



60 Minuten Liebe

mit Psychologin Caroline Erb



Mag. Caroline Erb

- Klinische und Gesundheitspsychologin in eigener Praxis
- Parship-Expertin seit 2007
- Lebt und arbeitet in Wien



Die Parship-Studien

Über die Studien

- Online-Befragung
- Internetnutzer:innen zwischen 18 und 75 Jahren mit Wohnsitz in Österreich
- **Bevölkerungsrepräsentativ** quotiert und gewichtet nach Alter, Geschlecht, Bundesland
- Markt- und Meinungsforschungsinstitut: [marketagent.com](https://www.marketagent.com)

Auswertungsmöglichkeiten

- Geschlecht
- Altersgruppen
- Beziehungsstatus
- Bundesland
- Beziehungs-/Singledauer



bevölkerungsrepräsentativ
Singles & Lierte



Was Sie heute erwartet:

- 1 Singles
- 2 Beziehungsvergangenheit
- 3 Partnersuche
- 4 Von der Verliebtheit zur Liebe
- 5 Partnerschaft
- 6 Paaralltag
- 7 Körperliche Nähe & Sexualität
- 8 Online-Dating
- 9 Online-Liebe

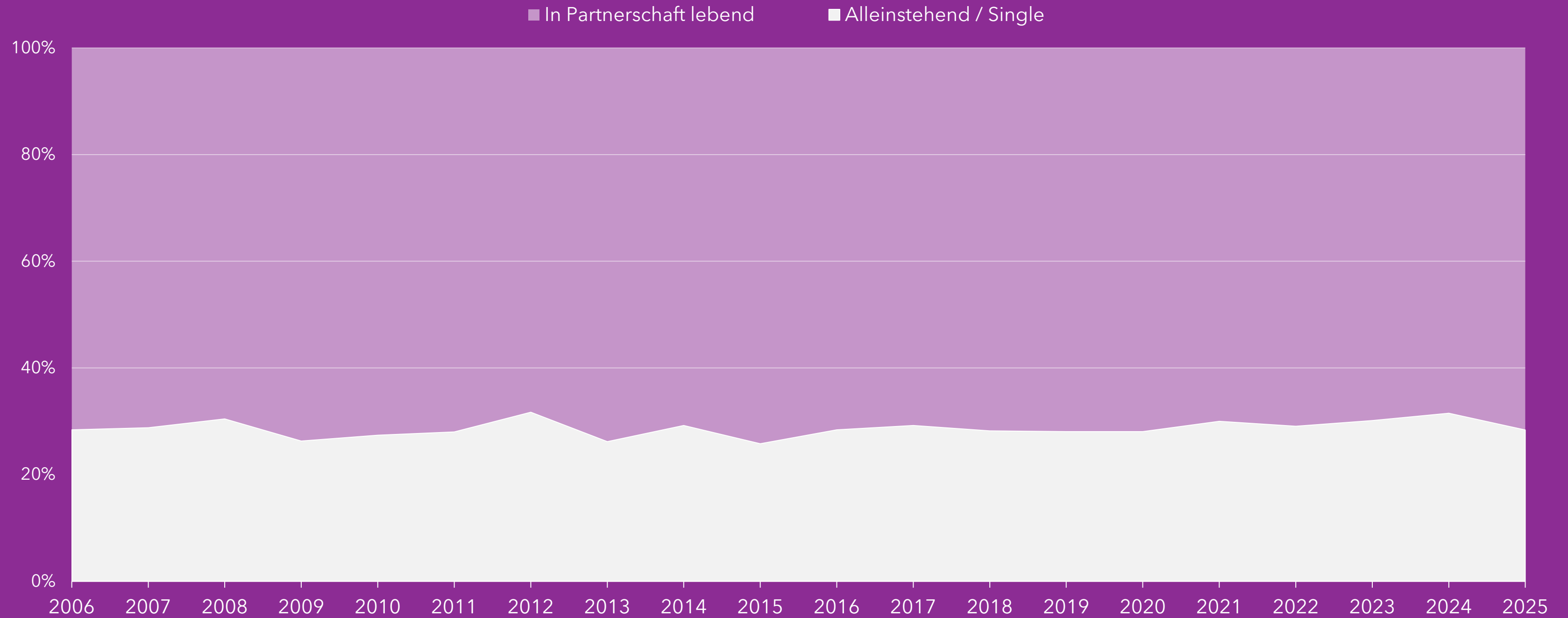




Singles



Die Singlequote in Österreich ist seit Jahren konstant.



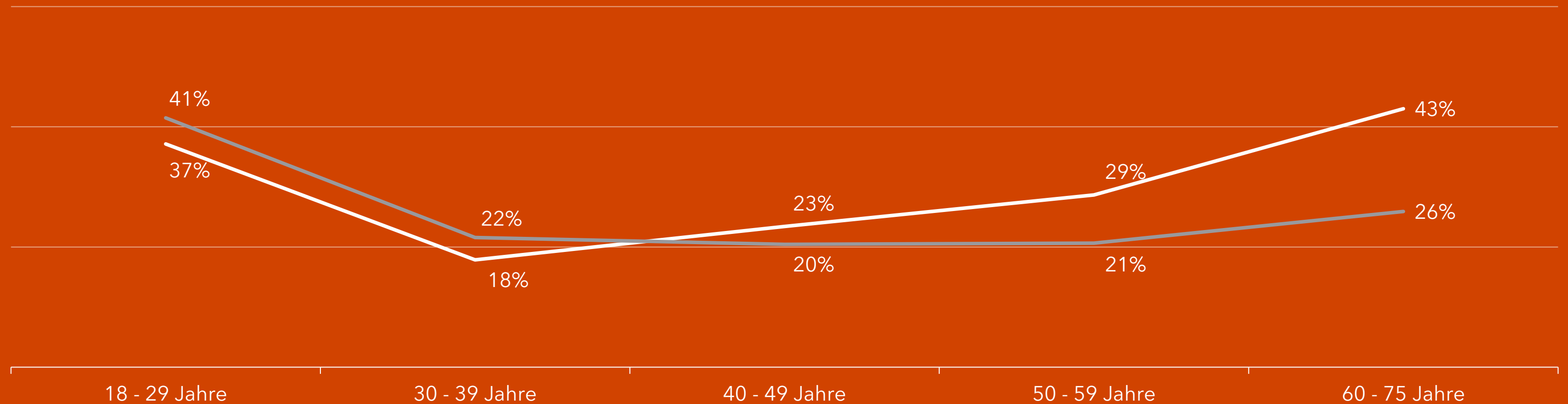
Quelle: marketagent.com



Unter den Jüngeren sind Männer häufiger solo, ab 50plus deutlich mehr Frauen.

