



Titelseite

Singles – Freiheit und Sehnsucht

Die Pokerspielerin Katja Thater

Handwerk mit langer Tradition

»tease art fair« in Köln

Karriere in Hotels und Gastronomie

5. berlin biennale

Roger Willemsen im Gespräch

tanzen!08

Interview mit Judith Holofernes

Stadtporträt Bremen

Titelporträt Bremer

umm Titelübersicht

Impressum

umm-Verlagsbüros

Eine leere Wohnung, keiner da zum Kuscheln und Reden: 11,2 Millionen Menschen in Deutschland leben alleine. Manche entscheiden sich bewusst für das Singleleben, die meisten aber nicht. Vorteile des Alleinseins, wie Unabhängigkeit, würde die Mehrheit der Singles gerne gegen eine feste Partnerschaft eintauschen. Doch heutzutage wird es immer schwerer, den richtigen Partner fürs Leben zu finden. Woran liegt das? Eine Reportage über einen Alt-Single, Neu-Single und Zum-Glück-nicht-mehr-Single.

Warten auf Amors Pfeil

Single sein – zwischen Freiheit und Sehnsucht

Text: Anna Pajak

[weiter](#) [zurück](#)[drucken](#) [schließen](#)



Nirgendwo in der Wohnung ein Hauch von Deko oder Blumen. Auf der Toilette hängt ein Plakat aus einem bekannten Männermagazin. Eine halbnackte brünette Schönheit räkelt sich lasziv auf dem Bild. Die kahle Küche ist ein einziges Sammelsurium an alten Tellern, wenig schönen Gläsern und Möbeln. Diese Wohnung ist der Prototyp einer Männer-WG. Hier wohnt Tobias. Er ist einer von rund 145.000 Singles in Bremen. Seit eineinhalb Jahren ist der gelernte KFZ-Mechaniker

Viele Leute haben einfach eine Beziehung, um eine Beziehung zu haben. Nur damit sie nicht alleine sind.

alleine. Seine längste Beziehung dauerte gerade mal vier Monate. „Ich weiß auch nicht, woran das liegt, dass ich Single bin“, so Tobias. „Irgendwie ist mir die Richtige noch nicht über den Weg gelaufen.“ Von sich selber sagt er, dass er nicht komplett alleine wäre, da er schließlich eine Menge Freunde habe. „Mit denen kann ich über alles reden, wenn es Probleme gibt. Aber in manchen Situationen fehlt schon eine Freundin.“ Der 23-jährige Single kommt ins Nachdenken und erzählt, dass ihm besonders abends eine Partnerin fehlt. „Es ist schön, wenn man abends nach Hause kommt und da wartet jemand auf dich. Du kannst mit deiner Freundin einfach

nur reden, wie dein Tag war und sie hört dir zu. Das ist es, was ich suche.“ Im Großen und Ganzen scheint Tobias gar nicht so anspruchsvoll zu sein, was Frauen betrifft. Er will sich auf sie immer verlassen können und die potenzielle Liebste soll einfach nur genau eine optische Sache haben, die ihm besonders gefällt. „Meine Exfreundin hatte Sommersprossen. Die fand ich toll. Ich habe mich damals in ihre Sommersprossen verliebt.“

Die Vorteile des Singlelebens hat Tobias schnell aufgezählt: Unabhängigkeit, keine Beziehungsprobleme und man kann machen, was man will. Aber gerade das ist es, was Tobias gar nicht mehr haben will. „Ich habe keine Lust mehr auf wilde Partyabende und kurze Affären“, so Tobias. „Jedes Wochenende geht man los, weil man permanent auf der Suche ist. Ich gehe nicht feiern, um meinen Spaß zu haben, sondern nur um Ausschau zu halten. Ständig auf der Pirsch zu sein, nervt mich gewaltig.“ Obwohl Tobias alles andere als schüchtern ist, ist es für ihn in Bremen nicht einfach, eine Frau kennen zu lernen. „Ich finde, dass es in Bremen extrem schwer ist bei einem Mädchen zu landen. In anderen Städten kommst du viel schneller ins Gespräch. Hier blocken viele sofort ab. Zudem ist Bremen relativ klein. Wenn du Pech hast, hast du was mit einem Mädels und am nächsten Wochenende mit der Freundin von ihr“, lacht Tobias. „Da bist du natürlich der Arsch und überall unten durch.“ Das Singledasein ist laut Tobias eine ziemlich anstrengende Sache. „Immer musst du dich von deiner besten Seite zeigen. Dabei ist das erste Date das



