07.06.2022 – 12:32 Uhr

Neues Buch: Online-Partnersuche aus psychologischer Sucht

Hannover (ots) -

In einem neuen Buch zur Online-Partnersuche gibt Diplom-Psychologe und Mitbegründer der Dating-Plattform Gleichklang.de einen umfassenden psychologischen Insider-Einblick in die Möglichkeiten, Risiken und Chancen der Online-Partnersuche sowie eine Vielzahl an Empfehlungen für ihre effektive Nutzung.

Kurzüberblick

Die Partnersuche im Internet boomt - noch nie gab es so viele Möglichkeiten wie heute, Singles im Internet kennenzulernen. Allerdings gibt es heute auch so viele Singles wie nie zuvor, von denen sich wiederum viele eine Partnerschaft wünschen.

Guido F. Gebauer, Diplom-Psychologe und Mitgründer der Online-Dating Plattform Gleichklang.de greift diese Situation in seinem Buch zur Online-Partnersuche auf, welches soeben im*edigo* Verlag erschienen ist unter dem Titel: "*A Perfect Match? Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht*".

Aus einer Fülle vorliegender Daten und Befunde leitet Gebauer eine ebensolche Vielzahl von Empfehlungen ab, wie Partnersuchende im Internet Frust und herbe Enttäuschungen vermeiden und die Aussichten Ihre Partnersuche verbessern können.

Gebauer versteht sein Buch als einen psychologischen Beitrag zur Verbesserung des Verständnisses für die Online-Partnersuche. Dadurch solle Partnersuchenden eine effektivere Nutzung der Online-Partnersuche ermöglicht werden. Sein Buch, welches aus Anbieter-Sicht geschrieben sei, sieht er als Ergänzung anderer Bücher und Erfahrungsberichte, die aus Nutzer:innensicht geschrieben worden seien.

Auf 352 Seiten gibt Gebauer einen Überblick über die Online-Partnersuche unter Berücksichtigung von mehr als 100 wissenschaftlichen Studien, aber auch von Presseberichten und Artikeln in den sozialen Medien, sowie seiner eigenen Erfahrungen aus mehr als 15 Jahren Partnervermittlung, wobei die Schilderungen vieler tausender Singles auf Partnersuche mithilfe von quantitativen Umfragen und qualitativen Analysen ausgewertet worden seien.

Der Schwerpunkt der Darstellung liegt auf der Diversität und Individualität partnerschaftlicher Beziehungen. Wer seine eigenen Beziehungswünsche kenne und verstehe, könne diese zielgerichtet verfolgen und so die Zeit der Partnersuche gleichzeitig für die eigene Persönlichkeitsentwicklung nutzen.

Gebauer gibt zahlreiche konkrete und psychologisch fundierte Empfehlungen zur Analyse der eigenen Beziehungs-Wünsche, der Auswahl einer geeigneten Plattform, der Erstellung des eigenen Profils mit Selbstschilderung und Photoauswahl, der Kommunikation mit anderen Partnersuchenden, dem Umgang mit möglichen Enttäuschungen, der Erkennung der richtigen Person und der Entscheidung für eine Beziehung, der effektiven Gestaltung der Phasen von Beziehungserprobung und Beziehungsaufbau sowie zum Erhalt einer gefundenen Liebesbeziehung.

Auch kritische Themen und heiße Eisen, wie *Ghosting, Liebes-Betrüger* oder mögliche *sexuelle oder andere Übergriffe* - und wie Partnersuchende sich vor diesen schützen können - werden behandelt.

Gebauer plädiert gegen die weit verbreitete Analogie zwischen Partnersuche und Bewerbungsprozessen:

Diese Analogie präge viel zu stark die gesellschaftliche Diskussion über die Online-Partnersuche und reiche bis hin zu Empfehlungen für eine positiv verzerrte Selbstdarstellung beim Online-Dating.

Solche Empfehlungen seien schädlich und würden mangelnde Authentizität und spätere Desillusionierungen begünstigen. Stattdessen rät Gebauer zu einem Verständnis von Online-Partnersuche als Begegnung, bei der das gemeinsame Interesse beider Seiten darin liege, herauszufinden, ob sie in einer Beziehung miteinander glücklich werden können oder nicht. Dies aber gehe nur mit radikaler Ehrlichkeit, die daher von Anfang an das Online-Kennenlernen prägen sollte.

