



Alleinlebend heisst nicht zwingend einsam. Der Mann auf dem Bild gehört wahrscheinlich zur Kategorie «Junggeselle» und geniesst seine Freiheit.

Bild: Getty

## Wie lebt es sich als alleinstehender Mann?

**Gesellschaft** Sie leben allein, sind oft vereinsamt und verweigern Hilfe. Männerforscher Steve Stiehler untersucht die verschiedenen Typen alleinlebender älterer Männer in ländlichen Gegenden. Wie das Dorforiginal, den Beizengänger oder den verbitterten Unbeliebten.

Melissa Müller

Sepp wohnt allein auf einem abgeschiedenen Bauernhof. Eine Frau fand er nie. Heute teilt der 75-Jährige sein Haus mit Hühnern und sein Essen mit der Katze. Ab und zu schaut eine Nachbarin vorbei und bringt ein Stück Kuchen.

Für Männer wie Sepp interessiert sich Steve Stiehler, Professor und Dozent für Soziale Arbeit an der Fachhochschule St. Gallen (FHS). «Der Bauer, der abgelegen auf seinem Bauernhof ein paar Tiere hält und irgendwie zurechtkommt, ist der Prototyp des alleinlebenden Mannes in ländlicher Umgebung.»

Die alleinlebenden Männer bildeten eine bedeutsame Gruppe der Sozialhilfeeempfänger. Aber man spreche kaum über sie, denn sie fielen nicht auf – weder durch Alkoholprobleme noch Gewalt. «Sie stellen erst ein Problem dar, wenn sie eine soziale Hilfestellung in Anspruch nehmen», sagt Steve Stiehler. Obwohl es immer mehr solcher Männer gibt, existieren kaum Studien über sie. Stiehler will diese Forschungslücke schliessen. Er leitet dazu mit dem Dozenten Rudi Maier ein Pilotprojekt. Studierende befragten 23 Berufsleute, die in ländlichen Gegenden mit alleinlebenden Männern über 55 Jahren zu tun haben – Pfarrer, Pro-Senectute-Mitarbeiterinnen, Bestände und Wirtinnen. Daraus entstanden Erzählungen über 88 Männer, die in ländlichen Gegenden wohnen.

Die Studie leitet daraus eine Typologie mit neun Archetypen her: der Aktive, der Altledige, das Dorforiginal, der Einsame, der Junggeselle, der Kneipengän-

ger, der Muttersohn, der trauernde Witwer und der verbitterte Unbeliebte. (Anmerkung der Redaktion: Die Geschichten aus der Pilotstudie wurden für diesen Artikel verfremdet, um die Anonymität der Männer zu wahren.)

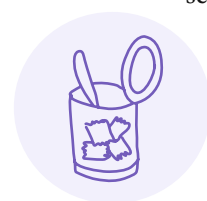
### 1. Der Aktive

Andreas, 67, pensionierter Oberstufenlehrer, hat eine Tochter und einen Sohn, zu denen er eine gute Beziehung hat. Seit fünf Jahren verwitwet, wandert er in einer Seniorengruppe, singt im Männerchor und hält sich im Turnverein fit. Andreas unterstützt seine Nachbarn. Er kauft für sie ein und ist ihnen beim Installieren von Computern behilflich. Manchmal erteilt er aber auch ungefragt Erziehungstipps. Ist ihm mal langweilig, besteigt der GA-Rentner mit einem guten Buch den Zug nach Genf, wo er kurz einen Kaffee trinkt. Andreas mag technische Spielereien und hat immer das neueste Smartphone. Er wird als gesprächiger, interessierter und kluger Mann beschrieben, der von vielen gemocht wird.

### 2. Der Altledige

Hanspeter lebt in seinem Elternhaus auf dem Land. Weil er abgeschieden wohnt und in jungen Jahren viel arbeitete, fehlte es ihm an Gelegenheiten, eine Partnerin kennen zu lernen. Er blieb nach dem

Tod des Vaters auf dem Hof bei der Mutter, die für ihn kochte. Als auch sie starb, wurde es in seinem Haus immer chaotischer; im Dorf erzählt man sich, Hanspeter sei etwas verwahrlost. Einmal stellte er eine Haushälterin aus dem Ostblock ein, die dann seine Frau hätte werden sollen. Aber ihr gefiel es bei Hanspeter nicht, und sie reiste wieder ab. Eigensinnig und wortkarg, wie er ist, fällt ihm der Kontakt zu Frauen nicht leicht. Irgendwann hat er sich damit abgefunden, dass er wohl allein bleiben wird.