Schlimmste. Du bist nervös und musst dich als Mann verstellen. Denn man muss sich ja gut präsentieren und auch ein bisschen übertreiben. Aber falls du das bei einer Frau nicht machen musst und du kannst dich so geben, wie du bist, dann weißt du, das ist die Richtige.“

Viele seiner Freunde sind Singles. Auch wenn sie nach außen hin cool tun und sagen, dass sie lieber jedes Wochenende eine andere haben wollen, sieht es in Wirklichkeit ganz anders aus. „Ich glaube, dass eigentlich alle eine Beziehung haben wollen“, so Tobias. „Aber ich glaube auch, dass man das nicht auf Ach und Krach erzwingen und nicht



inne, streicht sich durch seine blonden Haare und überlegt. „Alles in allem wünsche ich mir nichts mehr, als mit der richtigen Frau alt zu werden. Gibt es was Schöneres?“

Nein, wahrscheinlich nicht. Diesen Traum träumen viele Singles in Deutschland. Jeder Dritte wünscht sich eine langfristige Beziehung. Nina, 24 Jahre alt, hatte sie. Acht Jahre lang war sie mit

gleich jede Frau nehmen sollte, die einem über den Weg läuft. Viele Leute haben einfach eine Beziehung, um eine Beziehung zu haben. Nur damit sie nicht alleine sind. Ob sie die Person auch wirklich lieben ist eine andere Sache. Und so eine Partnerschaft will ich auf keinen Fall.“ Tobias bleiben noch genau neun Jahre, um seine Traumfrau zu finden. Denn mit 32 Jahren will er verheiratet sein und ein Kind haben. „Ich spiele mir meine Zukunft immer mal wieder im Kopf durch. Und immer wieder gelange ich zu dem alten Klischeebild von Frau, Kind, Haus und Hund.“ Die größte Angst, die Tobias hat, ist, dass eine Beziehung in die Brüche gehen könnte. „Ich versuche deshalb immer langsam vorzugehen und mich nicht gleich Hals über Kopf in eine Frau zu verlieben. Was ist, wenn sie Schluss macht? Dann bin ich wieder ganz alleine, verletzt und traurig. Aber wahrscheinlich muss man das riskieren. Die Liebe ist halt unberechenbar.“ Tobias hält kurz

ihrem Freund Sebastian zusammen. Es war die erste große Liebe, der erste Freund und an das Zerbrechen der Beziehung hatte keiner gedacht. „Wir haben uns damals beim Sport kennen gelernt. Im Trainingslager hat es gefunkt und wir sind zusammen gekommen. Es war wirklich eine sehr schöne Beziehung. Sebastian war nicht nur mein Partner, sondern auch mein bester Freund. Wir konnten über alles reden und haben jeden Scheiß zusammen gemacht. Für andere waren wir ein Traumpaar.“ Rückblickend, so Nina, sei die Beziehung vielleicht zu perfekt gewesen. Sie habe alles als selbstverständlich angesehen, war sich sicher, dass Sebastian immer für sie da ist, wenn sie ihn braucht.

