



ElitePartner

STUDIE 2022

SO LIEBT DEUTSCHLAND

Was heute bei der Partnerwahl zählt,
wie Paare Krisen bewältigen
und welche Rolle Spiritualität in der Liebe spielt



INHALT

 DATING UND PARTNERWAHL	7
Jeder dritte Mann hat ein Beuteschema	8
Emotionale Qualitäten zählen bei der Partnerwahl am meisten	10
Partnerwahl zwischen Wunsch und Wirklichkeit	12
Ankommen oder aufbrechen: Beziehungserwartungen 2022	14
Warnsignale beim Dating: Jammern, Ex-Talk, Missverständnisse	16
 BEZIEHUNGEN	19
Spott, Alleingänge und Bevormundungen schmerzen in der Liebe am meisten	20
6 von 10 Frauen und Männern sind eifersüchtig	22
Eifersuchts-Trigger: Ex-Partner:innen, Fremdfirts und ignorierte Nachrichten	24
Vertrautheit, Kuseln und Sex-Talk – das macht guten Sex aus	26
Zwischen Paarzeit und Streit – wie sich Homeoffice auf die Liebe auswirkt	28
Von romantisch bis pragmatisch: So stehen Frauen und Männer zur Ehe	32
Die Ehe ist bei Jüngeren wieder beliebt	34
Zwischen Frust und Freude: So stehen Paare zu ihren Schwiegereltern	36
Mehr Lebensfreude und Sinnstiftung – welche Argumente für Kinder sprechen	38
Zwei Drittel nennen Unabhängigkeit als Argument gegen das Kinderkriegen	40
 SPIRITUALITÄT UND LIEBE	43
So spirituell sehen die Deutschen die Liebe	44
Lisa Fischbach im Interview: Liebe zu entmystifizieren wäre für viele ein Verlust	46
 MENTAL HEALTH IN PARTNERSCHAFTEN	49
Wie Krisen und psychische Erkrankungen Partnerschaften fordern	50
Diese Strategien nutzen Paare für ihre mentale Gesundheit	52
 SO LIEBT DEUTSCHLAND	55
15 Fakten über die Liebe	56



DATING UND PARTNERWAHL



JEDER DRITTE MANN HAT EIN BEUTESCHEMA

Wilde Mähne, Sommersprossen, Frohnatur – oder haselnussbraune Augen, Tattoos und mystische Aura: Wenn es ums Beuteschema geht, scheinen viele Männer ganz genau zu wissen, was sie wollen: Jeder dritte Mann gibt zu, dass zwischen seinen Partner:innen optisch wie charakterlich durchaus eine gewisse Ähnlichkeit bestand und dass ihm sein Wahlmuster als Kompass zu guten Beziehungen verholfen hat. Frauen zeigen sich deutlich flexibler. Hier hat nur etwa jede Vierte ein klares Beuteschema.

Übrigens: Mit dem Alter werden sowohl Männer als auch Frauen flexibler bei der Partnerwahl.

FÜR FAST JEDE:N ZWEITE:N GILT: OHNE OPTISCHE PASSUNG KEINE KÖRPERLICHE ANZIEHUNG

Sexuelle Anziehung durch Werte, Worte und eine gemeinsame Wellenlänge – das passiert nicht bei jedem. Für knapp die Hälfte der Frauen und Männer muss das Gegenüber optisch ihrem »Typ« entsprechen – andernfalls wird beim Daten und Kennenlernen kein Feuer entfacht. Doch die Zahlen zeigen auch: Es kann sich lohnen, von einem festen Partnerwahlmuster abzuweichen, denn immerhin jede:r Vierte glaubt, dass das eigene Beuteschema eine glückliche Beziehung erschwert.

INWIEWEIT STIMMEN SIE PERSÖNLICH FOLGENDEN AUSSAGEN ZU?

6.101 erwachsene deutsche Internetnutzer

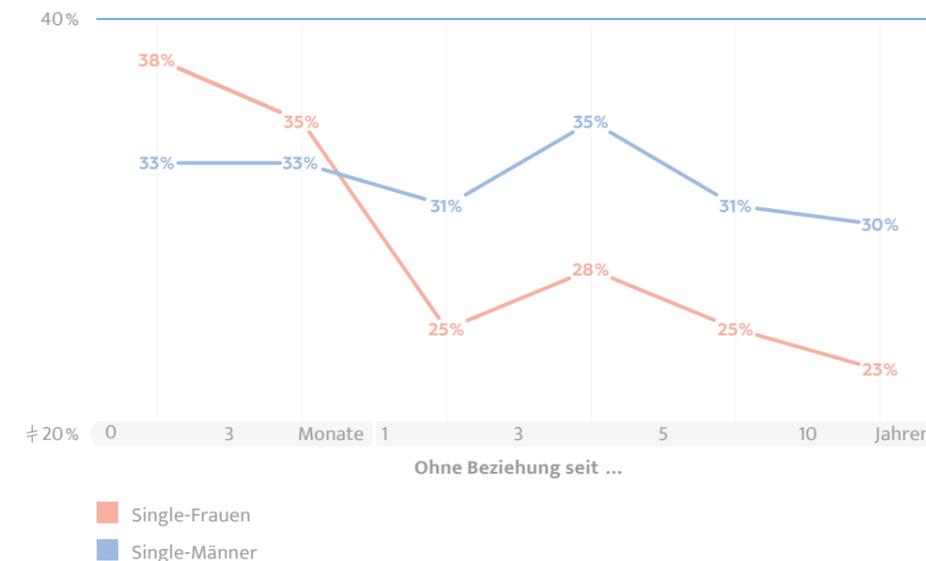
	♀	♂
»Meine bisherigen Partner:innen/ Dates waren sehr unterschiedlich«	52%	45%
»Für mich entsteht körperliche Anziehung nur dann, wenn jemand meinem optischen Typ entspricht«	43%	46%
»Ich glaube, man kann nur mit jemandem glücklich werden, der den eigenen Vorstellungen genau entspricht«	30%	32%
»Mein Partnerwahl-Muster bietet mir Orientierung und hat zu guten Beziehungen geführt«	27%	33%
»Meine bisherigen Partner:innen/ Dates waren charakterlich recht ähnlich«	26%	32%
»Meine bisherigen Partner:innen/ Dates waren optisch recht ähnlich«	25%	33%
»Ich habe das Gefühl, ich gerate immer wieder an die Falschen«	24%	23%
»Ich glaube, dass mein Partnerwahl-Muster eine glückliche Beziehung erschwert«	23%	23%
»Meine bisherigen Partner:innen hatten zum Teil Ähnlichkeit mit meiner:m Mutter bzw. Vater«	14%	18%

SINGLE-FRAUEN ÜBERDENKEN MIT DER ZEIT IHRE PARTNERWAHL

Irgendwann muss man die eigenen Ansprüche hinterfragen – das meinen zumindest viele Single-Frauen: Mit zunehmender Single-Dauer glauben immer weniger Frauen daran, dass man nur mit jemandem glücklich werden kann, der genau den Vorstellungen entspricht. Interessanterweise zeigt sich dieses Muster bei Männern nicht. Ob Langzeit- oder Kurzzeit-Single – hier glaubt jeder Dritte unabhängig von der Single-Dauer daran, dass das Glück in der Partnerschaft eng mit dem Beuteschema verknüpft ist.

Spannend: Möglicherweise beziehen sich die »eigenen Vorstellungen« dabei vor allem auf die optische Attraktivität des:r Partner:in. Denn bei der Partnerwahl (siehe Seite 10) schreiben Männer den Attributen »attraktiv, gutaussehend« deutlich mehr Bedeutung zu (68 Prozent) als Frauen (58 Prozent).

»Ich glaube, man kann nur mit jemandem glücklich werden, der den eigenen Vorstellungen genau entspricht«



KNAPP JEDES DRITTE JUNGE PAAR SIEHT ÄHNLICHKEITEN ZU DEN ELTERN

Dickköpfig wie Dirk oder penibel wie Petra: Gerade Liierte unter 30 geben zu, dass ihre bisherigen Partner:innen zum Teil Ähnlichkeit mit ihrer Mutter oder ihrem Vater hatten. Während 30 Prozent der llierten Frauen und Männer zwischen 18 und 29 Parallelen zwischen Partner:in und Papa oder Mama entdecken, sind es bei Paaren über 60 Jahren nur noch 5 Prozent.

»Meine bisherigen Partner:innen hatten zum Teil Ähnlichkeit mit meiner:m Mutter bzw. Vater«



EMOTIONALE QUALITÄTEN ZÄHLEN BEI DER PARTNERWAHL AM MEISTEN

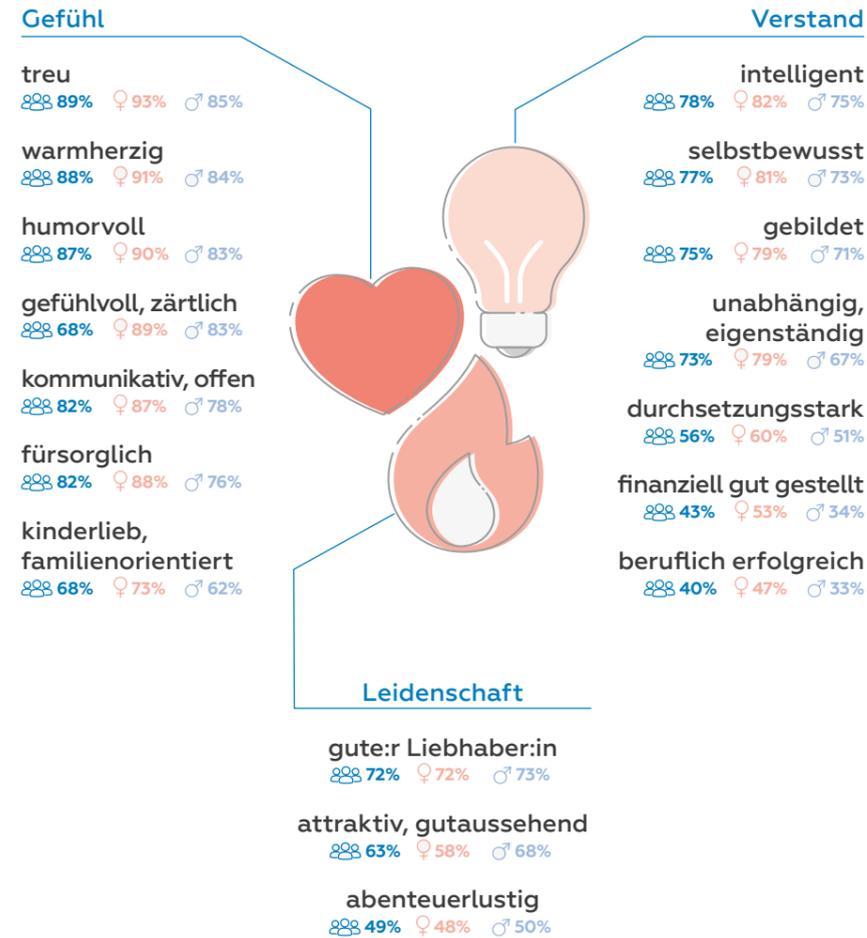
Treu, warmherzig, humorvoll, gefühlvoll, zärtlich, kommunikativ, offen und fürsorglich – so sieht die Liste an Eigenschaften aus, die sich die Deutschen heute bei einem:r Partner:in wünschen. Dabei zeigt sich, dass sich die Geschlechter in ihren Vorstellungen ausgesprochen ähnlich sind, denn emotionale Qualitäten stehen sowohl bei Frauen als auch bei Männern hoch im Kurs. Dicht gefolgt von rationalen Eigenschaften: Intelligenz, Selbstbewusstsein, Bildung und Eigenständigkeit sind drei Viertel der Befragten bei der Partnerwahl wichtig. Insgesamt zeigen sich Frauen deutlich anspruchsvoller, lediglich beim Thema Attraktivität machen Männer im Vergleich weniger gern Abstriche.

CHARAKTER VOR OPTIK: MÄNNER TROTZEN DEN KLISCHEES

Eine wallende Mähne, sexy Kurven und ein verführerischer Blick können Männer zwar begeistern – viel wichtiger als Optik ist ihnen jedoch etwas ganz anderes: Drei Viertel der Männer wünschen sich eine:n intelligente:n, selbstbewusste:n und gebildete:n Partner:in an ihrer Seite. Auch Unabhängigkeit und Eigenständigkeit sind zwei Dritteln der Männer wichtig. Jeder Zweite lässt sich gern auch mal Kontra geben und von Abenteuerlust anstecken. Bei immerhin jedem Dritten steht auch beruflicher Erfolg auf der Wunschliste.

WIE WICHTIG WÄREN IHNEN DIE FOLGENDEN EIGENSCHAFTEN BEI IHREM:R ZUKÜNFTIGEN PARTNER:IN?

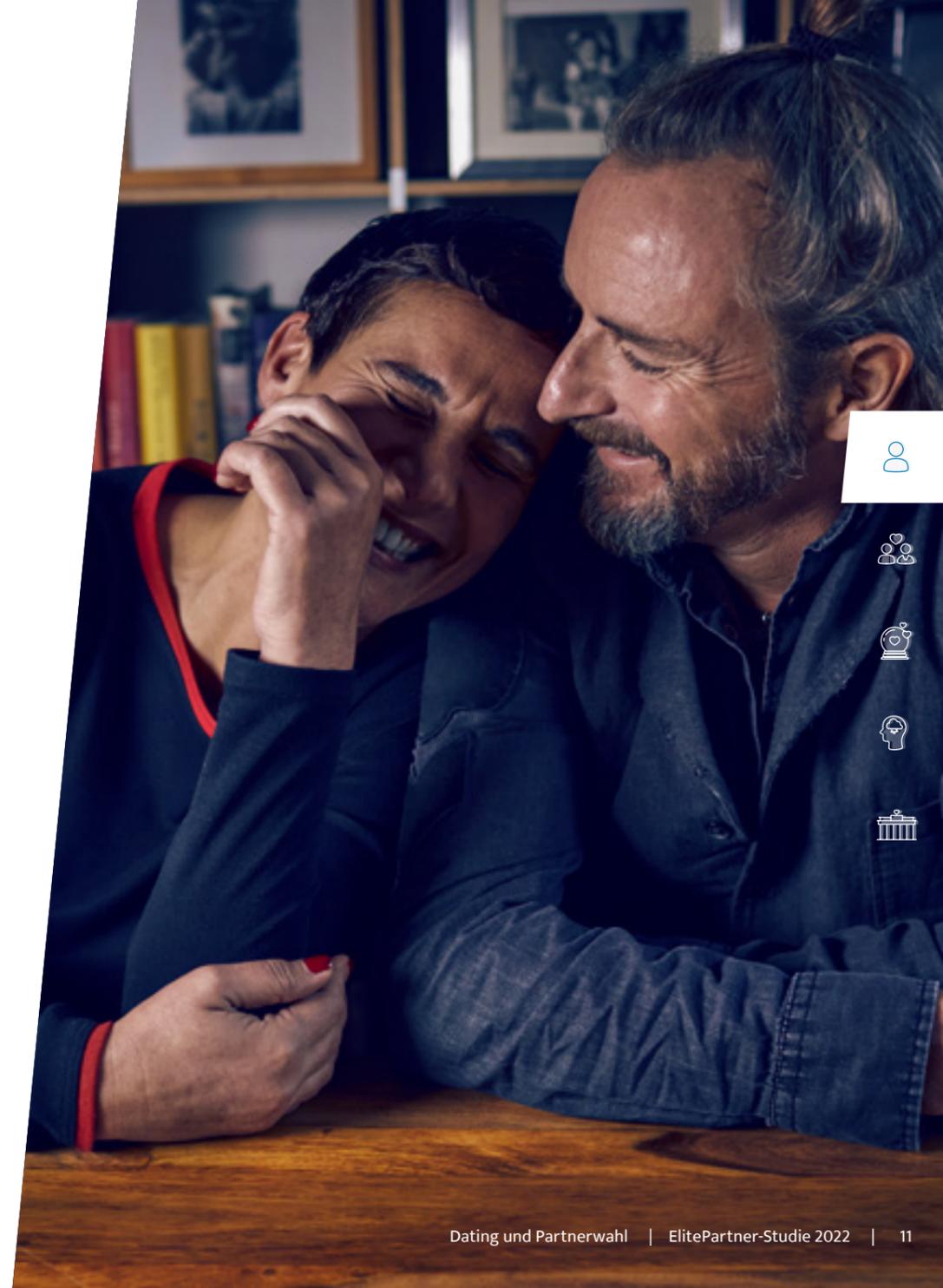
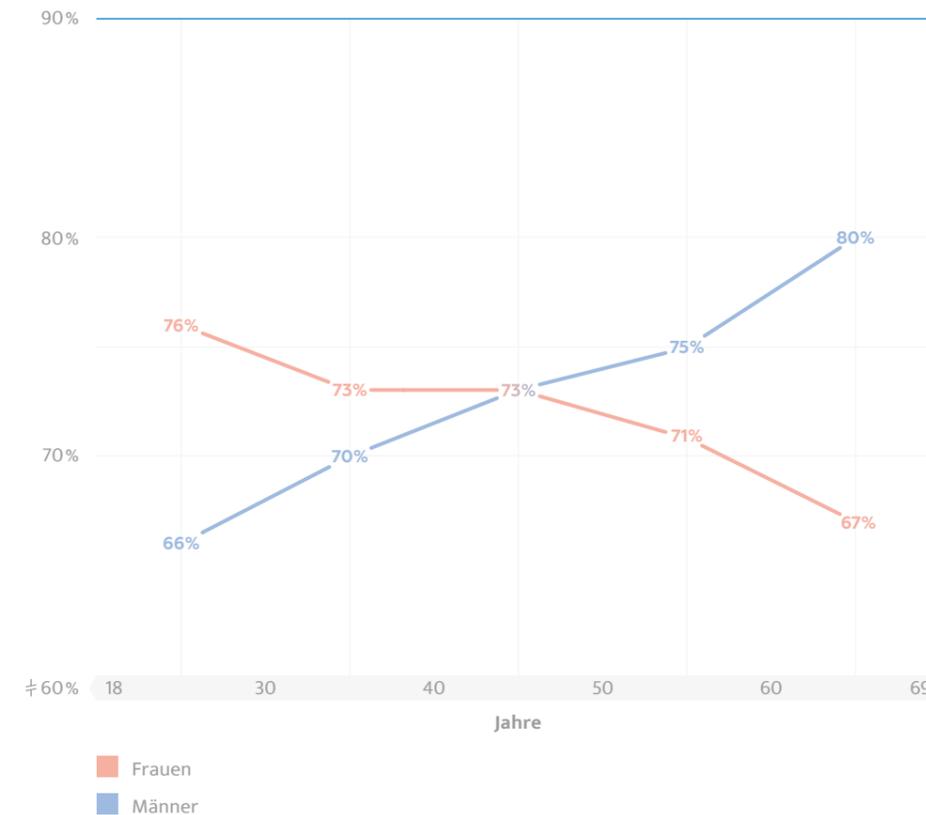
6.104 erwachsene deutsche Internetnutzer