Das Wort «altledig» wird auf dem Land leicht despektierlich für ältere Leute gebraucht, die ungewollt unverheiratet geblieben sind. Oft sind es schüchterne Menschen, die sich schwer damit tun, auf andere zuzugehen.

Der Begriff wird oft für spezielle Männer benutzt, die nicht ganz der Norm entsprechen und vielen ein Schmunzeln entlocken. Wie der regional bekannte Toni. Er pflegte nicht nur vor dem Pfarrer, sondern vor allen Dorfbewohnern, die ihm zuhörten, bitterlich zu weinen und zu wehklagen, weil er noch immer keine Frau gefunden hatte. Er flehte alle an, ihm bei der Suche behilf-

### 3. Das Dorforiginal

Der Begriff wird oft für spezielle Männer benutzt, die nicht ganz der Norm entsprechen und vielen ein Schmunzeln entlocken. Wie der regional bekannte Toni. Er pflegte nicht nur vor dem Pfarrer, sondern vor allen Dorfbewohnern, die ihm zuhörten, bitterlich zu weinen und zu wehklagen, weil er noch immer keine Frau gefunden hatte. Er flehte alle an, ihm bei der Suche behilf-



lich zu sein. Eines Tages erlaubte sich eine Frau vom Dorf einen derben Scherz. Sie klingelte mit Koffer und Tasche an seiner Haustüre und sagte, dass sie nun bei ihm einziehen werde. Der arme Mann erschrak darüber so sehr, dass er gleich Reissaus nahm und die Frau vor der Türe stehen liess.

### 4. Der Einsame

Erich ist eine imposante Erscheinung. Der ehemalige Chef eines Handwerksbetriebs lebt seit einem Jahr im Altersheim. Seine Sparsamkeit wird ihm allerdings oft als Geiz ausgelegt. Sein mangelndes Selbstvertrauen versucht er mit sarkastischen Sprüchen zu überspielen, oft unter der Gürtellinie. Doch diese kommen bei den anderen Bewohnern nicht gut an. Der grosse Bruch in seinem Leben war die Scheidung. Erich verlor sein Haus, Ansehen und Lebensfreude. Von seiner Ex-Frau berichtet er nie. Seine beiden Kinder besuchen ihn selten. Erich findet keinen Anschluss, die obszönen Sprüche verstärken den Eindruck von Einsamkeit noch.

Die dem Archetypus «Einsame» zugeordneten Männer sind ledig, geschieden oder verwitwet und manche haben auch Kinder. Aber auch eigene Kinder schützen nicht vor Einsamkeit im Alter. Viele Männer sind in ihren mittleren Jahren voll im Berufsleben eingebunden

und überlassen die Pflege sozialer Kontakte ihren Ehefrauen. Kommt es später zur Scheidung, stehen sie plötzlich allein da. Die Autoren der Studie erachten gute Beziehungen auch im Alter als zentral: «Je früher die Anbindung an soziale Netzwerke gelingt, desto eher ist eine soziale Integration möglich, und anstelle des Gefühls von Einsamkeit können sich Wohlbefinden und Zufriedenheit einstellen», schreiben sie.

### 5. Der Junggeselle

Gianni geniesst sein Singleleben und seine Freiheit in vollen Zügen. Der Institution Ehe steht er kritisch gegenüber. Sein Vater hat ihm ein kleines Vermögen hinterlassen. Er lebt ein verplantes, immer ausgefülltes Leben. Sein gutes Gehalt als Leiter einer Regionalbank erlaubt ihm ausgedehnte Reisen, von denen er mit Stolz erzählt. Und teure Hobbys: Seine Leidenschaft sind Tennis und Tauchen, die meisten Freundschaften hat er im Tauchclub. Gianni flirtet gern und gilt im Dorf als «Showman», der grosszügig Drinks spendiert. Er wird als charmanter Lebemann beschrieben, der in jungen Jahren einige Beziehungen zu Frauen unterhielt, aber nie heiratete. Hobbys waren ihm wichtiger. Die meisten der beschriebenen

ausgedehnte Reisen, von denen er mit Stolz erzählt. Und teure Hobbys: Seine Leidenschaft sind Tennis und Tauchen, die meisten Freundschaften hat er im Tauchclub. Gianni flirtet gern und gilt im Dorf als «Showman», der grosszügig Drinks spendiert. Er wird als charmanter Lebemann beschrieben, der in jungen Jahren einige Beziehungen zu Frauen unterhielt, aber nie heiratete. Hobbys waren ihm wichtiger. Die meisten der beschriebenen

