

kultur

## Einsamkeitsepidemie der Männer: Zwei von drei jungen Schweizern haben keine Beziehung

Lonely Hispanic man sitting on urban wall

**Junge Männer sind häufig single. Die einen sind erleichtert – andere beklagen die hohen Ansprüche der Frauen. Die Zahlen, die Gründe und was junge Schweizer zu ihrer Einsamkeit sagen.**

Alexandra Kedves

Junge Männer chillen in der Nähe der Universität Zürich.

In den 1990ern spotteten Frauen um die dreissig noch: «Männer sind wie Toiletten: besetzt oder beschissen.» Heute sind eher die jungen Männer verzweifelt auf der Suche, während die meisten jungen Frauen liiert sind. Woher kommt die viel diskutierte sogenannte «male loneliness epidemic», die globale Einsamkeitsepidemie unter Männern?

Und nicht nur romantische Beziehungen, auch Freundschaften fehlen den Männern. So haben gemäss einer aktuellen US-Umfrage Männer zwischen 18 und 23 tendenziell den geringsten sozialen Support und sind am pessimistischsten.

### Die Stimmen – Austausch in Internetforen

In der deutschsprachigen Sektion der Onlineplattform Reddit klingt die männliche Einsamkeit etwa so: «Irgendwann stirbt etwas in dir, und dann ist es kein Problem mehr, Single zu sein. Eher im Gegenteil. Ich kann es mir aktuell sehr schwer vorstellen, nicht Single zu sein.» Ein anderer hält fest: «Wenn die Tage, Wochen und Monate langsam zum grauen Einheitsbrei verklumpen, wird die Einsamkeit irgendwann einfach zur Gewohnheit.»

Etliche klagen über die unerfüllbaren Erwartungen der Frauen, die Wut scheint oft nicht weit. Manche zelebrieren aber auch ihre Freiheit oder zeigen sich zumindest erleichtert darüber, die Jagd aufgegeben zu haben. Ein Endzwanziger klammert sich an den Plan, in den kommenden drei Jahren als Single Körper und Finanzen auf Vordermann zu bringen. Mit 32 «kann ich es dann noch mal mit Frauen versuchen. So wie ich das sehe, spielt die Zeit immer für den Mann, da er seinen Peak in der Attraktivität viel später hat als Frauen.» Sport und Hobbys seien eine gute Ablenkung.

Zu den halb ernst gemeinten Trost-Tipps der Community zählen zudem Pornhub und Bezahlsex, Alkohol und Drogen. Wieso ist die Partnerinnensuche so schwierig?

### Die Ursachen – Junge Frauen haben keine Lust

Es gibt schlicht zu wenig Frauen: Die jüngeren Altersgruppen bestehen gemäss Bundesamt für Statistik (BFS) mehrheitlich aus Männern. Zum einen werden mehr Knaben geboren (106 auf 100 Mädchen), zum andern wandern mehr Männer ein. Das Missverhältnis wird noch verschärft durch die Tatsache, dass Frauen in der Regel ältere Partner wählen.

Junge Frauen arbeiten zudem oft, sind finanziell unabhängig und brauchen auch für ihren Status kein männliches Anhängsel. Und die Mutterschaft gilt nicht mehr zwingend als erstrebenswertes Ziel, #RegrettingMotherhood. Im April etwa erhob das Magazin

«Cosmopolitan» die «Boy Sober»-Bewegung, den bewussten Jungsverzicht, zum Trend der Stunde: Liebesbeziehungen seien für Frauen out, Selbstfindung in, hiess es dort. Von Südkorea bis in die Schweiz zelebrieren junge Frauen die männerfreie Selbstermächtigung.