JUNGE FRAUEN HABEN SICH SEXUELL EMANZIPIERT

Zwar hält sich das Klischee hartnäckig, dass Männern guter Sex wichtiger ist als Frauen, die Zahlen zeigen jedoch, dass sich Frauen längst sexuell emanzipiert haben: Ihnen sind Liebhaberqualitäten genauso wichtig wie Männern. Dabei stechen besonders junge Frauen hervor: Mehr als drei Viertel der Frauen unter 30 ist es wichtig, dass ihr:e Partner:in gut im Bett ist – während nur zwei Drittel der Männer in diesem Alter Wert darauf legen. Ab 50 wendet sich dann das Blatt und für Männer steigt die Relevanz sexueller Qualitäten weiter an, während deren Bedeutung für Frauen kontinuierlich sinkt.

gute:r Liebhaber:in



PARTNERWAHL ZWISCHEN WUNSCH UND WIRKLICHKEIT

ÄHNLICHE WERTE, ZIELE UND INTERESSEN SIND AM WICHTIGSTEN

Beide sehnen sich nach Sicherheit, Kindern und einem Häuschen auf dem Land, wo sie ihrer Leidenschaft zum Handwerken nachgehen können – für viele ein wünschenswertes Szenario. Denn gemeinsame Werte, Ziele und Interessen sowie ein ähnlicher Lebensstil stehen ganz weit oben auf der Liste der Attribute, die Singles bei einem:r potenziellen Partner:in wichtig sind. Die gute Nachricht: Diese Wünsche werden bei den meisten Wirklichkeit – tatsächlich sind sich Paare in vielerlei Hinsicht sogar noch ähnlicher, als Singles sich das vorab wünschen. Die einzige Ausnahme stellen gemeinsame Interessen dar. Zwar gibt eine große Mehrheit der Lierten an, dass der:die Partner:in auch die eigenen Interessen teilt, doch die Realität entspricht in diesem Fall nicht ganz der Wunschvorstellung.

INWIEWEIT SIND IHNEN DIE FOLGENDEN DINGE AN EINEM:R PARTNER:IN BESONDERS WICHTIG?

6.104 erwachsene deutsche Internetnutzer, Singles

TREFFEN DIE FOLGENDEN DINGE AUF IHRE:N AKTUELLE:N PARTNER:IN ZU?

4.044 erwachsene deutsche Internetnutzer, Lierte

Wunsch	Dass mein:e Partner:in ...	Realität
84%	... ähnliche Interessen hat wie ich	76%
82%	... meine Werte und Ziele teilt	86%
72%	... optisch meinem Typ entspricht	79%
70%	... den gleichen Lebensstil hat wie ich	81%
64%	... größer ist als ich	83%
48%	... einen ähnlichen Bildungsabschluss hat wie ich	58%
46%	... meine politische Einstellung teilt	70%
31%	... älter ist als ich	63%
26%	... mehr verdient als ich	61%
Wunsch	Dass mein:e Partner:in ...	Realität
71%	... ähnliche Interessen hat wie ich	69%
67%	... meine Werte und Ziele teilt	80%
64%	... optisch meinem Typ entspricht	77%
55%	... den gleichen Lebensstil hat wie ich	78%
36%	... meine politische Einstellung teilt	66%
34%	... jünger ist als ich	58%
33%	... kleiner ist als ich	72%
31%	... einen ähnlichen Bildungsabschluss hat wie ich	54%
12%	... weniger verdient als ich	52%

Wunsch Realität Frauen Männer

GEFÄLLE DER GESCHLECHTER: BEIM VERDIENST REPRODUZIEREN SICH ALTE ROLLENMUSTER

Fragt man Singles, wie der Verdienst des:r Partners:in aussehen sollte, antworten die meisten modern-emanzipiert. Nur jede vierte Single-Frau wünscht sich explizit, dass ihr Partner mehr verdient als sie selbst und nur etwa jeder zehnte Single-Mann sucht offen eine Partnerin mit geringerem Einkommen. Die Realität sieht aber anders aus: Letztendlich sind sechs von zehn Frauen in einer Beziehung mit einem Mann, der mehr verdient als sie. Hier machen gesellschaftliche Bedingungen vielen Paaren offenbar einen Strich durch die Rechnung – oder die tatsächlichen Entscheidungen folgen konservativeren Mustern, als viele zugeben. Selbst besserverdienende Frauen mit einem monatlichen Nettoeinkommen von 3.000 Euro oder mehr sind in 6 von 10 Fällen mit einem Mann zusammen, der noch mehr verdient als sie.

Interessant: Unter 30 verdient immerhin ein Drittel aller Paare gleich viel. Bei Paaren in den 40ern und 50ern ist die Konstellation »besserverdienender Mann trifft schlechterverdienende Frau« dagegen am häufigsten vertreten.

DIE ANSPRUCHSFALLE: UNZUFRIEDENE FRAUEN HABEN MEHR ERWARTUNGEN

Attraktiv, 1,90m, beruflich erfolgreich, ähnliche Vorstellungen vom Leben und ein guter Verdienst – so oder so ähnlich malen sich viele Single-Frauen den Mann ihrer Träume aus. Im Vergleich zu Männern sind sie deutlich anspruchsvoller – das gilt besonders für Frauen, die mit ihrem Single-Leben unzufrieden sind. Ihnen ist es beispielsweise deutlich wichtiger als zufriedenen Frauen, dass ihr Partner optisch ihren Vorlieben entspricht, größer als sie ist und ähnliche Interessen mitbringt. Hier stellt sich die Frage, ob unzufriedene Single-Frauen anspruchsvoller werden, um bei der nächsten Partnersuche den vermeintlich perfekten Partner zu finden, oder ob sie durch ihr Anspruchsdenken häufiger ungewollt Single bleiben und deshalb unzufrieden mit ihrem Solo-Status sind.

Dass mein:e Partner:in ...

... ähnliche Interessen hat wie ich

82%

87%

... optisch meinem Typ entspricht

70%

77%

... größer ist als ich

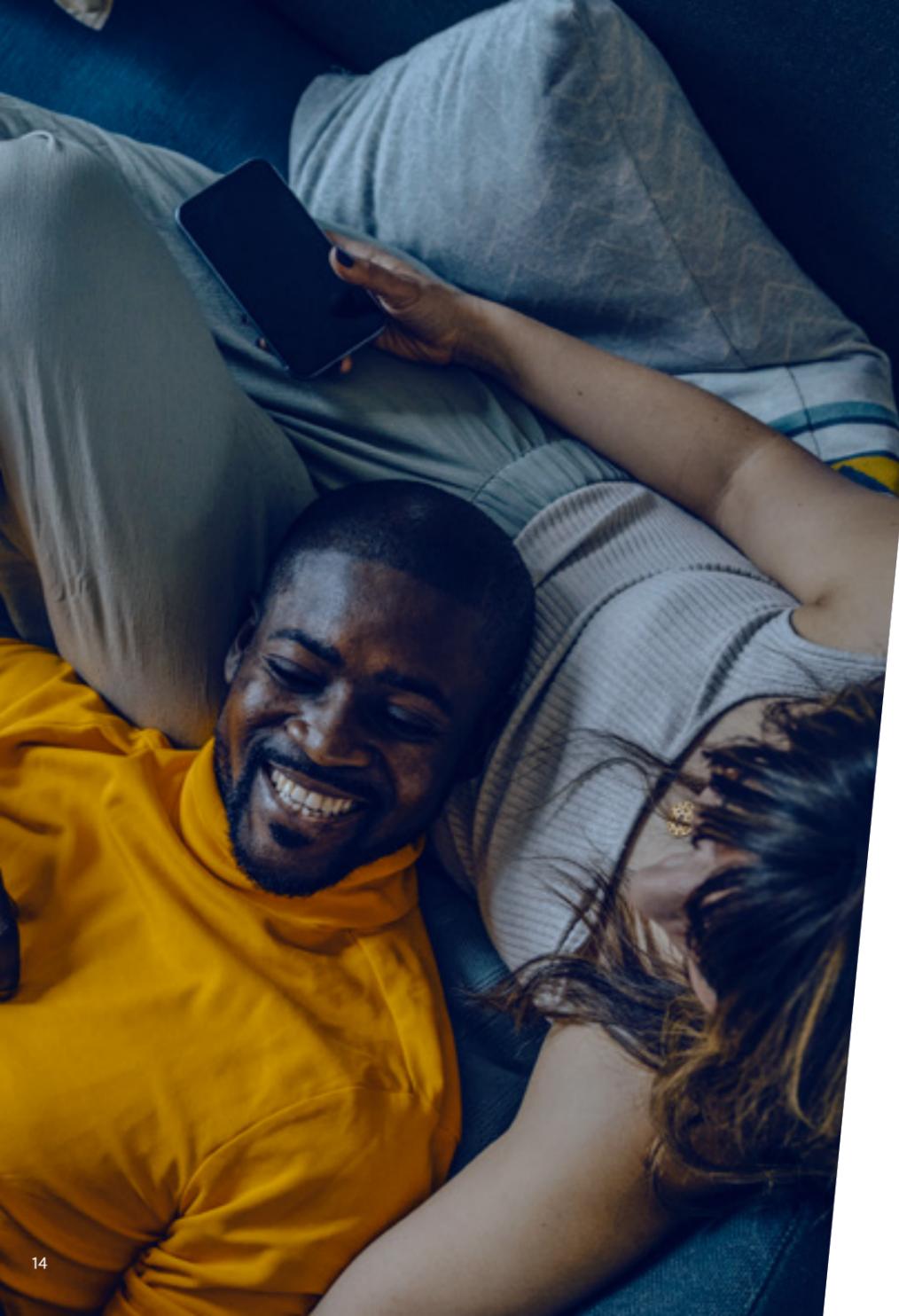
62%

71%

Zufriedene Single-Frauen
Unzufriedene Single-Frauen

Dating und Partnerwahl | ElitePartner-Studie 2022 | 13





ANKOMMEN ODER AUFBRECHEN: BEZIEHUNGSERWARTUNGEN 2022

Beziehungen sind heute geprägt von einem sensiblen Gleichgewicht zwischen unterschiedlichsten Bedürfnissen. Gegenseitige Treue, Entspannung und Offenheit sind dabei ähnlich wichtig wie ausreichend Freiraum und Zeit für sich selbst. Doch es geht noch darüber hinaus – denn Partnerschaft bedeutet für die überwiegende Mehrheit nicht nur anzukommen und sich fallen lassen zu können. Singles wie Liierte wollen sich durch die Beziehung auch persönlich weiterentwickeln und einander zu Neuem ermutigen. Dabei denkt jedoch nur ein Teil in klassischen Kategorien: Nur etwa jede:r Zweite strebt in einer Beziehung gemeinsamen materiellen Besitz und Nachwuchs an – auch unter jüngeren Befragten.

FRAUEN HABEN HÖHERE ANSPRÜCHE AN EINE BEZIEHUNG

Auffällig ist, dass Frauen grundsätzlich eine höhere Anspruchshaltung haben. Sie bewerten nahezu alle Bedürfnisse als wichtiger, insbesondere den Wunsch nach einem besten Freund im Partner, tiefsinnigen und gesellschaftlichen Gesprächen sowie Treue. Die einzige Ausnahme stellt der Bereich Sexualität dar: Guter Sex ist zwar auch zwei Drittel der Frauen wichtig, Männer legen aber etwas mehr Wert auf ein erfülltes Sexleben. Mit zunehmendem Alter steigen übrigens auch die Ansprüche an eine Beziehung – vor allem bei Frauen.

DEEP-TALK WIRD WICHTIGER

Spannend ist ein möglicher Corona-Effekt – weg vom Perfektionismus hin zu mehr Bodenständigkeit. Im Vergleich zu 2017 zeigt sich ein rückläufiger Trend bei fast allen abgefragten Bedürfnissen. Allerdings gibt es bei dieser neuen Bescheidenheit eine Ausnahme: Tiefsinnige und gesellschaftliche Gespräche sind im Vergleich zu 2017 wichtiger geworden – vor allem für Frauen. Knapp 8 von 10 Frauen wünschen sich heute eine Beziehung, in der nicht nur über Alltagstrott, Arbeit und Co gesprochen wird, sondern auch Themen wie Klima, Pandemie oder der Sinn des Lebens ihren Platz finden.

WIE WICHTIG SIND IHNEN IN EINER BEZIEHUNG DIE FOLGENDEN PUNKTE?

6.105 erwachsene deutsche Internetnutzer



BEDÜRFNISSE ÄNDERN SICH

„Krisen wie die Corona-Pandemie oder der Krieg in der Ukraine veranlassen uns, bewusster über uns selbst, die persönliche Lebensweise oder die Zukunft nachzudenken. Das führt zu Veränderungen von Werten und Bedürfnisse in einer Gesellschaft, im eigenen Leben oder in einer Partnerschaft. Oft besinnen wir uns auf das, was wirklich zählt, auch in der Liebe. So zeigen unsere Ergebnisse, dass der Spannungsbogen zwischen Sicherheit, Geborgenheit und gleichzeitiger Unabhängigkeit wie persönlichem Wachstum in seiner Grundstruktur nahezu gleichgeblieben ist. Es gibt nur marginale Verschiebungen der Rangreihenfolge. Jedoch haben sich die Werte von einem hohen Anspruchsdenken auf ein reflektiertes Niveau abgeschwächt.“

Ich sehe darin sowohl für Singles als auch für Paare eine positive Entwicklung. Wer jetzt mit einem realistischen Mindset auf die Partnersuche geht oder in einer Beziehung lebt, überfordert sein Gegenüber weniger mit hohen Ansprüchen, sondern schaut mehr auf die elementaren Dinge und weiß sie mehr zu schätzen.“

Lisa Fischbach, Psychologin und
Forschungsleiterin bei ElitePartner





WARNSIGNALE BEIM DATING: JAMMERN, EX-TALK, MISSVERSTÄNDNISSE

Er:sie beschwert sich täglich über die Arbeit, redet ständig über seine:n Ex, meldet sich nach dem Treffen nur sporadisch und irgendwie verstehen sich beide immer falsch: Bei einem solchen Szenario ist für jede zweite Frau und jeden dritten Mann klar: Daraus wird keine Beziehung! Neben abfälligen Kommentaren ist auch sprunghaftes Verhalten ein Warnsignal in der Kennenlernphase – wenn jemand also mal anhänglich ist, um dann doch wieder auf Distanz zu gehen. Zu viel Nähe schlägt dagegen die Wenigsten in die Flucht, nur knapp jede:r Fünfte ist genervt, wenn der:die Date-Partner:in jeden Tag in Zweisamkeit verbringen will und versucht, immer alles recht zu machen. Frauen stört dieses Verhalten doppelt so häufig wie Männer.

Spannend: Auch wenn jemand in der Kennenlernphase viel Sex möchte, ist das nur für jede:n Zehnte:n ein Grund, an der Beziehungstauglichkeit zu zweifeln.

FRAUEN HABEN EIN DEUTLICH SENSITIVERES FRÜHWARN-SYSTEM

Ob es für mehr reichen könnte oder nicht und welche Schwierigkeiten bestimmte Verhaltensweisen für eine Partnerschaft mitbringen könnten, dafür sind vor allem Frauen besonders sensibilisiert. In allen abgefragten Punkten sehen sie deutlich häufiger einen Grund, eine Beziehung auszuschließen. Sehr empfindlich zeigen sich Frauen bei ständigem Meckern oder Kritik an der eigenen Person. Jede Zweite sieht keine Chance für eine gemeinsame Zukunft, wenn sie sich bewertet oder kritisiert fühlt. Männer nehmen kritische Äußerungen vergleichsweise locker, für nur knapp jeden Vierten schrillen in einem solchen Fall die Alarmglocken.

