



Frauen und Ruhestand in Deutschland

Fortschritte, Potenziale und der Weg in die Zukunft

Ergebnisse aus der BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025¹

Die Rente von Frauen ist im Schnitt immer noch niedriger als die von Männern

Der sogenannte Gender Pension Gap, also der Abstand zwischen den durchschnittlichen Renten von Männern und Frauen, ist in Deutschland nach wie vor Realität. Laut dem Statistischen Bundesamt lag er 2025 bei 24 %, berechnet man nur die eigenen Bruttorentenbezüge von Frauen ohne Hinterbliebenenrenten, sogar bei 36 %.² Konkret bedeutet das: Frauen in Deutschland erhalten im Durchschnitt für jeden Euro, den Männer im Ruhestand beziehen, nur 64 Cent an eigenen Renten.

Die Gründe dafür sind vielfältig und meist struktureller Natur: Frauen arbeiten häufiger in Teilzeit oder haben Unterbrechungen in ihren Erwerbsbiografien, was ihren Verdienst auf die Lebenszeit berechnet reduziert. Hinzu kommt, dass Frauen in der Regel weniger verdienen als Männer – 2025 lag der

Gender Pay Gap in Deutschland bei 16 %.³ Das Einkommen hat aber einen wesentlichen Einfluss darauf, wie viel Menschen für den Ruhestand ansparen können. Erwerbstätige mit höherem Einkommen zahlen mehr in die öffentlichen Rentenkassen ein und haben in der Regel besseren Zugang zu betrieblichen und privaten Vorsorgesystemen, um zu sparen und zu investieren und dadurch finanzielle Rücklagen fürs Alter aufzubauen.

Die BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025 hat 2.200 Erwerbstätige in ganz Deutschland zu ihrer Sicht auf den Ruhestand befragt.¹ Neben einer Reihe meist strukturell bedingter Faktoren, die Frauen bei der Rente benachteiligen, zeigt sie einige Punkte auf, die es Frauen in Deutschland leichter machen könnten, sich finanziell gut auf den Ruhestand vorzubereiten.

Frauen sorgen sich um ihr Auskommen im Ruhestand

Laut der BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025 gehen 80 %, also vier von fünf Frauen, davon aus, im Ruhestand nicht finanziell sorgenfrei leben zu können. Bei denjenigen kurz vor dem Rentenalter steigt dieser Anteil sogar auf 86 %. Nur 38 % aller befragten Frauen geben an, dass sie auf den

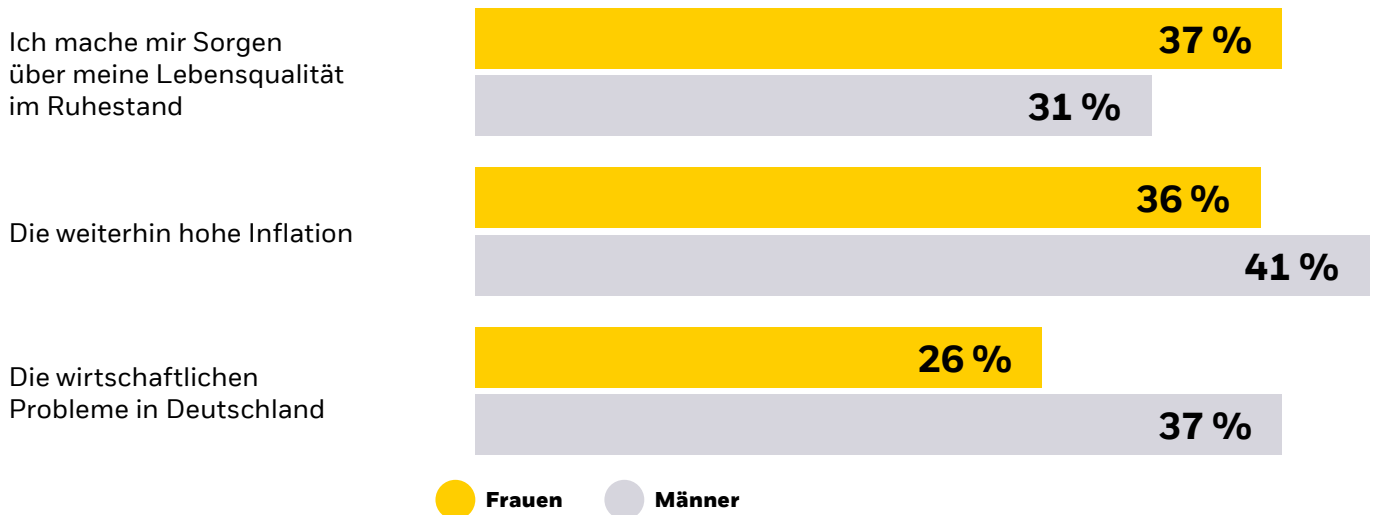
Ruhestand vorbereitet sind. Dabei nimmt die Lebensqualität im Alter unter den finanziellen Sorgen von Frauen die Spitzenposition ein: Über ein Drittel (37 %) sorgen sich um ihre Lebensqualität – und damit mehr als um wirtschaftliche oder geopolitische Fragen.

