



Durchschnittsdeutsche – eine Bestandsaufnahme

Ende 2024 ist der „Durchschnitts-Deutsche“ 44,9 Jahre alt, 1,73 Meter groß und teilt sich – statistisch gesehen – die Wohnung mit einer weiteren Person. Bei genauerem Hinsehen offenbart sich: Hinter diesem glatten Mittelwert verbergen sich deutliche Differenzen zwischen den Geschlechtern und überraschende Entwicklungen im Zeitverlauf.

1. Die nackten Zahlen

Merkmal	Gesamt	Männer	Frauen
Alter (Mittelwert)	44,9 Jahre	43,5 J.	46,2 J.
Lebenserwartung (Geburt 2024)	–	78,9 J.	83,5 J.
Körpergröße	1,73 m	1,79 m	1,66 m
Gewicht	77,7 kg	85,8 kg	69,2 kg
Wohnungsgröße	94,4 m ²	–	–
Miete (Kalt, Ø/qm)	7,28 €	–	–
Haushaltsgröße (Durchschnitt)	2 Personen	–	–
Vollzeit-Bruttogehalt (Ø Monatswert)	4.634 €	4.830 €	4.214 €
Mediangehalt	3.978 €	4.077 €	3.777 €
Wochenarbeitszeit (Vollzeit)	40,2 Std.	40,7 Std.	39,2 Std.
Auszug aus Elternhaus (Ø-Alter)	23,9 J.	24,6 J.	23,1 J.
Erste Elternschaft (Ø-Alter)	–	Vater 33,3 J.	Mutter 30,4 J.
Erste Heirat (Ø-Alter)	–	35,3 J.	32,9 J.
Rentenbeginn (Ø-Alter)	64,7 J.	–	–
Rentendauer (Ø-Jahre)	21,7 J.	20,1 J.	23,2 J.

Quelle: Statistisches Bundesamt, Sonderauswertung Ende 2024 / ZDFheute

2. Was bedeuten diese Daten?

- **Lebenserwartung versus Durchschnittsalter**

Dass die Durchschnittsfrau mit 46,2 Jahren gut zweieinhalb Jahre älter ist als der Durchschnittsmann (43,5 J.) liegt nicht nur am biologischen Vorsprung in puncto Lebenserwartung (+4,6 Jahre bei Geburt), sondern spiegelt auch ein soziales Bild: Frauen bleiben im Mittel länger gesund und aktiv, was sich in späteren Auszugsaltern und längerem (und in der Regel niedrigerem) Rentenbezug niederschlägt.



- **Ungleiche Löhne trotz gleicher Arbeit**

Der Brutto-Durchschnittsverdienst in Vollzeit liegt nominell bei 4.634 €; der Median mit 3.978 € zeigt freilich, dass ein kleiner Spitzenanteil stark verdient und das Bild verzerrt. Im Median verdienen Frauen rund 300 € weniger pro Monat als Männer – ein Indiz dafür, dass die Lohnlücke keineswegs Vergangenheit ist.

- **Wohnraum Quadratmeter**

Fast hundert Quadratmeter und eine Nettokaltmiete von 7,28 €/m²: Das klingt moderat, doch die regionalen Unterschiede sind erheblich. Während im Ruhrgebiet Wohnen noch günstig ist, liegen in München oder Hamburg die Preise häufig jenseits der 12-€-Marke.

- **Die Lebensphasen in Zahlen**

Junge Menschen verlassen im Schnitt mit knapp 24 Jahren das elterliche Zuhause – eine Generation früher als noch vor 20 Jahren. Auch das Heiratsalter verschiebt sich: Frauen heiraten erst mit fast 33 Jahren, Männer mit über 35. Der spätere Einstieg in Familienmodelle und der Zerfall klassischer Lebensläufe lassen sich hier ablesen.



- **Renteneintritt und -bezug**

Mit durchschnittlich 64,7 Jahren geht man in Rente, im Schnitt noch gut 21 Jahre lang. Frauen profitieren dabei von einem längeren Bezugszeitraum, zahlen dafür jedoch über ihr ganzes Erwerbsleben weniger in die Rentenkasse ein – Stichwort: Teilzeit, Karriereunterbrechungen, Entgeltlücke, Altersarmut.



3. Mehr als nur Durchschnitt

Natürlich trifft auf kaum jemanden alles gleichzeitig zu. Kein Mensch ist ein reiner Mittelwert: Da mischen sich Ost und West, Stadt und Land, Handwerk und Hochschule, Singlehaushalte und Großfamilien. Die „Normalverteilung“ trickst uns aus.

Trotzdem: Ein paar spannende Fragen bleiben.

Ist Deutschlands Wohlstandszug unaufhaltsam?

All die schönen Zuwächse bei Einkommen, Größe und Lebensdauer lassen vermuten, unsere Gesellschaft wird immer reicher und gesünder. Doch die Vergangenheit mahnt: Ölkrisen, Finanzkrisen oder Pandemien können Wohlstandsgewinne rasch in Frage stellen. Klimawandel, demografische Alterung, geopolitische Spannungen und erratische US-Präsidenten können das Wachstum bremsen oder Umverteilungen erzwingen – und zwar sehr viel schneller als man es in der Zeit der Wachstumseuphorie für möglich hält.

Bleibt das Altern ein Gewinn?

Dass wir immer älter werden, heißt nicht automatisch, dass wir auch immer gesünder altern. Die Zunahme chronischer Erkrankungen und Pflegebedürftigkeit könnte die Sozialkassen stärker belasten als es der statistische Rentenbeginn andeutet.

Und die Schere zwischen den Geschlechtern?

Die Lohnlücke, die unterschiedliche Lebenserwartung und die ungleichen Karrierechancen sind hartnäckig. Ob wirkliche Gleichstellung gelingt, hängt nicht nur von Gesetzen ab, sondern von der Kraft gesellschaftlicher Debatten – und von der Bereitschaft jeder und jedes Einzelnen, eingefahrene Rollenbilder zu hinterfragen.

Zahlen sind nüchtern, Mittelwerte trügen. Der „Durchschnittsmensch“ ist keine Zielmarke, sondern ein Indikator, der uns Türen öffnet: zu Fragen der sozialen Gerechtigkeit, Renten- und Wohnungspolitik, zu Chancen und Risiken einer alternden Gesellschaft.

Ob der Trend anhält – das ist offen. Sicher ist nur: Statistiken lügen nicht. Sie erzählen von Veränderungen – und von Fragen, die wir beantworten müssen, bevor wir die nächste Kurve verpassen.