BITTE WÄHLEN SIE ALLE VERHALTENSWEISEN/ EIGENSCHAFTEN, DIE FÜR SIE DEUTLICHE HINWEISE DARAUFG SIND, DASS EINE BEZIEHUNG NICHT FUNKTIONIEREN WÜRD E.

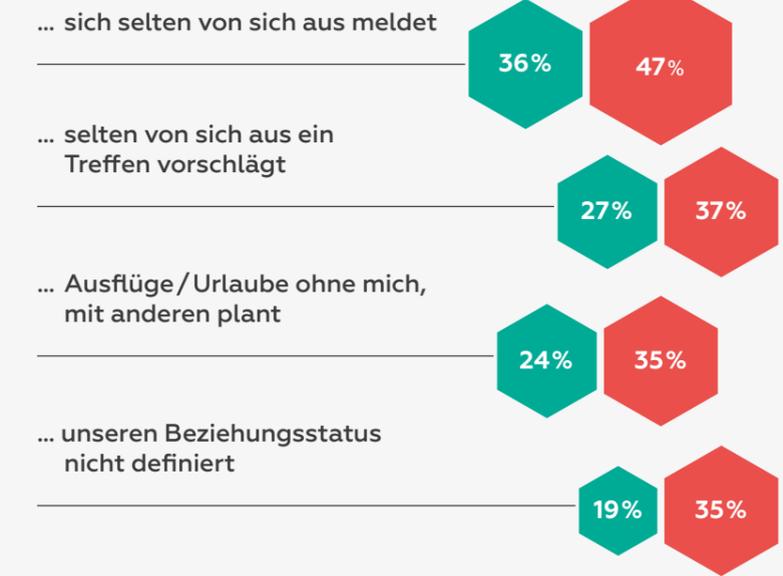
2.058 erwachsene deutsche Internetnutzer, Singles

Es ist für mich ein klares Warnsignal, wenn er:sie ...	♀	♂
... sich häufig beschwert, an vielem etwas auszusetzen hat	54%	37%
... mich bewertet oder kritisiert <small>(z.B. bzgl. Kleidung, Geschmack, Einstellungen)</small>	48%	23%
... häufig von Ex-Partner:innen spricht	47%	33%
... sich selten von sich aus meldet	47%	31%
... mich nicht richtig versteht; wenn wir oft aneinander vorbeireden	46%	31%
... sich sprunghaft verhält – also sich mal zuwendet und mal distanzierter ist	45%	25%
... mich nicht seinem:ihrem Familien- / Freundeskreis vorstellt	39%	21%
... selten von sich aus ein Treffen vorschlägt	37%	22%
... wenig über Gedanken und Gefühle spricht	34%	21%
... nicht über dieselben Dinge lachen kann wie ich	33%	21%
... beim Sex nicht ganz auf meiner Wellenlänge ist	31%	19%
... Ausflüge/Urlaube ohne mich, mit anderen plant	30%	24%
... unseren Beziehungsstatus nicht definiert	29%	19%
... schnell über unsere gemeinsame Zukunft spricht <small>(z.B. Zusammenziehen, Heirat)</small>	28%	17%
... wenig über seine:ihre Vergangenheit erzählt	28%	17%
... sich oft nach mir richtet, mir alles recht machen will	23%	13%
... jeden Tag mit mir verbringen will	23%	12%
... oft Sex möchte	15%	8%

UNZUFRIEDENE SINGLES STELLEN IHREN DATE-SEISMOGRAFEN SCHÄRFER

Fehlendes Commitment, zu wenig Initiative und Alleingänge sind für unzufriedene Singles in der Kennenlernphase besondere Red Flags. Und so sortieren sie – möglicherweise aus Selbstschutz – bereits beim Dating schneller aus. Denn im Vergleich zu Singles, die mit ihrem Beziehungsstatus zufrieden sind, reagieren sie deutlich empfindsamer, wenn sich der:die Date-Partner:in weigert, den Beziehungsstatus zu definieren, Urlaube und Ausflüge ohne sie plant oder sich selten von sich aus meldet.

Es ist für mich ein klares Warnsignal, wenn er:sie ...



■ Zufriedene Singles
■ Unzufriedene Singles





BEZIEHUNGEN



SPOTT, ALLEINGÄNGE UND BEVORMUNDUNGEN SCHMERZEN IN DER LIEBE AM MEISTEN

Der Sonntagsbraten wird vor versammelter Familie scherzhaft mit einer Schuhsohle verglichen, der Urlaub ohne gemeinsame Abstimmung gebucht und eigentlich weiß er:sie immer alles besser: Auch wenn sie nicht immer böse gemeint sind – solche Verhaltensweisen sind in den meisten Beziehungen absolute No-Gos. Besonders kränkend ist Beziehungsverhalten dann, wenn es als Entwertung, Missachtung oder Zurückweisung verstanden werden kann. Insgesamt 3 von 4 Lierten verletzt es sehr, wenn sich der:die Partner:in über ihn:sie lustig macht und gut 2 von 3 geht es nahe, wenn wichtige Entscheidungen im Alleingang getroffen werden oder sie Bevormundungen ausgesetzt sind. Nicht minder verletzend nehmen es Lierte wahr, wenn der:die Partner:in das Schmieden gemeinsamer Zukunftspläne vermeidet oder Beziehungskonflikte und intime Details mit Dritten bespricht. Zwar treffen solche Verhaltensweisen Frauen im direkten Vergleich häufiger, doch auch ein großer Teil der Männer empfindet sie als verletzend.

WIE STARK WÜRDEN SIE DIE FOLGENDEN VERHALTENSWEISEN IHRES:R PARTNERS:IN VERLETZEN BZW. TREFFEN?

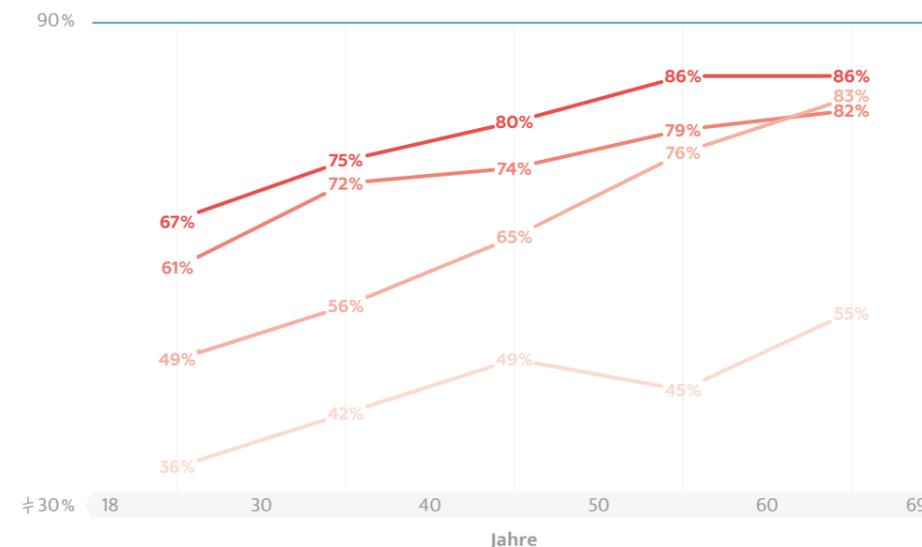
4.043 erwachsene deutsche Internetnutzer, Lierte

Wenn mein:e Partner:in ...	♂	♀	☹️
... sich vor anderen über mich lustig macht	73%	79%	68%
... wichtige Entscheidungen ohne mich trifft	67%	74%	61%
... mich bevormundet, belehrt	65%	71%	59%
... keine Zukunftspläne mit mir macht	64%	68%	59%
... unsere Intimitäten und Konflikte mit anderen bespricht	62%	66%	58%
... mich nach einem Streit ignoriert / nicht mehr mit mir spricht	61%	67%	56%
... nicht auf meine körperlichen Annäherungen eingeht	61%	62%	59%
... im Streit laut wird oder schreit	57%	64%	50%
... Rat/Unterstützung von mir nicht annimmt, sondern andere fragt	56%	60%	53%
... meine Kleidung oder mein Äußeres abwertend kommentiert	55%	66%	44%
... den ganzen Tag nicht auf meine Nachrichten antwortet	51%	55%	48%
... mir nicht sagt, dass er:sie mich liebt	49%	52%	46%
... mehr Zeit für Hobbys hat als für mich	43%	47%	38%
... mir bei Diskussionen ins Wort fällt	43%	45%	40%

BESONDERS FRAUEN REAGIEREN MIT DEM ALTER SENSIBLER

Despektierliches, ausgrenzendes oder belehrendes Verhalten stößt vor allem Frauen mit zunehmendem Alter schlecht auf. Während sich beispielsweise nur etwa die Hälfte der unter 30-jährigen Frauen daran stört, wenn der:die Partner:in Intimitäten ausplaudert oder mit anderen über Konflikte spricht, sind es bei Frauen ab 60 Jahren über 80 Prozent. Doch es gibt auch Verhaltensweisen, die unabhängig vom Alter stark schmerzen: Fehlende Liebesbekundungen, abweisende Reaktionen auf körperliche Annäherungen, ausbleibende Zukunftspläne und zu wenig Zeit zu zweit stören junge Frauen genauso wie ältere.

Frauen werden sensibler



Wenn mein:e Partner:in ...	♂	♀	☹️
... sich vor anderen über mich lustig macht	73%	79%	68%
... wichtige Entscheidungen ohne mich trifft	67%	74%	61%
... unsere Intimitäten und Konflikte mit anderen bespricht	62%	66%	58%
... mir bei Diskussionen ins Wort fällt	43%	45%	40%

IN ZUFRIEDENEN BEZIEHUNGEN WIEGEN KRÄNKUNGEN SCHWERER

Wer glaubt, gerade unzufriedene Paare seien dünn besaitet, irrt: Die Zahlen weisen darauf hin, dass vor allem zufriedene Lierte feinfühlicher auf Kränkungen reagieren. Dabei scheinen Respektlosigkeit und Ignoranz am schmerzlichsten. Während es nur gut jede:n zweite:n Unzufriedene:n stört, wenn der:die Partner:in Intimitäten mit anderen bespricht oder ihn:sie nach einem Streit ignoriert, stören diese Verhaltensweisen zwei Drittel aller zufriedenen Lierten.

Wenn mein:e Partner:in ...

Verhaltensweise	Zufriedene Paare	Unzufriedene Paare
... sich vor anderen über mich lustig macht	75%	68%
... keine Zukunftspläne mit mir macht	66%	59%
... unsere Intimitäten und Konflikte mit anderen bespricht	64%	55%
... mich nach einem Streit ignoriert / nicht mehr mit mir spricht	64%	55%

■ Zufriedene Paare
■ Unzufriedene Paare



6 VON 10 FRAUEN UND MÄNNERN SIND EIFERSÜCHTIG

»Mit wem schreibt sie da schon wieder?«, »Ist seine neue Kollegin eigentlich Single?« Solche oder so ähnliche Fragen tauchen bei den meisten Frauen und Männern hin und wieder auf. Denn 6 von 10 geben offen zu, eifersüchtig zu sein. Jede:r Zehnte beschreibt sich sogar als sehr eifersüchtig – ebenfalls jedem:r Zehnten ist dieses Gefühl hingegen völlig fremd. Zwischen den Geschlechtern zeichnen sich interessanterweise keine Unterschiede ab, Frauen schätzen sich selbst genauso eifersüchtig ein wie Männer.

MIT DER BEZIEHUNGSDAUER SINKT DIE EIFERSUCHT

Die gute Nachricht: Mit den Jahren werden Paare in der Regel entspannter und Gefühle von Eifersucht lassen nach. Während noch knapp 7 von 10 Lierten, die unter einem Jahr zusammen sind, Eifersucht zugeben, sind es unter den Paaren, die 20 Jahre oder länger liiert sind, nur noch etwa die Hälfte. Extreme Ausschläge sind bei Frauen unter 30 zu verzeichnen – hier gibt jede Zehnte den Maximalwert »10« an, bekennt sich also zu sehr starker Eifersucht.

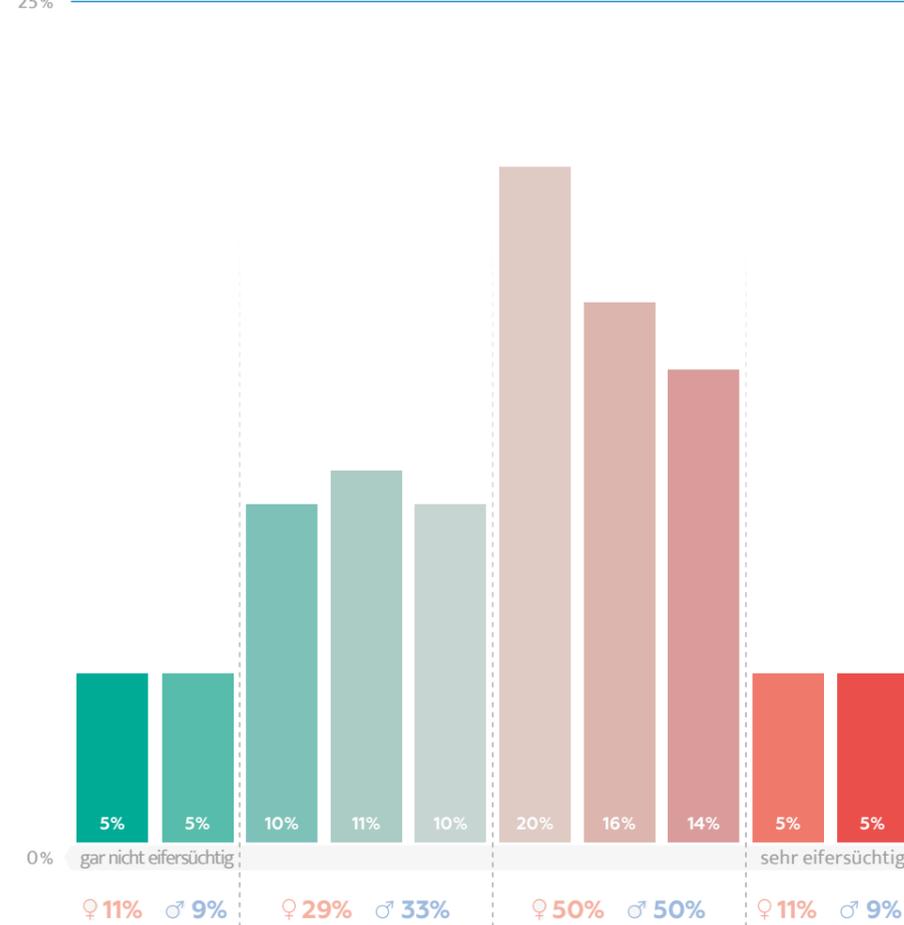
Spannend: Vor dem Bund der Ehe macht Eifersucht keinen Halt. 59 Prozent der unverheirateten Lierten geben an eifersüchtig zu sein, unter den Paaren mit Trauschein sind es gerade einmal zwei Prozentpunkte weniger (57 Prozent).

WIE EIFERSÜCHTIG WÜRDEN SIE SICH SELBST EINSCHÄTZEN?

6.106 erwachsene deutsche Internetnutzer

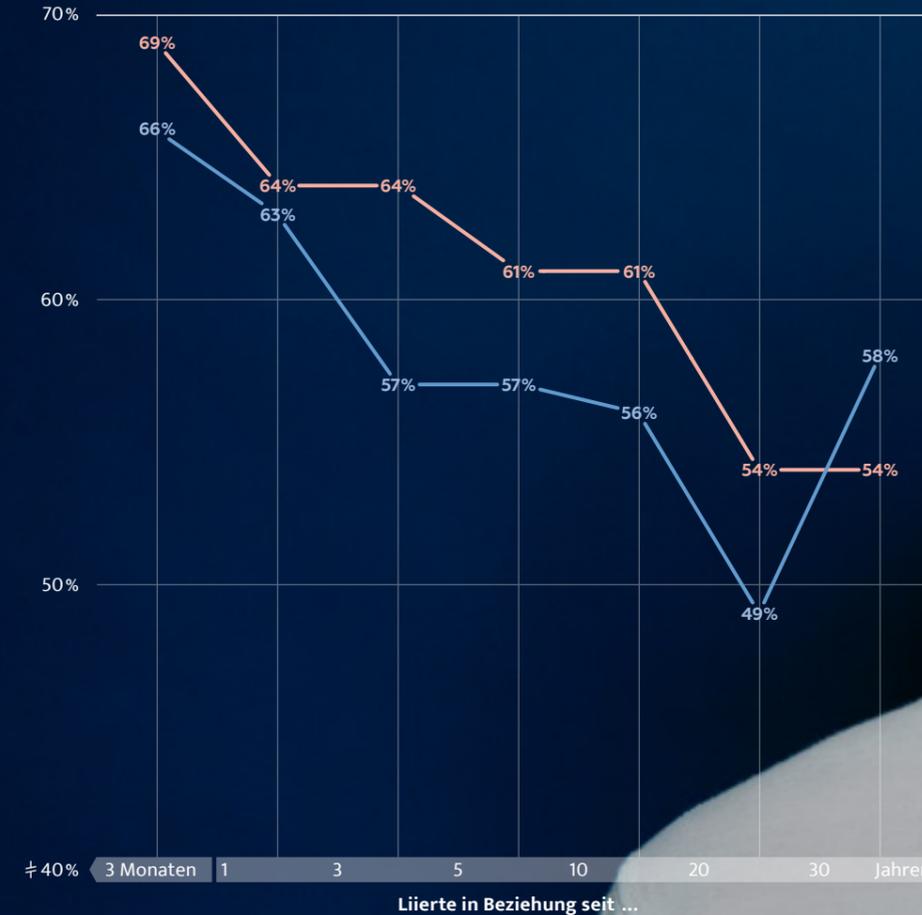
Ich würde mich einschätzen als ...

