



RUND UM
DIE PSYCHE

ONLINE-DATING GEGEN DIE EINSAMKEIT?

Die Hochschule Fresenius hat sich in einer Studie während des ersten Corona-Lockdowns im vergangenen Jahr mit dem Thema Online-Dating befasst. Für die Studie unter der Leitung der Kölner Psychologie-Professorin Dr. Wera Aretz, wurden fast 2000 Menschen im Durchschnittsalter von 37 Jahren befragt.

Dabei stellten die Forscher vor allem im Bereich der Social-Dater, also der Singles, die für die Partnersuche Texte und Sprachnachrichten versenden, fest, dass diese deutlich aktiver in Sachen Online-Dating unterwegs waren, als vor Corona. Die meisten Probanden gaben an, den Kontakt zu anderen während des Lockdowns zu vermissen und sich einsam zu fühlen.

„Auch die Form der Kommunikation hat sich verändert. Zum einen antworten die Nutzer schneller und ausführlicher. Zum anderen sind die Gespräche tiefsinniger geworden. Die Situation macht viele nachdenklicher, was sich auch im Online-Dating bemerkbar macht“, erklärt Aretz.



Christine Backhaus ist seit mehr als 20 Jahren Diplom-Psychologin und als Beziehungs-Coach in Frankfurt tätig. Einer ihrer Schwerpunkte ist die Individualberatung für Singles mit Beziehungswunsch. Dazu bietet sie unter anderem Single-Coaching für Dating und Online-Dating sowie Beratung bei Bindungs- und Beziehungsangst an.

STUDIE ZUM ONLINE-DATING

2000 Menschen wurden für eine Studie zum Online-Dating der Hochschule Fresenius befragt.

70 Prozent der Befragten haben sich im realen Leben miteinander getroffen.

33 Prozent gaben an, die Abstandsregeln bei dem Treffen nicht immer eingehalten zu haben.

Chance oder Belastung in der Krise?

Psychologin Christine Backhaus spricht über
Beziehungsstarts in Zeiten von Corona

Von unserem
Redaktionsmitglied
ANN-KATRIN HAHNER
FRANKFURT

Auch ohne eine Pandemie ist der Start in eine Beziehung gar nicht so einfach. Diplom-Psychologin Christine Backhaus (57) erklärt im Interview, wie sich das Kennenlernen durch Corona verändert hat.

Frau Backhaus, wie ist die Situation von Singles in der Corona-Pandemie einzuschätzen?

Pauschal kann man das natürlich nicht sagen, aber es gibt viele Singles, die vor Corona nicht auf Partnersuche waren, die jetzt aber feststellen, dass ein Partner an der Seite in einer Krise mit solchen existenziellen Bedrohungen vielleicht doch schön wäre. Sie reflektieren ihr Partnerschaftsbedürfnis noch mal neu, denn die Vorteile ihres Single-Lebens, wie beispielsweise abends ganz ungebunden auszugehen, sind durch die Pandemie praktisch auf Null heruntergefahren. Bei vielen Menschen sind das Feiern und Tanzen gehen wunderschöne Strategien, um gar nicht spüren zu müssen, dass man vielleicht doch jemanden braucht. Durch Corona sind diese Kompensationsstrategien jedoch weggefallen, und das hat einige Menschen in ein Loch gestürzt, weil sie plötzlich ganz allein mit sich und ihren Bedürfnissen waren.

Wie beeinflusst Corona das Dating?

Einige Singles gehen jetzt ernsterhaft an die Sache heran, und Online-Dating und Partnervermittlungen verzeichnen viele Neuanmeldungen – auch von Leuten, die dem Ganzen früher skeptisch gegenüberstanden. Von Menschen, die viel im Online-Dating unterwegs sind, habe ich mitbekommen, dass sie sich jetzt intensiver mit den Profilen der anderen Nutzer beschäftigen und weniger oberflächlich an die Sache herangehen. Die Kommunikation mit dem Gesprächspartner dauert länger an und geht über das erste Hoch, was man am Anfang empfindet, hinaus. Für andere sind Online-Portale aber auch nur eine Möglichkeit, einmal kurz in Kontakt zu kommen – ähnlich wie ein Hallo oder Lächeln beim Bäcker.

Wie wirken sich die Treffen unter Corona-Bedingungen auf die sich anbahnende Beziehung aus?
Manche Leute treffen sich an der frischen Luft. Oft ist natürlich die Maske mit dabei. Und da ist die Kommunikation eine ganz andere. Man sieht nur die Augen des anderen, und da ist es manchmal schwierig, das Gesagte zu deuten. Hinzu kommt, dass man bei Spaziergängen eher parallel läuft, statt einander gegenüber zu sein. Insgesamt findet alles deutlich eingeschränkter statt, als wenn ich mich unter normalen Umständen

Wie gelingt es, trotz Distanz Nähe aufzubauen?

Es ist wichtig, sich zu offenbaren und etwas von sich zu zeigen. Also nicht das klassische Single-Pokerface aufzusetzen, mit dem man signalisieren will ‚Bei mir ist alles toll, ich habe mein Leben im Griff‘. Man kann ruhig mal sagen, wo es einem schwer fällt und auch, dass man sich gerade einsam fühlt. Corona kann da durchaus eine Chance für Begegnung und echte Bindung sein. Durch die Pandemie sollte man sich beim Aufbau der Beziehung zwar in Geduld üben, aber irgendwann sollte man sich auf jeden Fall einmal persönlich treffen, denn ansonsten ist es unnatürlich und eine Art Laborsituation für beide. So kann man dann feststellen, ob man nicht nur schriftlich übereinstimmt, sondern auch in der Realität.

Gehen die Leute in der Coronakrise denn bereitwilliger eine Beziehung ein, oder sind sie zögerlicher?

Meiner Einschätzung nach ist das Gros achtsamer mit sich und eben auch vorsichtiger, was eine sich anbahnende Beziehung betrifft. Es gibt aber auch die, die jetzt im Lockdown direkt zusammengezogen sind, und praktisch symbiotisch in den letzten Monaten zusammen gelebt haben. Bei diesen Paaren hat sich recht schnell die Frage gestellt, wie die Beziehung nach dem Lockdown aussieht und ob sie dann noch weiter bestehen wird.

Sind diese Beziehungen denn besonders gefestigt? Immerhin kamen sie ja in einer schweren Zeit zustande.

Das ist förderlich, denn Partnerschaft braucht ja gerade am Anfang viel Beziehungsaufbau.



Corona kann durchaus eine Chance für Begegnung und echte Bindung sein.

Christine Backhaus
Diplom-Psychologin