

Mit 16 Jahren das erste Mal verliebt

- **Schöne Erinnerung: Fast jede:r Vierte denkt gerne an die erste Beziehung zurück.**
- **Ewig verbunden: Acht Prozent der Österreicher:innen sind bis heute mit ihrer ersten Liebe zusammen.**
- **Sporadischer Kontakt: 11 Prozent der Österreicher:innen erfahren über gemeinsame Bekannte von Zeit zu Zeit etwas über ihren ersten Schwarm, sechs Prozent stehen noch in direktem Kontakt.**

Wien, 17. April 2026 - Die erste große Liebe erleben die meisten Österreicher:innen im Durchschnitt mit 16,7 Jahren, so das Ergebnis einer repräsentativen Studie* im Auftrag von Parship unter 1.069 Personen. Jüngere Generationen verliebten sich das erste Mal tendenziell etwas früher (mit 16,2 Jahren), während ältere Personen ab 40 Jahren etwas später ihre erste Liebeserfahrung machten (mit 17 Jahren). Nur ein sehr kleiner Anteil der Befragten (4 %) gibt an, noch nie verliebt gewesen zu sein. Rund sieben Prozent der Österreicher:innen sind mit ihrer ersten Liebe bis heute weiterhin befreundet. Auch wenn viele erste Beziehungen nicht für immer halten, bleiben sie doch häufig im Gedächtnis: Mehr als jeder Fünfte (22 %) denkt gerne an seine erste Liebe zurück, vor allem Männer über 60 Jahren (32 %).

Die ersten Schmetterlinge im Bauch

Mit zehn oder zwölf Jahren das erste Mal verliebt? Das ist eher selten der Fall. Die meisten Österreicher:innen werden zwischen 13 und 15 (31 %) bzw. 16 und 18 (41 %) von Amors Pfeil getroffen. Nicht jede erste Liebe entwickelt sich dabei zu einer echten Beziehung: Bei etwa jeder fünften Person war sie platonisch und kam über erste Gefühle von Sehnsucht nicht hinaus, blieb unerwidert oder war von kurzer Dauer. Acht Prozent der Befragten bestätigen, dass sie bis heute mit ihrer ersten Liebe zusammen sind, bei denjenigen die seit über 25 Jahren zusammen sind, sind es doppelt so viele.

Parship-Psychologin Caroline Erb: „Die erste Liebe wird meist als besonders intensiv erlebt und verankert, alles erscheint neu und einzigartig. Man ist noch unbelastet von möglichen negativen Erfahrungen und betritt eine völlig neue Gefühlswelt. Die ersten Weichenstellungen werden gesetzt, was Auswirkungen auf unsere Identitätsentwicklung hat und aufzeigt, zu welchen Gefühlen wir in der Lage sind. Paare, die nach wie vor mit ihrer ersten Liebe liiert sind, haben eine lange gemeinsame Geschichte. Ihre Werte, Lebensziele und Gewohnheiten wachsen oft zusammen, viele erleben eine tiefe Verbundenheit, die im Bestfall auch die Grundlage für individuelle Weiterentwicklung selbst nach so langer Zeit darstellt.“

Eine Erinnerung, die bleibt

Auch wenn die erste große Liebe oft nicht für immer hält, verschwindet sie nur selten vollständig aus unserem Leben. Ganz im Gegenteil: Mit zunehmendem Alter werden die Erinnerungen daran oft positiver und liebevoller. Während nur 12 Prozent der

unter 30-Jährigen gern zurückblicken, steigt dieser Anteil bei den über 40-Jährigen auf 25 Prozent an. Besonders ausgeprägt ist diese Nostalgie bei Männern ab 60 Jahren: Hier erinnert sich rund ein Drittel besonders gerne an diese Zeit zurück.

Was ist aus ihm bzw. ihr geworden?