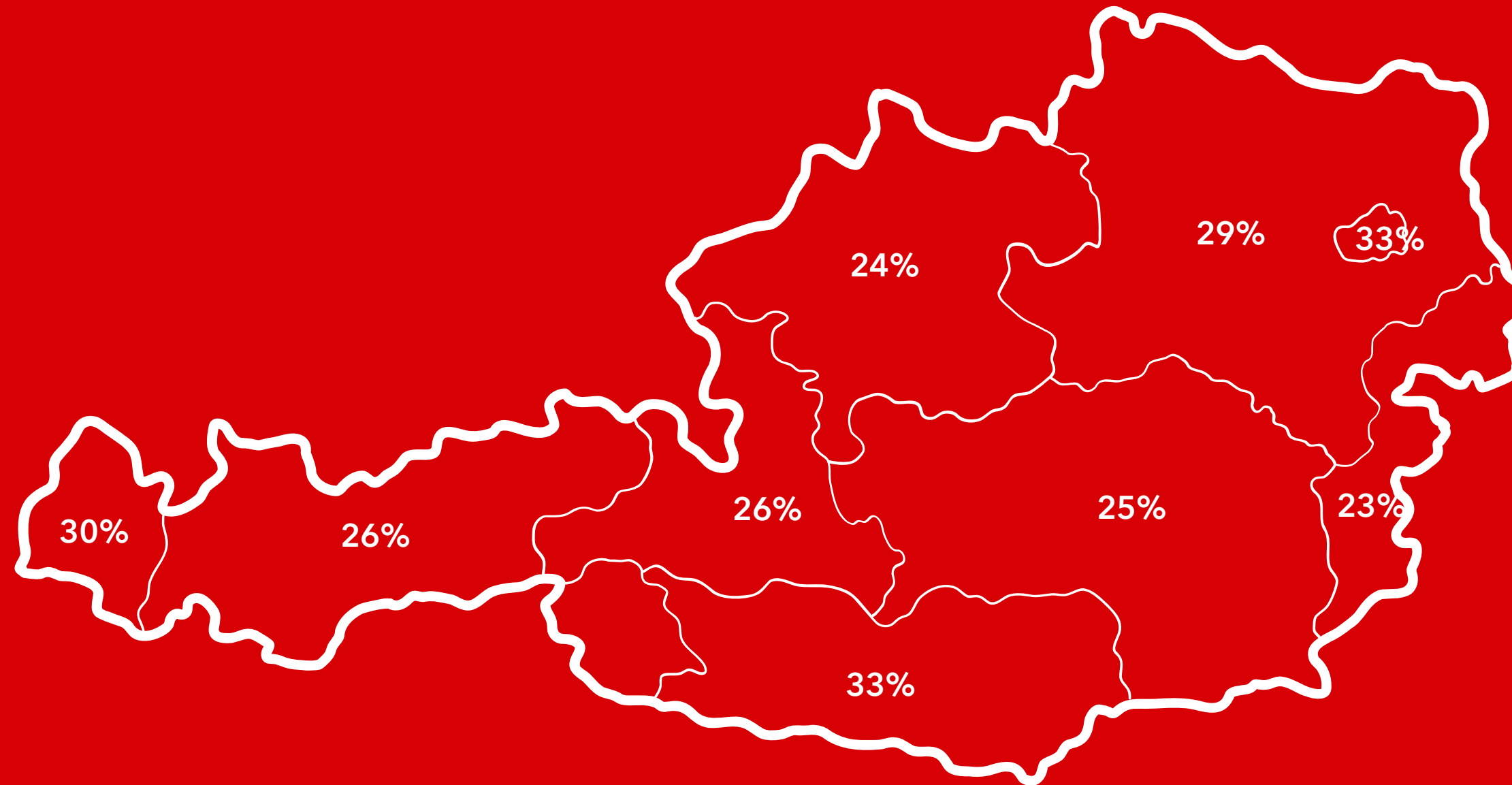
Welcher Personengruppe würdest du dich am ehesten zuordnen?
Alleinstehend / Single

— Frauen — Männer



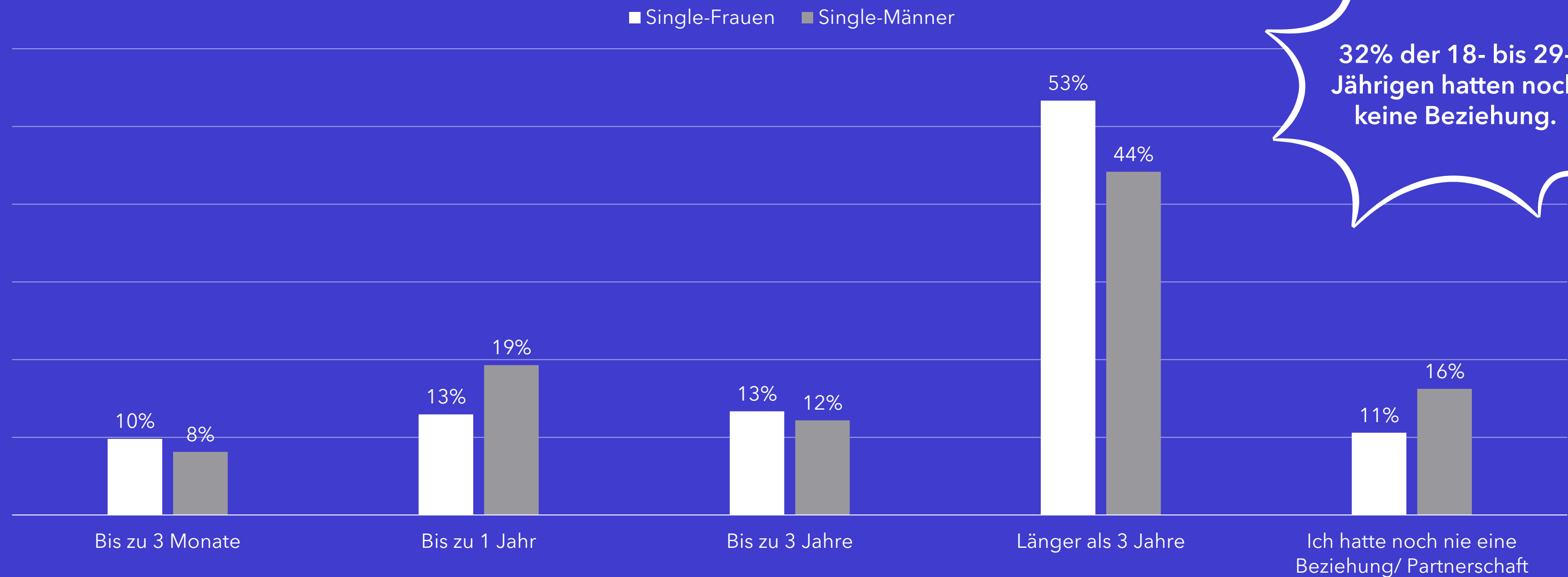


Die meisten Singles leben in Wien und Kärnten.