Fortsetzung auf Seite 20



## Fortsetzung von Seite 19

Junggesellen sind beliebt, angesehen und stellen ihre Lebensfreude zur Schau.

## 6. Der Kneipengänger

Ein typischer Stammgast ist der 67-jährige Röbi. Die «Traube» ist sein erweitertes Wohnzimmer. Die in den letzten Jahren erlittenen Herzinfarkte bewegen ihn nicht dazu, das Rauchen und Trinken aufzugeben. Die Stammtischkollegen mögen ihn, obwohl er nicht viel über sich preisgibt. Auch Peter ist oft auf «Spuntentour», trinkt häufig Alkohol und beweist jeden Abend «Sitzleder». Vor einigen Jahren hatte er unter Alkoholeinfluss einen Traktorunfall, den er mit viel Glück unbeschadet überstand.

Die Geschichten zeigen, dass Kneipen nicht einfach nur «Durchlaufstationen» für Bierkonsum sind. Die Bedürfnisse nach Kontakt und Ablenken vom Alleinsein bewegen Männer dazu, ihre Stammbeiz aufzusuchen.

## 7. Der Muttersohn

Die Studie ordnet ein breites Spektrum an Männern dem Archetyp Muttersohn zu. Sie haben eine ausgesprochen enge Bindung zu ihr. Viele der alleinlebenden älteren Männer haben über lange Zeit mit ihrer Mutter zusammengewohnt, manche bis ins Alter. So wie Kaspar, der schon als kleiner Bub Mutters Liebling war. Wenn die Kinder stritten, ergriff sie Partei für ihn. Sie räumte ihm jeden Stein aus dem Weg, sodass er gar nicht selbstständig werden konnte. Die Mutter blieb auch im Erwachsenenalter Kaspars wichtigste Stütze. Er war ein aufbrausender Typ, sie besänftigte ihn mit ihrer mitfühlenden Art. Oft hatten

sie die gleiche Meinung. Ob er je eine Beziehung hatte, weiss niemand. Er schwärmte von schönen Frauen, brachte aber nie ein Mädchen nach Hause. Kaspar und die Mutter lebten zusammen in einem Häuschen, bis sie 80 war. Dann musste sie ins Altersheim. Kaspar war mit der Situation überfordert. Er hatte grosse Mühe damit, dass es der Mutter altersbedingt schlechter ging.

227

## 8. Der trauernde Witwer

Otmars Frau starb ganz unerwartet im Alter von 70 Jahren. Für beide war immer klar, dass er vor ihr sterben würde. Dass es die Frau war, die die Kontakte nach aussen pflegte und einfädelte, erschwerte für ihn die jetzige Situation. Er empfindet den frühen Tod seiner Frau als Ungerechtigkeit und besucht sie oft auf dem Friedhof. Otmars musste lernen, eine Waschmaschine zu bedienen und zu kochen. «Die ersten Plätzli waren wie Leder», erzählt er.

Die meisten Witwer aus der Studie mussten nach dem Tod ihrer Frau zuerst lernen, wie man einen Haushalt führt. Die Frau war auch für Kontakte ausserhalb der Familie zuständig. Mancher Witwer zieht sich noch mehr zurück, was das Gefühl der Einsamkeit verstärkt. Es scheint einigen Männern zu helfen, wenn sie mit einer Vertrauensperson, zum Beispiel einer Pfarrperson, über ihre verstorbene Frau sprechen können.

