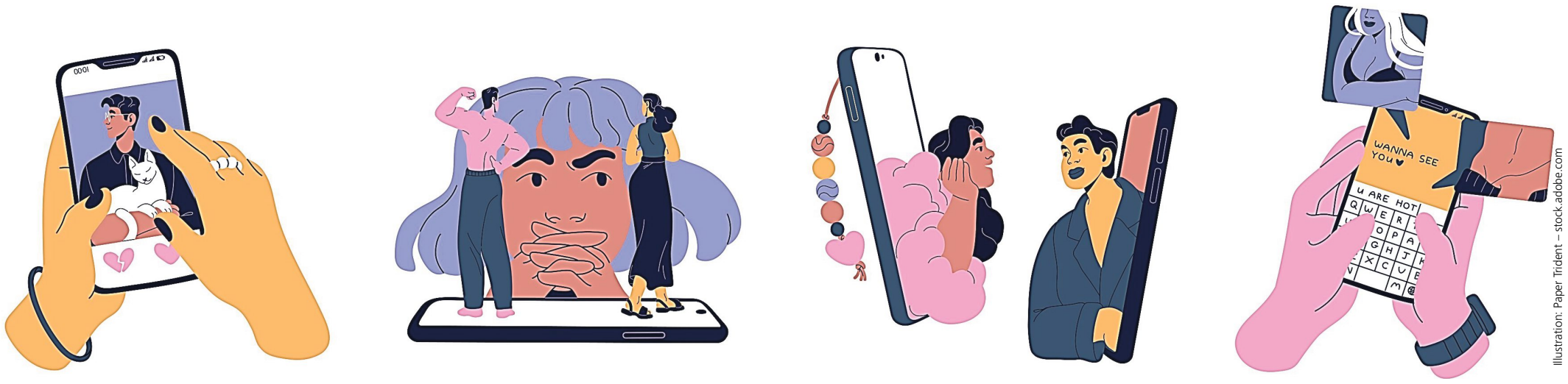


Illustration: Paper Trident – stock.adobe.com

Die vier Single-Typen

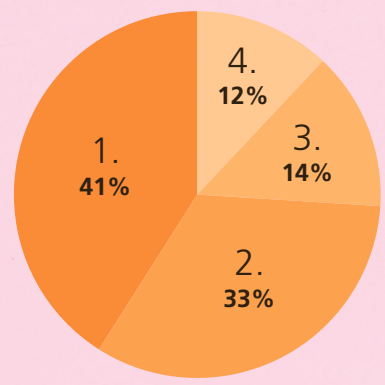
Warum finden manche schneller eine Beziehung, während andere lange suchen? Dr. Guido Gebauer, Psychologe und Dating-Coach, hat eine Studie mit über 11000 Teilnehmern durchgeführt. Das Ergebnis: Es gibt vier Single-Typen – und sie beeinflussen den Erfolg bei der Partnersuche.

Von Kerstin Bauer

1. Singles ohne Blockaden

Fast die Hälfte der Singles, genauer gesagt 41 Prozent, gehören zu den Singles ohne Blockaden. Diese Menschen sind motiviert, eine Beziehung zu finden und auch gegenüber dem Onlinedating offen. Sie haben in der Vergangenheit meist keine besonders belastenden oder toxischen Beziehungserfahrungen gemacht, die sie noch mit sich herumschleppen. Bei diesen Singles gibt es keine Tendenz zur Bindungsvermeidung, sie haben also keine Angst vor Nähe. Sie machen sich ohne Druck, Verzweiflung oder Lasten aus der Vergangenheit engagiert auf die Suche nach einem passenden Gegenstück. Singles aus dieser Gruppe sind auch nicht wirklich glücklich mit ihrem Singledasein. Wenn sie aktiv auf Partnersuche gehen, haben sie relativ bald Erfolg. Deshalb sind Menschen aus dieser Gruppe im Vergleich zu den anderen im Durchschnitt kürzer auf dem „Markt".

In der Studie haben diese Singles auch deutlich öfter angegeben, dass sich gerade bereits ein Kontakt mit einem anderen Single intensiviert. Dieser Gruppe gehören gleich viele Männer und Frauen an.



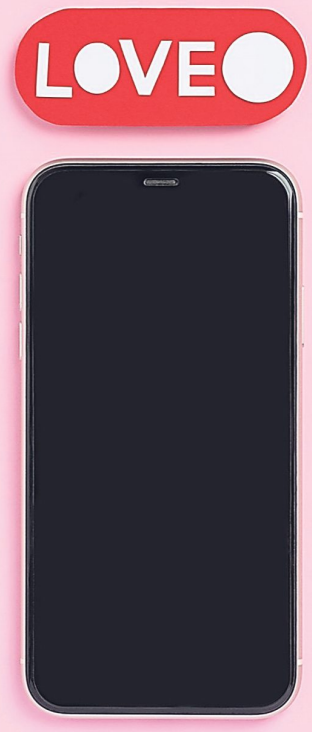


Illustration: Anna – stock.adobe.com

2. Singles ohne Bindungswunsch

Die zweitgrößte Gruppe, rund 33 Prozent der Singles, sucht zwar aktiv nach Kontakten – allerdings vorwiegend nach sexuellen. Ihnen fehlt die Bereitschaft, aus diesen Kontakten eine ernste Bindung zu gestalten. Denn diese Singles haben Zweifel, ob sie überhaupt zu einer langfristigen Beziehung in der Lage sind – teils aufgrund negativer Beziehungserfahrungen in ihrer Vergangenheit. In dieser Gruppe gibt es eine deutliche Tendenz zur Bindungsmeidung. An potenzielle Partner stellen sie hohe Ansprüche und geografisch sind sie nicht dazu bereit, längere Strecken auf sich zu nehmen – beides unbewusst, um Beziehungen zu meiden. Diese Singles suchen nach jemandem, der sie kurzfristig begeistert, und nicht nach einer tiefen Liebe.