Der erste Knacks, der ihre Beziehung zum Bröckeln brachte, war Ninas Umzug nach Bremen vor eineinhalb Jahren. Berufsbedingt musste die Reiseverkehrskauffrau Hamburg verlassen. „Zwar ist das keine große Distanz, aber man konnte sich nicht mehr sehen,

wann man wollte. Probleme mussten in der Woche am Telefon geklärt werden. Dabei gab es oft Missverständnisse, die sich bis zum Wochenende aufstauten. Sah man sich dann am Freitag, hat es manchmal geknallt und wir haben uns gestritten, statt die paar Tage miteinander zu genießen.“ Diese Streitereien waren aber nicht der Grund für die Trennung der beiden vor zwei Monaten. Das Ganze zog sich schon seit dem letzten Sommer hin. Nina merkte, dass die Luft raus war aus der Beziehung, alles wurde zur Routine. Zudem fragte sie sich, ob sie noch mal was erleben möchte. Sebastian war ihr erster Freund, einen anderen Mann hatte sie noch nie. „Manchmal denke ich, dass ich Sebastian besser später hätte kennen lernen sollen, nachdem ich schon einen anderen Freund gehabt hätte. Dann wäre die Beziehung mit Sebastian das große Los gewesen.“

Seit dem Herbst hat Nina mit sich gehandelt, Schluss zu machen. „Doch dann lief es eine Zeit lang wieder ein bisschen besser zwischen uns. Und dann kam Weihnachten und ich dachte mir, dass ich doch jetzt nicht zur Adventszeit alles beenden kann. So schob ich es immer weiter vor mir her.“

Anfang des Jahres fasste Nina endlich all ihren Mut zusammen, fuhr zu Sebastian und sagte ihm, dass sie sich von ihm trennen möchte. „Ihm ging es richtig schlecht. Er fühlte sich einfach nur überrumpelt. Ich hingegen konnte mich ja schon seit längerem auf diese Situation einstellen.“ Nina ging nach Hause und fühlte sich zum ersten Mal seit Monaten befreit und erleichtert. Dieses Gefühl hielt



auch die ersten Wochen an. „Ich konnte machen, was ich wollte. Ich brauchte mich mit niemandem abzusprechen, wann und wo ich hingeh.“ Doch die Phase der ersten Euphorie ging schneller vorbei, als sie dachte. Bei diesem Gedanken schaut Nina herab und ihre Augen füllen sich mit Tränen. „Seit einigen Tagen geht es mir richtig schlecht. Ich vermisse ihn total und bin alles andere als ein glücklicher Single. Ich werde mal schauen, was die nächsten Wochen bringen. Entweder merke ich, dass ich einen riesen Fehler gemacht habe oder es ist einfach der ganz normale Liebeskummer.“

„Sie ist auf nacktem Entzug. Ihrem Körper fehlen die Pheromone ihres Exfreundes“, so Eric Hegmann. „Durch das Fehlen dieser Hormone können keine Glücksgefühle mehr ausgeschüttet werden und sie fühlt sich schlecht.“ Der freie Journalist und Autor Eric Hegmann beschäftigt sich seit Jahren mit dem Thema Singles und hat bereits mehrere Bücher veröffentlicht. „Um diesem Liebeskummer zu entfliehen, muss man feiern und sich amüsieren. Dadurch sucht sich der Körper eine andere Möglichkeit, Glücksgefühle zu produzieren. Das ist ein chemischer Vorgang, der in unserem Gehirn unterbewusst abläuft.“

Laut Hegmann werden wir bei der Partnerwahl fast ausschließlich von Chemie gesteuert. Es geht dem menschlichen Körper bei der Liebe um eine erfolgreiche Vermehrung. Mit Romantik hat das nicht viel am Hut. Sogar die berühmte Liebe auf den ersten Blick, von der alle Frauen träumen, ist

nur eine nüchterne chemische Reaktion im Gehirn. „Wenn wir jemanden von Anfang an toll finden, hat das nichts mit Liebe zu tun. Es ist eher eine sexuelle Attraktion“, erklärt der Autor. „Unser Gehirn gleicht in sekundenschnelle ab, ob der potenzielle Partner kräftigen und gesunden Nachwuchs zeugen könnte. Um mehr geht es bei der Liebe auf den ersten Blick nicht.“