¹ Quelle: Alle in diesem Artikel vorgestellten Daten basieren, sofern nicht anders angegeben, auf der BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025, die vom 18. Juli bis zum 12. August 2025 in Deutschland mit 2.200 Erwerbstätigen von Illuminas im Auftrag von BlackRock durchgeführt wurde.

² <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Einkommen-Konsum-Lebensbedingungen/Lebensbedingungen-Armutsgefaehrung/Tabellen/einkommen-gender-pension-gap.html>, Zugriff: 17.7.2026.

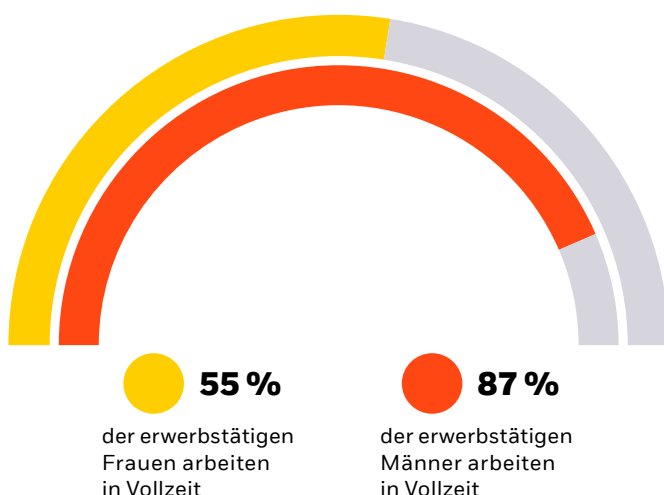
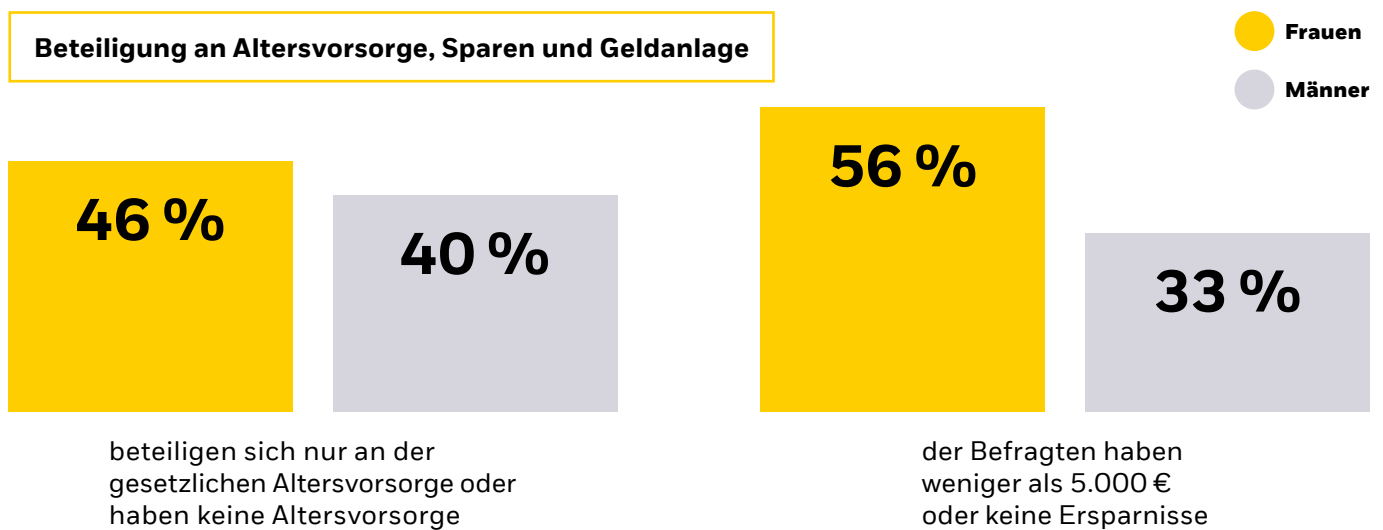
³ https://www.destatis.de/DE/Themen/Arbeit/Verdienste/Verdienste-GenderPayGap/_inhalt.html, Zugriff: 17.7.2026.

