

16.09.2024 – 09:15 Uhr

## 4 Erfolgshaltungen führen zum Dating-Erfolg



Hannover (ots) -

Die psychologische Partnervermittlung [Gleichklang.de](https://gleichklang.de) hat Mitglieder, die mit ihrem Online-Dating bereits auf Erfolgskurs sind, mit anderen Mitgliedern verglichen, bei denen sich bisher kein Erfolg andeutet. Dabei konnten vier Grundhaltungen identifiziert werden, anhand derer sich erfolgreiche und erfolglose Mitglieder unterscheiden.

Zum Erfolg gelangen öfter diejenigen Mitglieder, die keine abwartende Haltung annehmen, Partnersuche nicht als einen Vergleichsprozess betrachten, sich für ihre Partnersuche keine Zeitbegrenzungen geben und sich zudem auch auf ein Kennenlernen mit Menschen einlassen, die weiter entfernt leben.

### Untersuchungs-Design

Die Untersuchung wurde als Online-Erhebung durch den Psychologen und Dating-Coach [Guido F. Gebauer](#) durchgeführt. In die Auswertung gingen die Angaben von 1185 Gleichklang-Mitgliedern, die sich aktuell oder (bei bereits eingetretenem Erfolg) zuvor auf Partnersuche befanden. Unter den Teilnehmenden befanden sich 568 Frauen, 591 Männer und 26 nicht-binäre Personen im Alter von 19 bis 84 Jahren. Das Durchschnittsalter betrug 52,7 Jahre.

Als *auf Erfolgskurs* wurden in der Studie diejenigen 38,1 % der Mitglieder bezeichnet, bei denen bereits eine Partnerschaft oder Freundschaft entstanden war, bei denen sich aktuell eine Partnerschaft oder Freundschaft entwickelte oder bei denen zum Zeitpunkt der Befragung mindestens ein aussichtsreicher Kontakt bestand.

Als erfolglos wurden demgegenüber diejenigen 61,9 % der Mitglieder bezeichnet, bei denen bisher keine Beziehung entstanden oder am Entstehen war und zum Befragungszeitpunkt auch kein aussichtsreicher Kontakt vorlag.

Die Teilnehmenden beantworteten 13 Fragen zu ihrem Online-Dating, die sich auf die Auswahlvorgänge bei der Partnersuche, das eigene Kontaktverhalten und mögliche zeitliche Limitierungen der Partnersuche bezogen.

### Die Hauptunterschiede zwischen Erfolglosen und Erfolgreichen

In der Datenauswertung zeigte sich, dass vier der 13 Fragen von Mitgliedern auf Erfolgskurs typischerweise anders beantwortet wurden als von den erfolglosen Mitgliedern:

- Erfolgreiche Mitglieder warteten seltener ab, wenn sie sich einen Vorschlag angeschaut hatten.
- Erfolgreiche Mitglieder betrachteten die Partnersuche seltener als einen Auswahlprozess aus einer möglichst großen Anzahl an Vorschlägen.
- Erfolgreiche Mitglieder hielten es für weniger wichtig, dass die andere Person in der Nähe lebte.
- Erfolgreiche Mitglieder gaben seltener an, die Partnersuche auf maximal ein Jahr beschränken zu wollen.

### Erfolgshaltungen für das Online-Dating

Aus diesen statistisch signifikanten Unterschieden zwischen erfolgreichen und erfolglosen Mitgliedern leitet Dating-Coach Gebauer diese vier Erfolgshaltungen für das Online-Dating ab:

1. Ich warte nicht ab, wenn ich mir einen Vorschlag anschau.
2. Für mich ist Partnersuche kein Auswahlprozess aus einer möglichst großen Anzahl an Vorschlägen.
3. Für mich ist es nicht wichtig für den Aufbau einer Beziehung, ob Partner in der Nähe oder in der Ferne leben.
4. Ich bleibe so lange dabei, bis der Erfolg eintritt.

### Erfolgshaltungen zeigen Wirksamkeit

54,5 % derjenigen Mitglieder, die alle vier Erfolgs-Haltungen teilten, befanden sich zum Befragungszeitpunkt auf Erfolgskurs. Der Anteil der Erfolgreichen sank auf 43,5 % bei denjenigen, die eine dieser Erfolgs-Haltungen verneinten, und auf 35,4 % bei denjenigen, die zwei Erfolgs-Haltungen verneinten. Wurden drei oder vier der Erfolgshaltungen verneint, sank der Anteil der Erfolgreichen sogar auf 26,7 % ab. Zwischen der Verneinung von drei oder vier Haltungen zeigte sich dabei bezüglich der Erfolgswahrscheinlichkeit kein signifikanter Unterschied mehr.

Der statistische Effekt der vier Erfolgshaltungen auf die Partnersuche blieb auch dann aufrechterhalten, wenn für Einflüsse von Alter, Geschlecht und Bildungsstand kontrolliert wurde.