Jede:r Zweite ist bereits länger als drei Jahre alleinstehend. Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil der Langzeit-Singles.

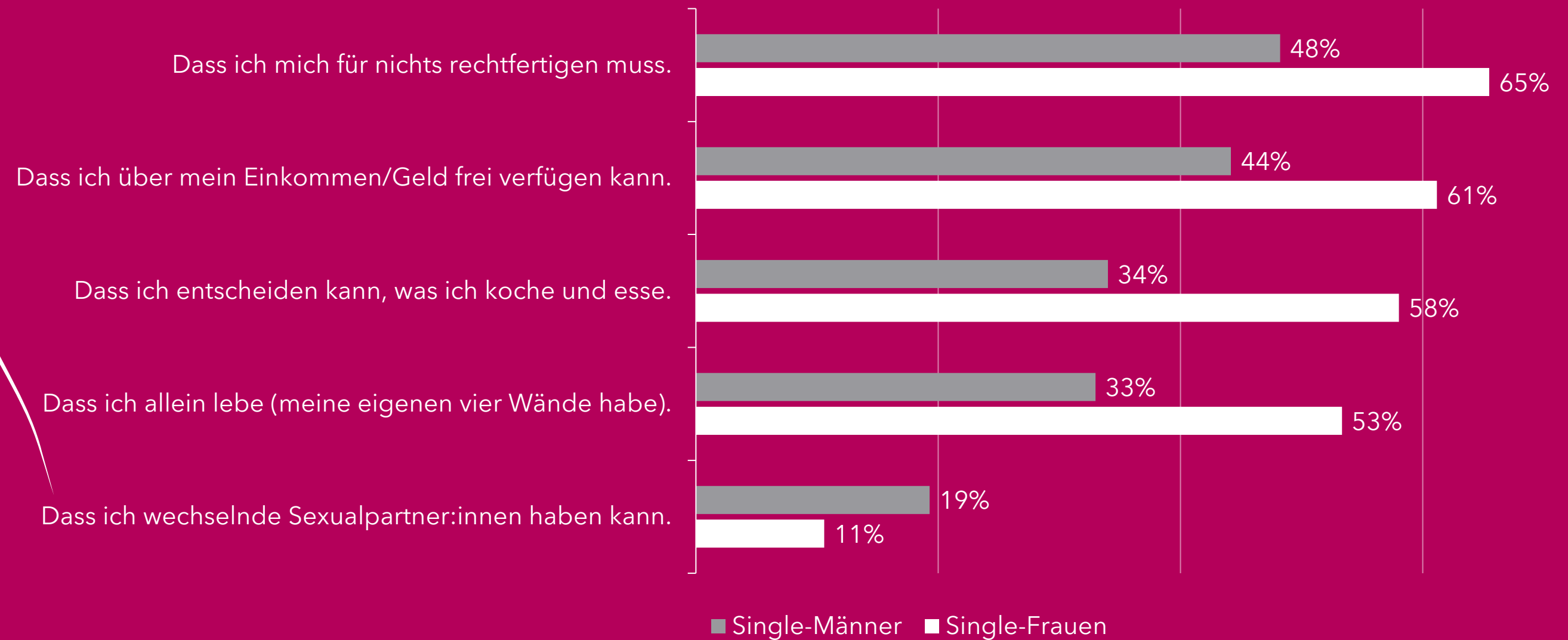




Frauen sind die zufriedeneren Singles. Sie schätzen es besonders, sich für nichts rechtfertigen zu müssen.

Welche Aspekte und Umstände deines Single-Daseins schätzt du besonders?

Top-Box "1 = stimme voll und ganz zu" (4-stufige Skalierung)





“

Gerade Frauen kommen meist gut mit sich selbst zurecht, entwickeln Zufriedenheit und nutzen Single-Phasen aktiv, um sich um sich selbst zu kümmern und ein soziales Netz zu etablieren.

”



2

**Beziehungs-
vergangenheit**



Männer geben mehr Sexpartner:innen an als Frauen. Im Durchschnitt sind es etwa neun Personen.

