Parship

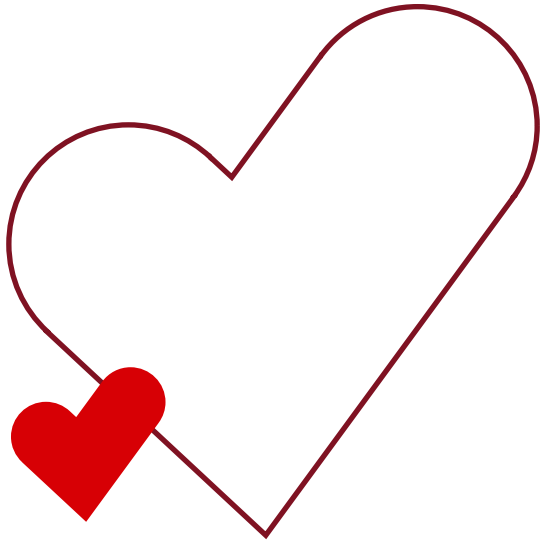


Vom Neustart zum Ankommen

Dating Kompass

2027

Vom Neustart zum Ankommen



Midlife-Singles blicken 2027 mit viel Lebenserfahrung und einem klaren Gespür für sich selbst auf die Liebe.

Sie wissen, was ihnen im Alltag wichtig ist und welche Wünsche sie an eine gemeinsame Zukunft haben – und fragen sich, was das kommende Jahr für ihre Partnersuche bereithält.

Nähe ja, Selbstaufgabe nein: Gerade Singles ab 40 möchten Verbundenheit erleben, ohne ihre Unabhängigkeit, Stabilität oder ihr Selbstbild aufzugeben. Der Wunsch nach einem Neuanfang bleibt dennoch bestehen. Doch Nähe wächst im eigenen Tempo und kann ganz individuell sein.

Der Parship Dating Kompass 2027 zeigt die zentralen Trends für eine Liebe, die Raum für beides lässt: Verbundenheit und ein Leben, das sich weiterhin wie das eigene anfühlt.

Inhalt



Dating-Trends 2027

Nähe zulassen wollen, aber sich aus Angst vor Enttäuschung zurückziehen

→ Neuer Dating-Trend 2027: Turtling

→ Soft-Turtling im Alltag

Zu den Trends



Dating ab 40

Wie Singles mit viel Lebenserfahrung daten

→ Wo Singles ab 40 stehen

→ Tipps für den Neustart beim Dating

Zum Dating ab 40



Sicher daten

Was Singles beim ersten Treffen brauchen

→ Sechs Tipps für das erste Treffen

→ Vier Schutzfunktionen bei Parship

Zum sicheren Dating



Expert:innen & Kontakt

Die Parship-Expert:innen im Überblick

→ Portrait, Spezialgebiet & Kontakt

Zu den Expert:innen

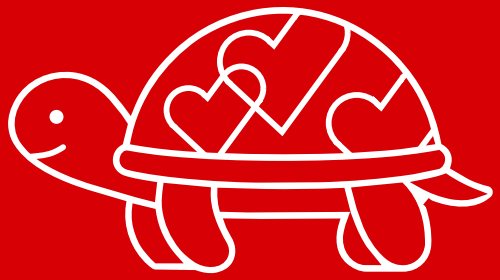
Neuer Dating-Trend 2027: Turtling

Zwei Menschen mögen sich, und doch geht eine Person auf Abstand.
Eine Situation, die viele Singles nur zu gut kennen.

Turtling

[das] Turtling, Substantiv, Neutrum

Sich trotz Sympathie zurückziehen, weil Nähe Veränderung bedeutet und frühere Enttäuschungen nachwirken.



39 %

aller Singles haben sich schon einmal von jemandem zurückgezogen, den sie mochten.

