

FRÜHLINGS- GEFÜHLE: ZEIT ZUM VERLIEBEN?

Licht, Wärme und Sonne. Das ist der Cocktail, aus dem die Frühlingsgefühle gemixt sind. Doch warum funkt es bei dem einen und bei dem anderen gar nicht? Und wie bringt Mann beziehungsweise Frau frischen Frühlingswind in eine bestehende Beziehung? Fragen, die wir der Rosenheimer Paartherapeutin Dorothea Perkusic gestellt haben.

Warum verlieben wir uns im Frühling leichter?

Der Frühling steht für Frische und das Erblühen. Während wir im Winter dazu neigen, uns zurückzuziehen, wirkt jeder Sonnenstrahl wie ein Energie-Booster. Das macht offener, empfänglicher und lustvoller.

Ist Verlieben heute schwieriger geworden?

Jein. Schwieriger kann es werden, wenn zu viel gedatet wird. Sex verliert an Bedeutung, er gehört einfach dazu und ist nichts Außergewöhnliches mehr. Das lässt abstumpfen. Gleichzeitig hat die Kompromissbereitschaft abgenommen. Unter einem bestimmten Erwartungsniveau wird sich erst gar nicht mehr verliebt. Es scheint oft mehr um Optimierung zu gehen, als um sich entwickelnde Gefühle.

Machen sich die sogenannten Frühlingsgefühle auch bei Langzeitpaaren bemerkbar?

Durchaus. Jedes Paar kann die wiedererwachende Erlebenslust als Frischekick erleben.

Wirkt der Frühling vielleicht sogar wie eine Detox-Kur für Paare, die schon lange zusammen sind?

Das kann sein, muss aber nicht. Wenn ein Paar nur noch nebeneinander fristet, dann wird allein der Frühling nicht viel helfen.

Wie schafft Mann beziehungsweise Frau es, im Frühling mit dem Partner auf Wolke Sieben zu schweben?

Durch Bewusstsein. Man kann sich zu jeder Jahreszeit und Gelegenheit für ein Lebensgefühl entscheiden. So wie es eine Entscheidung sein kann, das Glas halb leer oder halb voll zu sehen. Man kann sich vornehmen, der Liebesbeziehung mehr Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu schenken. Das ist gar nicht so schwer.

Führen Frühlingsgefühle zu mehr Lust auf Liebe? Und woran liegt das?

Ja! Die Sonne sorgt dafür, dass Serotonin ausgeschüttet wird. Dieses Glückshormon wirkt wie ein Aphrodisiakum.

Im Frühling verlieben sich nicht nur mehr Menschen, auch mehr Beziehungen gehen zu Bruch. Woran kann das liegen?

Wer mehr Lust auf Frische verspürt, kann natürlich auch feststellen, dass etwas dafür losgelassen werden muss. Dazu kommt, dass ein Trennungswunsch häufig erst nach den Weihnachtsfeiertagen umgesetzt wird.



DOROTHEA PERKUSIC

kennt aus ihrer langjährigen Erfahrung als Paartherapeutin die Hürden des Beziehungsalltags.
