

Weniger Gespräche, mehr Streit

Wie das Smartphone die Beziehung belastet



(1) Eine aktuelle Studie zeigt, wie sehr das Smartphone eine Beziehung belasten kann und welche Probleme entstehen, wenn einer oder beide zu viel Zeit mit dem Handy verbringen. Lediglich 15 Prozent der Befragten geben an, einen 29 Effekt in der Nutzung der mobilen Geräte zu
5 sehen. So bietet ihnen das Smartphone eine Art Rückzugsort, um etwas Zeit nur mit sich verbringen zu können.

(2) Ganz anders sieht es bei den negativen Aspekten bei der Handy-nutzung aus: Mehr als jedes vierte Paar (27 Prozent der Befragten) gab an, sich aufgrund des Smartphones weniger zu unterhalten. Rund zwölf
10 Prozent schauen sogar beim gemeinsamen Essen nahezu permanent auf ihr Handy. So ist es nicht verwunderlich, dass es in jeder zehnten Beziehung oftmals Streit gibt, weil der Partner zu viel Zeit mit seinem Handy verbringt. Um dem Ganzen noch eins drauf zu setzen: Acht Prozent der befragten Paare gaben an, dass die Nutzung des Handys im
15 Schlafzimmer einen negativen Effekt auf ihr Sexleben hat – wobei die Dunkelziffer deutlich höher liegen dürfte.

(3) Die Studie zeigt zudem, dass die meisten Paare den Handy-PIN des jeweils anderen kennen. Rund zwei Drittel der Paare verraten ihrem Partner bereitwillig ihren PIN – bei den Paaren unter 30 Jahren sind es
20 sogar 80 Prozent. Die Studie zeigt aber, dass etwas mehr Misstrauen wohl angebracht wäre, denn jeder Fünfte gibt zu, schon einmal heimlich die Nachrichten des Partners gelesen zu haben. Bei den Frauen ist es sogar jede vierte. Aber auch hier zeigt sich, dass gerade jüngere Paare gerne bei ihrem Partner schnüffeln. So sind es bei den Paaren unter 30

25 Jahren ganze 37 Prozent, die zugaben, bereits heimlich die Nachrichten des anderen gelesen zu haben.

(4) Neben dem heimlichen Griff zum Handy des Partners, setzen manche, meist männliche Partner noch eins drauf und installieren sogar Handy-Spionage-Apps, die eigentlich zur Überwachung von Kindern gedacht
30 sind, mit denen sich aber auch der Partner einfach ausspionieren lässt. Hier ist jedoch Vorsicht geboten, denn dies ist nicht nur moralisch verwerflich, sondern auch rechtlich bedenklich!

(5) Richtig schlimme Züge nimmt die Schnüffelei an, wenn der Partner stark eifersüchtig ist oder der Verdacht der Untreue im Raum steht. Dabei
35 reicht oft ein plötzlich verändertes Verhalten des Partners aus, um das digitale Spionieren anzuregen. „Dazu zählen vor allem neue PINs und Passwörter, aber auch, wenn der Partner sein Handy nicht mehr offen rumliegen lässt“, erklärt Diplom-Psychologin Yvonne Keßel.

(6) Dank Facebook und Co. sind auch Bilder und neue Status-Updates
40 des Ex-Partners nur einen Handgriff und einen Klick weit entfernt. Seit dem Zeitalter von Smartphones und sozialen Netzwerken fällt es schwerer den Ex-Partner loszulassen. Dies trifft gerade auf junge Männer unter 30 zu. So gaben 26 Prozent der Männer an, dass ihnen eine Trennung durch die sozialen Netzwerke schwerer fällt. Bei Frauen in derselben Alters-
45 gruppe sind es 19 Prozent.

(7) So verfolgen die Befragten das Leben des Ex-Partners auf dem Sofa, abgewendet vom aktuellen Partner, auf dem Smartphone weiter und nehmen inaktiv an dessen Leben teil. Das Teilen oder Liken von Updates oder Fotos des Ex-Partners führt bei jedem siebten Paar regelmäßig zu
50 Streit.

(8) Ob Beziehungsstatus bei Facebook, verliebte Pärchenbilder auf Instagram oder Liebesbotschaften im WhatsApp-Status – kaum ein Paar zeigt seine Beziehung öffentlich online. Lediglich jedes dritte Paar ist bereit zu zeigen, dass man vergeben ist. Je älter das Paar, desto weiter
55 sinkt die Bereitschaft seinen Beziehungsstatus öffentlich zu zeigen. So legt die Studie offen, dass im Alter zwischen 50 und 59 Jahren gerade einmal 15 Prozent der Paare ihre Beziehung online zeigen.

(9) Die Diplom-Psychologin Lisa Fischbach legt allen Paaren - die sich auch nur in einem der Punkte wiederentdecken - nahe, die Handynutzung
60 bewusster zu steuern, da sonst die Beziehung langfristig gefährdet werden kann. Sie rät zu einem gemeinsamen Gespräch darüber, wie der Umgang mit den sozialen Medien geregelt werden soll und vor allem, wie die Privatsphäre beider Partner auch innerhalb der Beziehung geschützt werden kann.

www.forschung-und-wissen.de, 7 november 2018