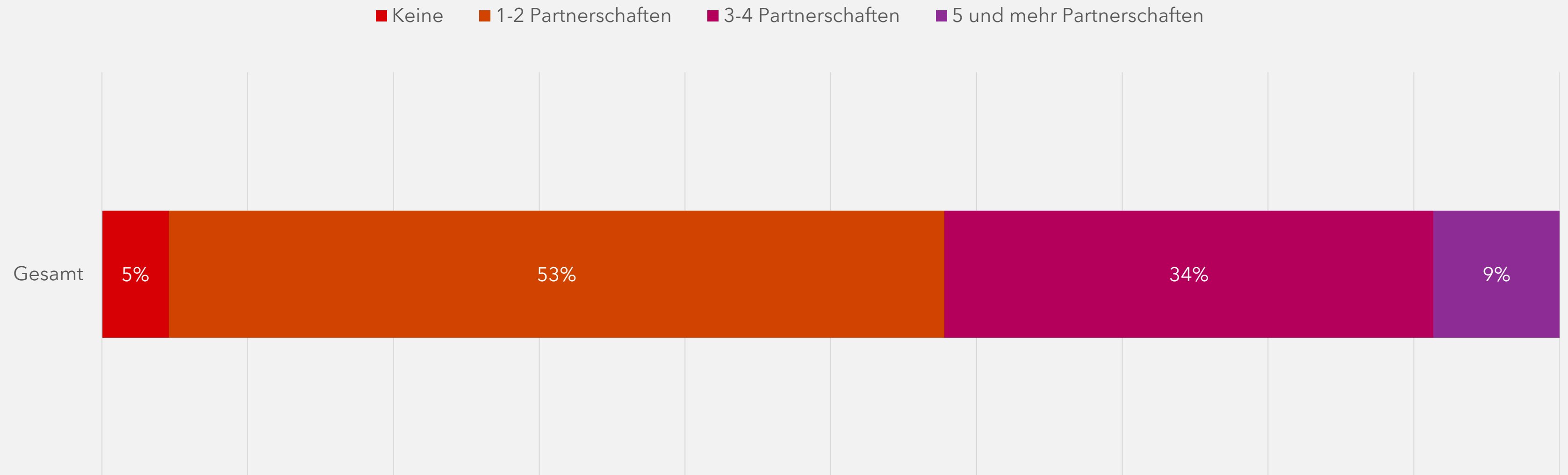
9,3

Frauen: 7,3

Männer: 10,9



Die Hälfte der Österreicher:innen hatte ein bis zwei Partnerschaften. Bei jedem:r Zehnte:n sind es mehr als fünf.





3

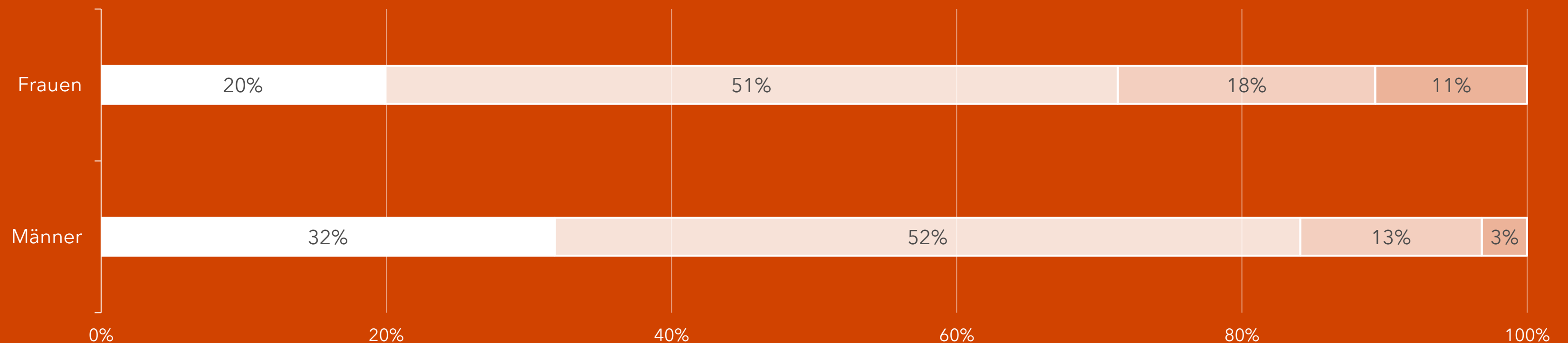
Partnersuche



Single, aber mit Partnerwunsch - so kann der mehrheitliche Status beschrieben werden.

Inwiefern haben Sie aktuell den Wunsch nach einer Partnerschaft? Der Wunsch nach einer Partnerschaft ist...

- auf jeden Fall vorhanden - ich wünsche mir eine Beziehung
- eher vorhanden - ich wünsche mir manchmal eine Beziehung
- eher nicht vorhanden - ich wünsche mir zumindest vorläufig keine Beziehung
- überhaupt nicht vorhanden - ich bin aus Überzeugung Single





Männer können sich häufiger alternative Partnerschaftsformen vorstellen.

Was wünschst du dir für das Jahr 2025 in Sachen Liebe, Dating und Sexualität?

	♀	♂
Freundschaft plus (Freundschaft mit sexuellen Aspekten)	7%	26%
Eine unverbindliche Beziehung ohne Verpflichtung oder Zukunftspläne	8%	21%
Meine sexuellen Fantasien ausleben	5%	20%
Ich wünsche mir nichts Bestimmtes/ lasse alles auf mich zukommen	22%	16%



“

Nie waren wir in der Liebe so frei wie heute. Und dennoch bestimmen klassische Beziehungsideale den gesellschaftlichen Alltag. Der Wunsch nach einer langfristigen Partnerschaft ist nach wie vor bei den meisten Menschen tief verwurzelt und für viele auch gelebte Realität.

”



Treue, Respekt und Loyalität sind für Frauen besonders wichtig.

	♀	♂
Treue	91%	77%
Respekt	89%	74%
Mein Partner bekennt sich zu mir	86%	75%
Unterstützung in schwierigen Situationen	83%	66%
Loyalität bei Krankheit	75%	60%
Loyalität bei Jobverlust	71%	63%
Mein Partner akzeptiert mich wie ich bin/ versucht mich nicht zu ändern	62%	55%
Großes Einfühlungsvermögen	58%	40%
Unterstützung bei der Erreichung von Zielen/ Träumen	55%	43%
Genügend Freiraum	52%	42%
Erfülltes Sexualleben	37%	48%
Finanzielle Sicherheit	27%	18%



4

**Von der
Verliebtheit
zur Liebe.**



Die Österreicher:innen haben sich in ihre:n Partner:in verliebt weil:

53%

... er:sie mich so akzeptiert hat, wie ich bin.

51%

... von Anfang an eine große Nähe da war.

41%

... wir dieselben Werte & Einstellungen haben.

36%

... wir den gleichen Humor haben.

