

10.12.2013 – 09:00 Uhr

Zündstoff unterm Weihnachtsbaum: Paare streiten über Verwandtschaft, Geschenke und zu wenig Freiraum

Hamburg (ots) -

Es ist das Fest der Liebe. Doch nicht selten endet Weihnachten unter Paaren in Frust und Streit. Laut der aktuellen ElitePartner-Studie haben zwei Prozent der Deutschen schon einmal direkt nach Weihnachten ihre Beziehung beendet. Das häufigste Streitthema an den Festtagen ist das Verhalten der lieben Verwandten. Tipps für stressfreie Feiertage gibt Paarberaterin Lisa Fischbach.

Über welche Themen haben Paare an vergangenen Weihnachtsfesten mit ihrem Partner gestritten?

1. Über das Verhalten von Verwandten (18%)
2. Darüber, wo/mit wem die Feiertage verbracht werden (17%)
3. Darüber, dass kein Freiraum an den Feiertagen bleibt (15%)
4. Über die Geschenkauswahl für Verwandte/Freunde (13%)
5. Über die Koordination der Besuchstermine (12%)
6. Darüber wer die Geschenke besorgt (10%)
7. Über unterschiedliche Vorstellungen weihnachtlicher Traditionen (9%)
8. Darüber, dass sich einer der Partner nicht in die Vorbereitungen einbringt (9%)
9. Über Größe/Gestaltung des Tannenbaums (6%)
10. Über Vorbereitung/Auswahl des Weihnachtssessens (6%)

Konfliktherde: Verhalten der Verwandten und Ort der Feier

Unpassende Bemerkungen oder fehlende Tischmanieren - der größte Streitpunkt unter Paaren ist das Benehmen und Verhalten von Verwandten. Fast jeder Fünfte ist darüber Weihnachten schon einmal mit seinem Partner aneinandergeraten. Keiner Wunder, dass das Streitthema Nummer zwei der Ort und die Besetzung der Feier sind. Knapp jeder Fünfte hat auch hierüber schon mit seinem Partner gestritten.

Die meisten Frauen möchten gerne mit ihrer Familie feiern

Bleibt die Frage, wo der perfekte Ort für die Feier ist. Besonders Frauen würden Weihnachten am liebsten mit den eigenen Verwandten feiern: 37 Prozent der Frauen und 24 Prozent der Männer möchten das Fest mit Partner und Kindern bei ihrer Familie verbringen. Knapp ein Viertel bevorzugt Weihnachten allein mit Partner und Kindern zu Hause, ohne Verwandte.

Einige Männer würden gerne ganz auf Weihnachten verzichten

Ein Teil der Männer hätte aber auch nichts dagegen, dem Weihnachtsstress und den lieben Verwandten ganz aus dem Weg zu gehen: 15 Prozent der befragten Männer würden gerne verreisen, neun Prozent lieber bei der Familie der Partnerin als mit ihrer eigenen feiern und fast doppelt so viele Männer wie Frauen würden am liebsten gar nicht feiern.

Tipps: So verbringen Paare Weihnachten stressfrei

Mit den Feiertagen beginnt eine riskante Zeit für die Liebe. "Wichtig ist, Stress vorzubeugen, indem man vorausschauend plant, die Aufgaben gerecht verteilt und seine Ansprüche senkt", sagt Diplom-Psychologin Lisa Fischbach von ElitePartner und gibt Paaren drei Tipps:

1. Es muss nicht alles perfekt sein

"Besprechen Sie rechtzeitig alles möglichst sachlich mit dem Partner und einigen Sie sich auf einen stimmigen und fairen Kompromiss. Weniger ist oft mehr: Nehmen Sie Abstand von zu viel Perfektion und Terminierung. Es muss nicht die atemberaubende Dekoration sein oder das Gourmet-Weihnachtsmenü. Etwas Einfaches kochen, entspannt alle und schafft Zeit."

2. Seien Sie offen für Veränderung

"Stellen Sie Ihre Traditionen auf den Prüfstand! Vieles an der Gestaltung des Weihnachtsfestes wirkt wie in Stein gemeißelt und ist seit Jahren fester Bestandteil. Doch sind alle Traditionen und Rituale noch zeitgemäß und Ihr Wunsch? Trauen Sie sich, diese mit Ihrem Partner zu hinterfragen. Was davon wollen Sie weiterführen, was verändern oder gar abschaffen?"

3. Freiraum schafft Ausgleich

"Zu wenig Freiraum an den Feiertagen ist für manche Gift. Planen Sie lieber weniger Termine ein oder lassen mal eine

Plätzchenrunde aus und gehen dafür eine Runde Joggen. Gönnen Sie sich, sich zwischendurch mal eine Stunde zurückzuziehen, die Füße hochzulegen oder Zeitung zu lesen. Die gewonnene Entspannung zahlt sich nachher doppelt aus, weil Sie sich wieder gelassener Ihren Gästen oder der Familie widmen können."

Für detaillierte Daten sprechen Sie uns gerne an!

Über die Studiendaten

Für die Pressemitteilung wurden zwei Studien von ElitePartner ausgewertet:

1. Das Ergebnis zu der Trennung nach Weihnachten wurde in der internet-repräsentativen ElitePartner-Studie ermittelt. An der Befragung nahmen 10.823 Internetnutzer teil.
2. Die weiteren in der Pressemitteilung kommunizierten Ergebnisse zu den weihnachtlichen Konfliktgründen wurden über den Tomorrow Focus Media Opinion Pool ermittelt. An der Befragung nahmen 443 Lierte teil.

Kontakt:

ElitePartner
Sabrina Berndt
Am Sandtorkai 50 | 20457 Hamburg
0049 40-60 00 95 - 607 | Sabrina.Berndt@ElitePartner.de

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100006902/100748504> abgerufen werden.