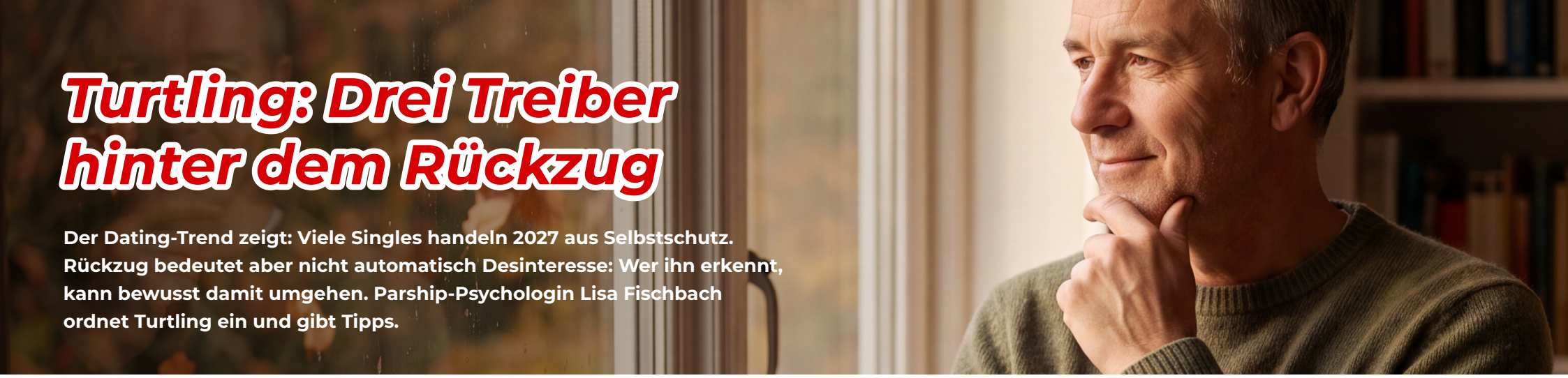
Rückzug beim Dating kennt kein Alter

50+ **41 %**

der 50- bis 59-Jährigen, bei den 40- bis 49-Jährigen sind es 37 Prozent

♀ **46 %**

der Frauen zwischen 50 und 59 Jahren, bei den gleichaltrigen Männern 37 Prozent



Turtling: Drei Treiber hinter dem Rückzug

Der Dating-Trend zeigt: Viele Singles handeln 2027 aus Selbstschutz. Rückzug bedeutet aber nicht automatisch Desinteresse: Wer ihn erkennt, kann bewusst damit umgehen. Parship-Psychologin Lisa Fischbach ordnet Turtling ein und gibt Tipps.

Enttäuschungsvorsorge

37 %

der Frauen zwischen 40 und 59 Jahren nennen Enttäuschung als Grund für einen Rückzug. Für Singles ab 40 ist das sogar der häufigste Anlass für einen Rückzug. Am stärksten betrifft das Singles in den Fünfzigern (35 Prozent).

→ Erwartungen klein halten:
Ein Date ist erstmal nur ein Kennenlernen, kein endgültiges Urteil über die gemeinsame Zukunft.

→ Gefühle aussprechen:
„Ich bin gerade vorsichtig" hilft beiden mehr als wortloser Rückzug.

Altlasten

22 %

der Frauen zwischen 50 und 59 Jahren nennen alte Verletzungen als Grund, sich beim Dating nicht öffnen zu können. Frauen in den Vierzigern folgen dicht dahinter (21 Prozent). Männer in den Fünfzigern sind hingegen nur selten von alten Verletzungen betroffen (9 Prozent).

→ Muster benennen:
Was hat damals wehgetan, wann taucht das Gefühl heute auf?

→ Nicht vergleichen:
Die neue Person ist für frühere Dating-Vorgeschichten nicht verantwortlich.

Bin ich bereit?

20 %

der Singles in den Fünfzigern und Sechzigern zweifeln, ob sie bereit für eine Beziehung sind. In den Vierzigern sind es 15 Prozent. Zweifel am richtigen Zeitpunkt haben mehr Männer als Frauen (Männer: 16 Prozent).

→ Das Gewohnte benennen:
Zwei bis drei Dinge aufschreiben, die im Alltag trotz Lust auf Dating unverhandelbar sind.

→ Früh ehrlich sein:
„Mein Alltag ist mir zwar wichtig, aber ich lasse dich Schritt für Schritt hinein".

Neuer Dating-Trend 2027: Turtling

Was sagt die Expertin?

”

Die Angst vor Enttäuschung ist ein Schutzimpuls, kein Makel. Sie zeigt, dass Nähe jemandem etwas bedeutet. Die Bindungsforschung kennt das Muster, bei spürbarer Nähe innerlich auf Abstand zu gehen. Das fühlt sich kurzfristig entlastend an, verhindert aber korrigierende positive Erfahrungen. Oft melden sich auch alte Verletzungen, wenn das Gegenüber so reagiert wie die frühere Partnerperson. Wer das erkennt, kann zwischen damals und heute unterscheiden und verstehen, welche Strategien schützen und welche eine Beziehung blockieren. Wichtiger als der perfekte Zeitpunkt ist die Bereitschaft, wieder Zweisamkeit zuzulassen.