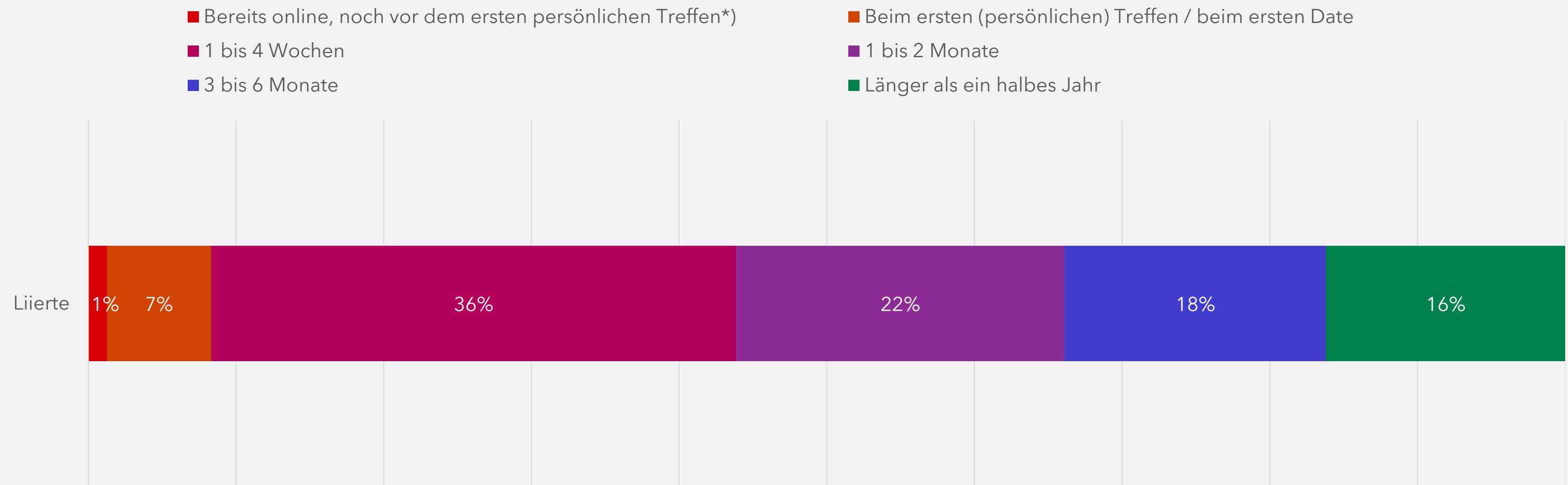


Was glauben Sie?

**Wie lange dauert es vom ersten
Kennenlernen bis zur Paarwerdung?**



66 Prozent werden innerhalb von zwei Monaten ein Paar.



*) online kennengelernt

Quelle: Juli 2023 **Wann ist es Liebe?**



„Fix zusammen“ ist, wer gemeinsame Pläne schmiedet.



Gemeinsam Pläne schmieden	58%
Gemeinsam darüber sprechen, dass man zusammen ist	51%
Keine anderen Personen mehr daten / sich nicht mehr für andere interessieren	49%
Ganz selbstverständlich die Wochenenden / Freizeit gemeinsam zu verbringen	46%
Die Eltern des anderen kennenzulernen	40%
Den Haustürschlüssel des anderen zu haben	36%
Persönliche Gegenstände in der Wohnung des anderen zu haben (Zahnbürste, Schublade)	33%
Das erste Mal "Ich liebe dich" sagen	32%
Täglich Kontakt zu haben (schreiben, telefonieren etc.)	32%
Die Freunde des anderen kennenzulernen	31%
Sich von Dating-Apps abmelden bzw. diese löschen	23%
Der erste gemeinsame Urlaub	21%
Das erste Mal körperlich intim werden / der erste Sex	17%
Der erste Kuss	16%
Auf Social Media gemeinsame Fotos bzw. Videos posten (z.B. Facebook, Instagram etc.)	8%



“

Verliebtheit ist ein psychischer und physischer Ausnahmezustand, bei dem alle Sinne angesprochen werden. Die Gedanken kreisen oft Tag und Nacht um den geliebten Menschen. Für eine Partnerschaft ist entscheidend, so akzeptiert zu werden, wie man ist. Das stärkt das Gefühl von Nähe, Vertrauen und Verbindlichkeit.

”



Aus Verliebtheit wird Liebe, wenn:

44%
... sich ein
„Wir-Gefühl“
eingestellt hat.

40%
... er:sie mich
akzeptiert und
all meinen
Schwächen
liebt.

40%
... ich mich
bei ihm:ihr
zuhause fühle.



Partnerschaft

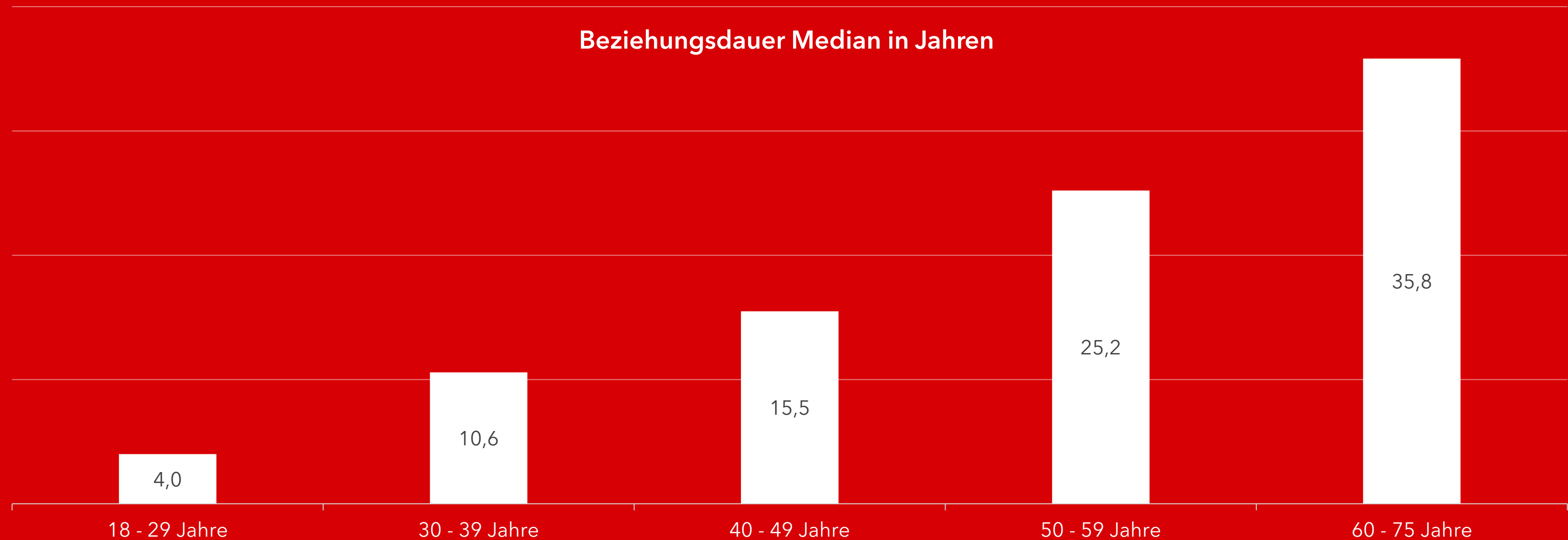


**Die Österreicher:innen haben
langfristige Partnerschaften:
Jedes zweite Paar ist bereits
länger als 15 Jahre
zusammen.**