## 9. Der verbitterte Unbeliebte

Todesfälle, Scheidungen, Kündigungen und langes Alleinsein können Spuren hinterlassen. Manche werden nicht damit fertig. Sie ziehen sich zurück, verbreiten schlechte Stimmung, machen andere für ihr Schicksal verantwortlich. Wie Christof, der in einer grossen Werkstatt arbeitete. Im Dorf fand er keine Freunde. Er hat auch keine Freizeitbeschäftigung, die ihm Freude macht. Jedoch hat er ein ausgeprägt schlechtes Weltbild, das er anderen näherzubringen

versucht. Nach dem Tod seiner Frau jammert Otmar noch öfter. Seine Schwiegertochter hilft ihm im Haushalt. Statt sich zu bedanken, kritisiert er sie und lästert über sie im Dorf. Niemand kann es dem 78-jährigen recht machen. Oft sagt er, dass er am liebsten schon tot wäre.

Verbitterte ältere Männer scheinen wie Gefangene im eigenen Gefängnis. Sie fühlen sich ungerecht behandelt, benachteiligt und allein gelassen. Sie nehmen jedoch keine Hilfe an, verzeihen weder anderen noch sich selbst. Ihr Denken kreist um negative Ereignisse, was ihre Verbitterung noch verstärkt.

## Fazit

Die neun Typisierungen zeigen: Die meisten alleinlebenden älteren Männer scheinen eher bedauerlich. Mit Ausnahme des «Junggesellen» und des «Aktiven». Dieser Parade-Rentner ist beliebt und vielseitig interessiert. Er pflegt mannigfaltige Kontakte, hält sich fit, singt im Chor, reist mit dem GA herum und hilft, wo er kann. «Das Aktivsein hat in unserer Gesellschaft einen unheimlich positiven, hohen Stellenwert», sagt Genderforscher Steve Stiehler. Anderen zu helfen, bringe soziale Anerkennung und damit verbunden einen hohen Selbstwert. Es könne jedoch übergriffig sein, wenn man ungefragt Ratschläge erteilt.

Der «Aktive» hat allerdings auch Schattenseiten. «Ist der GA-Rentner so aktiv, weil er nicht mit sich selbst allein sein kann? Kompensiert er dies über einen hohen Aktivitätsdrang?», fragt sich Stiehler. Alleinsein will gelernt sein. «Es ist nicht einfach, mit sich allein und mit sich zufrieden zu sein.» Auch der aktive Mann muss, wenn er betagt wird, irgendwann seinen Radius einschränken. «Wird er dann plötzlich zum griesgrämigen Pflegefall?» Das Ideal der «Golden Ager» werte alle anderen ab, die nicht in dieses Bild passen – ältere Männer, die gebrechlich sind, wenig Geld haben, zurückgezogen leben. «Sie werden zu Unrecht aus einer Defizitperspektive ge-

## «Die unerfüllte Sehnsucht nach einer Frau zieht sich wie ein roter Faden durch die Studie.»



Steve Stiehler  
Professor und Genderforscher

sehen», sagt Stiehler. Ein alter Bauer, der allein auf seinem Hof lebt, kann durchaus zufrieden sein. Im Gegenzug kann sich ein Mann traurig und einsam fühlen, obwohl er seit Jahrzehnten verheiratet ist. «Alleinstehend bedeutet nicht zwingend einsam.»

### Bauern finden schwerer eine Partnerin

Ein typischer allein lebender alter Mann sei der Bauer. Keine andere Gruppe sei auf dem Partnermarkt schwerer vermittelbar – was Sendungen wie «Bauer, ledig, sucht...» zur Belustigung der Nation vor Augen führen. «Die unerfüllte Sehnsucht nach einer Frau zieht sich wie ein roter Faden durch unsere Studie», sagt Stiehler, der diese «heterosexuelle Fixierung» etwas bedauert. Weil viele sich einreden: «Hätte ich eine Partnerin gefunden, wäre ich glücklicher.» Das kann trügen. Das Alleinleben verändere die Menschen. «Diese Männer mussten lernen, mit sich allein zurechtzukommen –

das tun sie auf ihre ureigene Art. Einige ecken damit auch an. Wirken kauzig, schmutzig, verwahrlost», sagt Stiehler. Der Begriff des Dorforiginals beschreibe dies auf liebevolle Art.

### «Nicht nur schmutzige Küche kritisieren»

Manche alte Bauern versorgen sich mehr schlecht als recht. Wenn mal jemand die Männer besucht und sich ihre Ordnung anschaut, kann es zum Bruch kommen, zum Eingreifen einer Behörde. Die Gesellschaft habe klare Vorstellungen davon, wie «schönes Altern» auszusehen hat. Hier plädiert der Professor dafür, sich von Normierungen zu lösen. «Wenn ein Bauer zehn Jahre allein mit seinen Tieren auf einem Hof lebt, ohne grosse soziale Bezüge, ist das eine Leistung. Das sollte man anerkennen, statt nur zu kritisieren, dass Küche und Toilette schmutzig sind.»