25%



Eifersucht nach Beziehungsdauer

4.044 erwachsene deutsche Internetnutzer, Lierte



Frauen
Männer



EIFERSUCHTS-TRIGGER: EX-PARTNER:INNEN, FREMDFLIRTS UND IGNORIERTE NACHRICHTEN

Ein Kaffee mit der Ex, ein Kompliment an den Kellner oder ausbleibende Nachrichten trotz Online-Status sind die größten Auslöser für Eifersucht und lassen etwa jede:n Dritte:n hellhörig werden – unter Lierten, die ganz frisch zusammen sind, sogar jede:n Zweite:n. Ähnlich beunruhigend findet es gut ein Viertel der Befragten, wenn der:die Partner:in abends ohne sie durch Bars und Kneipen zieht. Gerade dann, wenn er:sie sich dafür ungewohnt zurechtmacht oder auch im Alltag plötzlich stark auf das Äußere bedacht ist.

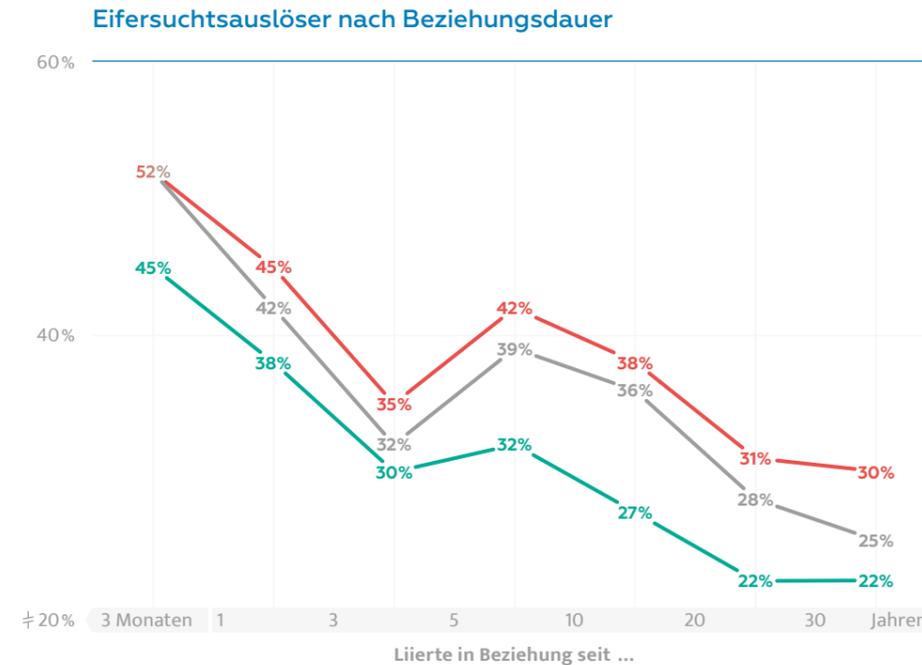
WILDE WEIHNACHTSFEIERN BEUNRUHIGEN KAUM

Auch wenn sich jeder: Dritte schon einmal in eine:n Kolleg:in verliebt hat, wie die ElitePartner-Studie 2019 offenbarte, lösen Firmenfeiern nur bei einem Bruchteil der Frauen und Männer Gefühle von Eifersucht aus. Bei nicht einmal jedem:r Zehnten läuten die Alarmglocken, wenn der:die Partner:in mit Kolleg:innen feiert oder beruflich verreist. Etwas kritischer wird es bei Überstunden oder wenn der:die Liebste später als angekündigt nach Hause kommt.

BITTE WÄHLEN SIE ALLE SITUATIONEN AUS, DIE SIE HELLHÖRIG MACHEN ODER BEI IHNEN EIN UNGUTES GEFÜHL AUSLÖSEN WÜRDEN.

6.100 erwachsene deutsche Internetnutzer

Bei mir wäre das der Fall, wenn mein:e Partner:in ...	♀	♂
... sich mit einem:r Ex-Partner:in trifft	38%	34%
... mit anderen flirtet, anderen Komplimente macht	35%	29%
... nicht mehr auf meine Nachrichten antwortet, aber online ist	32%	29%
... ohne mich auf Partys oder in Bars unterwegs ist	27%	25%
... plötzlich Passwörter / PINs ändert oder das Handy-Display sperrt	27%	21%
... öfter als üblich etwas mit Kolleg:innen unternimmt	22%	18%
... mehr Zeit mit dem Handy verbringt als sonst	22%	19%
... anderen Frauen / Männern hinterherschaut	21%	17%
... stärker auf sein:ihr Äußeres achtet, sich besonders stylt / zurechtmacht	18%	15%
... unerwartet nicht per Handy erreichbar ist	16%	15%
... Bilder / Videos attraktiver Personen liket (z.B. auf Instagram, Facebook, Tiktok)	16%	13%
... später als angekündigt nach Hause kommt	15%	14%
... mehr als sonst arbeitet bzw. Überstunden macht	14%	12%
... beruflich unterwegs, verreist ist	9%	10%
... auf Firmenfeiern ist (z.B. Weihnachtsfeier, Betriebsausflug)	7%	8%
Keine davon	22%	24%

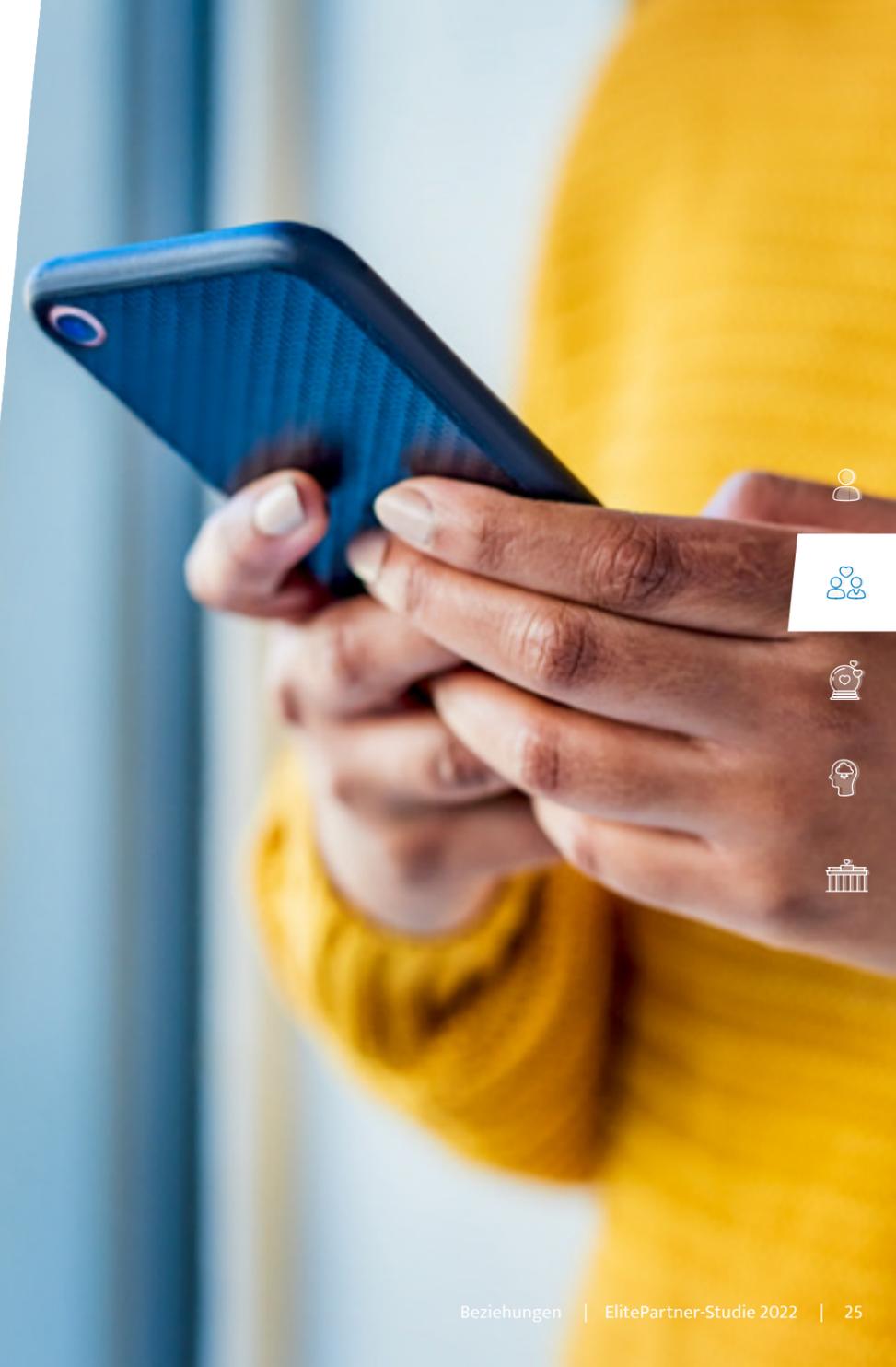


Wenn mein:e Partner:in ...

- ... sich mit einem:r Ex-Partner:in trifft
- ... mit anderen flirtet, anderen Komplimente macht
- ... nicht mehr auf meine Nachrichten antwortet, aber online ist

EIFERSUCHTSFALLE SMARTPHONE

Das Handy ist nicht mehr aus dem Leben wegzudenken – kein Wunder, dass es auch in zwischenmenschlichen Beziehungen für ordentlich Zündstoff sorgen kann. So wird jede:r Dritte skeptisch, wenn der:die Partner:in zwar online ist, aber nicht auf Nachrichten antwortet und gut jede:n Vierte beunruhigt es, wenn er:sie plötzlich die PIN ändert oder das Display sperrt. Auch mehr Zeit am Smartphone und mangelnde Erreichbarkeit können Eifersucht befeuern. Wenn Likes in sozialen Netzwerken für attraktive Fotos oder Videos verteilt werden, verunsichert das etwa jede fünfte Frau und jeden achten Mann.





VERTRAUTHEIT, KUSCHELN UND SEX-TALK – DAS MACHT GUTEN SEX AUS

Sich fallenlassen, danach zusammen im Bett liegen und den Moment genießen, über erotische Wünsche sprechen – das macht für die meisten guten Sex aus. Damit sind die Ansprüche an Sex deutlich bodenständiger als man vermuten könnte. Auch der Höhepunkt ist für die Mehrheit nicht essenziell. Nur für 4 von 10 Frauen und knapp jeden zweiten Mann gehört ein Orgasmus zu gutem Sex dazu. Wichtiger ist für Frauen Humor – viele wollen im Bett auch mal lachen können.

BONDAGE, ROLLENSPIELE, DIRTY-TALK UND DOMINANTER SEX BEGEISTERN NUR WENIGE

Fesselkünstler und Dominas aufgepasst! Für nur jede:n Zehnte:n sind Fessel- und Rollenspiele und dominant-devote Rollen Must-Haves für guten Sex. Auch Sexspielzeug und Quickies sind weniger gefragt als angenommen. Nur etwa jede:r Fünfte steht auf kurzen, intensiven Sex, Vibrator, Liebeskugeln und Co. Stattdessen wünscht sich fast jede:r Zweite Streicheleinheiten und mehr als jede:r Vierte ein langes Vorspiel, eine romantische Umgebung und ein ausdauerndes Liebesspiel.

Übrigens: Echte Romantiker sind die älteren Semester. Sie können sich mehr für Zärtlichkeiten, eine romantische Atmosphäre, Vertrautheit und Nähe begeistern.

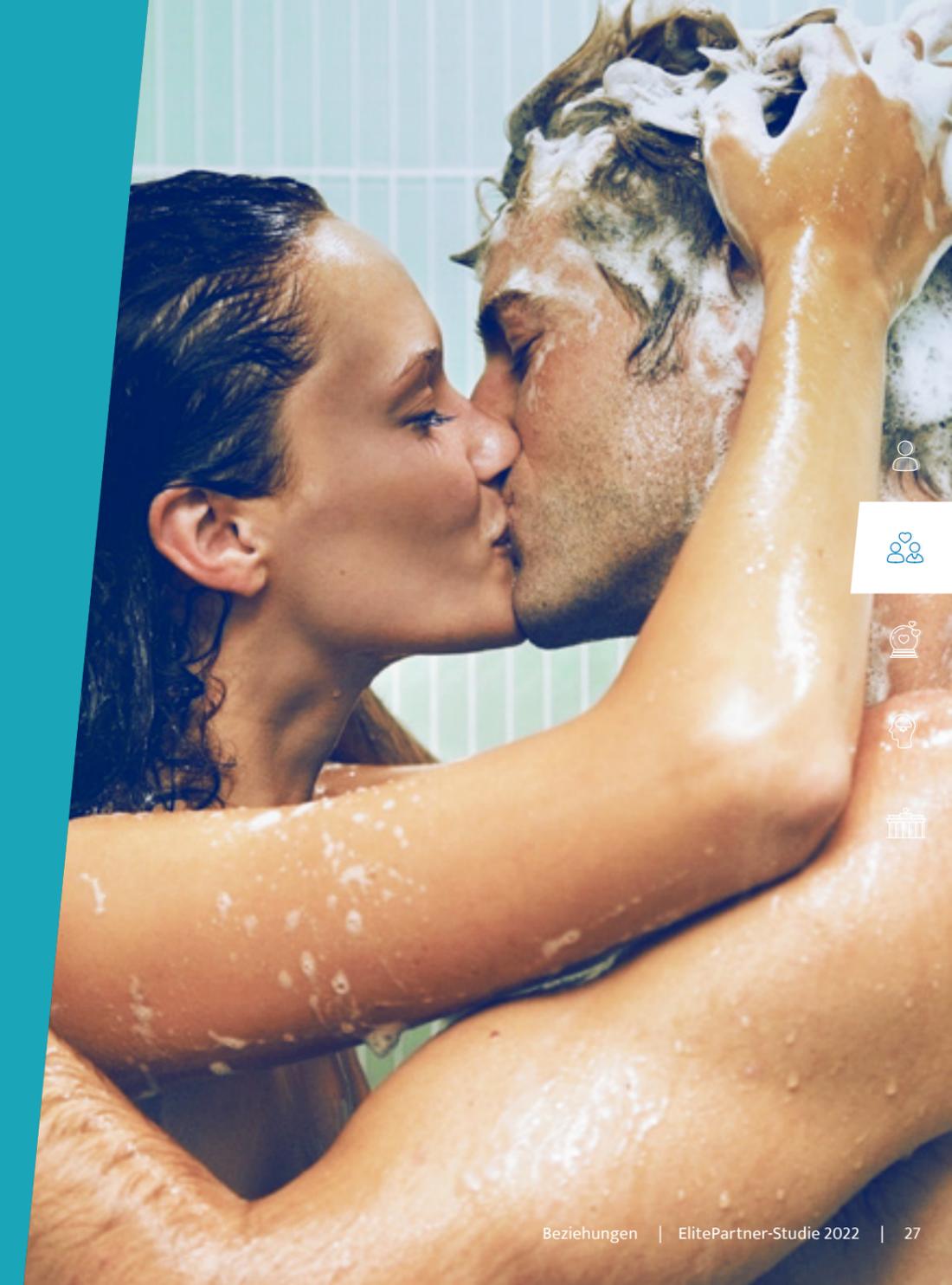
MÄNNER STEHEN AUF ABWECHSLUNG BEI STELLUNGEN UND ORTEN

Apropos ausdauernder Sex – den wünschen sich deutlich mehr Männer als Frauen. Kein Wunder, schließlich wollen sie auch deutlich häufiger verschiedene Stellungen ausprobieren und erotische Wünsche und Fantasien austauschen. Dazu zählt auch Abwechslung bei der Ortswahl. Sex auf dem Küchentisch, Sofa oder an anderen Orten als dem Bett begrüßt mehr als jeder dritte Mann.

WAS GEHÖRT FÜR SIE PERSÖNLICH ZU GUTEM SEX DAZU?