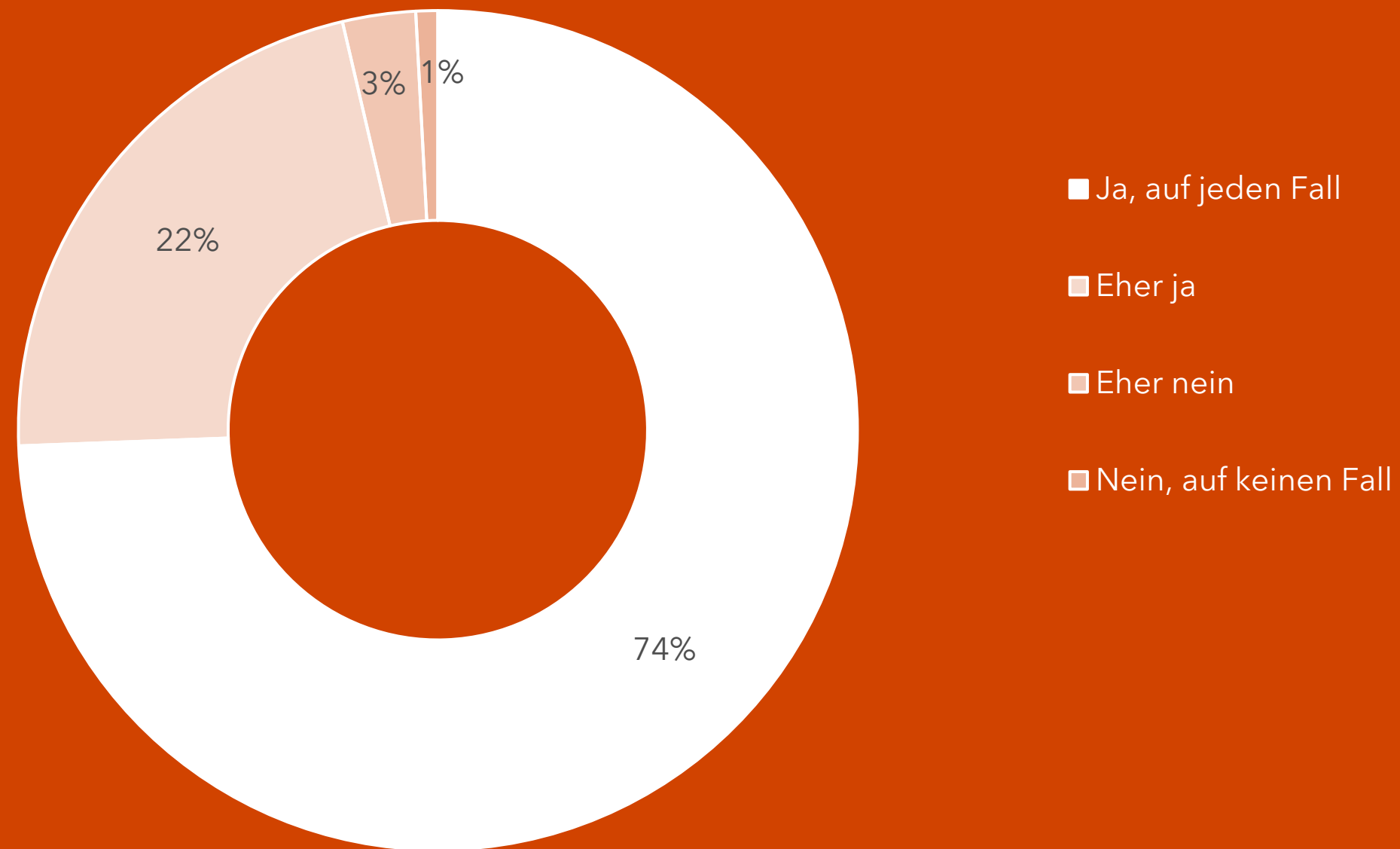
Selbst bei den unter 30-Jährigen dauern die Partnerschaften im Durchschnitt bereits 4 Jahre.



Quelle: Februar 2023 **Hälfte aller Paare ist seit mehr als 15 Jahren zusammen**



Für immer und ewig: Dreiviertel wollen unbedingt den Rest ihres Lebens mit dem:der aktuellen Partner:in verbringen.





Der gemeinsame Urlaub steht am Beginn einer festen Beziehung.