Rund 17 Prozent der Befragten haben noch Kontakt oder erfahren gelegentlich durch gemeinsame Freunde und Bekannte etwas über den ersten Schwarm. Und selbst wenn der Kontakt fehlt, bleibt oft die Neugier: Vor allem jüngere Befragte unter 40 Jahren geben an, ihre erste Liebe gelegentlich zu googeln (9 %). Die romantische Vorstellung, nach Jahren wieder zueinanderzufinden, wird hingegen nur selten Realität: Nur etwa zwei Prozent nehmen nach langer Zeit aktiv wieder Kontakt auf, zum Beispiel über soziale Medien. Ihre erste Liebe vergessen die wenigsten: Lediglich fünf Prozent der Österreicher:innen erinnern sich nicht mehr genau an ihre erste Liebe - im Umkehrschluss bedeutet das wohl, dass 95 Prozent noch genau wissen, wer sie oder er war.

Erb: „Die erste Liebeserfahrung ist ein wichtiger Teil der eigenen Lebensgeschichte und steht für eine besondere Entwicklungsphase, die oft in Kombination mit Unsicherheit, Hoffnung, Sehnsucht, verpassten Chancen und möglicherweise auch Schmerz einhergeht. Bei den meisten bleibt sie selbst nach Jahren sehr lebendig und emotional tief verankert in Erinnerung.“

Highlights aus den Bundesländern

- Die **Wiener:innen** haben im Vergleich zu den anderen Bundesländern am ehesten noch Kontakt zu ihrer ersten Liebe (9 %).
- In **Vorarlberg** ist der Anteil derer, die noch mit ihrer ersten Liebe zusammen sind (14 %), am höchsten, gefolgt von **Tirol** (11 %) und **Oberösterreich** (10 %).
- In **Niederösterreich** war die erste Liebe oft platonisch: Jede:r Vierte gibt an, dass die erste Liebe nie in eine richtige Beziehung mündete.
- In **Kärnten** zeigt sich, dass sich viele im Guten getrennt haben (23 %) und vergleichsweise häufig indirekt noch etwas über die erste Liebe erfahren (17 %).
- In **Salzburg** überwiegt die positive Erinnerung: Hier denken 27 Prozent der Befragten gerne an ihre erste Liebe zurück.
- In **Tirol** und der **Steiermark** fällt auf, dass besonders viele Menschen gelegentlich nachsehen, was aus ihrer ersten Liebe geworden ist (8 bzw. 9 %).

***Studieninfos:** Die bevölkerungsrepräsentative Studie wurde im Auftrag der Dating-App Parship.at von Marketagent.com mittels Online Access Panel durchgeführt. Vom 18. Dezember 2025 bis 1. Jänner 2026 wurden 1.069 Personen im Alter zwischen 18 und 75 Jahren befragt, davon 739 liierte Personen.

Foto-Download Mag. Caroline Erb, Parship-Psychologin:

<https://www.parship.at/presse/parship-bildmaterial/> © Parship.at



Über Parship

Parship ist eine der führenden Dating-Apps in Österreich und Europa. Als Pionier der Online-Partnervermittlung unterstützt das Unternehmen seit 2001 Singles dabei, Menschen zu finden, die wirklich zu ihnen passen. Parship-Mitglieder sind aktive Frauen und Männer ab 25 Jahren, die Mehrheit von ihnen auf der Suche nach einer festen Partnerschaft. Das Herzstück des Parship-Service geht zurück auf das Parship-Prinzip, einem wissenschaftlich basierten Matchmaking-Verfahren, das Menschen zusammenbringt, bei denen die Chance auf eine Beziehung besonders hoch ist. **Weitere Informationen finden Sie unter www.parship.at**

Pressekontakt:

Ecker & Partner Öffentlichkeitsarbeit und Public Affairs GmbH

Vanessa Salzer

Goldeggasse 7/Hoftrakt, A-1040 Wien

Tel.: +43/ (0) 699 15 90 90 93

v.salzer@eup.at