“

Lisa Fischbach,
Parship-Psychologin, Expertin für Matchmaking & Beziehungen



Soft-Turtling im Alltag: Nähe ja, aber mit eigener Wohnung

Viele Singles wünschen sich eine Beziehung, die ihr Leben ergänzt, statt es komplett umzukrempeln. Getrennte Wohnungen und Zeit für eigene Interessen stehen dabei ganz oben.

Liebe zu eigenen Bedingungen

40 %

können sich in einer neuen Beziehung zunächst getrennte Wohnungen vorstellen.
Frauen 44 Prozent, Männer 36 Prozent.

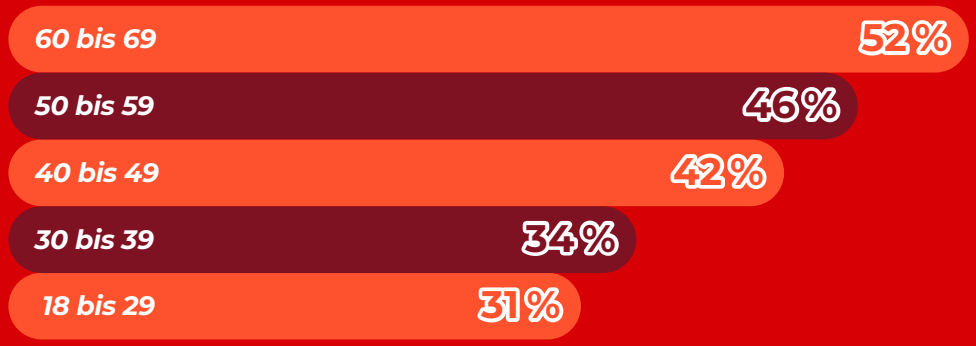
33 %

der 40- bis 49-Jährigen möchten eine Beziehung, die sich in ihren bestehenden Alltag integrieren lässt.
Frauen und Männer sehen das gleichermaßen (33 Prozent).

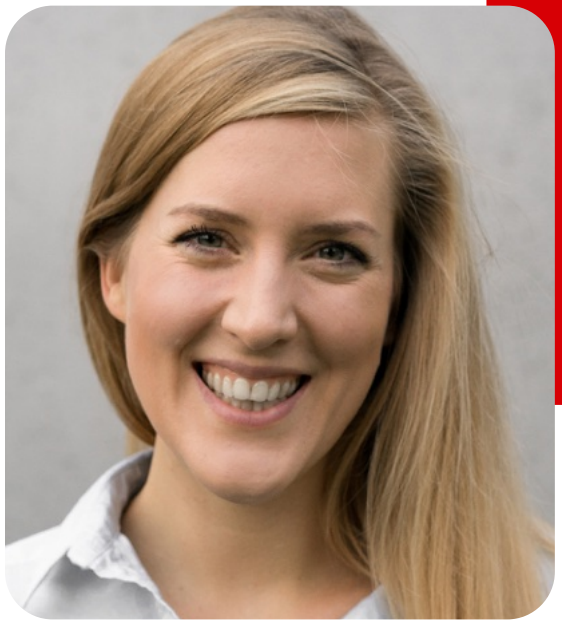


Getrennt wohnen: je älter, desto eher

„Könnte mir zunächst getrennte Wohnungen vorstellen“
in Prozent, nach Altersgruppen



Klarheit und Akzeptanz im Fokus



Was sagt die Expertin?

”

Singles bringen 2027 klare Vorstellungen mit ins Dating. Sie klären früh, was sie brauchen, bewahren sich Freiraum und nehmen sich selbst an. Oberflächliche Erwartungen rücken in den Hintergrund. Offene Gespräche und ein ehrlicher Blick auf sich selbst gewinnen an Bedeutung.