### Psychologische Erklärung der Erfolgshaltungen

Psychologisch lassen sich alle vier Haltungen nach Gebauer gut nachvollziehen:

- Warten beide, warten beide umsonst. Zudem könne Abwarten beim Online-Dating als Absage verstanden werden, sodass sich dann die andere Person ebenfalls nicht melde. Gebauer: *"Wer den ersten Schritt tut, erhöht damit für sich selbst die Chancen auf eine Beziehungsfindung. Warum sollten wir uns zu schade sein, als Erstes zu schreiben?"*
- Wer Partnersuche als Auswahl aus Vorschlägen betrachte, verliere die Fähigkeit, sich auf einen einzelnen Menschen ohne jeden Vergleich einzulassen, um gemeinsam feststellen zu können, ob eine Beziehung entstehen könne. Solche ständig vergleichenden Partnersuchenden würden oft unzufrieden mit allen Vorschlägen und Kontakten. Auch könnten sie es nur schwer ertragen, wenn wenige Vorschläge erfolgten oder Wartezeiten einträten. Die Hoffnung auf einen noch besseren anderen Vorschlag beeinträchtigte die Bindungsbereitschaft. Gebauer: *"Eine Vergleichshaltung bei der Partnersuche reduziert die Chancen und führt zu schlechteren Entscheidungen. Als choice overload ist dieses Phänomen seit vielen Jahren bekannt und mittlerweile auch für das Online-Dating belegt."*
- Fast alle denken, dass es günstiger sei, den Partner in der Nähe zu finden oder dass Fernbeziehungen unglücklicher oder instabiler seien. Dies sei aber unrichtig. Gebauer: *"Mehrere Studien haben keine Unterschiede zwischen Fernbeziehungen und Beziehungen am gleichen Wohnort gefunden. Auch Befragungen von Paaren, die sich über Gleichklang fanden, gelangten zu dem Ergebnis, dass die anfängliche Distanz keinen Einfluss auf die Beziehungsstabilität und die Beziehungszufriedenheit im Verlauf ausübte. Eine neuere psychologische Studie beobachtete sogar eine höhere Vertrautheit bei denjenigen, wo die Beziehung aus der Distanz entstand. Wer also die Liebe ablehnt, weil sie in der Ferne beginnt, läuft Gefahr, eine wichtige Chance zu verpassen und womöglich Single zu bleiben."*
- Wer sich von Anfang an ein eingeschränktes Zeitfenster für die Partnersuche gebe, erwarte schnelle Erfolge, die aber oft nicht einträten. So zeigten Auswertungen bei Gleichklang, dass die Partnersuche erfolgreicher Mitglieder im Durchschnitt zwei Jahre benötigte. Allerdings sei in der aktuellen Befragung für den Einfluss der Dauer der Partnersuche kontrolliert worden und trotzdem habe sich weiterhin bei den bisher Erfolglosen die Neigung gezeigt, die Partnersuche zeitlich zu limitieren. Gebauer vermutet, dass diese zeitliche Limitierung ein Hinweis auf tieferliegende Einstellungen sei, die die Partnerfindung blockieren: *"Mit dem Grundsatz "maximal soundsoviel Zeit" ist eine Zweckökonomie und Rigidität verbunden, die der offenen Grundhaltung, Akzeptanz und Positivität entgegensteht, die für die Partnerfindung wichtig ist."*

### Empfehlungen für die Partnersuche

Wer die Erfolgsaussichten der eigenen Partnersuche optimieren will, sollte es sich laut Gebauer zur Gewohnheit machen, nicht abzuwarten, sondern den ersten Schritt zu tun. Jedes Profil sollte zudem in seinem eigenen Wert betrachtet werden, ohne irgendwelche Vergleichsprozesse zu anderen durchzuführen. Unbedingt sei es ratsam, sich auch auf weiter entfernt lebende Menschen einzulassen. Passe es wirklich, werde die Liebe glücklich, egal, wo die betreffenden Personen lebten. Zudem sollte die Partnersuche offen, entspannt und ohne jeden Zeitdruck angegangen werden, da eine solche gelassene Grundhaltung das Kennenlernen und die Entstehung einer Liebesbeziehung fördern könne.

### Hintergrund zur Befragung

Die Befragung erfolgte als *Omnibus-Befragung*, bei der zahlreiche Fragen zu verschiedenen Themen gestellt wurden, die über die aktuelle Auswertung hinausgingen. Es erfolgen jeweils separate Veröffentlichungen zu verschiedenen Themen, wobei zwei solcher Veröffentlichungen zur [Heteroflexibilität bei Heterosexuellen](#) sowie zu [drei Clustern der sexuellen Orientierung](#) bereits stattfanden. Weitere Veröffentlichungen sind u.a. zu den Zusammenhängen zwischen religiösen und politischen Einstellungen, sowie zu den Zusammenhängen zwischen sexuellen und romantischen Orientierungen geplant. Unterschiede in der Stichprobensammensetzung der jeweiligen Veröffentlichungen begründen sich mit der Auswahl bestimmter Personengruppen oder damit, dass nicht alle Fragen durch alle Teilnehmenden beantwortet wurden.

Wenden Sie sich bitte für weitere Auskünfte zu dieser oder anderen Umfragen direkt an [Dr. Guido F. Gebauer](#), der auch gerne für Interviews zur Verfügung steht.

Pressekontakt:

Dr. Guido F. Gebauer  
Gleichklang limited  
Oesterleystr 1

30171 Hannover  
Tel.: +49 (0)15228973672  
E-Mail: gebauer@gleichklang.de

#### Medieninhalte



*Wer es richtig macht, findet Online die Liebe / Weiterer Text über ots und [www.presseportal.de/nr/71147](http://www.presseportal.de/nr/71147) / Die Verwendung dieses Bildes für redaktionelle Zwecke ist unter Beachtung aller mitgeteilten Nutzungsbedingungen zulässig und dann auch honorarfrei. Veröffentlichung ausschließlich mit Bildrechte-Hinweis.*

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100015842/100922979> abgerufen werden.