Junge Frauen sind im Schnitt besser gebildet als Männer und bekunden wenig Interesse an schlechter ausgebildeten Partnern, Stichwort «Paarungslücke». Von der Einsamkeitsepidemie sind darum insbesondere junge Männer ohne höhere Bildung und mit geringem Einkommen betroffen, die sogenannten «kulturellen Loser der Modernisierung». Laut einer Tinder-Studie interessieren sich zudem 78 Prozent der Damen auf der Datingplattform ausschliesslich für die attraktivsten 20 Prozent der männlichen Kandidaten (gross, sportlich, gut situiert). Ein «mittelmässiger» verschickt im Schnitt 115 Likes, um ein einziges Gegen-Like zu bekommen. Frauen liken grundsätzlich deutlich seltener und erhalten dennoch mehr «Matches».

Romantische Zweisamkeit ist nicht mehr unbedingt der Lebenstraum junger Frauen.

Millennials und Gen Z dürfen auf weniger Wohlstandszuwachs und Alterssicherung hoffen als frühere Generationen, gleichzeitig müssen sie eine Klimakatastrophe befürchten. Das verringert ihre Bereitschaft zur langfristig gedachten Partnerschaft oder gar Familiengründung.

Laut Forschung sind immer noch eher Männer Nutzniesser von Beziehungen als Frauen, die meist mehr Care-, Haushalts- und Beziehungsarbeit leisten. So gehen gemäss Laura Bernardi, Soziologieprofessorin in Lausanne, Frauen im Falle einer Scheidung seltener eine neue Ehe ein als Männer, vor allem wenn sie Kinder haben.

Nicht zuletzt gelten Internetpornos und AI-Freundinnen als Treiber männlicher Einsamkeit. Programme wie Character.ai, mit denen sich virtuelle Freundinnen erschaffen lassen, haben Suchtpotenzial. Junge Männer hätten Mühe mit dem realen weiblichen Gegenüber. Sie seien durch die virtuellen sexuellen Möglichkeiten verdorben, sagt die Data-Science-Professorin Liberty Vittert.

### Die Zahlen – Kein Sex, keine Beziehung

Tatsächlich haben zwei Drittel der Männer zwischen 18 und 25 Jahren keine Beziehung (Frauen: 40%), so die Studie «Leben in der Schweiz» von Fors (Schweizer Kompetenzzentrum Sozialwissenschaften) von 2021. Zwischen 26 und 44 lebt jeder fünfte Mann ohne Partnerschaft (Frauen: knapp jede achte). Erst im vorgerückteren Alter sind mehr Frauen als Männer partnerlos.

Gemäss einer Sotomo-Umfrage sind hiesige Frauen früher sexuell aktiv als Männer und haben mit 24 Jahren im Mittel schon rund drei Sexualpartner gehabt, Männer hingegen zwei. Daten aus der ganzen Welt belegen zudem: Junge Leute heute haben weniger Sex als frühere Generationen und bleiben deutlich länger im Hotel Mama als Gen X.

Über 5 Prozent der schweizerischen 26-Jährigen sind noch Jungfrau, knapp zwei Drittel davon Männer. Gemäss BFS haben fast ein Drittel der Frauen mit 20 Jahren das Elternhaus

verlassen (Männer: 23 Prozent). Mit 25 Jahren sind 83 Prozent der Frauen ausgezogen (Männer: 68 Prozent), bis Ende 20 bereits grossmehrheitlich in Richtung Paarhaushalt. Bei den Männern halten sich Paarhaushalt und Einpersonenhaushalt ungefähr die Waage.

## Die Folgen – Der antifeministische Backlash

Viele junge Männer fühlen sich isoliert, haben depressive Episoden und ziehen sich ins Private, ins Underachievement oder die Onlinesucht zurück – und in ein Selbstbild als Einzelkämpfer, heisst es in der amerikanischen Equimundo-Studie. Althergebrachte Männlichkeitsnormen beraubten die Heranwachsenden bis heute der Möglichkeit, empathisch mit sich und anderen umzugehen.

