

Anleitung zum Glücklichsein

Sieben Tipps für eine harmonische Partnerschaft

Hamburg, 17. September 2007 – Glück in der Liebe: Das wünschen sich die Meisten. Doch in der Praxis lässt sich dieses Ziel manchmal nur schwer umsetzen. Was ist das Geheimnis einer dauerhaft, harmonischen Partnerschaft? Eric Hegmann, Parship Single-Experte und Autor von Beziehungsratgebern („Die Traumprinz-Falle“), hat aus den sieben wichtigsten Erkenntnissen der aktuellen Parship.de Single- und Partnerstudie seine persönlichen Ratschläge für eine glückliche Partnerschaft zusammengestellt.

1. „Sex Sells“ – auch in der Liebe

Rund 50 Prozent der Deutschen, die in einer Partnerschaft leben, sagen: „Guter Sex ist maßgeblich für das Funktionieren einer Partnerschaft verantwortlich“ – und zwar unabhängig davon ob Mann oder Frau.

Wenn es im Bett zwischen den Partnern funktioniert, ist schon einmal ein wichtiger Faktor erfüllt, der die Beziehung am Laufen hält. Bei vielen schläft diese Komponente der Partnerschaft jedoch mit der Zeit etwas ein. Fordern Sie gemeinsam Ihre Fantasie ruhig etwas heraus und bleiben Sie nicht nur in der Komfortzone des Alltagslebens. Mein Tipp: Regelmäßige Verabredungen mit dem Partner zu einem kleinen Stell-Dich-Ein und lassen Sie sich etwas einfallen, um den Partner hin und wieder zu überraschen.

2. Ruhig mal die Fetzen fliegen lassen

45 Prozent der deutschen Singles und Nicht-Singles finden den gelegentlichen Beziehungskrach wichtig für eine dauerhafte Partnerschaft – allerdings nur, wenn beide Partner auch kompromissbereit sind.

Ein Beziehungskrach kann viele Schieflagen in der Partnerschaft „zurechtrücken“. Manche Dinge müssen einfach mal gesagt werden! Auch wenn man weiß, dass man damit einen Streit auslöst. Wenn Ihnen das schwer fällt, weil Sie sehr harmoniebedürftig sind, denken Sie daran: Mit jedem gelösten Problem stellen Sie Ihre Partnerschaft auf eine neue, höhere und belastbarere Stufe.

3. Liebe kostet Geld

Singles teilen nicht gerne. Über 70 Prozent der deutschen Singles sind der Meinung, dass man auch in einer Partnerschaft in „mein“ und „dein“ unterscheiden sollte. Dagegen erklären 55 Prozent der Gebundenen: „In unserer Partnerschaft gibt es nur ‚unser‘“.

Partnerschaft kostet Geld. Dies mag unromantisch klingen. Für ein richtiges „Wir-Gefühl“ muss man auch dafür sorgen, dass das Zusammenleben finanziell abgesichert ist. Geld ist in vielen Partnerschaften ein sensibles Thema. Es lohnt sich daher, frühzeitig zu klären, welche Anschaffungen man gemeinsam tätigt, wie man mit Gemeinschaftsausgaben wie Strom, Miete und Lebensmittel umgeht und für welche Zukäufe jeder Partner individuell aufkommt. Sehen Sie diese Absprachen als Chance, eine mögliche unbewusste Furcht vor Verbindlichkeit gemeinsam mit Ihrem Partner zu lösen.

4. Verstand anschalten

Jedem dritten Befragten ist bewusst: Neben einem kompromisslosen „Ja“ zur Partnerschaft ist fortwährende Arbeit an der Partnerschaft der Schlüssel zum Erfolg.

Leidenschaft und Hingabe sind wichtig für die Partnerschaft – und ein Zeichen von Vertrauen. Vergessen Sie aber nicht, dass Liebe auch manchmal einen kühlen Kopf erfordert. Gerade in schwierigeren Phasen der Beziehung müssen Lösungen gemeinsam und manchmal auch hart erarbeitet werden. Belohnen Sie sich dafür: Laden Sie zu einem Wochenende ans Meer oder buchen Sie einen Kurztrip nach Paris. Das hilft Alltagsprobleme aus einer anderen

Perspektive zu betrachten und neue Lösungswege zu entdecken.
Beziehungsarbeit kann durchaus Spaß machen!