Nach 6 Monaten:
**Gemeinsamer
Urlaub**

Nach 12 Monaten:
**Schlüssel zur Wohnung
des Partners**

Nach 2 Jahren:
**Gemeinsame
Wohnung**

Nach 5 Jahren:
**Gemeinsame Kinder und
rechtliche Anerkennung
der Beziehung**



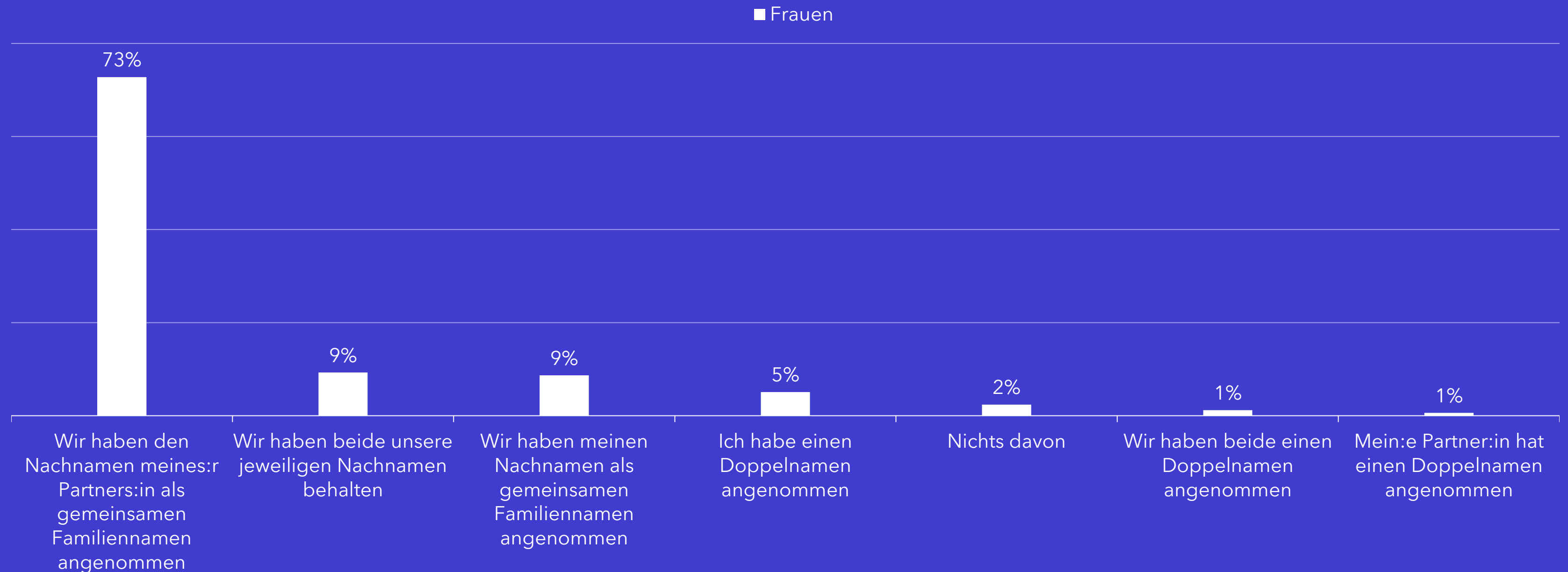


Was glauben Sie?

**Wie viele Frauen geben bei der Heirat ihre
Nachnamen auf?**



Drei von vier Frauen geben bei der Heirat ihre Nachnamen auf.





6

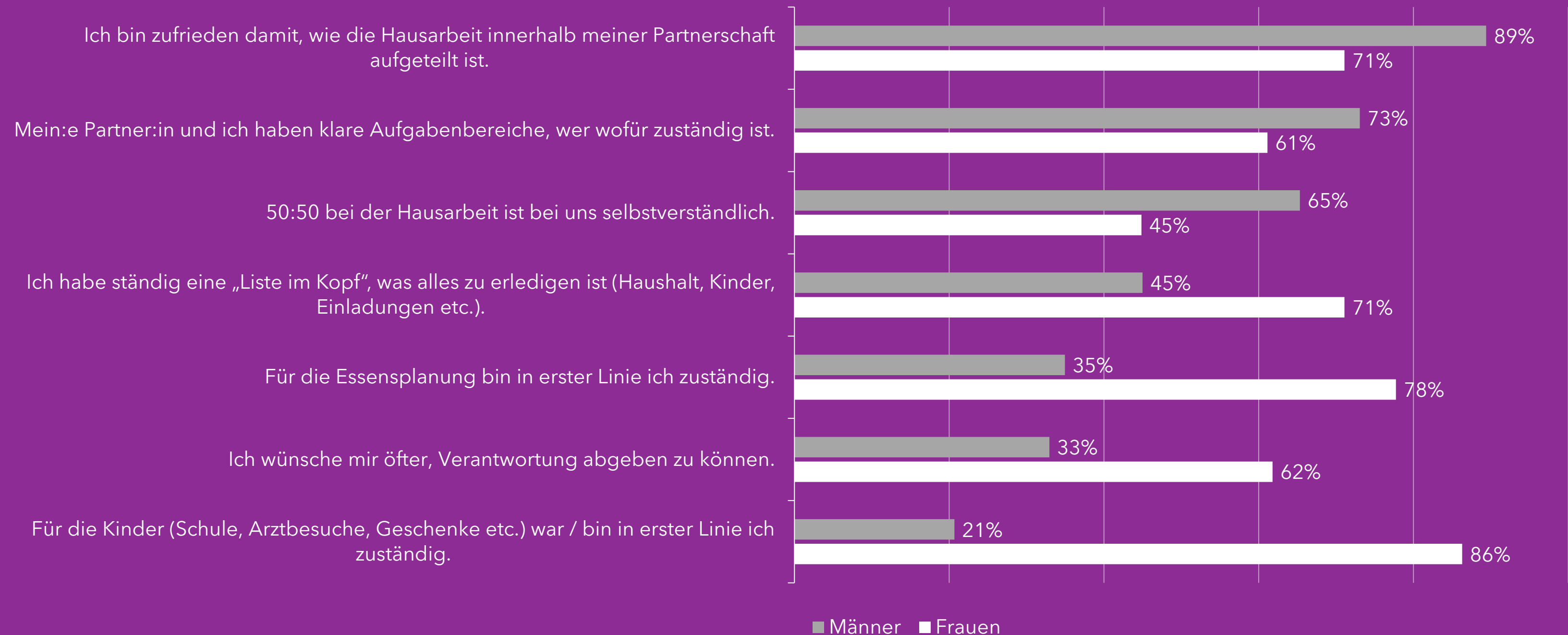
Paaralltag



**9 von 10 Befragten sind
sich einig:
Ein gutes Management bei
der Hausarbeit wirkt sich
positiv auf die Partnerschaft
aus.**



Vor allem Frauen haben ständig eine „Liste im Kopf“ und würden öfter gerne Verantwortung abgeben.



Quelle: September 2023 **Studie: Geteilte Hausarbeit, glückliche Partnerschaft**

Top-2-Box "1 = trifft voll und ganz zu / 2 = trifft eher zu" (4-stufige Skalierung)



“

Vielen Paaren geht es bei diesem Thema um das Gefühl von Fairness und Wertschätzung. Der viel zitierte „Mental Load“ betrifft häufiger Frauen. Sind die Aufgaben im Haushalt klar definiert und ausgesprochen, kommt es zu weniger Reibungspunkten.

”



Das sind die kleinen Marotten im Alltag, die am meisten am Partner nerven.

Frauen stört am meisten:

- 27% ... **Schnarcht** in der Nacht
- 27% ... Macht **Unordnung**
- 18% ... Liest ständig am **Handy**
- 16% ... Kann nicht **zuhören**
- 15% ... Zu wenig **Eigeninitiative**

Männer stört am meisten:

- 20% ... Liest ständig am **Handy**
- 20% ... Mangelndes Interesse an **Sex**
- 14% ... Braucht ewig zum **Fertigmachen**
- 14% ... Alles immer **ausdiskutieren** wollen
- 13% ... **Ordnungswut**



Die Hälfte der Liierten kann das Handy des:der Partner:in jederzeit nutzen und kennt den PIN-Code bzw. Entsperrmuster.