Worüber sich Frauen Sorgen machen



60 % der erwerbstätigen Frauen meinen laut BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025, dass das Einzahlen in eine Rente (eine der drei Säulen der Altersvorsorge) die einzige Möglichkeit für sie ist, einen angemessenen Lebensstandard im Alter zu sichern. Allerdings zahlen 46 % der befragten erwerbstätigen Frauen nur in die gesetzliche Rentenversicherung ein, das heißt, über die Hälfte nimmt die meist freiwillige Altersvorsorge über die betriebliche oder private Rentenversicherung nicht wahr. Die Umfrage zeigt außerdem, dass über die Hälfte der befragten Frauen kaum oder keine eigenen Ersparnisse hat.

Beteiligung an Altersvorsorge, Sparen und Geldanlage

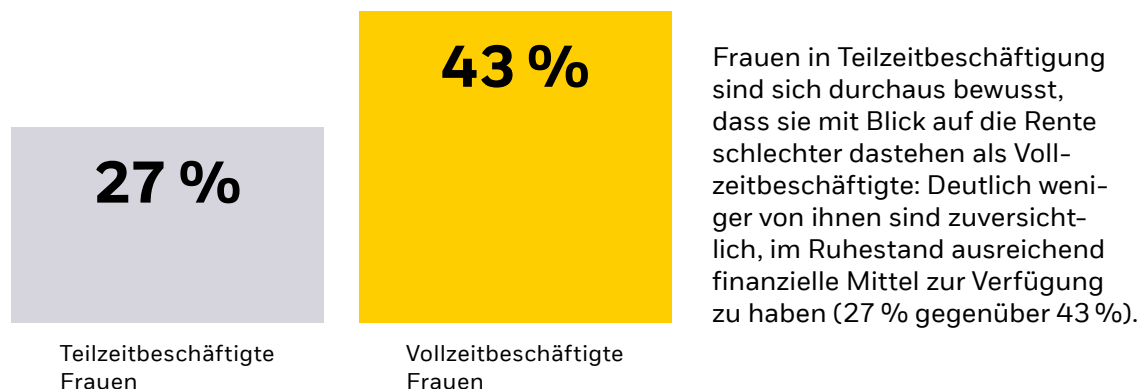


Mehr Frauen als Männer arbeiten Teilzeit

Fast die Hälfte (45 %) der befragten Frauen arbeitet in Teilzeit – von den Männern hingegen nur 13 %. Laut Statistischem Bundesamt (Destatis) lag die Teilzeitquote im Jahr 2025 bei Frauen sogar noch höher (49 %), bei Männern leicht niedriger (12 %).⁴

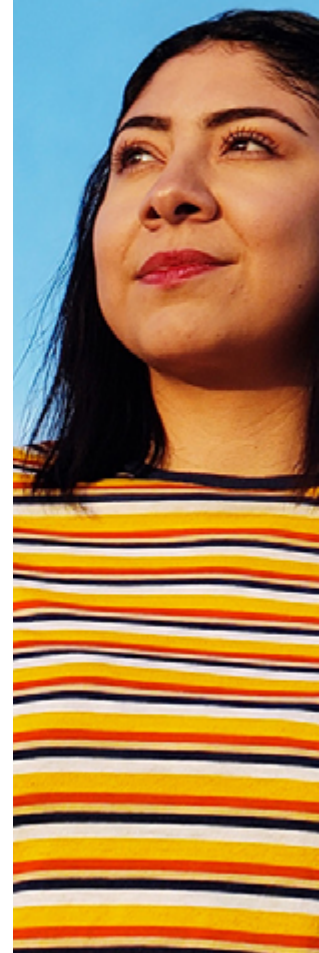
⁴ <https://www.destatis.de/DE/Themen/Querschnitt/Gleichstellungsindikatoren/tab-Teilzeitquote-nach-geschlecht-f25.html>, Zugriff: 17.7.2026.