5. Ich bin Ich und Du bist Du

*Deutsche Paare verstehen sich nicht als „Doppeltes Lottchen“.
Lediglich zehn Prozent sind der Ansicht, dass in einer Partnerschaft
nur die Gemeinsamkeit zählt.*

Ein eigenes Hobby, mal alleine losziehen – einen Teil der Freizeit nicht „im Doppelpack“ zu verbringen vermeidet Langeweile!
Spannende Gesprächsthemen ergeben sich wie von selbst, und die Vorfreude auf den nächsten Tag zu zweit kann Wunder in der Liebe wirken. Außerdem sagt niemand, dass Sie sich nicht ab und an von der Begeisterung Ihres Partners anstecken lassen dürfen. Vielleicht machen Sie mit seinem Hobby ganz neue, spannende Entdeckungen, auf die Sie sonst gar nicht gekommen wären.

6. Ehrlich währt nicht immer am Längsten

*Rund die Hälfte der befragten Singles und Nicht-Singles plädiert für
Ehrlichkeit – auch nach einem Fehltritt in der Partnerschaft.*

Eine Partnerschaft wird nicht erst aufs Spiel gesetzt, sobald ein vermeintlicher Fehltritt ans Licht kommt, sondern in dem Moment, wenn der Partner betrogen wird. Wer fremdgeht, sollte seine Beziehung auf alle Fälle überdenken. Das Geständnis kann einen Neuanfang bedeuten, aber auch das Ende einer Beziehung. Je nach Konstellation und je nachdem wie sehr der Fehltritt einen selbst und damit die Beziehung belastet, muss abgewogen werden, ob die Wahrheit der Partnerschaft hilft oder nicht. Bedenken Sie dabei: Alle Absprachen müssen regelmäßig gemeinsam überprüft und vielleicht der neuen Erfahrungs- und Gefühlswelt angepasst werden.

7. Drei Worte sagen mehr als tausend Blicke

54 Prozent der befragten Singles und Nicht-Singles finden, dass man eine Liebeserklärung dann aussprechen sollte, wenn man die Worte auch empfindet.

Stehen Sie zu Ihren Gefühlen und bleiben Sie in Ihren Liebesbezeugungen gleich welcher Art authentisch. Aber gehen Sie mit Liebesschwüren nicht zu verschwenderisch um, so dass es beliebig klingt. Nicht jedes kurze Telefonat muss mit „Ich liebe Dich“ beendet werden, sonst werden die schönsten Worte schnell zur Routine.

Über die Parship.de Single- und Partnerstudie 2007

Für die online-repräsentative Studie hat PARSHIP.de gemeinsam mit dem Düsseldorfer Marktforschungsinstitut InnoFact AG insgesamt 400 Singles und 600 Nicht-Singles im Alter zwischen 16 und 60 Jahren befragt. Im Fokus der Studie stand die Frage: Wie funktioniert die Liebe? In mehreren Fragekomplexen wurden die wesentlichen Aspekte, die zum Gelingen einer Beziehung beitragen, ermittelt. Ziel war es, die Faktoren zu beleuchten, die für eine harmonische und glückliche Partnerschaft maßgeblich sind.

Weitere Informationen zur Parship.de Single- und Partnerstudie finden Sie unter www.parship.de/docs/public/press/

Über PARSHIP

Parship ist die größte Online-Partneragentur für langfristige Beziehungen in Deutschland (Parship.de) und Europa (Parship.com). Europaweit gibt es über 4 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 mehr als 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 zwölf europäischen Ländern an.

Weitere Informationen finden Sie unter www.parship.de

Ihre Ansprechpartner

PR Managerin PARSHIP.de
Tanja Knott
Brandstwiete 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@klenkhorsch.de