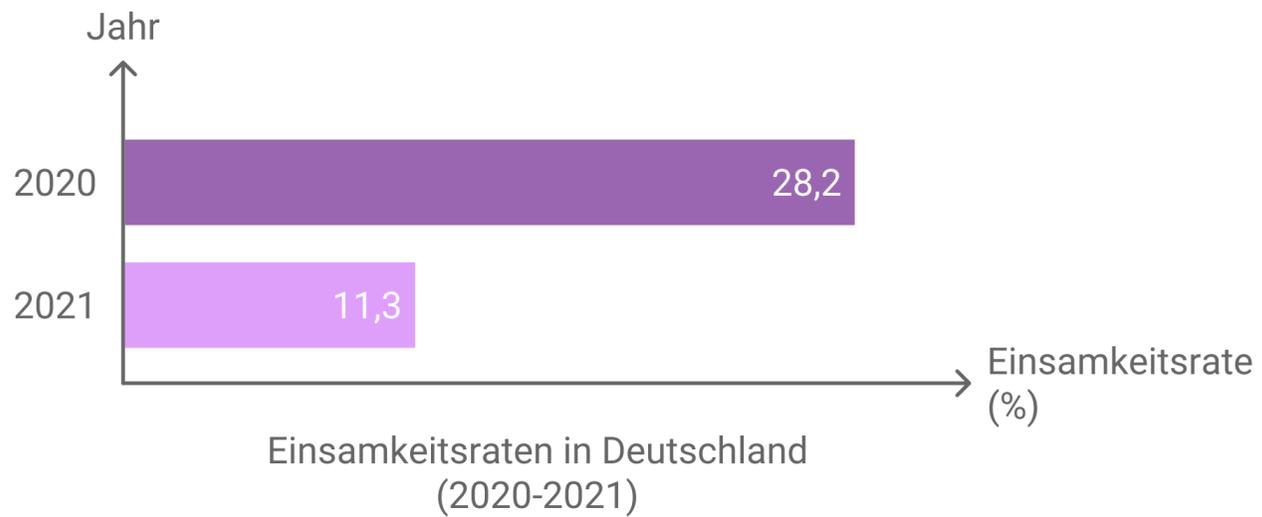


**Persönliche Präferenzen**  
 Wunsch nach Unabhängigkeit

Die Corona-Pandemie hat die Einsamkeit in Deutschland verstärkt:

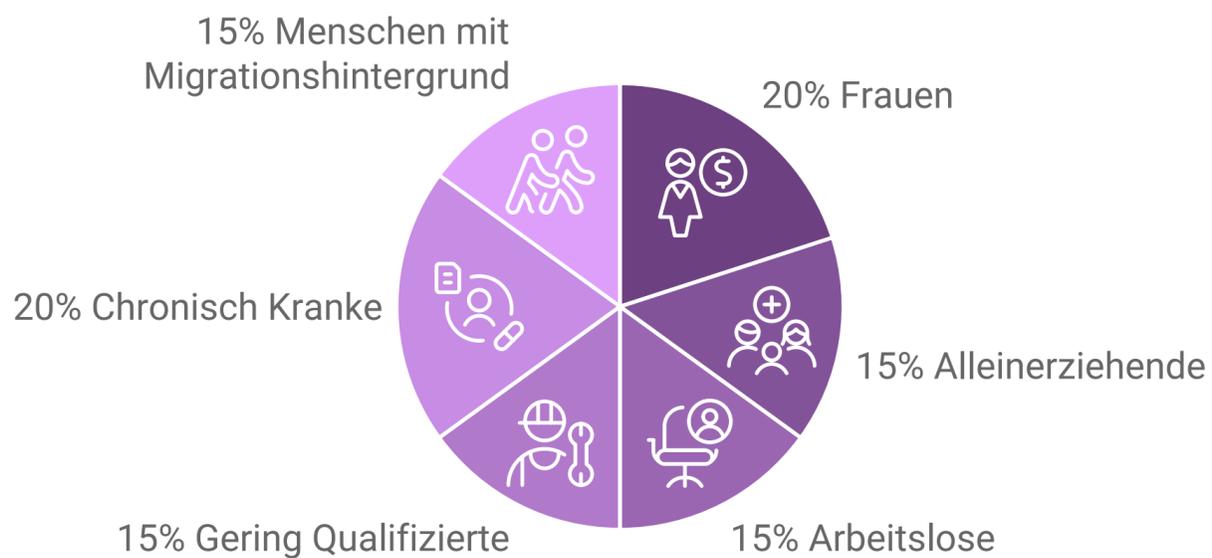
2020: Anstieg der Einsamkeitsrate auf 28,2 Prozent.

