

Single-Dasein ist häufiger Grund für Schlaflosigkeit

Parship-Umfrage zum Tag des Schlafes 2007 zeigt: Vor allem Männern raubt das fehlende Liebesglück den Schlaf

Hamburg, 18. Juni 2007 – In Deutschland litten im letzten Jahr zwischen zehn und 15 Prozent der Bevölkerung an massiven Schlafstörungen. Eine Umfrage von Europas führender Online-Partneragentur Parship unter rund 740 deutschen Singles hat ergeben, dass das Single-Dasein bei vielen Alleinstehenden (27 Prozent) für Probleme beim Einschlafen sorgt. Single-Männer sind davon besonders stark betroffen. Rund ein Drittel von ihnen gibt an, dass der Gedanke an die fehlende Partnerschaft sie am Einschlafen hindert.

Stress und Druck im Job hält die meisten Singles wach

Die häufigste Ursache für Schlaflosigkeit bei Singles ist jedoch die Belastung durch den Job. Bei rund einem Drittel der Befragten sorgt die aktuelle Arbeitssituation für unruhige Nächte. „Schlafstörungen haben oft seelische Ursachen“, so Parship Single-Coach Nicole Schiller. „Der tägliche Leistungsdruck im Job oder auch die Unzufriedenheit mit der eigenen Lebenssituation begleiten die Betroffenen mit ins Bett.“ Eine durchwachte Nacht stecken viele Menschen problemlos weg. Chronischer Schlafmangel dagegen ist auf Dauer ungesund. „Es ist daher wichtig, sich täglich die Zeit zu nehmen, den Tag noch einmal zu reflektieren. Oftmals fallen einem dabei Ereignisse auf, die sich rückblickend sehr positiv bewerten lassen. Dies macht es leichter von den Alltagsorgen loszulassen und unbelastet einzuschlafen“, rät Nicole Schiller.

Parship-Erfolgsstorys

Filmreif – Monika und Wolfgang schlaflos in Shanghai
<http://www.parship.de/docs/public/stories/story200.xhtml>

Mondsüchtig – Stefan und Andrea aus Niederbayern
<http://www.parship.de/docs/public/stories/story789.xhtml>

Über PARSHIP

PARSHIP ist die größte Online-Partneragentur für langfristige Beziehungen in Deutschland (PARSHIP.de) und Europa (PARSHIP.com). Europaweit gibt es über 3 Millionen PARSHIP-Mitglieder, die an einer dauerhaften Partnerschaft interessiert sind. Sie sind aktive, dynamische Frauen (51%) und Männer (49%) vorwiegend im Alter zwischen 28 und 55 Jahren. Allen Mitgliedern bietet PARSHIP maßgeschneiderte Services und Informationen sowie das anonyme und sichere Umfeld für die seriöse und erfolgreiche Partnersuche. Das PARSHIP-Prinzip des schrittweisen Zusammenfindens basiert auf dem rund 80 Fragen umfassenden wissenschaftlichen PARSHIP-Test. Mit seiner Hilfe werden jedem Mitglied die detaillierten Profile besonders gut zu ihm passender Mitglieder angeboten. Bei Interesse können dann mit komfortablen Online-Tools gezielt E-Mails und Fotos ausgetauscht werden. Zu den rund 90 Kooperationspartnern in Deutschland zählen unter anderem die Frankfurter Allgemeine Zeitung, Der Spiegel und Die Zeit. Das in Hamburg ansässige und zur Verlagsgruppe Georg von Holtzbrinck gehörende Unternehmen bietet seinen Service unter PARSHIP.com in derzeit 13 europäischen Ländern an.

Weitere Informationen finden Sie unter www.parship.de

Ihre Ansprechpartner

PR Managerin PARSHIP.de
Tanja Knott
Brandstwierte 1
20457 Hamburg
Telefon: 040-460026-221
E-Mail: tanja.knott@parship.de

PARSHIP-Pressestelle
c/o Klenk & Hoursch
Gregor Schreiber
Hedderichstraße 108 / 60596 Frankfurt
Telefon: 069-719168-21
E-Mail: gregor.schreiber@klenkhoursch.de