Ob aus der ersten Begegnung mehr wird, entscheidet das berühmte erste Date. Hier machen viele Singles Fehler, weiß Hegmann. Der größte und schlimmste Fauxpas: man packt innerlich bereits vor dem Treffen die Trauringe aus. Viele Singles legen einfach zu viele Hoffnungen in das erste Date, weil sie um nichts in der Welt mehr alleine bleiben wollen. Dabei kennen sie gerade erstmal die



Telefonnummer von dem anderen und mehr nicht. Nächstes Problem: die Auswahl der Dating-Location. „Die meisten treffen sich im Café und sitzen dann da ewig lange herum“, weiß Hegmann. „Oft wissen sie nachher nicht mal mehr, was sie sich noch erzählen sollen.“

Das erste Date ist nur dazu da, um zu sehen, ob es ein zweites geben wird und um den ersten Eindruck zu bestätigen. Dafür reichen zehn Minuten und nicht mehrere Stunden.“ Hegmann empfiehlt für die erste Verabredung etwas zusammen zu unternehmen, wie Spaziergehen oder über den Flohmarkt zu schlendern. Diese Treffen kann man besser zeitlich begrenzen und man sieht bei dem potenziellen Partner, wie er sich bewegt und gibt. Und für das zweite Date – falls es das geben sollte – können dann ja mehrere Stunden eingeplant werden.

Eigenüberschätzung wird bei Singles ganz groß geschrieben. Nach dem Motto ‘Das Beste ist gerade für mich gut genug’ wollen besonders viele Frauen nur einen Mann, der intelligent ist und mehr verdient als sie selbst. Viele Frauen sind in den letzten Jahren anspruchsvoller geworden und möchten am liebsten einen Akademiker heiraten. Besonders weibliche Singles zwischen 30 und 40 Jahren haben enorme Probleme den Mann fürs Leben zu finden. Denn die hoch gebildeten Männer, die sie gerne hätten, sind meistens schon vergeben. Männer heiraten nämlich auch nicht so gut gebildete Frauen. Somit sind die Akademiker schnell vom Markt. Die Frauen, die aber auf der Suche



nach beruflich erfolgreichen Männern sind, wollen bei der Partnerwahl keine Kompromisse eingehen. Sie warten bis ihnen der Richtige über den Weg läuft. Und das kann unter Umständen lange dauern.

Ein weiteres Problem bei der Partnerwahl ist laut Eric Hegmann die freie Partnerwahl an sich. „Noch vor 100 Jahren wurden Ehen gestiftet. Da konnte man sich nicht selbst die perfekte Frau oder den perfekten Mann aussuchen. Das Suchen müssen wir in unserer Gesellschaft erstmal erlernen und das kann durchaus ein paar Generationen dauern.“ Und um den perfekten Partner zu finden, muss man wissen, wo man am besten Ausschau hält. Da Menschen jemanden suchen, der ihnen im Verhalten ähnlich ist, ist der eigene Freundeskreis der Verkopplungsort Nummer eins. Denn wenn man Bekannte von Freunden kennen lernt, weiß man, dass gemeinsame Interessen vorhanden sein müssen. Das gleiche Prinzip im Beruf. Der Arbeitsplatz ist auf Rang zwei, wenn es darum geht, einen Partner zu finden. Platz drei belegt inzwischen das Internet und die gute alte Disco liegt abgeschlagen auf dem fünften Platz.