6.104 erwachsene deutsche Internetnutzer

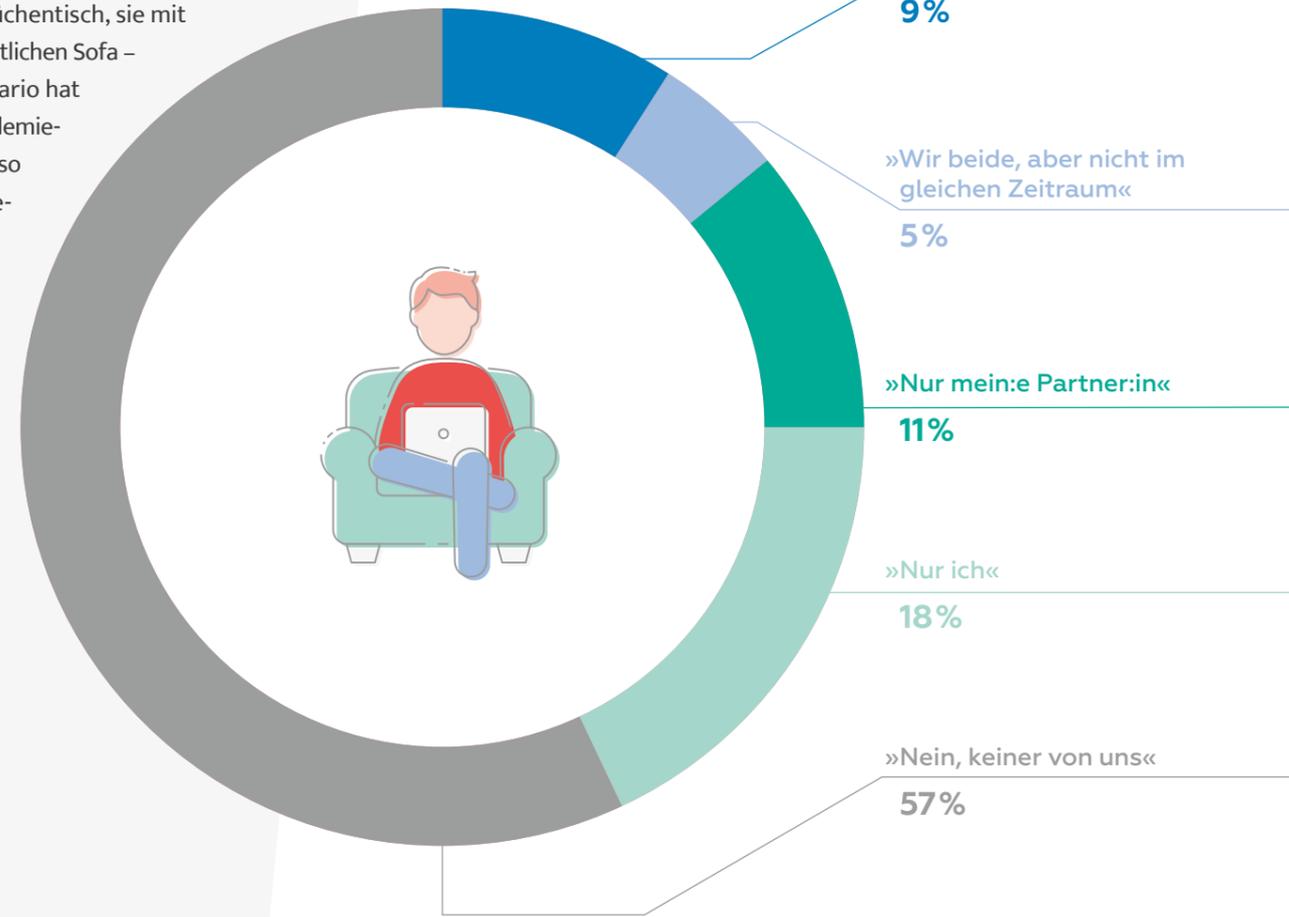
	👥	♀	♂
Viel Vertrautheit und Nähe	63%	68%	58%
Anschließend kuscheln, beisammen liegen	51%	54%	48%
Erotische Wünsche und Phantasien austauschen	46%	40%	52%
Zum Orgasmus/Höhepunkt kommen	44%	40%	48%
Viel Streicheln und Zärtlichkeit	44%	47%	42%
Gemeinsam Neues ausprobieren	43%	40%	46%
Dabei auch mal lachen können, humorvolle Momente	41%	43%	39%
Verschiedene Stellungen	35%	28%	42%
Abwechselnde Orte, nicht immer nur im Bett	32%	28%	35%
Langer und ausdauernder Sex	31%	24%	37%
Romantische Umgebung	28%	30%	27%
Langes Vorspiel	27%	23%	31%
Kurzer und intensiver Sex	22%	21%	22%
Spielzeug	17%	15%	19%
Dirty Talk	14%	11%	18%
Fesselspiele	10%	8%	11%
Wenn einer dominiert wird	10%	9%	10%
Rollenspiele	10%	6%	13%



ZWISCHEN PAARZEIT UND STREIT – WIE SICH HOMEOFFICE AUF DIE LIEBE AUSWIRKT

FAST JEDE:R ZWEITE WAR IM HOMEOFFICE

Er sitzt gestresst mit dem Laptop am Küchentisch, sie mit Headset im Team-Meeting auf dem gemütlichen Sofa – dieses neuartige heimische Arbeitsszenario hat sich in den vergangenen zwei Jahren pandemiebedingt bei jedem zehnten Paar so oder so ähnlich abgespielt. In jeder dritten Beziehung war entweder nur ein:e Partner:in im Homeoffice oder beide zu unterschiedlichen Zeitpunkten. Damit haben sich in den letzten zwei Jahren fast die Hälfte (43 Prozent) aller Paare in Deutschland in einem Homeoffice-Setup befunden und waren somit ganz neuen Rahmenbedingungen ausgesetzt – nicht nur in puncto Arbeitssituation, sondern vor allem in ihrer Partnerschaft.

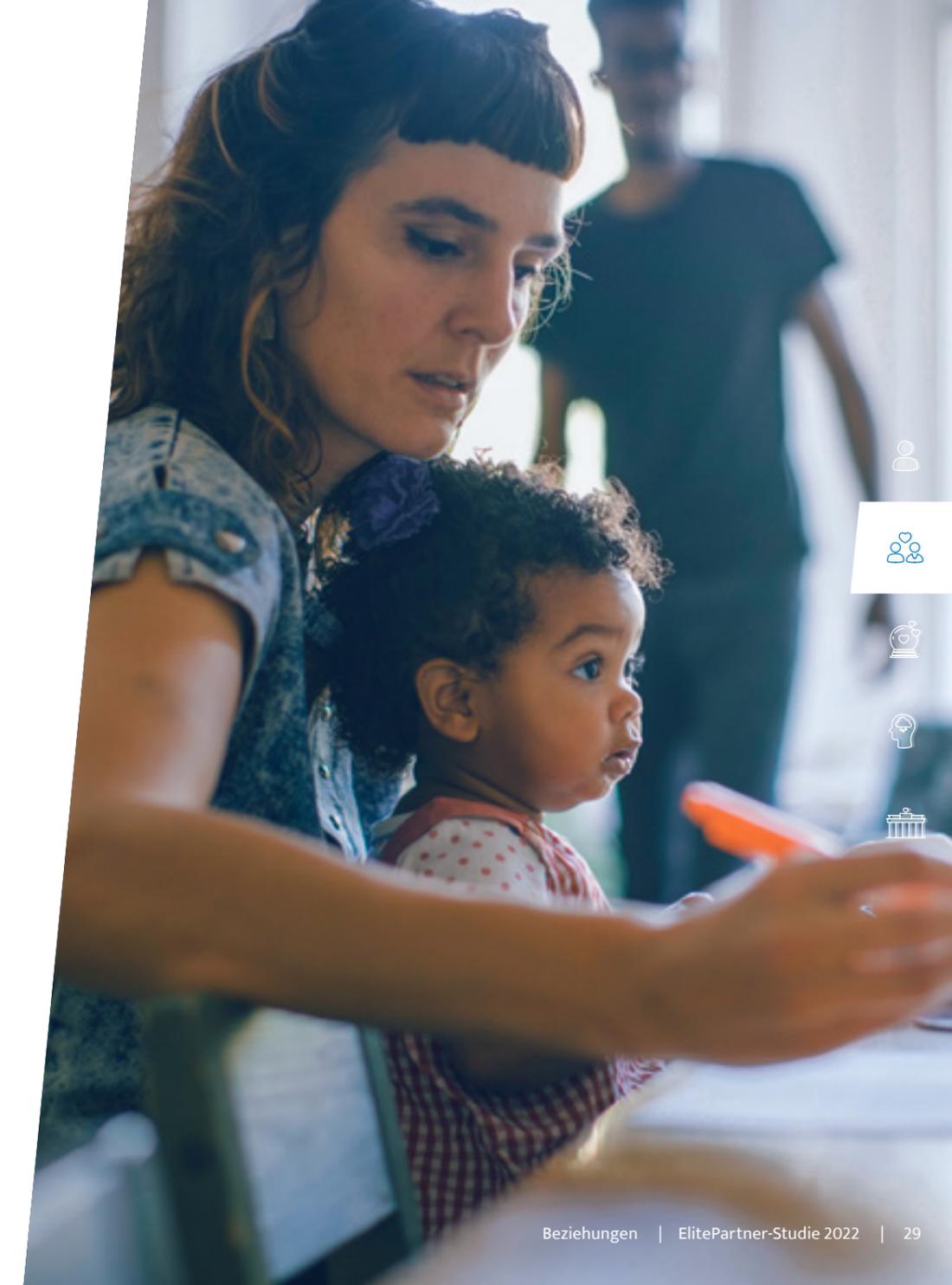
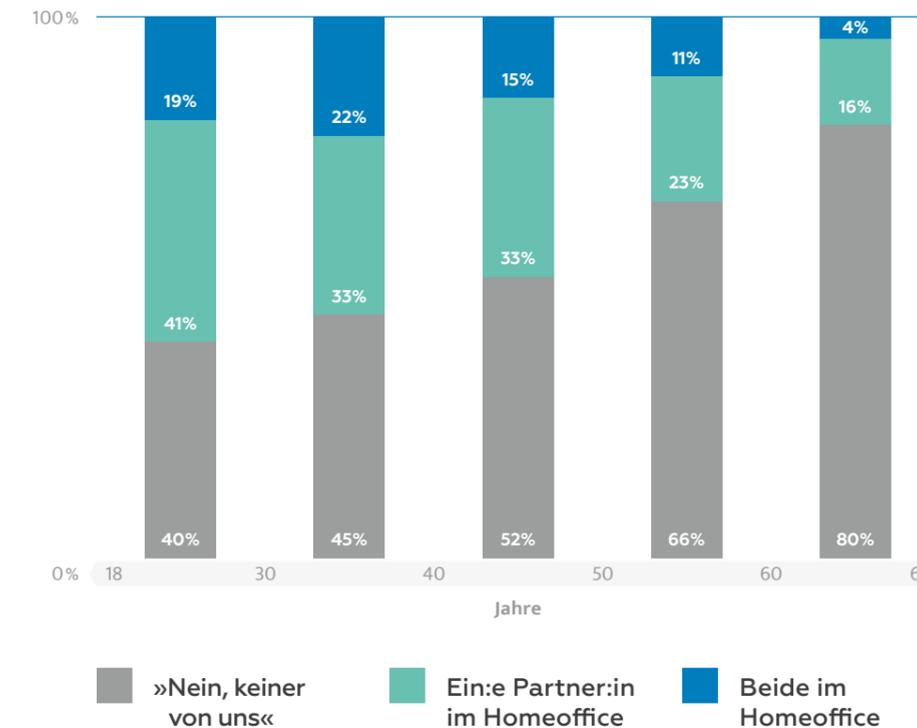


WENN SIE EINMAL AN DIE VERGANGENEN ZWEI JAHRE ZURÜCKDENKEN: HABEN SIE UND/ODER IHR:E PARTNER:IN IN DIESER ZEIT ÜBER MEHRERE MONATE DIE ARBEIT INS HOMEOFFICE VERLEGT?

HOMEOFFICE IST JUNG, AKADEMISCH UND BESSERVERDIENEND

Die Remote-Arbeit scheint vor allem jungen Paaren vorbehalten: Bei 6 von 10 Lierten unter 30 hat in der Corona-Zeit zumindest ein:e Partner:in aus den eigenen vier Wänden gearbeitet. Dabei spielen offenbar auch die Bildung und das Einkommen eine Rolle: Während sich nur 3 von 10 der liierten Nicht-Akademiker:innen (33 Prozent) in den letzten zwei Jahren im Homeoffice befanden, waren es unter den Akademiker:innen 6 von 10 (59 Prozent). Unter den Besserverdienenden war etwa jede:r Zweite (53 %) im Homeoffice, unter den Geringverdienenden nur knapp jede:r Dritte (31 Prozent).

Homeoffice nach Alter



VON ROMANTISCH BIS PRAGMATISCH: SO STEHEN FRAUEN UND MÄNNER ZUR EHE

BITTE MARKIEREN SIE ALLE AUSSAGEN, DENEN SIE PERSÖNLICH ZUSTIMMEN.

6.099 erwachsene deutsche Internetnutzer

DIE ROMANTISCH-IDEALISTISCHEN

Die Ehe als Beweis der Liebe und Ziel der Beziehung – das sieht etwa jede:r Fünfte so. Damit einher geht für einige auch der Glaube, dass Beziehungen mit Trauschein länger halten und vor sexuellen Fehlritten schützen. Männer sind dabei sogar etwas romantischer veranlagt als Frauen.



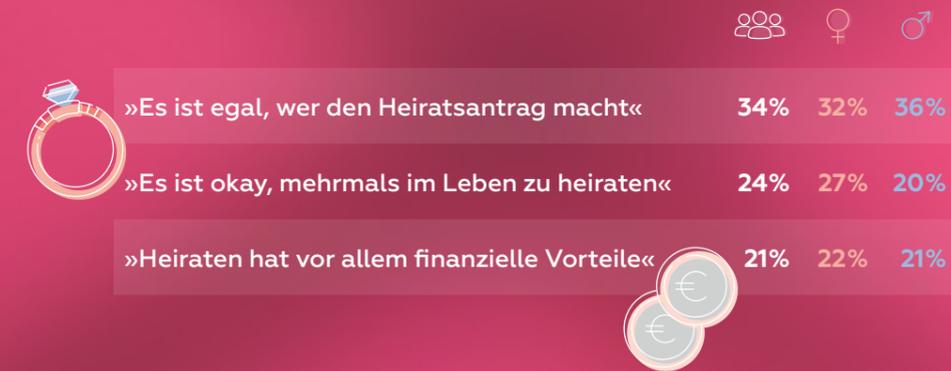
DIE DOGMATISCH-TRADITIONELLEN

Auch Traditionen und Normen spielen für viele mit Blick auf eine Heirat weiterhin eine Rolle. Relativ verbreitet ist die Vorstellung davon, wann eine Partnerschaft amtlich gemacht werden sollte: Vor dem Gang zum Altar sollte man mindestens einige Jahre zusammen sein, meint die Hälfte der Befragten. Knapp jede:r Fünfte findet, spätestens mit der Familiengründung sei Eile geboten. Die Auffassung, dass der Mann den Heiratsantrag machen sollte, ist dabei nach wie vor präsent – allerdings sehen das mehr Frauen als Männer so.



DIE PRAGMATISCH-ENTSPANNTEN

Den Pragmatisch-Entspannten ist es ziemlich gleich, ob er oder sie zum Kniefall ansetzt. Sie sehen vor allem die finanziellen Vorteile des Heiratens – und wenn das Ja-Wort nicht nur einmal, sondern mehrfach im Leben ausgesprochen wird, ist auch das völlig okay.



DIE SKEPTIKER

Die Skeptiker können mit dem Konzept der Ehe wenig anfangen. Sie sind davon überzeugt, dass ein Eheschluss die Stellung der Frau negativ beeinflusst. Und falls es dann doch zum ewigen Bündnis kommt, befürworten sie in jedem Fall das Aushandeln eines Ehevertrags.



DIE EHE IST BEI JÜNGEREN WIEDER BELIEBT

Relationship Goal: Gang zum Altar! Für immerhin jede:n Vierte:n der Gen Z und Y ist die Ehe das Ziel einer Partnerschaft. Insbesondere für viele junge Frauen unter 30 gilt das Ja-Wort als ultimatives Beziehungsziel. Mit dem Alter sinkt der Romantik-Faktor deutlich, allerdings ist die Ehe als Ziel und Liebesbeweis bei Frauen und Männern über 60 wieder stärker ausgeprägt. Das zeigt, dass Heiraten zwischenzeitlich aus der Mode gekommen zu sein scheint, jetzt aber wieder auf dem Vormarsch ist.

MÄNNER BETRACHTEN DIE EHE ROMANTISCHER ALS FRAUEN

Von wegen unromantisch: Heiraten als Liebesbeweis oder die Garantie für eine längere Beziehung durchs Eheversprechen – an all das glauben Männer mehr als Frauen. Und auch in puncto Absicherung zeichnet sich ein klares Bild ab: Die Annahme, dass der Ring am Finger vor Untreue schützt, teilen mehr als doppelt so viele Männer wie Frauen.

UNTER 30: ERST NOTAR, DANN ALTAR

Allem Idealismus und aller Romantik zum Trotz spricht sich aber auch gerade die jüngere Generation stärker für einen Ehevertrag aus. Für etwa jede:n Fünfte:n zwischen 18 und 29 Jahren gehört die vertragliche Absicherung schlichtweg dazu.

Spannend: Mit zunehmendem Alter verliert der Ehevertrag insbesondere bei Männern deutlich an Bedeutung.