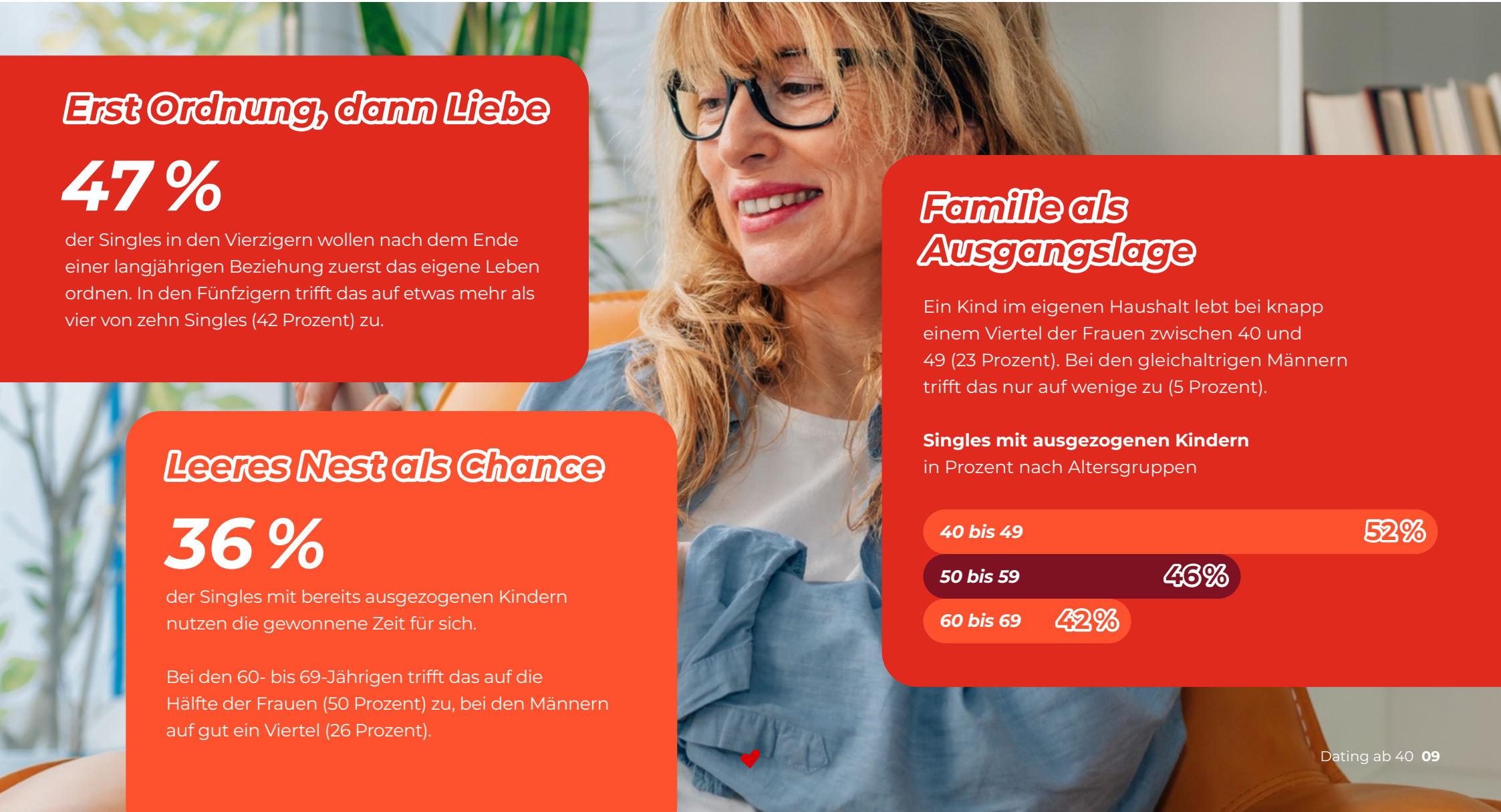
Diese Haltung freut mich sehr. Aus Erfahrung weiß ich: Beziehungen werden tragfähiger, wenn beide offen sagen, was sie brauchen, und sich nicht verstecken.

“

Stella Schultner,
Single- und Love-Coachin, Parship Expert:innenteam

Dating ab 40: Kaum jemand beginnt bei null

Nach dem Ende einer langen Beziehung stehen Singles häufig vor einem Neustart. In der Lebensmitte ziehen viele Bilanz und schaffen Ordnung, bevor eine neue Liebe neben Familie und Alltag Platz findet.