Befragte, die zuversichtlich sind, dass ihr Geld im Ruhestand ausreicht

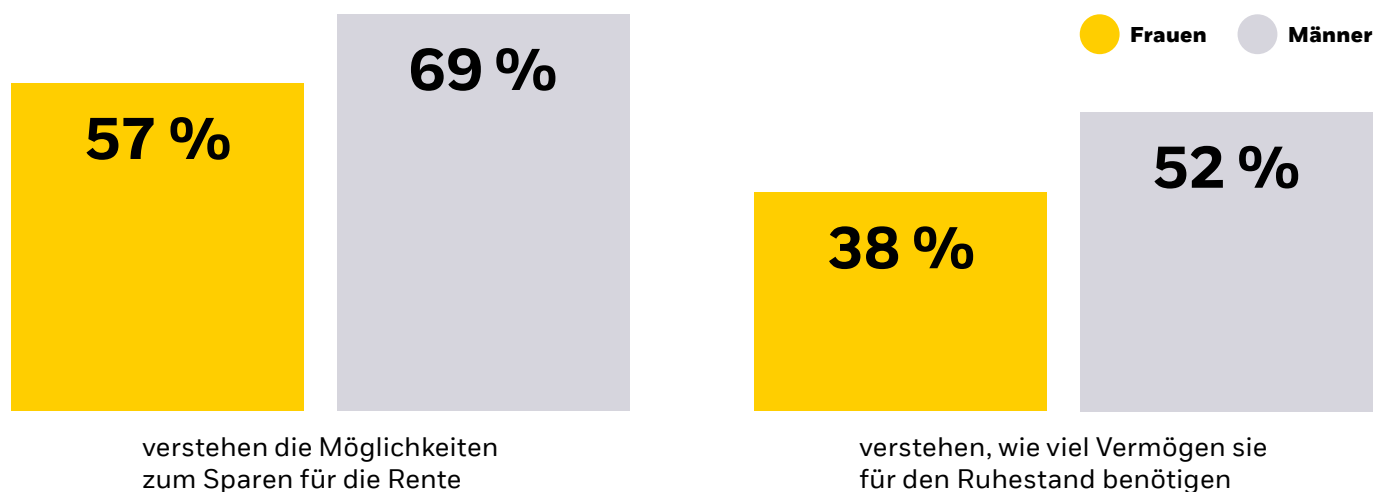


Frauen sind bei der Altersvorsorge weniger gut informiert

Oft orientieren sich Altersvorsorgeprodukte und Informationsangebote am Modell des durchgehend vollzeiterwerbstätigen Mannes. Auch die Art der Informationsaufbereitung wird den unterschiedlichen Ausgangslagen und Bedürfnissen von Frauen häufig nicht gerecht. Die BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025 zeigt, dass die Informationsdefizite mit Blick auf die Ruhestandsplanung bei Frauen größer sind als bei Männern: Mit 57 % geben deutlich weniger Frauen als Männer an, dass sie die unterschiedlichen Altersvorsorgeoptionen verstehen, und wie viel Vermögen sie für den Ruhestand benötigen, können sogar nur gut ein Drittel der Frauen, aber über die Hälfte der Männer beziffern.