BITTE MARKIEREN SIE ALLE AUSSAGEN, DENEN SIE PERSÖNLICH ZUSTIMMEN.

6.099 erwachsene deutsche Internetnutzer

Die Romantisch-Idealistischen nach Alter



- »Heiraten ist der Beweis, dass mein:e Partner:in mich liebt«
- »Für mich ist die Ehe das Ziel einer Beziehung«
- »Ehen halten länger als Beziehungen ohne Trauschein«
- »Das Eheversprechen schützt vor Untreue«

»Ein Ehevertrag gehört dazu«

♀ 17%
60 bis 69 Jahre

♀ 18%
18 bis 29 Jahre

♀ 14%
Gesamt

♂ 15%
Gesamt

♂ 21%
18 bis 29 Jahre

♂ 11%
60 bis 69 Jahre

TRAUSCHEIN WIEDER IM TREND

„ Lange stand die Ehe für einen spießigen Lebensstil, galt als altmodisch und bürgerlich. Sie schien mit dem Idealbild einer autonomen Lebensführung nicht vereinbar. Die Millennials haben eine neue Beziehung zur Ehe entwickelt, dabei einige Rahmenbedingungen wie die Form der Eheschließung und den Zeitpunkt verändert.

Das Heiratsalter hat sich seit 30 Jahren stetig erhöht und das gilt für beide Geschlechter. Viele junge Menschen wollen heute zuerst ihre berufliche Karriere voranbringen und erst danach eine Familie gründen. Es herrscht weniger gesellschaftlicher Druck, daher existiert mehr Raum für eine freiwillige Entscheidung zu heiraten.

Seit 2001 wurde bis zum Jahr vor der Pandemie wieder zunehmend geheiratet.* Der Trend lässt sich mit dem Wunsch nach mehr Sicherheit, Geborgenheit und Beständigkeit begründen. Gerade in schnelllebigen und unsicheren Zeiten, die durch Klimakatastrophen oder ein bedrohliches weltpolitisches Geschehen gekennzeichnet sind, suchen viele Menschen Halt in sozialen Beziehungen, wollen sich langfristig binden. Die Corona-Krise hat dieses Bedürfnis noch verstärkt, so dass der Trend anhalten oder sogar noch zunehmen wird.

Lisa Fischbach, Psychologin und Forschungsleiterin bei ElitePartner

ZWISCHEN FRUST UND FREUDE: SO STEHEN PAARE ZU IHREN SCHWIEGERELTERN

FAST JEDE:R VIERTE HAT PROBLEME MIT DEN SCHWIEGER-ELTERN

Die gute Nachricht vorweg: Mehr als 3 von 4

Liierten haben ein gutes

Verhältnis zu den Eltern des:r

Partners:in. Das heißt aber auch:

Für einige scheint er zu existieren – der

sprichwörtliche Schwiegerdrache. Knapp

jede:r Vierte hat offenbar Probleme mit der

Schwiegermutter, dabei unterscheiden sich

Frauen und Männer nicht. Auch beim Schwieger-

vater sieht es nicht viel besser aus: Hier hat eben-

falls jede:r Vierte bis Fünfte ein schwieriges

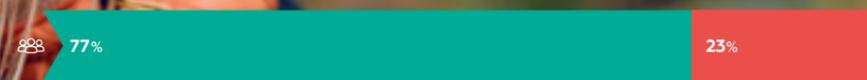
Verhältnis zu ihm.

Interessant: Besonders angespannt nehmen das Verhältnis offenbar diejenigen wahr, die in ihrer Beziehung unzufrieden sind (33%). Zufriedene Liierte haben dagegen seltener Probleme mit den Eltern des:r Partners:in (20%).

WIE WÜRDEN SIE IHR EIGENES VERHÄLTNISS ZU DEN FOLGENDEN PERSONEN AUS DEM FAMILIEN-KREIS IHRES:R PARTNERS:IN BESCHREIBEN?

4.043 erwachsene deutsche Internetnutzer, Liierte

Verhältnis zur Schwiegermutter



Verhältnis zum Schwiegervater



■ Gutes Verhältnis
■ Schwieriges Verhältnis

VIER VON ZEHN PAAREN FÜHLEN SICH VON IHREN SCHWIEGERELTERN UNTERSTÜTZT

Ob Kinderbetreuung, Handwerkliches oder seelische Unterstützung: Beinahe jedes zweite Paar gibt an, dass die Eltern des:r Partners:in eine wichtige Unterstützung sind – Männer (41 Prozent) sogar etwas mehr als Frauen (37 Prozent). Das führt bei jedem:r vierten Liierten sogar so weit, dass er:sie sich mit den Schwiegereltern besser versteht als mit den eigenen.

SCHWIE(R)GERELTERN: FAST JEDES FÜNFTE PAAR STREITET OFT IHRETWEGEN

Auch wenn die meisten ein solides Verhältnis zu ihren Schwiegereltern pflegen, hat etwa jede:r Vierte bis Fünfte ernsthaftere Probleme mit ihnen. Dabei scheint vor allem der Einfluss auf die Beziehung zu belasten: Etwa jede:n Vierte:n stört, dass sich die Schwiegereltern in die Beziehung einmischen und sie Einfluss auf den:die Partner:in nehmen – unter den Männern scheint das Leid besonders groß (28 Prozent). Kein Wunder, dass das für Zündstoff sorgt: Fast jedes fünfte Paar gibt an, sich oft wegen der Schwiegereltern zu streiten.

GUTE MIENE BEIM KAFFEEKLATSCH: VIELE VERSTELLEN SICH VOR DER VERWANDTSCHAFT

»Wieso willst du unseren Enkel nicht taufen?« oder »Wollt ihr nicht auch mal mit auf Kreuzfahrt?« – Bei solchen Fragen kommen Schwiegersohn und Schwiegertochter schnell ins Schwitzen. Knapp jeder vierte Mann und jede fünfte Frau haben das Gefühl sich beim Familienbesuch verstellen zu müssen, um zu gefallen. Apropos »gefallen«: Dass man überhaupt gemocht wird, bezweifelt jede:r Fünfte. Umso schöner, wenn die Schwiegereltern außer Reichweite sind: Jede:r Vierte ist insgeheim erleichtert, dass die Familie des:r Partners:in so weit weg wohnt.

Spannend: Besonders brenzlig wird's offenbar, wenn Kinder ins Spiel kommen. So freuen sich 28 Prozent der Frauen mit Kind über räumliche Distanz zu den Schwiegereltern, aber nur 20 Prozent der kinderlosen Frauen.

INWIEWEIT STIMMEN SIE FOLGENDEN AUSSAGEN ÜBER DIE ELTERN BZW. FAMILIE IHRES:R PARTNERS:IN ZU?

3.121 erwachsene deutsche Internetnutzer; Liierte, die zu mind. einem Eltern- bzw. Stiefeltern Bezug/Kontakt haben

	♀	♂
»Die Eltern meines:r Partners:in sind für uns eine wichtige Unterstützung«	39%	41%
»Ich bin froh, dass seine:ihre Familie weit weg wohnt«	27%	29%
»Es stört mich, dass seine:ihre Eltern sich in unsere Beziehung einmischen«	24%	28%
»Ich verstehe mich mit den Eltern meines:r Partners:in besser als mit meinen eigenen Eltern«	24%	26%
»Ich finde seine:ihre Eltern bzw. Familie manchmal peinlich«	23%	24%
»Mich stört der Einfluss seiner: ihrer Eltern bzw. Familie auf meine:n Partner:in«	22%	24%
»Ich habe das Gefühl, dass ich mich vor seinen:ihren Eltern verstellen muss; nicht so sein kann wie ich wirklich bin«	22%	23%
»Ich fühle mich von den Eltern bzw. der Familie meines:r Partners:in nicht akzeptiert, nicht gemocht«	21%	20%
»Ich habe das Gefühl, dass meinem:r Partner:in die eigene Familie wichtiger ist als unsere Beziehung«	18%	21%
»Wir streiten uns oft wegen seiner:ihrer Eltern«	17%	19%



MEHR LEBENSFREUDE UND SINNSTIFTUNG – WELCHE ARGUMENTE FÜR KINDER SPRECHEN

Strahlende Kinderaugen beim Ausflug in den Zoo, Aufregung vor dem ersten Schultag oder einfach nur ein Lächeln – mehr Lebensfreude und mehr Erlebnisse überzeugen zwei Drittel der Frauen und Männer, wenn sie darüber nachdenken, welche Argumente für das Kinderkriegen sprechen. Ähnlich viele finden, dass Kinder dem Leben einen tieferen Sinn geben. Der Gedanke, etwas von sich weiterzugeben und zu sehen, wie die eigenen Gene weiterleben, gefällt ebenfalls knapp 2 von 3 Befragten – Frauen sogar mehr als Männern.

Spannend: Dass Kinder wirklich Freude und Sinn stiften, legen die Zahlen nahe: Denn Elternpaare stimmen allen Argumenten für Kinder stärker zu als kinderlose Paare.

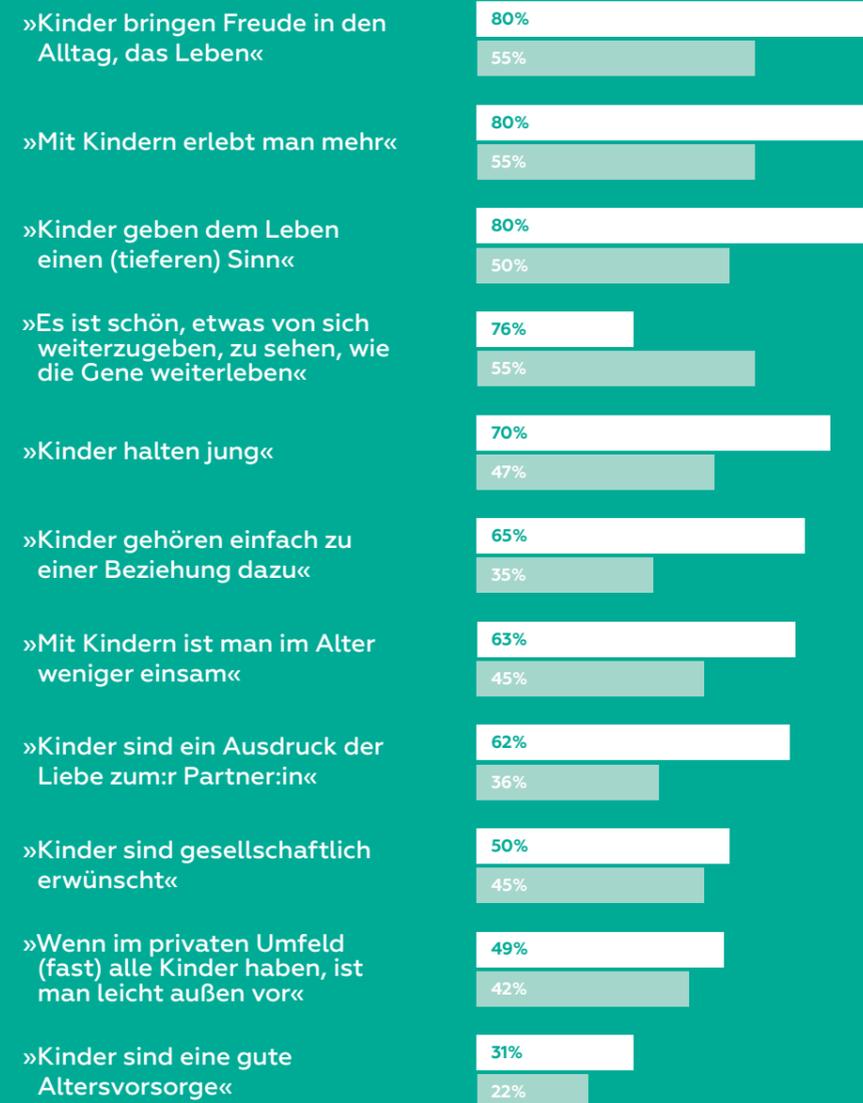


INWIEWEIT STIMMEN SIE DEN FOLGENDEN AUSSAGEN, DIE FÜR DAS KINDERKRIEGEN SPRECHEN, ZU?

6.103 erwachsene deutsche Internetnutzer

	Alle	Frauen	Männer
»Kinder bringen Freude in den Alltag, das Leben«	64%	68%	61%
»Mit Kindern erlebt man mehr«	64%	66%	62%
»Es ist schön, etwas von sich weiterzugeben, zu sehen, wie die Gene weiterleben«	62%	65%	59%
»Kinder geben dem Leben einen (tieferen) Sinn«	61%	64%	59%
»Kinder halten jung«	56%	59%	52%
»Mit Kindern ist man im Alter weniger einsam«	51%	51%	51%
»Kinder sind gesellschaftlich erwünscht«	45%	45%	45%
»Kinder sind ein Ausdruck der Liebe zum:r Partner:in«	44%	45%	44%
»Kinder gehören einfach zu einer Beziehung dazu«	44%	45%	43%
»Wenn im privaten Umfeld (fast) alle Kinder haben, ist man leicht außen vor«	43%	45%	41%
»Kinder sind eine gute Altersvorsorge«	25%	23%	27%

Lierte mit Kindern vs. ohne Kinder



Lierte mit Kindern

Lierte ohne Kinder

WENN DER DRUCK VON AUSSEN STEIGT

»Jetzt wird's aber Zeit« oder »So langsam will deine Mutter auch Oma werden« – solche Sprüche sind bei vielen Paaren ab einem gewissen Punkt an der Tagesordnung. Den Druck, Kinder zu bekommen, weil es gesellschaftlich erwartet wird, verspürt knapp jeder: Zweite – unabhängig vom Geschlecht. Ein ähnlich hoher Anteil meint, dass Kinder einfach zu einer Beziehung dazugehören und dass man sich als kinderloses Paar im privaten Umfeld schnell ins Aus schießt. Nicht immer geht es aber um Einflüsse außerhalb der Beziehung, manchmal ist auch pure Romantik ein Faktor: Knapp jede:r Zweite sieht in Kindern einfach den Ausdruck von Liebe zum:r Partner:in.

KINDER ALS ALTERS- UND EINSAMKEITSVORSORGE

Auch wenn die meisten Befragten sehr idealistische Werte mit dem Kinderkriegen verbinden, so sehen einige auch ganz rationale Vorteile für sich. Jede:r Zweite ist der Meinung, dass man im Alter mit Kindern weniger einsam ist und Nachwuchs jung hält. Letzterem stimmen besonders Frauen zu. Männern ist der Anti-Aging-Effekt weniger wichtig als Frauen, dafür blicken sie beim Kinderkriegen eher auf die Finanzen – mehr als jeder vierte Mann sieht im Nachwuchs eine gute Altersvorsorge.



FREI UND FLEXIBEL – ZWEI DRITTEL NENNEN UNABHÄNGIGKEIT ALS ARGUMENT GEGEN DAS KINDERKRIEGEN

Unabhängig von Schulferien verreisen, spontan mit Freunden um die Häuser ziehen und den ganzen Sonntag im Bett verbringen – fast zwei Drittel geben an, dass Unabhängigkeit und Freiheit im Alltag gute Gründe gegen eine Familiengründung sind. Etwas mehr als die Hälfte sieht vor allem die Belastung, die Kinder aufgrund der großen Verantwortung und der finanziellen Einbußen mit sich bringen. Auch düstere Zukunftsaussichten veranlassen viele Befragte, das Kinderkriegen in Frage zu stellen: Fast jede:r Dritte gibt an, dass man angesichts von Problemen wie Klimakrise, Krieg und Pandemie besser keinen Nachwuchs in die Welt setzen sollte. Das gilt für liierte kinderlose Frauen in besonderem Maße.

INWIEWEIT STIMMEN SIE PERSÖNLICH DEN FOLGENDEN ARGUMENTEN GEGEN DAS KINDERKRIEGEN ZU?

6.103 erwachsene deutsche Internetnutzer

	Alle	Frauen	Männer
»Ohne Kinder ist man unabhängiger, kann tun was man möchte«	64%	67%	62%
»Mit Kindern ist man an einen sehr strukturierten Alltag gebunden«	60%	64%	57%
»Die Verantwortung, die Kinder mit sich bringen, kann belastend sein«	56%	59%	53%
»Kinder bedeuten eine finanzielle Belastung«	55%	54%	56%
»Eine Schwangerschaft / Geburt verändert den Körper einer Frau sehr«	46%	54%	39%
»Kinder sind mit vielen Berufen bzw. beruflichen Zielen nicht vereinbar«	43%	47%	39%
»Eine Familiengründung kann schnell zu einem sehr konservativen Leben führen«	37%	38%	36%
»Durch Kinder leidet das Sexleben«	35%	32%	37%
»Durch Kinder wird man als Frau / Mann auf seine Rolle als Mutter / Vater reduziert«	30%	35%	26%
»Angesichts von Problemen wie Klimakrise, Kriegen, Pandemien sollte man besser keine Kinder in die Welt setzen«	30%	30%	31%
»Die Beziehung / Partnerschaft leidet, wenn Kinder dazukommen«	30%	30%	30%
»Eine Schwangerschaft / Geburt ist ein großes gesundheitliches Risiko«	28%	28%	27%
»Ohne Kinder erlebt man mehr«	27%	27%	27%

Lierte Frauen mit Kindern vs. ohne Kinder



KÖRPERLICHE VERÄNDERUNGEN, BERUFLICHE NACHTEILE UND DIE REDUKTION AUF DIE MUTTERROLLE BELASTEN FRAUEN BESONDERS

Von wegen Body Positivity: Für mehr als die Hälfte der Frauen sind körperliche Veränderungen, die eine Schwangerschaft und Geburt nach sich ziehen, ein Argument gegen das Kinderkriegen. Doch Nachwuchs hat für viele von ihnen nicht nur Folgen für den Körper, sondern auch für die Karriere: Knapp jede Zweite gibt an, dass bestimmte Jobs und berufliche Ziele nicht mit Kindern vereinbar sind – und jede Dritte sorgt sich darum, auf die Mutterrolle reduziert zu werden. Bei Männern sieht das anders aus: Nur etwa jeder Vierte glaubt, man sähe ihn plötzlich nur noch in der Vaterrolle. Immerhin 4 von 10 Männern fürchten aber ebenfalls einen Karriereknick durch Kinder.