Erst Ordnung, dann Liebe

47 %

der Singles in den Vierzigern wollen nach dem Ende einer langjährigen Beziehung zuerst das eigene Leben ordnen. In den Fünfzigern trifft das auf etwas mehr als vier von zehn Singles (42 Prozent) zu.

Leeres Nest als Chance

36 %

der Singles mit bereits ausgezogenen Kindern nutzen die gewonnene Zeit für sich.

Bei den 60- bis 69-Jährigen trifft das auf die Hälfte der Frauen (50 Prozent) zu, bei den Männern auf gut ein Viertel (26 Prozent).

Familie als Ausgangslage

Ein Kind im eigenen Haushalt lebt bei knapp einem Viertel der Frauen zwischen 40 und 49 (23 Prozent). Bei den gleichaltrigen Männern trifft das nur auf wenige zu (5 Prozent).

Singles mit ausgezogenen Kindern
in Prozent nach Altersgruppen

Dating ab 40: Zufrieden im Leben, offen für die Liebe



Zufrieden mit dem eigenen Leben und bereit für eine neue Beziehung: So blicken Midlife-Singles auf ihre aktuelle Situation.

Offen, aber ohne Eile

49 %

der 40- bis 59-Jährigen sind zufrieden mit ihrem Single-Leben. Bei den 60- bis 69-Jährigen ist es mehr als jede:r Zweite (56 Prozent).

32 %

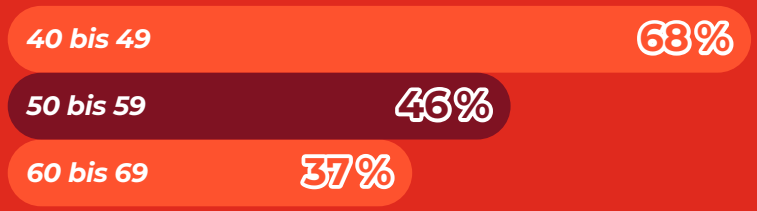
der Singles in den Vierzigern sind offen für eine Beziehung, aber nicht aktiv auf der Suche. Bei den 50- bis 59-Jährigen ist es mehr als jede:r Vierte (28 Prozent).

37 %

der 50- bis 59-Jährigen sind seit mehr als zehn Jahren Single. Bei den 40- bis 49-Jährigen ist es knapp jede:r Vierte (24 Prozent).

Neue Liebe mit Vorgeschichte

Die letzte Beziehung dauerte mindestens fünf Jahre
Singles mit Beziehungserfahrung in Prozent nach Altersgruppen



Dating ab 40: So klappt der Wiedereinstieg

In der Lebensmitte haben viele Singles schon mindestens eine längere Beziehung hinter sich, oft auch bereits eine Trennung. Solche Erfahrungen bringen Klarheit darüber, was man wirklich sucht und was eben nicht. Mit diesen fünf einfachen Tipps gelingt der Einstieg ins Online-Dating ganz im eigenen Tempo.

01 Eigenen Rhythmus finden

Pro Woche etwa 20 Minuten für Nachrichten einplanen, dazu ein Treffen im Monat.

02 Sich Zeit lassen

Ein Profil anlegen und einfach schauen, wer sich meldet. Entscheidungen müssen nicht sofort fallen, und Pausen sind jederzeit möglich.

03 Klein anfangen

Ein Kaffee fällt leichter als ein Abendessen. Mit jeder Begegnung wächst der Mut.

04 Lebenssituation früh ansprechen

Sätze wie „Meine Kinder leben noch bei mir“ oder „Ich wünsche mir noch Kinder“ schaffen von Anfang an Klarheit auf beiden Seiten.

05 Freiheit neu gestalten

Eigene Wünsche finden Raum, Zeit für sich bleibt, und gemeinsame Zeit wird bewusst geplant.



Dating ab 40:
So klappt der Wiedereinstieg

Was sagt der Experte?

„Wer mit 40 auf Partnersuche geht, bringt etwas sehr Wertvolles mit: Lebenserfahrung und ein klareres Gespür dafür, was einem in einer Beziehung wirklich wichtig ist. Gleichzeitig lohnt es sich, offen und neugierig zu bleiben und sich von starren Vorstellungen zu lösen. Niemand muss beim Dating etwas überstürzen. Viel wichtiger ist es, sich auf neue Begegnungen einzulassen und damit der Liebe eine Chance zu geben."

