

04.04.2016 - 14:37 Uhr

Liebesbeziehungen: Diese 10 Faktoren verhindern das Beziehungs-Aus

Hannover (ots) -

Die psychologische Online-Dating-Plattform www.Gleichklang.de hat untersucht, warum Partnerschaften fortbestehen oder scheitern. Es konnten 10 Faktoren identifiziert werden, mit der es Beziehungspartner selbst in der Hand haben, ob ihre Partnerschaft dauerhaft fortbesteht oder auseinandergeht.

300 Männer und Frauen, die über Gleichklang eine Beziehung gefunden hatten, beantworteten Fragen zur Beziehungsdauer und Beziehungsgestaltung. Bei 200 Befragten bestand das Partnerglück zum Zeitpunkt der Befragung seit einigen Wochen bis 10 Jahren unverändert fort. Bei 100 Befragten war es im Durchschnitt nach sechs Monaten zu einer Trennung gekommen. Verglichen wurde das erfragte Beziehungsverhalten zwischen den fortbestehenden und den gescheiterten Beziehungen. So konnten 10 Erfolgs-Faktoren des dauerhaften Partnerglücks identifiziert werden.

Ergebnisse:

Liebe allein genügt nicht

Das erfragte Ausmaß der gemeinsamen Liebe konnte lediglich zu 15% statistisch erklären, ob eine Beziehung erhalten blieb oder scheiterte. Liebe allein könne oft vor Trennung nicht schützen. Sie sei kein Garant für ein dauerhaftes Partnerglück, leitet Gleichklang-Psychologe Dr. Guido F. Gebauer aus diesem Befund ab.

Aktiver Beziehungserhalt ist möglich

Diese 10 Faktoren konnten statistisch zu 51% aufklären, warum Beziehungen fortbestanden oder scheiterten:

- Veränderungsbereitschaft. Eine Beziehung bleibt niemals gleich. Je mehr die Befragten angaben, gemeinsam nach Veränderungsmöglichkeiten zu suchen, desto eher blieben sie zusammen.
- Liebe zeigen. Liebe will in einer Partnerschaft ausgesprochen und gezeigt werden. Je stärker die Befragten berichteten, gegenüber dem Partner ihre bestehende Liebe auch gezeigt zu haben, desto seltener scheiterte eine Beziehung.
- Erfüllte Sexualität. Erotik fördert die Beziehungsqualität. Je positiver und aktiver das Sexualeben durch die Befragten gestaltet wurde, desto seltener trennten sie sich.
- Lösungsorientiertheit. Es hilft nichts, zu klagen, sondern Partnerschafts-Probleme brauchen Lösungen. Je klarer der Fokus bei den Befragten auf der aktiven Lösung von Problemen lag, desto häufiger blieb ihre Partnerschaft erhalten.
- Bindungsbereitschaft. Bindung ist die bewusste Entscheidung, mit einem Menschen zusammen zu bleiben, in guten wie in schlechten Zeiten. Je stärker diese Entscheidung getroffen wurde, umso seltener kam es zur Trennung.
- Fokus auf das Positive. Ein Glas mag halb voll oder halb leer sein, es kommt auf die Perspektive des Betrachters an. Befragte, die sich vorwiegend auf das Positive in ihrer Beziehung konzentrierten, konnten die Partnerschaft eher erhalten.
- Konflikte lösen. Es hilft nichts, den Kopf in den Sand zu stecken. Befragte, die angaben, Konflikte zu vermeiden, gelangten oft in das Beziehungs-Aus.

- Kompromissbereitschaft. Die perfekte Beziehung gibt es nicht. Zwischen Partnern sind Kompromisse immer nötig. Je eher die Befragten bereit waren, Kompromisse einzugehen, desto häufiger blieben sie zusammen.
- Effektiv kommunizieren. Kommunikation ist in einer Beziehung das A und O und darf keine Enbahnstraße sein. Je stärker die Befragten angaben, mit ihrem Partner einen gemeinsamen Kommunikationsstil aufgebaut zu haben, desto seltener waren Trennungen.
- Eifersüchtig machen. Den Partner eifersüchtig machen, kann helfen, Leidenschaft und Beziehungswunsch anzufeuern. Befragte, die dies taten, konnten ihre Beziehung jedenfalls häufiger aufrechterhalten. Allerdings ist hier Vorsicht angesagt. Es gehe nicht um Fremdgehen, sondern um leichte Neckereien, betont Psychologin Gebauer. Fremdgehen an sich habe vielmehr in der Datenauswertung - durchaus überraschend - keinerlei Einfluss auf die Beziehungsdauer gehabt.

Wir haben es selbst in der Hand

Psychologin Gebauer schließt aus den Ergebnissen, dass Beziehungspartner sehr viel tun können, um eine Beziehung zu erhalten. Das Beziehungs-Aus muss kein Schicksal sein. Wenn Beziehungspartner aktiv an ihrer Beziehung arbeiteten, hätten sie es zu einem guten Teil selbst in der Hand, ob die Beziehung dauerhaft forbestehe oder scheitere. Deshalb biete Gleichklang jetzt auch über die reine Partnervermittlung hinaus seinen Mitgliedern ein psychologisches Coaching an, um eine entstandene Beziehung dauerhaft erhalten zu können.

Kontakt:

Gleichklang limited
Dr. Guido S. Gebauer
Rambergstr. 41
30161 Hannover

Tel.: 0160 524 2562
E-Mail: gebauer@gleichklang.de
Web: <http://www.gleichklang.de>

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100015842/100786158> abgerufen werden.