2021: Rückgang auf 11,3 Prozent, jedoch weiterhin höher als vor der Pandemie.



Besonders betroffen waren Frauen, Alleinerziehende, Arbeitslose, gering Qualifizierte, chronisch Kranke und Menschen mit Migrationshintergrund.

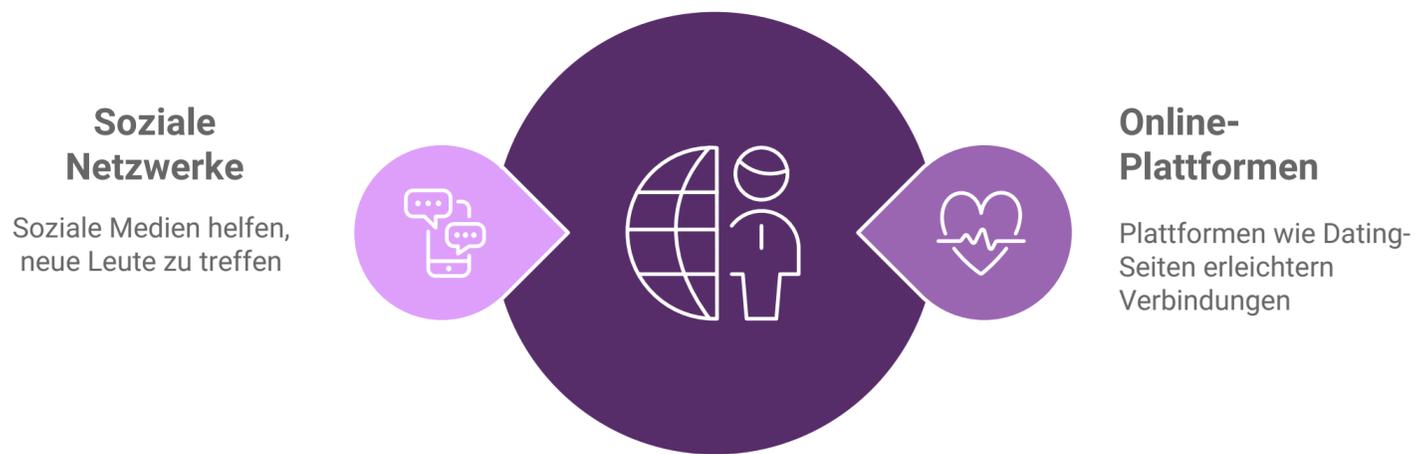
### Auswirkungen sozioökonomischer Faktoren auf gefährdete Gruppen



## 8. Aktive Partnersuche

Daten zur aktiven Partnersuche sind begrenzt. Allerdings nutzen viele Alleinlebende Online-Plattformen und soziale Netzwerke, um neue Kontakte zu knüpfen.

## Soziale Verbindungen durch digitale Plattformen



### Fazit

Die Daten zeigen, dass sowohl das Alleinleben als auch das Gefühl der Einsamkeit in Deutschland weit verbreitet sind. Besonders jüngere Erwachsene und Alleinerziehende sind häufiger betroffen. Die Gründe für das Alleinleben sind vielfältig und reichen von beruflichen über persönliche bis hin zu lebensumstandsbedingten Faktoren. Die Corona-Pandemie hat die Situation verschärft, insbesondere für vulnerable Gruppen.

Gruppen, die von Einsamkeit in Deutschland betroffen sind