Warum bei ihnen gerade kein Bindungswunsch da ist, ist individuell. Manche sind schlichtweg zufrieden mit ihrem Leben als Single oder konzentrieren sich auf einen anderen Lebensbereich. Sie möchten den Verpflichtungen, die eine Beziehung mit sich bringt, entgehen. Männer und Frauen kommen in dieser Gruppe übrigens ungefähr gleich oft vor.

3. Singles mit Barrieren

Die dritte Gruppe, etwa 14 Prozent der Befragten, sind Singles mit hohen Barrieren und Hemmungen. Sie sind aufgrund von schlechten Erfahrungen in der Vergangenheit, psychischen oder körperlichen Erkrankungen oder beispielsweise Geldsorgen bei der Partnersuche weniger aktiv. Zu dieser Gruppe gehören mehr Männer als Frauen.

Diese Singles haben zwar einen Beziehungswunsch – allerdings auch Ängste, beispielsweise vor einer Ablehnung. Sie rechnen sich selbst keine hohen Chancen bei der Partnersuche ein. Zurückweisungen treffen sie schwer. Ihnen fehlen Selbstsicherheit und eine positive Grundeinstellung dem Dating gegenüber. Dadurch haben sie bei der Partnersuche tatsächlich weniger Erfolg. Singles aus dieser Gruppe schildern häufiger depressive Verstimmungen und machen mehr negative Beziehungserfahrungen.

Natürlich gibt es aber auch Menschen mit Handicap, die dieses gar nicht als solches wahrnehmen und trotzdem selbstbewusst daten – und deshalb zur Gruppe der Singles ohne Blockaden gehören.

4. Singles mit sexuellem Desinteresse

Zu dieser Gruppe gehören rund 12 Prozent der Singles. Sie lässt sich in zwei Untergruppen einteilen:

- in Singles mit sexuellen Hemmungen
- in Asexuelle, also Menschen, die kein Verlangen nach Sex haben

Singles mit sexuellen Hemmungen leiden beispielsweise unter einer sexuellen Funktionsstörung wie Schmerzen beim Geschlechtsverkehr oder einer Erektionsstörung. Deshalb lehnen sie Sex ab. Das ist für sie ein Grund, keine Beziehung zu wollen. Sie zeigen deshalb deutlich weniger Engagement bei der Partnersuche.

Bei einer Asexualität sinkt ebenfalls das Interesse, nach einer Liebesbeziehung zu suchen, da diesen Menschen Sex eben nicht wichtig ist. Sie wollen rein platonische Beziehungen.

Singles mit sexuellem Desinteresse haben Zweifel daran, ob sie überhaupt intensive Liebesgefühle entwickeln können. Denn da ihre Sexualität herabreguliert ist, schrumpft auch automatisch ihr romantisches Interesse. Dadurch bleiben sie auch länger allein. In dieser Gruppe sind mehr Frauen als Männer, häufig befinden sie sich in einem höheren Alter.

Wer ist glücklicher?

Menschen in Liebesbeziehungen oder Singles? Dr. Guido Gebauer klärt auf.

Gibt es sie wirklich? Die vollkommen glücklichen Singles, die sich tief in ihrem Inneren nicht nach einer Beziehung sehnen? Oder wünscht sich nicht jeder insgeheim eine enge, exklusive, romantische Verbindung?

Dr. Guido Gebauer weiß: Studien zeigen, dass tatsächlich Menschen in partnerschaftlichen Beziehungen glücklicher sind – und sogar seelisch und körperlich gesünder als Singles. Es gibt allerdings ein großes Aber: Gemeint sind hier nur Menschen, die sich in einer befriedigenden Partnerschaft befinden. In einer unglücklichen Beziehung sind Menschen deutlich unglücklicher als Singles.

Menschen in befriedigenden Partnerschaften sind psychisch und körperlich gesünder als Singles. Foto: auremar – stock.adobe.com

Der Psychologe möchte aber nicht alle Singles über einen Kamm scheren: „Wir sind Individuen. Es gibt nicht die eine überlegene Lebensform. Einige sind durchaus als Single glücklich. Sie haben viele Freundschaften und engagieren sich beispielsweise in anderen Lebensbereichen."

-kers-

➔ Seite 4: Psychologe Dr. Guido Gebauer erklärt, warum Dating-Apps die Partnersuche oft sogar erschweren

Reel zu den Single-Typen

Auf unserem Instagram-Kanal stellen die vier Freistunde-Autoren Kerstin, Manuel, Sebastian und Emilia die vier Single-Typen im Video vor. Über den QR-Code geht's zum Reel.

Kerstin Bauer findet es immer wieder spannend, wohin es digitale Nomaden wie Dr. Guido Gebauer hinverschlägt: Er ist vor vielen Jahren nach Kambodscha ausgewandert. Dementsprechend lief das Interview per Videocall – mit fünf Stunden Zeitverschiebung.