

NEWS & TRENDS

Zukunfts-Vision

Alexa, Staubsauger-Roboter, Siri... Mensch und Maschine nähern sich zunehmend an – auch in der Liebe?



■ Ja! Diese Ansicht teilen laut Umfrage 27 Prozent der Deutschen. Sie rechnen damit, dass wir in Zukunft Beziehungen mit Maschinen eingehen. Über ein Drittel erwart

et Partnerschaften mit virtuellen Kunstfiguren. Liebes-Glück mit Robotern? Elf Prozent könnten sich vorstellen, schon morgen ihr Leben mit einem Blechkasten zu teilen.

Verjüngt durch Sex

Ein aktives Liebesleben hält den Körper fit. Aber schenkt es auch ein jüngeres Aussehen?

■ Tatsächlich wirken wir fünf bis sieben Jahre jünger, wenn wir uns dreimal pro Woche oder öfter zwischen den Laken vergnügen – laut einer britischen Studie. Mehr Sex, weniger Falten: klasse!

„Nur“ Freunde

Sofort verknallt – oder schon nach drei, vier Dates? Die Realität zeigt: Es läuft häufig anders.

■ Denn eine britische Studie belegt, dass fast 70 Prozent der Beziehungen aus einer anfänglichen Freundschaft entstehen. Irgendwie logisch, wenn man die ehrlichen Gespräche und intimen Momente unter guten Freunden bedenkt.



NACHGEFRAGT

Wie sieht eine Beziehung auf Augenhöhe aus?

72%

der Befragten finden, dass Liebe auf Augenhöhe von gleichberechtigten Entscheidungen lebt, z.B. wenn es um die Anschaffung eines Tieres geht. Gut so!

49%

erwarten von einer innigen Partnerschaft, dass beide sich gleichermaßen um den Haushalt und die Kinder kümmern. Ansonsten kommt Frust auf.

15%

fühlen sich nur dann mit dem Partner auf einer Ebene, wenn dieser genauso attraktiv ist wie sie selbst. Ziemlich oberflächlich, oder nicht?

Quelle: YouGov & Lemon Swan



► **GEBORGENHEIT**
Gegenseitige Unterstützung, Wärme und Bestätigung sind die Basis für ein starkes familiäres Band

57%

legen großen Wert darauf, sich für die Familie einzusetzen

Quelle: Statista

DIE DISTANZ ÜBERWINDEN

Funkstille? Sich den Kindern wieder annähern

Selbstzweifel, Ratlosigkeit, Trauer: Brechen erwachsene Kinder den Kontakt ab, fallen die Eltern meist in ein seelisches Loch. Wie konnte es so weit kommen? Lässt sich der Kontakt wiederherstellen? neue woche sprach mit Paar- und Familientherapeutin Eva-Maria Hesse aus Nürnberg über das Tabuthema.

♥ **Wer bricht den Kontakt zu seinen Eltern ab?** Kinder, die seelisch und körperlich misshandelt wurden, sehen einen klaren

Schnitt oft als letzten Ausweg. Oder der Funkstille gehen jahrelange Kränkungen, Druck und fehlende Anerkennung voraus. Auch wenn die eigenen Eltern in der Großeltern-Rolle zu dominant auftreten, gehen viele auf Distanz.

♥ **Also kommt Funkstille nie abrupt auf?** Nein. Die meisten Eltern sind geschockt, wenn ihre Kinder sich von ihnen entfernen – aber das passiert selten leichtfertig. Wer die Augen vor Konflikten verschließt, schlecht kommuniziert oder den Schrei nach Zuwendung übersieht, den trifft es hart.

♥ **Beugt viel Liebe dem vor?** Grundsätzlich schon. Doch wer sein Kind mit Liebe überschüttet, gar erstickt, strahlt aus: „Nur wenn du in meiner Nähe bist, geht es mir gut.“ Daraufhin übernehmen Kinder die Verantwortung für ihre Eltern, bis sie sich aus der Not heraus zurückziehen.

♥ **Ist es möglich, sich wieder anzunähern?** Ja. Entscheidend ist, gemeinsam in einen Versöhnungs-

prozess zu gehen. Eltern sollten glaubhaft vermitteln, dass es ihnen von Herzen leidtut, wenn sich das Kind verletzt fühlt. Um Verzeihung bitten, ohne sich zu rechtfertigen, ist wichtig. Zudem sollten Eltern sich gründlich mit den eigenen Glaubenssätzen sowie Prägungen auseinandersetzen: Verhalte ich mich toxisch? Holt mich meine eigene Kindheit ein?

♥ **Und wenn das Kind nicht vergeben kann?** Trennende Momente sollte man erkennen und sich in sein Kind hineinversetzen. Die Angst, wieder verletzt zu werden, ist womöglich zu groß. Eine Therapie kann vor allem den Kindern helfen, deren Selbstfürsorge und Selbstliebe zu stärken.



◀ **DIE EXPERTIN**
Paar- und Familientherapeutin
Eva-Maria Hesse

Fotos: Fotolia, iStock, PR, Shutterstock (3)