Manche suchen auch hierzulande Trost in Frauenhass, wie man ihn in Incel-Foren findet, bei Manfluencern wie Andrew Tate oder dem ultrarechten, misogynen US-Aktivisten Charlie Kirk. Die deutsche Männlichkeitsforscherin Susanne Kaiser beschreibt den Trend 2023 im neuen Buch «Backlash: Die neue Gewalt gegen Frauen».

Fast die Hälfte der jungen Amerikaner bekräftigt, dass sie mindestens einer antifeministischen oder gewaltorientierten Stimme aus der «Mannosphäre» des Internets vertraut. Mehr von ihnen hören auf Tate (20 Prozent) als auf den US-Präsidenten (15 Prozent). 53 Prozent der Amerikaner aller Altersgruppen sind überzeugt, das Leben sei für sie härter als für Frauen. Umgekehrt äussern sich emanzipierte junge Frauen auch in Europa heute unzufriedener über den Stand der Gleichberechtigung als noch 2016.

Der extreme Manfluencer begeistert viele junge Männer: Andrew Tate (rechts) und sein Bruder Tristan beim Verlassen des Bukarester Gerichts im Mai 2024.

Extreme Manfluencer tragen nicht bloss zur Polarisierung der Gesellschaft bei, sie haben mit dem Männer-Opfernarrativ auch ein einträgliches Geschäftsmodell entwickelt. Gern wird etwa behauptet, Männer würden feminisiert und sediert; man dreht ihnen «Männlichkeitsmittel» an, von Bräunungslampen für die Hoden bis zu «anti-woken» Multivitamin-Präparaten in «männlich grünen Kapseln».

## Die Lösungen – Sexpuppen und bessere Schulen

Die Biologin Meike Stoverock, Verfasserin von «Female Choice: Vom Anfang und Ende der männlichen Zivilisation» (2021) sieht im Internetsex eine Chance für die Einsamen. Die Berliner Bloggerin sagt, es sei unvermeidlich, dass viele Männer aufgrund des weiblichen Empowerments allein bleiben. Im Interview mit dem österreichischen «Standard» fordert sie, diesen Incels mit mehr Mitgefühl zu begegnen. «Daneben wird die Industrie der Sexpuppen und Sexroboter boomen», ist sie überzeugt. «Mit künstlicher Intelligenz und Druck- und Sprachsensoren wird in Zukunft Erstaunliches möglich sein, um einsamen Männern zumindest die Illusion einer Partnerschaft zu geben.»

Auch Richard Reeves, Präsident des American Institute For Boys and Men und Autor des Sachbuch-Hits «Of Boys and Men: Why the Modern Male Is Struggling, Why It Matters, and What to Do About It» (2022), glaubt, dass die Emanzipation der Frau und der Fakt, dass der Arbeitsmarkt kognitive Fähigkeiten bevorzuge statt körperliche, Männer verunsichert habe. In der Bildung wachse der Gender Gap zum Nachteil der Buben, besonders bei ärmeren. Schon wegen der langsameren Gehirnentwicklung und späteren Impulskontrolle bei Jungen hätten Mädchen bessere

Chancen in Schule und Beruf. Die weniger gebildeten Männer landen dann schneller in der Einsamkeitsfalle.

Auch Ken muss sich neu erfinden: Ryan Gosling (in Pink) singt den Song «I'm Just Ken» aus dem «Barbie»-Film in der Oscar-Nacht im März 2024.

Die natürliche Entwicklung von Jungen werde pathologisiert, und man laufe Gefahr, Generationen von jungen Männern an misogynen Verführer im Internet zu verlieren, statt sie als partnerschaftsfähige Mitmenschen zu gewinnen. Reeves schlägt vor, Buben ein Jahr später einzuschulen und mehr männliche Lehrer einzustellen, gerade für Sprachfächer. Fürs gute Zusammenleben müsse man beide Geschlechter fördern. «Die Zukunft soll weder weiblich noch männlich sein», unterstreicht er in einem TED-Talk. «Sie muss für jeden Einzelnen von uns funktionieren.»