Markus Ernst,
Diplom-Psychologe und Beziehungsexperte



Sicher daten: Was Singles beim ersten Treffen brauchen



Ein erstes Treffen weckt Vorfreude und wirft zugleich Fragen zur eigenen Sicherheit auf. Singles benennen klar, worauf sie beim Kennenlernen achten.

Beim ersten Date

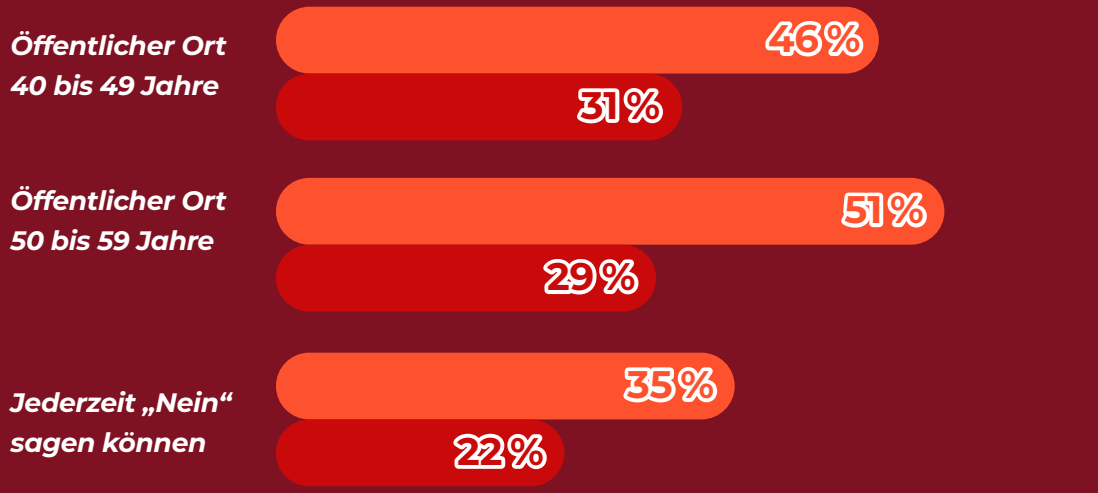
46 %

nennen einen respektvollen und wertschätzenden Umgang als wichtigsten Baustein.

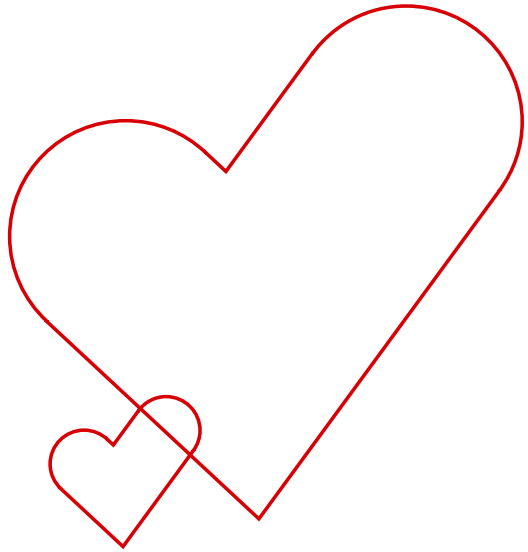
37 %

bevorzugen ein Treffen an einem öffentlichen Ort.

Das wünschen sich Frauen und Männer fürs erste Treffen



Sicher daten: Was Singles beim ersten Treffen brauchen



Das erwarten Singles von Dating-Plattformen:

Schutz der Daten	48 %
Sorgfältig geprüfte Profile	38 %
Konsequenz gegen Belästigung und Betrug	31 %

Datenschutz wird mit dem Alter wichtiger:
Für 52 Prozent der 40- bis 49-Jährigen zählt er zu den Erwartungen, bei den 50- bis 59-Jährigen sind es 60 Prozent und bei den 60- bis 69-Jährigen 72 Prozent*. Frauen nennen Datenschutz (53 gegenüber 44 Prozent) und das Vorgehen gegen Belästigung (38 gegenüber 24 Prozent) häufiger. Männern ist die Profilprüfung wichtiger (42 gegenüber 34 Prozent).

* *Tendenz, geringe Fallzahl (Basis: 82). „Von der Plattform erwartet“: Basis sind Singles, die in den letzten fünf Jahren Online-Dating genutzt haben (n = 971). Mehrfachnennung möglich (max. 3 Antworten).*

Sicher zum ersten Date: Sechs Tipps für Singles

Ein erstes Treffen soll sich gut anfühlen.
Diese sechs Tipps helfen Singles bei jedem Date.

