

Inhalt – Glücklich als Single

Vorwort	2
Warum leben Menschen allein?	3
Ist der Mensch für Partnerschaft geboren?	5
Ist das Single-Gen schuld am Alleinsein?	7
Allein, aber nicht einsam und unglücklich	8
Alleinsein will gelernt sein	9
Alleinsein = frei und glücklich!	12
Keine Angst vor Alleinsein.....	13
Tipps und Tricks für alle Lebenslagen	14
Schlusswort	33

Vorwort

Der Mensch ist zwar ein Rudel-Tier, doch der Trend geht immer mehr hin zu Ein-Personen-Haushalten. Das muss nicht gleichzeitig auch bedeuten, dass Menschen in Single-Wohnungen auch allein leben.

Es zeigt zunächst einmal, dass diese Personen Rückzugsgebiete brauchen, wo sie allein leben wollen. Etwa 40 Prozent Ein-Personenhaushalte gibt es inzwischen, das sind aber „nur“ knapp 20 Prozent der Gesamtbevölkerung. Das wären also rund 16 Millionen Alleinlebende. So viel zum Statistischen. Allein im Internet suchen sieben Millionen Deutsche nach einem Partner fürs Leben.

Wer sich dazu entscheidet, allein zu leben, hat seine guten Gründe – entweder zwangsweise (z.B. weil der Partner gestorben ist, sich hat scheiden lassen oder sich eher für den Beruf entscheidet) oder bewusst (weil jemand seine Freiheit genießen möchte oder es mit einem anderen Menschen an seiner Seite nicht lange aushält oder keinen passenden Partner/Partnerin mitbekommt).

Allein zu leben bedeutet nicht zwangsweise auch gleichzeitig, einsam zu und unglücklich leben. Ganz im Gegenteil: Wer sich bewusst für das Alleinsein entscheidet, genießt alle Freiheiten dieser Welt. Der kann tun und lassen, was er will, braucht keine Rücksicht auf andere zu nehmen und kann sein Leben so einrichten, wie er es sich wünscht und schön findet – ja, der kann sein Glück selbst bestimmen.

Insbesondere in den Großstädten nimmt die Zahl der Single-Haushalte immer mehr zu. Stadtplaner stellen sich darauf ein, indem sie kleinere Wohnungen planen – speziell solche, in denen sich nur eine Person wohlfühlt mit kleinem Küchenblock, kleinem Schlafzimmer und Wohn-/ Essbereich. Das reicht. Und schauen Sie mal in den Supermärkten: Sie finden verstärkt Single-Gerichte, Single-Portionen, vorbereitete Salatteller und Obstschalen – alles schnelle Malzeiten für eine Person. Das hat natürlich seinen Preis. Kleine Portionen sind teurer, aber Alleinlebende sind oft sehr kaufkräftig, verdienen gut, haben qualifizierte Jobs: Designer, Lehrer, Ingenieure, Piloten, Stewardessen, Programmierer, Manager und so weitere. Merken Sie etwas?

Oft sind solche Jobs gar nicht mit einem Zusammenleben vereinbar, weil man ständig unterwegs ist, aus dem Koffer lebt oder Workaholic ist. Die Beziehung bleibt auf der Strecke. Und noch eins: Frauen entscheiden sich immer mehr für Karriere statt für Familie, bekommen – wenn überhaupt – erst weit über 30 Jahre ihre Kinder.

Wo Frauen suggeriert wird, die Quote in Führungsetagen halte Spitzenjobs für sie frei, gehen sie auch vermehrt diesen Weg und leben allein, verzichten auf Zweisamkeit. Und mal ganz ehrlich: Welcher Handwerker möchte schon mit der Dame in einer Vorstandsetage anbandeln? Da fehlt ja schon die Augenhöhe. In den Köpfen der Männer schwirrt halt immer noch: Ich bin der Starke in der Beziehung, der Ernährer, ich lasse mich doch nicht von einer Frau aushalten.