BEZIEHUNGSPROBE BABY: VIELE SEHEN DIE QUALITÄT IHRER PARTNERSCHAFT IN GEFAHR

Windeln wechseln statt wilder Sex, Kinder hüten statt Candle Light Dinner. Wenn es um das Kinderkriegen geht, machen sich viele Frauen und Männer Sorgen um ihre Beziehung. Etwa jede:r Dritte geht davon aus, dass die Partnerschaft und das Sexleben leiden, wenn Kinder ins Spiel kommen. Ein ähnlich großer Anteil glaubt, dass mit der Familiengründung zwangsläufig ein konservatives Leben beginnt, und jeder Vierte ist der Meinung, dass man ohne Kinder mehr erlebt.



SPIRITUALITÄT UND LIEBE

-
-
-
-
-

SO SPIRITUELL SEHEN DIE DEUTSCHEN DIE LIEBE

4 VON 10 GLAUBEN AN BESTIMMUNG IN DER LIEBE

Die Liebe als Mysterium, Schicksal und Vorsehung: Dieser Ansatz übt auf viele einen größeren Reiz aus als wissenschaftliche Erklärungsmodelle. Jede zweite Frau und gut jeder dritte Mann sind überzeugt, dass Liebe kein Zufall sein kann und es Menschen gibt, die füreinander bestimmt sind. Fast jede:r Dritte glaubt sogar an Seelenverwandtschaft und gut jede:r Vierte, dass es vom Schicksal bestimmt ist, die richtige Person zu finden.

Spannend: Die Affinität für schicksalshafte Erklärungsansätze ist bei Frischverliebten deutlich stärker ausgeprägt als bei Langzeit-Liierten.

FAST JEDER ZEHNTE AKADEMIKER UNTER 30 WAR SCHON BEIM WAHRSAGEN ODER KARTENLEGEN

Wenn der:die Richtige nicht in Sicht ist, einem der Liebeskummer schlaflose Nächte bereitet oder es in der Beziehung kriselt, ist guter Rat gefragt. Und den holen sich einige junge, männliche Akademiker bei alternativen Adressen: Ob Heiler, Wahrsagerin oder Kartenleger – knapp jeder Zehnte zwischen 18 und 29 hat sich hier schon mal beraten lassen. Damit stechen junge, männliche Akademiker besonders hervor, denn insgesamt haben sich bisher nur 3 Prozent der Frauen und Männer mithilfe von Astro-Karten oder Glaskugel in die Zukunft blicken lassen.

BESONDERS AKADEMIKERINNEN VERTRAUEN AUF DIE WISSENSCHAFT

Liebe ist Karma oder gar von Sternen bestimmt? Von wegen! Gut jede fünfte Akademikerin glaubt an den Einfluss von Pheromonen wie Serotonin, Oxytocin oder Dopamin, wenn es um die Frage geht, wie Anziehung entsteht. Das sind doppelt so viele wie ohne akademischen Abschluss (Nicht-Akademikerinnen: 10 Prozent). Jede sechste Akademikerin (16 Prozent) ist überzeugt, dass die meisten Zusammenhänge in der Liebe wissenschaftlich zu erklären sind, aber nicht einmal jede zehnte Nicht-Akademikerin (7 Prozent).

Interessant: Unter den Männern zeichnen sich mit Blick auf den Bildungsabschluss weniger starke Unterschiede ab.

STERNZEICHEN UND ASTRO-TALK BEIM DATING IRRITIEREN JEDE:N DRITTE:N

Unabhängiger Wassermann trifft auf eifersüchtigen Skorpion – dass eine solche Konstellation zum Scheitern verurteilt ist, davon sind 15 Prozent der Frauen und 13 Prozent der Männer überzeugt. 7 Prozent würden jemanden mit unpassendem Sternzeichen sogar von vornherein ausschließen, Männer tendenziell eher als Frauen (Männer: 8 Prozent, Frauen: 5 Prozent). Für einen deutlich größeren Teil geht Astrologie beim Dating dann aber doch zu weit: Wer beim Kennenlernen in die Sterne schaut, sorgt bei vielen sogar eher für Irritationen – jede:r Dritte findet es albern, wenn jemand beim Dating über Sternzeichen spricht und gut jede:r Sechste könnte mit einem:r spirituell orientierten Partner:in nichts anfangen.

WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN ÜBER LIEBE UND PARTNERSCHAFT TREFFEN FÜR SIE PERSÖNLICH ZU?

6.100 erwachsene deutsche Internetnutzer

DIE WISSENSCHAFTLICHEN

Aussage	Männer	Frauen	Beide
»Ich glaube, neurobiologische Prozesse sind entscheidend für die Anziehung zwischen zwei Menschen«	14%	14%	14%
»Die meisten Zusammenhänge in der Liebe sind wissenschaftlich erklärbar«	10%	10%	11%

DIE SCHICKSALSGLÄUBIGEN

Aussage	Männer	Frauen	Beide
»Ich glaube, dass es Menschen gibt, die füreinander bestimmt sind«	43%	51%	36%
»Ich bin überzeugt, dass es so etwas wie Seelenverwandte in der Liebe gibt«	31%	39%	25%
»Den:die richtige:n Partner:in zu finden ist Schicksal«	27%	30%	24%
»Ich glaube an Liebe auf den ersten Blick«	27%	27%	26%

DIE KRITISCHEN

Aussage	Männer	Frauen	Beide
»Ich finde es albern, wenn jemand beim Daten und Kennenlernen über Sternzeichen spricht«	34%	33%	36%
»Mit einer:m Partner:in, der:die an spirituelle Dinge glaubt, könnte ich nichts anfangen«	15%	13%	17%

DIE SPIRITUELLEN

Aussage	Männer	Frauen	Beide
»Ich glaube, dass bestimmte Sternzeichen besser zusammenpassen als andere«	14%	15%	13%
»In der Kennenlernphase interessiert mich das Sternzeichen meines Gegenübers«	10%	10%	9%
»Ich würde jemanden als Partner:in ausschließen, wenn unsere Sternzeichen nicht zusammenpassen«	7%	5%	8%
»An einem Freitag den 13. würde ich keine wichtigen Dinge planen« (z.B. Date, Verlobung, Hochzeit)	6%	5%	7%
»Ich beziehe in Liebes-/Beziehungsdingen auch den Rat von Horoskopen mit ein«	3%	2%	3%
»Ich habe wegen Liebes-/Beziehungsthemen schon Rat bei Wahrsagern, Kartenlegern, Heilern o.ä. gesucht«	3%	3%	2%



PSYCHOLOGIN LISA FISCHBACH IM INTERVIEW

LIEBE ZU ENTMYSTIFIZIEREN WÄRE FÜR VIELE EIN VERLUST

JEDE ZWEITE FRAU UND MEHR ALS JEDER DRITTE MANN GLAUBEN AN BESTIMMUNG, VIELE HALTEN AN SEELENVERWANDTSCHAFT UND LIEBE AUF DEN ERSTEN BLICK FEST. WIE ERKLÄREN SIE SICH DAS?

Liebe ist sinnstiftend und für die meisten Menschen etwas Erstrebenswertes. Wir sehnen uns nach ihr, sie ist ein wichtiger Teil unserer Suche nach einem glücklichen Leben. Es fühlt sich magisch an, wenn wir uns verlieben und sich daraus Liebe entwickelt. Sie als etwas Mystisches zu verstehen und nicht auf biochemische Prozesse zu reduzieren, lädt sie mit dieser besonderen Leuchtkraft auf. Der Glaube an diese übersinnliche Qualität hat viel mit dem Wunsch zu tun, dass es etwas Göttliches auf dieser Welt geben muss, das über unsere real-physische Welt hinausgeht.

Bei all unseren Bedürfnissen nach Erkenntnis und Rationalität entzieht sich die Liebe auf eine schöne Weise unserer Kontrolle. Und auch das ist ein menschliches Bedürfnis. Sie zu entmystifizieren wäre für viele ein Verlust in einer modernen Welt, die von Wissenschaft, Zahlen, Fakten und Beweisführung geprägt ist. Deshalb geben wir der Liebe eine Seele. Auch weil sie uns mit einem anderen Menschen verschmelzen lässt und uns hilft, unsere eigene körperliche, psychische und emotionale Begrenztheit zu überwinden.

FÜR VIELE IST ES EIN NO-GO, WENN SIE IHRE:IN DATE-PARTNER:IN NICHT GUT RIECHEN KÖNNEN. GEFRAGT NACH DEM EINFLUSS VON NEUROBIOLOGISCHEN PROZESSEN AUF DIE PARTNERWAHL WINKEN DIE MEISTEN JEDOCH AB. WARUM IST DIE BIOCHEMIE EINERSEITS WICHTIG UND ANDERERSEITS UNSEXY, WENN ES UM LIEBE GEHT?

Neurobiologische Prozesse spielen vor allem bei der Partnerwahl, dem Entstehen von Anziehung und beim Verlieben eine große Rolle. Ein Teil der Wirkmechanismen

läuft automatisch ohne unser Zutun ab, wird also nicht eigens gesteuert. Das gilt auch in Sachen Riechen. Zwar werden einige Gerüche von unseren olfaktorischen Sinnesorganen bewusst wahrgenommen und haben somit einen gravierenden Einfluss auf unser Empfinden, ob wir jemanden anziehend finden oder nicht. Doch bei der Entscheidung unserer Nase über Sympathie wirken auch Duftstoffe, die sogenannten Pheromone, die im eigentlichen Sinne keinen echten Geruch haben, uns dennoch bei der Partnerwahl stark beeinflussen und auch Entscheidungen für uns übernehmen.

Jedoch widerspricht zu viel der Determinierung durch biochemische oder evolutionspsychologische Prozesse unserer Überzeugung der freien Partnerwahl und der Selbstbestimmtheit in der Liebe. Zudem wehrt sich ein Teil in uns, Liebe vom Sockel des Geheimnisvollen zu stoßen, macht gerade das Unerklärliche sie attraktiv. Die Ratio in uns möchte zwar verstehen und enträtseln, jedoch wollen wir nicht der Neurobiologie ausgeliefert sein. Das wird häufig als unsexy erlebt, denn die Gefühlswelt in uns sehnt sich nach Romantik.

AUCH WENN STERNZEICHEN FÜR DIE MEISTEN BEI DER PARTNERWAHL IRRELEVANT SIND, SPRICHT IHNEN DOCH IMMERHIN JEDE:R ZEHNTE EINEN HOHEN WERT ZU. WAS RATEN SIE SINGLES, DIE AN STERNZEICHEN GLAUBEN? SOLLTEN SIE IHRE FRAGEN BESSER ZURÜCKHALTEN, UM NICHT ZU IRRITIEREN?

Das Vertrauen auf Sternzeichen kann zum No-Go beim Dating werden. Trifft sachorientierte:r Skeptiker:in auf überzeugte:n Esoteriker:in hat die Liebe selten eine Chance, außer beide sind überaus tolerante Menschen, die das Konfliktpotential langfristig umgehen können. Singles, die der Astrologie und den Sternzeichen einen hohen Einfluss auf die Passung in der Liebe zusprechen, sollten beim Kennenlernen diesen wichtigen Teil ihres Lebens nicht verleugnen, sondern schauen, inwieweit das Date zumindest in einem bestimmten Maße zugänglich für das Thema ist. Hat man dagegen eher einen spielerischen Umgang mit dem Kosmos der Sternzeichen, rate ich, nicht gleich beim ersten Date die Erkenntnisse des jüngst studierten Horoskops zu thematisieren.

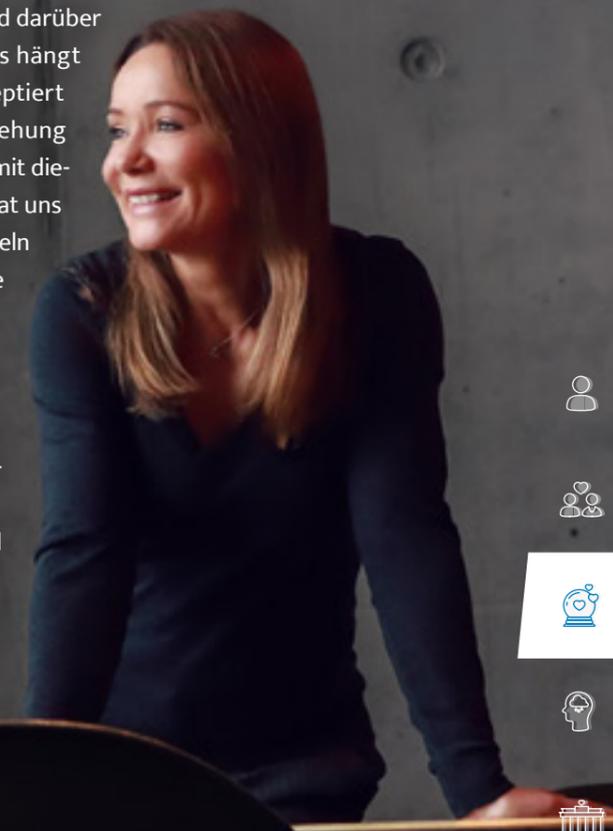
FAST JEDER ZEHNTE LIIERTE MANN UNTER 30 HAT WEGEN LIEBES- ODER BEZIEHUNGSTHEMEN SCHON RAT BEI WAHRSAGER:INNEN, KARTENLEGER:INNEN ODER HEILER:INNEN GESUCHT. GERADE IN DER GEN Z SIND SPIRITUELLE THEMEN ZURZEIT IM TREND. WIE ERKLÄREN SIE SICH DIESES PHÄNOMEN?

Wir neigen dazu, in einer Umwelt mit ständiger Reizüberflutung nach Mustern zu suchen, um durch diese Vereinfachung unser Denken zu entlasten. Wenn es um Liebe geht, wird es oft sehr komplex und somit noch unübersichtlicher. Junge Menschen können weniger auf ein altes Erfahrungssystem zugreifen und nutzen den Glauben an Übersinnliches als weitere Informationsquelle und Entscheidungshilfe. Zudem liefern uns diese Überzeugungen plausible Erklärungsmodelle und haben somit eine entlastende Wirkung. Außerdem wird es manchmal als hilfreich erlebt, persönliche Entscheidungen in die Hände einer höheren Instanz zu legen, wenn das rational-analytische Denksystem an Grenzen stößt und damit die Verantwortung abgegeben werden kann. Zeiten der Unsicherheit verstärken die Neigung, übernatürliche Zusammenhänge zu akzeptieren, denn wir sehnen uns nach Struktur und Stabilität in unserem Leben.

WOVON HÄNGT ES AB, WIE ABERGLÄUBISCH, SCHICKSALSBEHAFTET ODER ABER AUCH RATIONAL WIR MIT DER LIEBE UMGEHEN?

Der Glaube an Übersinnliches – auch in der Liebe – ist durch zahlreiche Faktoren beeinflusst. Sein Entstehen hat weniger mit Intelligenz oder dem Bildungshintergrund zu tun als wir annehmen könnten. Vielmehr spielt die grundsätzliche Bereitschaft, einen ursächlichen Zusammenhang dort zu unterstellen, wo zwei Ereignisse zufällig zusammentreffen, und diesen mit Bedeutung aufzuladen, eine entscheidende Rolle. Dies wurde in neuropsychologischen Untersuchungen wiederholt belegt. In der Forschung hält sich zudem die Annahme, dass eine gewisse Grunddisposition zur Gläubigkeit genetisch verankert ist und evolutionär Sinn ergibt.

Wie magisch wir über die Liebe denken, wird darüber hinaus durch unser Umfeld geprägt. Vieles hängt davon ab, was in der jeweiligen Kultur akzeptiert ist, welche Überzeugungen wir in der Erziehung erleben, aber auch welche Erfahrungen wir mit diesem Denken in der Liebe gemacht haben. Hat uns beispielsweise der Glaube an intuitives Handeln oder Sternzeichen bei der Partnerwahl positive Erfahrungen machen lassen, wird darin ein verlässlicher Partner bei künftigen Entscheidungen gesehen. Zeigt sich das Vorgehen als erfolglose Strategie, werden stärker Fakten und Beweise als belastbare Grundlage herangezogen. Sicher hat die Persönlichkeit auch einen Einfluss auf die Art und Weise, die Liebe emotional oder rational zu betrachten bzw. ob wir eher unserem rational-analytischen System vertrauen oder unserem intuitiven Erfahrungswissen.