Die meisten alleinstehenden Männer sperren sich gegen Hilfsangebote. Sich Bedürftigkeit einzugestehen, finden sie «unmännlich.» Sie wollen alles unter Kontrolle haben. Wie also kommt man an diese Gruppe heran? «Ein Zugang wäre, an ihre Fähigkeiten anzuknüpfen», sagt Steve Stiehler, der dazu Konzepte erarbeitet. Etwa ein «Enkelkinder-Projekt»: Studentinnen und Studenten könnten in der Rolle als «Enkel» mit den älteren Männern in Kontakt treten. Denn viele Menschen freuen sich, wenn sie ihr Wissen an Jüngere weitergeben können. Auch bestehe die Idee, dass Personen der gleichen Generation die alleinlebenden Männer «erforschen».

Ein Teil der Männer – etwa der «verbitterte Unbeliebte» – hadert mit Verlusten und endet in einer Negativspirale. Da sei mehr aufsuchende Sozialarbeit gefragt, sagt Steve Stiehler; auch, um Depressionen und damit verbundenen Sozialkosten vorzubeugen.

Viele verlieren den Halt, wenn sie pensioniert werden. Arbeit sei ein wesentlicher Teil von männlicher Identität. Es brauche Projekte, um schon zwei, drei Jahre vor der Pensionierung herauszufinden: Was habe ich für Interessen, die ich noch ausbauen könnte? Wo gehöre ich hin? Was bringt mir Anerkennung? «Denn die braucht jeder», sagt Stiehler.

## Postkarte aus Peschiera



## Hier ist der Hund VIP

Am südlichen Ende des Gardasees, bei Peschiera del Garda, gibt es einen Strand, der muss besonders sein. Oder warum sonst ist er eingezäunt? Ein Blick auf eine Tafel beim Eingang deckt das Rätsel dann auf: Der Hag soll nicht Eindringlinge abhalten, sondern Ausbrecher aufhalten – der Strand ist einer für Hunde und sie sind hier offensichtlich für einmal die VIP: Während Zweibeiner für den Liegestuhl zahlen müssen, erhalten ihn Vierbeiner gratis. Im Vergleich zu andern Hundestränden am Gardasee ist das aber wenig. Diese locken sogar mit kostenlosen Sonnenschirmen, Schwimm- und Verhaltenskursen oder einem Fotografen, der die schönsten Momente festhält. Ob es Zweibeinern aber wirklich gefällt, mit bis zu 60 fremden Hunden in einem eingezäunten Bereich eingesperrt zu sein? Nicht umsonst schliessen die Anbieter aggressive Hunde aus, bestehen auf die Leinenpflicht oder darauf, dass der Besitzer seinen Vierbeiner ständig überwacht. Da ist das Baden an unbewachten Stränden wohl angenehmer.

Marlen Hämmerli

## Unkommod

## Un grand merci de l'Üsserschwyz

Das Nein der Walliser zu Olympia Sion 2026 erstaunt in mehrfacher Hinsicht. Erstens erlauben sich viele Walliser (vor allem Walliserinnen), mit ihrem Stimmzettel dem Druck zu widerstehen, den die berühmte Walliser Bau- und Tourismus-Branche seit Jahrzehnten ausübt. Öffentlich reden Walliser so wenig über ihren Stimmentscheid wie Türken über ihre Nicht-Wahl Erdogans. Die geheime Wahl machte es aber im Unterschied zur öffentlichen Abstimmung in Kandertsteg möglich, dass viele Nein stimmten, die ihre Meinung selbst in Familie und Freundeskreis nicht zu äussern wagen.