01 Öffentlichen Ort wählen:

Ein belebtes Café oder ein Park eignet sich für das erste Treffen, Privaträume bleiben außen vor.

02 Vertrauensperson einweihen:

Eine Freundin oder ein Freund weiß, wo, wann und mit wem das Treffen stattfindet.

03 Eigene An- und Abreise

Wer eigenständig kommt und geht, bestimmt allein, wann das Treffen endet.

04 Grenzen klar benennen

Das Bauchgefühl zählt. Ein Nein ist jederzeit erlaubt, auch kurzfristig.

05 Persönliche Daten schützen

Adresse, Arbeitsplatz und Finanzielles bleiben zunächst privat.

06 Warnsignale kennen:

Schnelle Kosenamen, vorgefertigte Nachrichten, Ausweichen bei Treffen und Geldfragen deuten auf Romance Scamming hin.

Sicher zum ersten Date mit Parship: Vier wichtige Schutzfunktionen

Vier Schutzfunktionen bei Parship

Sicherheitscheck bei der Anmeldung:
Jedes Profil durchläuft eine automatische Prüfung, die Fake-Profile früh erkennt.

SMS-Verifizierung:
Mitglieder verifizieren ihr Profil kostenlos per SMS. Ein Schild-Symbol zeigt, dass ein Profil geprüft wurde.

Im Parship-Chat bleiben:
Nachrichten über die Plattform sind verschlüsselt. Betrugsmaschen drängen oft darauf, den Kontakt schnell zu Messenger oder E-Mail zu verlegen.

Meldebutton:
Auffälliges Verhalten lässt sich direkt melden. Das Trust-&-Safety-Team prüft jede Meldung persönlich und kann Mitglieder verwarnen oder sperren.

„Sicherheit beim Dating entsteht, wenn klare Grenzen und Vertrauen zusammenkommen. Wer gut vorbereitet ist, kann sich entspannt auf das Gegenüber einlassen."

Lisa Fischbach,
Parship-Psychologin, Expertin für Matchmaking & Beziehungen



Parship Expert:innen: Sie erwecken Dating-Geschichten zum Leben

Sie planen einen Beitrag zum Thema Dating oder suchen eine Expert:innenstimme? Wir stellen Ihnen gern Studiendaten oder einen Testaccount zur Verfügung und vermitteln Gespräche mit unserem Expert:innenteam.



Lisa Fischbach

Diplom-Psychologin und Expertin für Matchmaking & Beziehungen

Sie ordnet Liebe, Partnerschaft und gesellschaftliche Beziehungsthemen ein, gestützt auf langjährige Erfahrung in Forschung, Beratung und Presse-interviews.

Besonders passend für:
Langzeitbeziehungen, Kommunikation bei Paaren, Konflikte und Trennung, Sexualität



Markus Ernst

Diplom-Psychologe und Beziehungsexperte

Seit Jahren beschäftigt er sich mit Partnersuche, Partnerwahl und der Gestaltung gelingender Beziehungen. Er verbindet Wissenschaft und praktische Impulse für Singles und Paare.

Besonders passend für:
Dating-Situationen, Kompatibilität, Neuanfang, Beziehungspraxis



Stella Schultner

Single- und Love-Coachin

Sie ordnet moderne Dating-Dynamiken und digitale Kommunikation psychologisch ein, mit besonderem Blick auf gesunde Dating- und Beziehungserwartungen.

Besonders passend für:
Online-Dating, Altersunterschiede, jüngere Perspektiven

Infos zur Studie
Die INNOFACT AG befragte im Oktober 2026 im Auftrag von Parship 2.089 Singles zwischen 18 und 69 Jahren in Deutschland (die Online-Befragung ist bevölkerungsrepräsentativ). Werte mit einer Basis unter 100 sind als Tendenz gekennzeichnet.

Zitierhinweis: Parship Dating Kompass 2027.

Pressekontakt

Für Detailauswertungen, Interviewanfragen an unsere Expert:innen und weitere Informationen

Parship
Speersort 10, 20095 Hamburg
E-Mail: presse@parship.de

segmenta communications
Neumühlen 1
22763 Hamburg
E-Mail: parship@segmenta.de

Made with ♥ in Hamburg