Überblick über die Buchinhalte

Das Buch gliedert sich in vier große Abschnitte, die sich thematisch auseinandersetzen mit (1) der Klärung der eigenen Beziehungswünsche, (2) der Auswahl einer geeigneten Plattform, (3) der Anlegung und kommunikativen Nutzung eines eigenen Dating-Profils, sowie (4) der eigentlichen Partnerentscheidung, dem Beziehungsaufbau und der Beziehungsführung.

Klärung der eigenen Beziehungswünsche

Alles beginnt mit der Klärung der eigenen Beziehungswünsche. Entsprechend startet auch das Buch mit den eigenen Lebensvorstellungen und Beziehungswünsche. Die Leser:innen werden ermutigt herauszufinden, ob sie wirklich eine Partnerschaft möchten und wenn ja, welche Art von Person und Beziehung sie suchen.

Zur Erweiterung des Horizontes werden auch verschiedene nicht-traditionelle Beziehungs-Arten vorgestellt und in ihren Potenzialen erläutert, wie offene oder polyamoröse Beziehungen, platonische Beziehungen, Beziehungen mit getrennten Wohnungen oder Fernbeziehungen.

Ebenso wird dargestellt, wie Partnersuchende Ballast aus früheren Beziehungen abwerfen und eine mögliche Wiederholung ungünstiger alter Beziehungsmuster verhindern können.

Auch der Umgang mit Trauer nach Tod und Trennung von Beziehungspartner:innen wird aufgegriffen und die Frage wird beantwortet, wann der richtige Zeitpunkt für eine neue Partnersuche gekommen ist.

Auswahl einer geeigneten Plattform

Im zweiten großen Abschnitt wendet sich Gebauer der Orientierung zwischen den vielen Portalen zu. Was ist bei der Auswahl einer Plattform zu beachten?

Einer der weit verbreiteten Mythen der Online-Partnersuche sei, dass besonders viele Auswahlmöglichkeiten zu besonders hohen Vermittlungschancen führten. Im Gegenteil, könne durch eine scheinbar unbegrenzte Auswahl ein Konsumverhalten entstehen,

welches Bindungsprozessen zuwiderlaufe und die tatsächlichen Partnerwahlentscheidungen sogar verschlechtere.

Gebauer rät Partnersuchenden, sich dieser Gefahr bewusst zu sein, um nicht selbst in ein Verhalten abzugleiten, bei dem das eigentliche Ziel der Partnerfindung oft unbemerkt durch reine Dating-Ziele ersetzt werde. Hierauf habe auch die Auswahl der Dating-Plattform einen Einfluss.

Dargestellt werden die Unterschiede zwischen Dating-Apps, Singlebörsen und Partnervermittlungen.

Vor allem zu den Dating-Apps kann auf eine große Anzahl an psychologischen Studien zu Motiven und Persönlichkeitsmerkmalen der Nutzer zurückgegriffen werden.

Aber auch der Anspruch der Partnervermittlungen auf eine passgenaue Vermittlung wird unter Zugrundelegung des psychologischen Forschungsstands kritisch diskutiert:

Eine allgemeine Ähnlichkeit der Persönlichkeiten sei, anders als es viele Partnervermittlungen postulierten, in Wirklichkeit nicht entscheidend. Wichtig sei lediglich eine Übereinstimmung in zentralen Werthaltungen und den Beziehungsmodellen. Wer nach einer offenen Beziehung suche, passe beispielsweise nicht zu jemanden, der Wert auf Monogamie lege. Ansonsten dürfe sich die Persönlichkeit von Beziehungspartnern sehr wohl unterscheiden.

Dating-Apps seien besonders bei einer gemischten Motivlage geeignet, wo es nicht allein um die Partnersuche gehe, sondern auch um Unterhaltung und Ablenkung, Flirts, Erotik oder Selbstbestätigung.

Wer ausschließlich nach einer romantischen Beziehung suche, werde sich bei Partnervermittlungen wohler fühlen, wobei aber auch eine Kombination verschiedener Plattformen möglich sei.