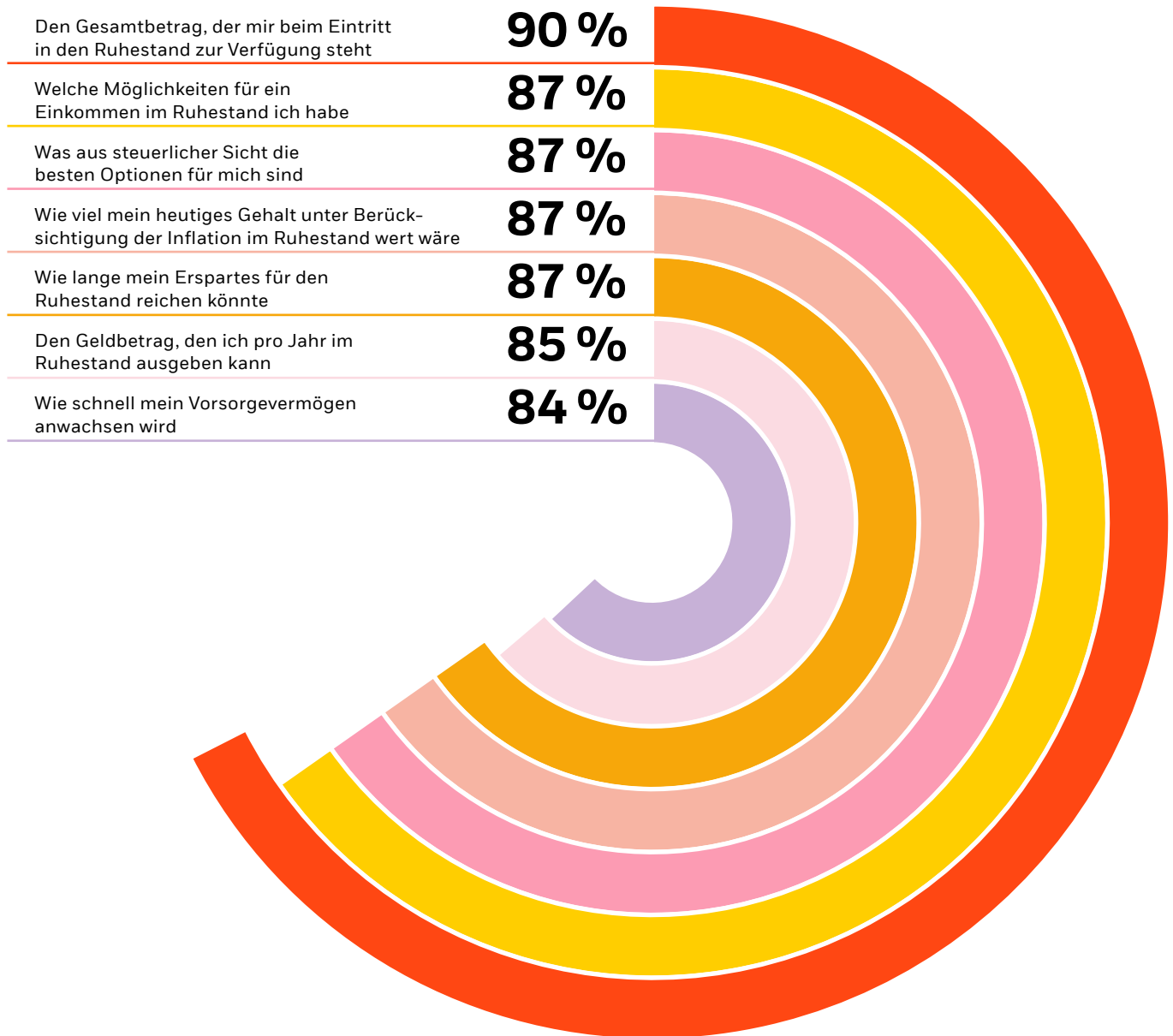


Verständnis über die Grundzüge und die diversen Optionen bei der Ruhestandsplanung



Der Bedarf an besseren Informationen ist entsprechend hoch: Neun von zehn Frauen wünschen sich mehr Unterstützung zu wichtigen Vorsorgethemen, etwa zu den unterschiedlichen Möglichkeiten, für den Ruhestand zu sparen, und zu den günstigsten steuerlichen Optionen. Hier könnten Arbeitgeber, Rentenversicherer, Vermögensverwalter und der Staat, aber auch soziale Medien, FinFluencer, Online-Broker und Robo-Advisor gemeinsam dazu beitragen, diese Informationslücke zu schließen.

Um informiertere Entscheidungen über Rente und Altersvorsorge treffen zu können, wie hilfreich wäre es für Sie, klare Informationen über Folgendes zu erhalten?



Private Vorsorge: Frauen legen seltener am Kapitalmarkt an

Gemäß der BlackRock Umfrage zur Altersvorsorge 2025 schätzen sich nur 28 % der Frauen selbst als finanziell erfahren ein. Dies könnte ein Grund dafür sein, dass sie für ihre private Altersvorsorge seltener als Männer Produkte nutzen, die am Kapitalmarkt investieren – obwohl Anlageinstrumente wie ETFs und Investmentfonds langfristig ein höheres Wachstumspotenzial bieten können.