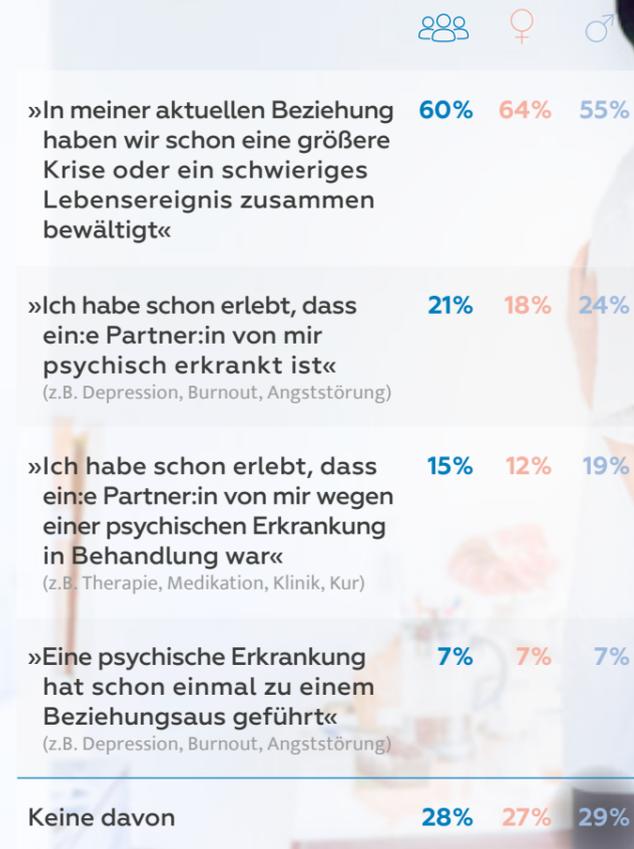


MENTAL HEALTH IN PARTNERSCHAFTEN



WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN TREFFEN AUF SIE ZU?

3.981 erwachsene deutsche Internetnutzer, Liierte



WIE KRISEN UND PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN PARTNERSCHAFTEN FORDERN

BEZIEHUNGEN MACHEN STARK – GERADE IN KRISENZEITEN

Ob Krankheit, Arbeitslosigkeit, beruflicher Stress, Pandemie oder andere Katastrophen: Paare sind von Krisen oft gemeinsam betroffen – stehen sie aber meist auch zusammen durch. 6 von 10 Liierten haben in ihrer aktuellen Beziehung bereits eine Krise oder ein schweres Lebensereignis bewältigt. Manche Partnerschaften sind allerdings weniger resilient und zerbrechen: 7 Prozent der Liierten berichten, dass psychische Leiden in früheren Partnerschaften schon einmal zu einem Beziehungsaus geführt haben.

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN GEHÖREN FÜR VIELE ZUM BEZIEHUNGSALLTAG

Burnout, Depressionen oder Angststörungen sind dennoch keine Seltenheit: Jede:r fünfte Liierte berichtet davon, dass er:sie bereits eine:n Partner:in hatte, der:die psychisch erkrankt ist. Dabei scheinen Frauen anfälliger für Depressionen oder Angststörungen: Jeder vierte Mann gibt an bereits mit einer psychisch erkrankten Frau liiert gewesen zu sein und knapp jeder Fünfte berichtet, dass seine Partnerin deshalb sogar schon in Behandlung war.

DAS LEID DER JÜNGEREN

Jüngere Beziehungen sind besonders durch psychische Erkrankungen belastet. Knapp jede:r dritte Liierte bis 30 Jahre hat schon erlebt, dass der:die Partner:in psychisch erkrankt ist – und jede:r Vierte, dass aufgrund des Leidens eine Medikation, Therapie oder sogar ein Klinikaufenthalt erfolgt ist. Dass mentale Probleme insbesondere jüngere Paare nachhaltig belasten, zeigt auch die Trennungsquote: Jede:r achte Liierte zwischen 18 und 29 hat schon ein Beziehungsaus aufgrund einer psychischen Erkrankung des:r Partners:in erlebt.

Jüngere haben es besonders schwer

»In meiner aktuellen Beziehung haben wir schon eine größere Krise oder ein schwieriges Lebensereignis zusammen bewältigt«



»Ich habe schon erlebt, dass ein:e Partner:in von mir psychisch erkrankt ist«
(z.B. Depression, Burnout, Angststörung)



»Ich habe schon erlebt, dass ein:e Partner:in von mir wegen einer psychischen Erkrankung in Behandlung war«
(z.B. Therapie, Medikation, Klinik, Kur)



»Eine psychische Erkrankung hat schon einmal zu einem Beziehungsaus geführt«
(z.B. Depression, Burnout, Angststörung)



■ 18- bis 29-Jährige ■ Gesamt

IMMENSE ZUNAHME VON STRESSOREN

» Psychische Erkrankungen sind heute weniger tabuisiert als noch vor zwei Jahrzehnten und Diagnosen wie Burnout sind den meisten geläufig. Die zunehmende Anerkennung dieser Leiden als »normale« Erkrankungen führt dazu, dass sich Betroffene eher an Expert:innen wenden und entsprechend häufiger werden Diagnosen dieser Art gestellt. Darüber hinaus leiden immer mehr junge Erwachsene und insbesondere Frauen unter psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen oder Panikattacken. Mit Ausbruch der Corona-Pandemie im Jahr 2020 wurde ein neuer Höchststand an Ausfalltagen im Beruf wegen psychischer Erkrankungen verzeichnet – ein Anstieg um 56 Prozent im Vergleich zu 2010.*

Grund für diese alarmierenden Zahlen ist eine immense Zunahme von Stressoren wie Angst vor Corona, finanzielle Sorgen, Zukunftsangst, Klimaerwärmung oder die brisante politische Lage. Gerade junge Menschen haben kaum Erfahrungswissen im Umgang mit derartigen Krisen und entsprechend wenig adäquate Bewältigungsstrategien entwickelt. Wenn infolge der erlebten Hilflosigkeit die Gesamtheit des menschlichen Fühlens und Empfindens aus der Balance gerät, spricht man von einer psychischen Störung.

Lisa Fischbach, Psychologin und Forschungsleiterin bei ElitePartner



DIESE STRATEGIEN NUTZEN PAARE FÜR IHRE MENTALE GESUNDHEIT

FRÜHWARNSYSTEM PARTNERSCHAFT

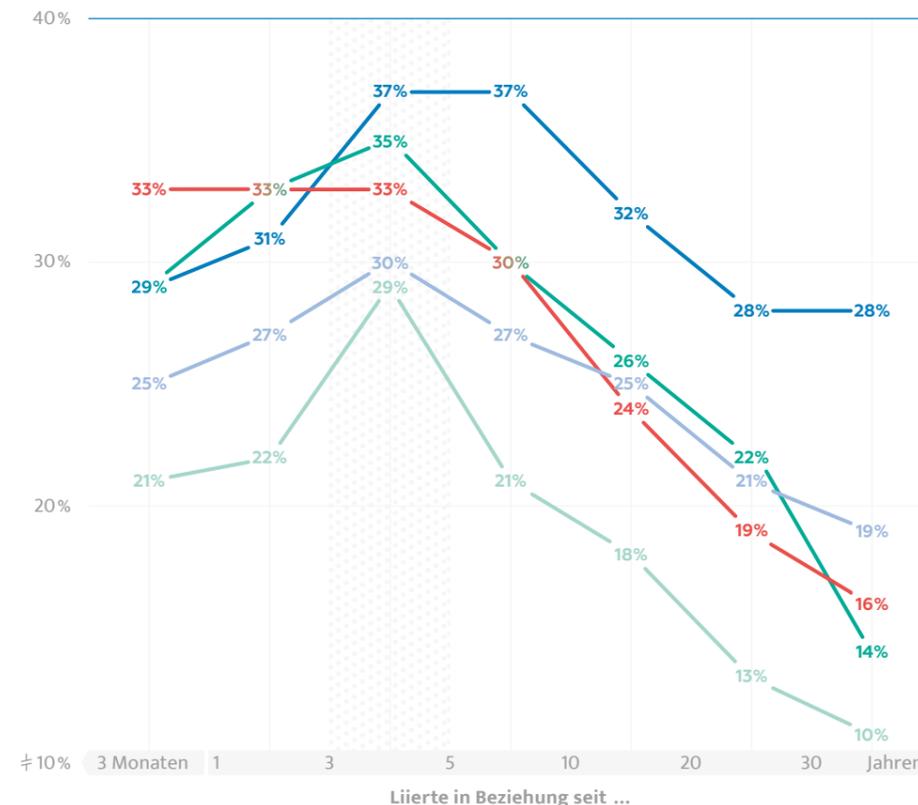
Überstunden, Mental Load und Gedankenkarussell: 7 von 10 Lierten haben den Stresspegel des:r Partners:in im Blick. Und dieses partnerschaftliche Frühwarnsystem wirkt bei den meisten: Mehr als jede:r Zweite gibt an, dass ihm:ihr die Beziehung dabei hilft, auf eine gute Work-Life-Balance zu achten. Besonders profitieren Akademiker-Männer in ihren Fünfzigern von der partnerschaftlichen Unterstützung: Denn mehr als zwei Drittel (68 Prozent) können dank ihrer Beziehung in Balance bleiben und den Stift rechtzeitig fallen lassen.

INWIEWEIT TREFFEN DIE FOLGENDEN AUSSAGEN AUF SIE BZW. AUF IHRE AKTUELLE PARTNERSCHAFT ZU?

4.041 erwachsene deutsche Internetnutzer, Lierte

	👤	♀	♂
»Meine Partnerschaft gibt mir in Krisenzeiten emotionalen Halt«	76%	77%	75%
»Ich achte bei meinem:r Partner:in bewusst auf Anzeichen von Stress, Sorgen oder Überforderung«	69%	72%	66%
»Meine Partnerschaft hilft mir, auf meine Work-Life-Balance zu achten«	56%	54%	58%
»Ich habe schon Stress, Sorgen oder Überforderung verharmlost, um meine:n Partner:in nicht zu belasten«	53%	52%	53%
»Angesichts der aktuellen Weltlage habe ich Angst vor der Zukunft« <small>(Corona, Klimakrise, politische Entwicklungen)</small>	35%	37%	34%
»Wenn es mir schlecht geht, ist mein:e Partner:in oft unsicher, wie er:sie damit umgehen soll«	32%	35%	29%
»Die Corona-Pandemie hat meine Beziehung zumindest phasenweise belastet«	26%	24%	27%
»Ich hätte Angst, dass mich mein:e Partner:in verlassen würde, wenn ich psychisch erkrankte«	25%	23%	28%
»Ich weiß nicht, ob ich damit umgehen könnte, wenn mein:e Partner:in psychisch erkrankte«	25%	21%	28%
»Ich weiß nicht, ob meine Partnerschaft noch eine weitere Krise wie die Corona-Pandemie überstehen würde«	18%	15%	22%

Entwicklung nach Beziehungsdauer



- »Wenn es mir schlecht geht, ist mein:e Partner:in oft unsicher, wie er:sie damit umgehen soll«
- »Ich weiß nicht, ob ich damit umgehen könnte, wenn mein:e Partner:in psychisch erkrankte«
- »Ich hätte Angst, dass mich mein:e Partner:in verlassen würde, wenn ich psychisch erkrankte«
- »Die Corona-Pandemie hat meine Beziehung zumindest phasenweise belastet«
- »Ich weiß nicht, ob meine Partnerschaft noch eine weitere Krise wie die Corona-Pandemie überstehen würde«

JEDE:R ZWEITE VERHARMLOST SORGEN, UM NICHT ZUR LAST ZU FALLEN

Doch trotz – oder gerade wegen – aller partnerschaftlichen Fürsorge bleibt vieles unausgesprochen. Die Hälfte der Lierten hat schon Probleme verharmlost, um den:die Partner:in nicht zu belasten. Offenbar auch aus Unsicherheit und Angst vor einem Beziehungsaus. Denn jede:r Dritte hat den Eindruck, dass der:die Partner:in oft unsicher ist, wenn es ihnen schlecht geht und jede:r Vierte hätte sogar Angst, im Falle einer eigenen psychischen Erkrankung verlassen zu werden. Berechtigte Gefühle, denn es zeigt sich: Ein Viertel gibt zu, sich selbst nicht sicher zu sein, ob er:sie mit einer psychischen Erkrankung des:r Partners:in umgehen könnte – Männer fühlen sich in diesem Aspekt hilfloser als Frauen.

Interessant: Gerade nach 3 bis 5 Jahren Beziehungsdauer scheint die mentale Gesundheit von Paaren besonders gefährdet.

TROTZ UNTERSTÜTZUNG HAT JEDE:R DRITTE ZUKUNFTSÄNGSTE

Corona, Krieg und Inflation belasten nicht nur Politik und Wirtschaft, sondern auch die Liebe. Obwohl drei Viertel der Lierten in Krisenzeiten emotionalen Halt durch den:die Partner:in erfahren, sorgen sich viele aufgrund der aktuellen Lage in der Welt um ihre Zukunft. Jede:r dritte Lierte ist von Zukunftsängsten geplagt und jede:r Fünfte ist sich nicht sicher, ob die Partnerschaft noch einer weiteren Krise wie der Corona-Pandemie standhalten würde.



Schleswig-Holstein

47% ist es egal, wer den Heiratsantrag macht.
Gesamt: 34%

Hamburg

66% möchten in einer Beziehung dauerhaft zusammenbleiben, möglichst ein Leben lang.
Gesamt: 74%

Hessen

64% der Singles sind mit ihrem Solo-Status zufrieden.
Gesamt: 57%

Rheinland-Pfalz

27% werden eifersüchtig, wenn ihr:e Partner:in mehr Zeit mit dem Handy verbringt als sonst.
Gesamt: 22%

Baden-Württemberg

50% der Singles wünschen sich eine:n finanziell gut gestellte:n Partner:in.
Gesamt: 43%

Mecklenburg-Vorpommern

28% finden, Heiraten hat vor allem finanzielle Vorteile.
Gesamt: 21%

Berlin

16% interessiert beim Kennenlernen das Sternzeichen.
Gesamt: 10%

Brandenburg

76% möchten in einer Beziehung gemeinsamen Hobbys/Interessen nachgehen.
Gesamt: 69%

Sachsen

75% ist guter Sex in einer Beziehung wichtig.
Gesamt: 69%

Thüringen

36% haben eine:n Partner:in, der:die gleich viel verdient.
Gesamt: 24%



SO LIEBT DEUTSCHLAND



15 FAKTEN ÜBER DIE LIEBE





PRESSEKONTAKT

für Detailauswertungen und weitere Informationen

BEATRICE BARTSCH

Senior PR & Brand Manager ElitePartner

E-Mail: beatrice.bartsch@elitepartner.de

Telefon: +49 (0) 40 / 460 026 – 325

Ich freue mich, bald von Ihnen zu hören!

DAS WAR'S... NOCH ÜBERHAUPT NICHT!

Auch in diesem Jahr finden sich die spannendsten, überraschendsten und wichtigsten Ergebnisse unserer ElitePartner-Studie in diesem Studienband. Doch natürlich gehen die Daten viel tiefer. Zu allen vorgestellten Themen liefern wir gerne jederzeit Detailanalysen und umfangreiche Zahlen

KONTAKTIEREN SIE UNS FÜR INDIVIDUELLE AUSWERTUNGEN

Sie haben Interesse an tiefergehenden Daten? Sie recherchieren zu einem Thema, das dieses Jahr nicht dabei war? Sprechen Sie uns einfach an! Seit dem Start unserer ElitePartner-Studie im Jahr 2005 gibt es kaum eine Fragestellung, die wir noch nicht beleuchtet haben. Wir senden Ihnen die Daten gerne in einem für Sie passenden Format zu – ob umfangreich ausgearbeitet als PDF oder übersichtlich als Excel-Tabelle.

FÜR SIE IM INTERVIEW: EXPERTIN LISA FISCHBACH

Ob Zitat, Hintergrundgespräch oder ausführliches Interview – für Print, Online, TV oder Radio: Unsere Studienleiterin und Diplom-Psychologin Lisa Fischbach steht Ihnen jederzeit persönlich zur Verfügung. Kommen Sie einfach auf uns zu.

PRESSEMELDUNGEN MIT AKTUELLEN ZAHLEN – JETZT ABONNIEREN

Keine neuen Daten mehr verpassen: Falls Sie unsere monatlichen Pressemeldungen noch nicht erhalten, kontaktieren Sie uns gerne, um mit den aktuellsten Ergebnissen und Kommentaren zu unserer ElitePartner-Studie versorgt zu werden.

Link zu allen ElitePartner-Studienbänden: elitepartner.de/studien

UND ES GEHT WEITER!

Während Sie diese Zeilen lesen, entwickeln wir schon die ElitePartner-Studie 2023. Wenn Sie Anregungen oder Ideen für neue Themen oder Fragestellungen haben, lassen Sie es uns wissen – wir freuen uns über Ihre Ideen und Inspirationen.

**PRESSEKONTAKT FÜR DETAILAUSWERTUNGEN
UND WEITERE INFORMATIONEN:**



BEATRICE BARTSCH
Senior PR & Brand Manager ElitePartner

E-Mail: beatrice.bartsch@elitepartner.de
Telefon: +49(0)40/460 026 - 325