Zweitens ist in der Üsserschwyz (Schweiz minus Wallis) wenig bekannt, dass das Wallis ein 55-jähriges Trauma mit Olympia verbindet. Anno 1963 verwarfen die Oberwalliser die erste Olympia-Abstimmung, worauf sie während des touristischen Baubooms von der Mehrheit im Unterwallis jahrelang abgestraft wurden. Im Jahr 1969 sagte das Wallis Ja zur Olympiakandidatur 1976, aber das IOC entschied sich für Denver. Anno 1994 sagten die Walliser Ja zur Olympiakandidatur 2002, doch das IOC stimmte für Salt Lake City. Und 1997 stimmte das Wallis Ja zur Olympia-Kandidatur 2006, aber das IOC zog Turin vor. Daraufhin wurde das IOC von den Wallisern an Demos und auf Hauswänden als korrupte Mafia verschrien. Bei der jetzigen Abstimmung haben viele

Walliser Nein gestimmt, um eine erneute Schmach durch das IOC von vornherein zu vermeiden. Drittens ist das Nein zu Olympia 2026 ein Indiz dafür, dass das Wallis dieses Spektakel heute als gesellschaftsverbindendes Ritual nicht mehr nötig hat. Die katholische Kirche, die jahrhundertlang als verbindlicher und verbindender Wert der Walliser wirkte, konnte seit den 60er-Jahren diese Klammerfunktion nicht mehr wahrnehmen. Die Olympia-Idee erfüllte in der Folge 40 Jahre lang ein pseudoreligiöses Ersatzangebot für kollektive Gefühlslebnisse. Dieses

### «Das Olympia-Nein ist ein Sieg über Obrigkeitsglauben und pseudoreligiöse Ersatzrituale.»



Lukas Niederberger  
Publizist

Bedürfnis besteht heute im modernen, selbstbewussten Wallis nicht mehr. Viertens hat das Walliser Stimmvolk mehr auf die Nachhaltigkeitsargumente von Umweltorganisationen gehört als auf die hehren Versprechungen von Politik und Wirtschaft. Regierungsrat Frédéric Favre versprach ernsthaft, dass Olympia 2026 Milliarden Gewinne und 6000 neue Arbeitsstellen bringen würde und dass es keinerlei Defizit oder Schulden gäbe. Die mündigen Walliser stimmten indes nach der Devise von Goethes Faust: «Die Botschaft hör ich wohl, allein mir fehlt der Glaube.»

Und fünftens funktionierte bei der Abstimmung der religiös verankerte Obrigkeitsglauben nicht mehr. Und bei denen, wo dieser Reflex noch klappt, hätte man Ogi, Couchepin und Zurbiggen statt Constantin, Favre und Stahl zu den Motoren von Sion 2026 machen sollen. Swiss Olympic-Präsident Stahl hat kurz nach Bekanntgabe des Olympia-Nein im Radio bereits den Grund gegen eine weitere Olympia-Zwängerei in der Schweiz geliefert: «Ich frage mich, ob die Schweiz überhaupt noch fähig ist, etwas Grosses und Gemeinsames anzugehen.» Es ist bedauerlich, wenn bei unsportlichen Verlierern der Mangel an Selbstreflexion in Beleidigung Andersdenkender kippt. Auch daran erinnert sich das Stimmvolk noch nach Jahren.

Lukas Niederberger

## Fauxpas der Woche

### Hoppla, Prinz George!

Wie singt Sven Regener von der deutschen Band Element of Crime im Lied «Am Ende denk ich immer nur an dich» so schön: «Wie viele Erdbeereis muss der Mensch noch essen, / Bevor er endlich einmal sagt: / Ich bin dafür, / Die böse Tat des Beinestellens zu unterlassen? / Und darf ich irgendwann noch



mal zurück zu Dir?» Süsses essen, Beine stellen, schadenfroh sein – ein zeitloses Vergnügen der Kinder dieser Welt. Genauso zeitlos wie der im Lied besungene Liebeskummer. Solcherlei Herzweh muss der kleine Briten-Prinz George (4) hoffentlich noch nicht erleiden. Die «böse Tat des Beinestellens» musste er aber kürzlich am eigenen Leib erfahren, als ihn Cousine Savannah Phillips (7) unsanft von einem Hügel schubste. Zusammen mit Mama Kate, seiner kleinen Schwester Prinzessin Charlotte (3) und den zwei Cousinsin Phillips hatte George Papa Prinz William beim Polo-Spiel in Gloucester zugeschaut, als ihn Savannah plötzlich abwärts schickte. Ob die Nummer drei der britischen Thronfolge von Mama Kate mit einem Erdbeereis getröstet wurde, ist leider nicht bekannt. (sh)