Befragte, die ETF-Produkte halten

19 %

Frauen der Gen Z

37 %

Männer der Gen Z

26 %

Wohlhabende
berufstätige Frauen im
Angestelltenbereich

38 %

Wohlhabende
berufstätige Männer
im Angestelltenbereich

Dies zeigt sich sogar bei Frauen der Generation Z: Obwohl das geschlechtsspezifische Lohngefälle in dieser Gruppe am geringsten ist, halten sie nur halb so häufig ETF-Produkte wie gleichaltrige Männer (19 % gegenüber 37 %).

Und auch unter finanziell gut gestellten Angestellten, die beim Investieren auf vergleichsweise weniger Hürden stoßen, investieren Männer deutlich häufiger in ETFs als Frauen. Wenn Frauen sich aber überproportional oft für Optionen mit weniger Aussicht auf Rendite entscheiden, entgeht ihnen langfristig potenzielles Vermögenswachstum.

Um bei Frauen Vertrauen ins Investieren zu schaffen, braucht es gezielte Informationen und Beratung sowie geeignete, gut zugängliche Produkte. Das neue Altersvorsorgedepot, das ab Januar 2027 kommen soll, könnte ein Schritt sein, diese Herausforderungen anzugehen.

Fazit

Frauen stehen bei der Altersvorsorge vor strukturellen Hürden. Dies liegt nicht an mangelnder Finanzkompetenz, sondern vielmehr daran, dass ihre Lebens- und Erwerbsbiografien nur unzureichend berücksichtigt werden. Altersvorsorgeprodukte in Deutschland orientieren sich immer noch vor allem am Modell durchgehender

Vollzeiterwerbstätigkeit, was der Lebensrealität vieler Frauen nicht entspricht. Auch die Art der Informationsaufbereitung wird den unterschiedlichen Ausgangslagen und Bedürfnissen oft nicht gerecht. Verständliche und passende Kommunikation sowie inklusive Produktgestaltung sind entscheidend, um fundierte und selbstbewusste Vorsorgeentscheidungen zu ermöglichen.

Risikohinweise

Kapitalanlagerisiko. Der Wert von Anlagen und die daraus erzielten Erträge können sowohl steigen als auch fallen und sind nicht garantiert. Anleger erhalten den ursprünglich angelegten Betrag möglicherweise nicht zurück.

Rechtliche Informationen

Dieses Dokument ist Marketingmaterial und verliert 12 Monate nach seiner Veröffentlichung seine Gültigkeit.

Im Europäischen Wirtschaftsraum (EWR): herausgegeben von BlackRock (Netherlands) B.V., einem Unternehmen, das von der niederländischen Finanzmarktaufsicht zugelassen ist und unter ihrer Aufsicht steht. Eingetragener Firmensitz: Amstelveen 1, 1096 HA, Amsterdam, Tel.: +31(0)-20-549-5200. Handelsregister Nr. 17068311. Zu Ihrem Schutz werden Telefonate üblicherweise aufgezeichnet.

Alle hier angeführten Analysen wurden von BlackRock erstellt und können nach eigenem

Ermessen verwendet werden. Die Resultate dieser Analysen werden nur bei bestimmten Gelegenheiten veröffentlicht. Die geäußerten Ansichten stellen keine Anlageberatung oder Beratung anderer Art dar und können sich ändern. Sie geben nicht unbedingt die Ansichten eines Unternehmens oder eines Teils eines Unternehmens innerhalb der BlackRock Gruppe wieder, und es wird keinerlei Zusicherung gegeben, dass sie zutreffen.

Dieses Dokument dient nur Informationszwecken. Es stellt weder ein Angebot noch eine Aufforderung zur Anlage in einen BlackRock Fonds dar und wurde nicht im Zusammenhang mit einem solchen Angebot erstellt.

© 2026 BlackRock, Inc. Sämtliche Rechte vorbehalten. BLACKROCK, iSHARES und BLACKROCK SOLUTIONS sind Handelsmarken von BlackRock, Inc. oder ihren Niederlassungen. Alle anderen Marken sind Eigentum der jeweiligen Rechteinhaber.

Alle Angaben basieren, sofern nicht anders angegeben, auf den Antworten der 2.200 befragten Erwerbstätigen in Deutschland im Zeitraum vom 18. Juli bis 12. August 2025.