Anlegung des Profils und Kommunikation

Ist die Plattform ausgewählt, geht es darum, das eigene Profil zu erstellen und mit anderen Partnersuchenden in Kontakt zu treten. Gebauer unterbreitet den Leser:innen psychologisch begründete Empfehlungen zur Gestaltung Ihrer Selbstschilderung, zur Auswahl von Fotos, sowie zu Schreiben von Erstnachrichten und Folgenachrichten.

Als wesentliche Voraussetzungen des Erfolges werden Offenheit, Geduld und ein gelassener Umgang mit Enttäuschungen benannt. Leider glaubten weiterhin viele, dass Online-Partnersuche ein Bewerbungsvorgang sei, bei dem es um eine optimale Selbstpräsentation gehe. Dies schade dem Kennenlernen und begünstige das Auftreten von Desillusionierungen und Enttäuschungen. Richtig gedacht, sei die Online-Partnersuche eine ergebnisoffene Begegnung, bei beide Seiten das gemeinsame Interesse hätten, herauszufinden, ob sie in einer Beziehung miteinander glücklich werden können oder nicht. Es gelte daher im Eigeninteresse von Anfang an der Rat zu radikaler Ehrlichkeit.

Partnerscheidung, Beziehungsaufbau und Beziehungsführung.

Nach dem ersten Treffen hören die Herausforderungen nicht auf. Dann gilt es, den Kontakt zu vertiefen, eine Beziehung aufzubauen und das einmal gefundene Glück langfristig zu erhalten. Leider münden selbst vielversprechende Kontakte manchmal in Ghosting, toxische Beziehungsmuster oder Betrugsversuche. Auch hiermit muss ein Umgang gefunden werden.

Im letzten Abschnitt des Buches geht es darum, wie Partnersuchende erkennen können, dass sie die richtige Person gefunden haben und wie Sie den nachfolgenden Beziehungsaufbau gestalten können. Gebauer erläutert hierfür vier entscheidende Kriterien, die Partnersuchende zugrundelegen könnte:

Seien beidseitig Anziehung, Bindungsbereitschaft, gemeinsame Lebensziele und wechselseitige Veränderungsbereitschaft vorhanden, stehe einer Beziehung nichts mehr im Wege. Spätestens jetzt sollte auch alle Mehrgleisigkeit enden und die Online-Partnersuche sollte ausgesetzt werden.

Das Buch schließt mit Hinweisen, wie eine einmal gefundene Liebe durch offene Kommunikation, aktive Konfliktlösung, einen positiven Alltag, gemeinsame Lebensziele und fortwährende Beziehungs-Arbeit erhalten werden kann.

Interviews und Rezensionsexemplare

Gebauer steht für Interviews jederzeit zur Verfügung.

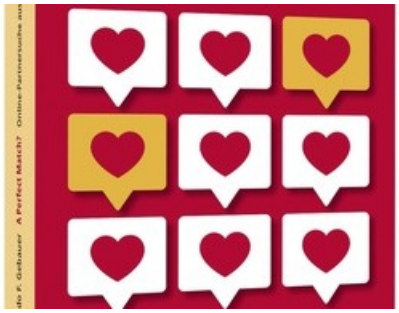
Gleichklang sendet interessierten Journalist:innen auf Anforderung Rezensionsexemplare zu.

Fotomaterialien zum Download stehen auch auf der *Webseite des edigo Verlags* bereit.

Pressekontakt:

Dr. Guido F. Gebauer
Gleichklang limited
Oesterleystr 1
30171 Hannover
Tel.: 0511 51516678
E-Mail: gebauer@gleichklang.de

Medieninhalte



Psychologische Analyse der Online-Partnersuche / Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/71147 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke unter Beachtung ggf. genannter Nutzungsbedingungen honorarfrei. Veröffentlichung bitte mit Bildrechte-Hinweis.

Dr. Guido F. Gebauer, Autor von "A Perfect Match? Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht. / Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/71147 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke unter Beachtung ggf. genannter Nutzungsbedingungen honorarfrei. Veröffentlichung bitte mit Bildrechte-Hinweis.

Diese Meldung kann unter https://www.presseportal.ch/de/pm/100015842/100890402 abgerufen werden.