Aber dieses Ranking hat nichts zu sagen. Denn Vivien hat ihren Freund nicht im Job und auch nicht im Internet kennen gelernt, sondern in der Disco. „Es war Silvester. Wir haben uns auf einer Party getroffen und hatten einen One-Night-Stand“, erzählt die 25-jährige Studentin. „Danach haben wir uns regelmäßig getroffen und seit zwei Monaten sind wir glücklich zusammen. Es ist so schön,

dass du weißt, es gibt jemanden, der dich lieb hat.“ Viviens Gesicht strahlt, wenn sie an Michael denkt. Erst eine Beziehung hatte sie, und das mit 17, und auch nur für zwei Monate. Acht Jahre war Vivien alleine.

Das größte Problem, das Vivien als Single hatte, waren die Selbstzweifel.

Acht lange Jahre, aus denen sie die Nachteile des Singlelebens mehr als genug kennt. Einsame Sonntagnachmittage auf der Coach und Partys, auf die man immer allein gehen musste. „Das war das Schlimmste, diese Pärchenpartys. Alle waren zu zweit und haben rumgeknutscht, nur ich stand alleine an der Tanzfläche. Ich habe immer versucht, gute Miene zum bösen Spiel zu machen, um trotzdem ein bisschen Spaß zu haben.“ Das Weggehen am Samstag mit der besten Freundin hatte immer nur einen Hintergedanken: den Traummann finden. „Es gab Wochenenden, da habe ich mich so aufgebregelt. Und das nur, weil man als Single ständig am Suchen und Gucken ist. Aber das ist ja zum Glück vorbei. Und meinen Freund habe ich übrigens an einem Abend kennen gelernt, wo ich eigentlich nur tanzen wollte und mal nicht Ausschau gehalten habe.“

Das größte Problem, was Vivien als Single hatte, waren die Selbstzweifel. Sie fragte sich andauernd, was mit ihr nicht stimmt. Ob

sie nicht gut genug aussieht oder ob sie nicht schlau genug ist. Doch Michael zeigt ihr jetzt, dass ihre Zweifel vollkommen unbegründet waren. In der Gesellschaft wird man anders angesehen, wenn man in einer festen Partnerschaft ist, meint Vivien. Denn man kommt viel selbstbewusster rüber. „Und das Beste an der ganzen Situation: Immer wenn Oma jetzt fragt, ob ich einen Freund habe, kann ich endlich ‘Ja’ sagen“, erzählt Vivien stolz.

„Dass ausgerechnet immer wieder die Oma nachfragt, hat seinen Grund“, so der Autor Eric Hegmann. „Für die ältere Generation ist es selbstverständlich, dass man in einer Partnerschaft lebt. Alleine leben hingegen wurde damals als Makel angesehen und rief Mitleid hervor.“ Dem ist heute nicht mehr so. Ledige werden gleichberechtigter angesehen als früher. Es kommt sogar immer öfter vor, dass Singles Neider haben, meint Hegmann. Paare, bei denen sich eine gewisse Routine eingestellt hat, würden auch gerne mal wieder mit einem anderen Menschen Sex haben, ohne dabei auf irgendjemanden Rücksicht zu nehmen. Einfach nur das tun, was ihnen Spaß macht.

Bestimmt gibt es Menschen, die gerne alleine leben und denen einfache Freundschaften genügen. Doch der Großteil der Bremer Singles sucht einen Partner. Ob dies durchs Internet, über Singlepartys oder eine Kontaktanzeige am besten funktioniert, weiß keiner. Nur so viel steht fest: Erstens, nichts lässt sich erzwingen. Und zweitens, irgendwo wartet der oder die Richtige. Denn auf jeden Topf passt bekanntlich ein Deckel.

Singles – Freiheit und Sehnsucht

Die Pokerspielerin Katja Thater

Handwerk mit langer Tradition

»tease art fair« in Köln

Karriere in Hotels und Gastronomie

5. berlin biennale

Roger Willemsen im Gespräch

tanzen!08

Interview mit Judith Holofernes

Stadtporträt Bremen

Titelporträt Bremer

umm Titelübersicht

Impressum

umm-Verlagsbüros