52%

**Ich kann bzw. darf
sein:ihr Handy
jederzeit
verwenden.**

51%

**Ich kenne den
PIN-Code/ das
Entsperrmuster
seines:ihres
Handys.**

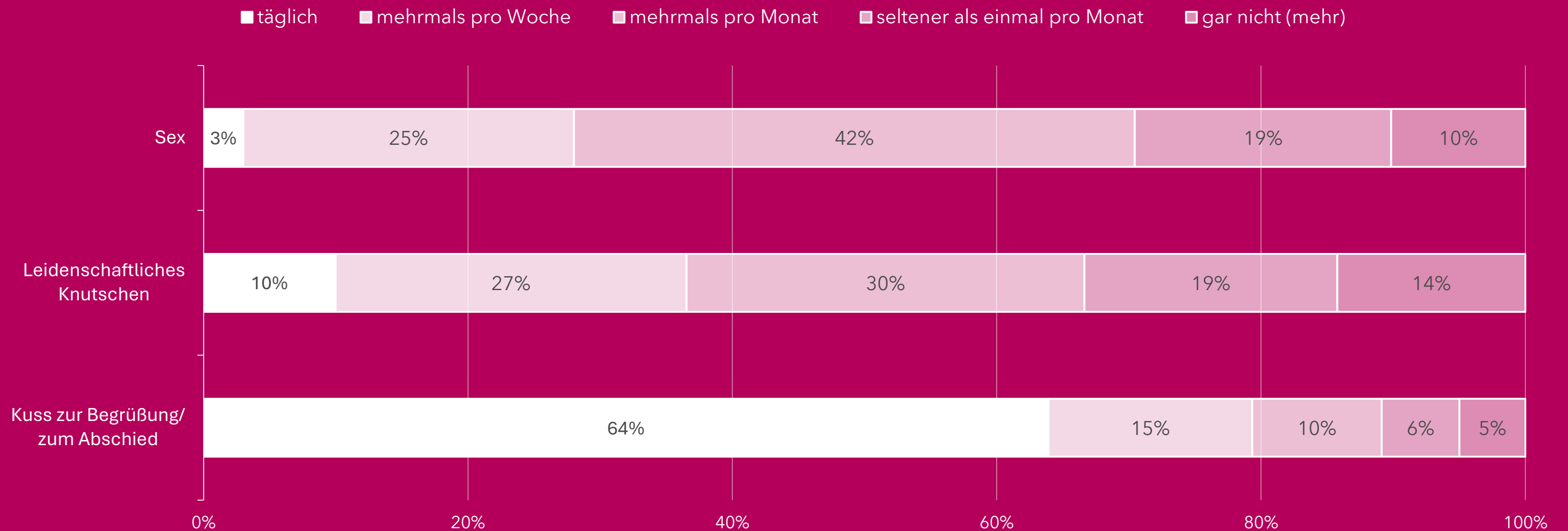


7

Körperliche Nähe und Sexualität



Von leidenschaftlichem Knutschen oder Sex mehrmals pro Woche berichten 37 bzw. 28 Prozent der befragten Liierten.



Quelle: August 2024 **Studie zeigt: Kuseln macht glücklich!**



“

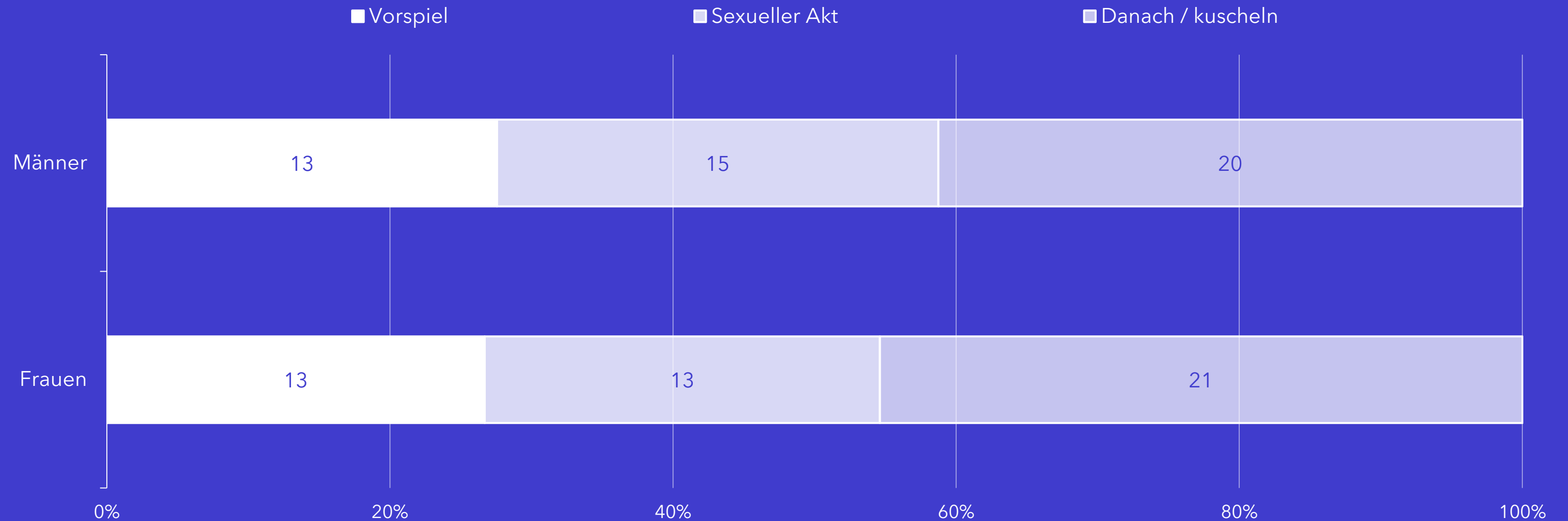
Körperliche Nähe stärkt die Paarbindung und wirkt sich positiv auf die psychische und physische Gesundheit aus. Tägliche Berührungen, liebevolle Rituale und Gesten steigern das Wohlbefinden in einer Beziehung und festigen das Zusammengehörigkeitsgefühl.

”



Männer und Frauen haben ähnliche Vorstellungen davon, wie lange guter Sex dauern soll:

Angaben in Minuten





8

Online-Dating

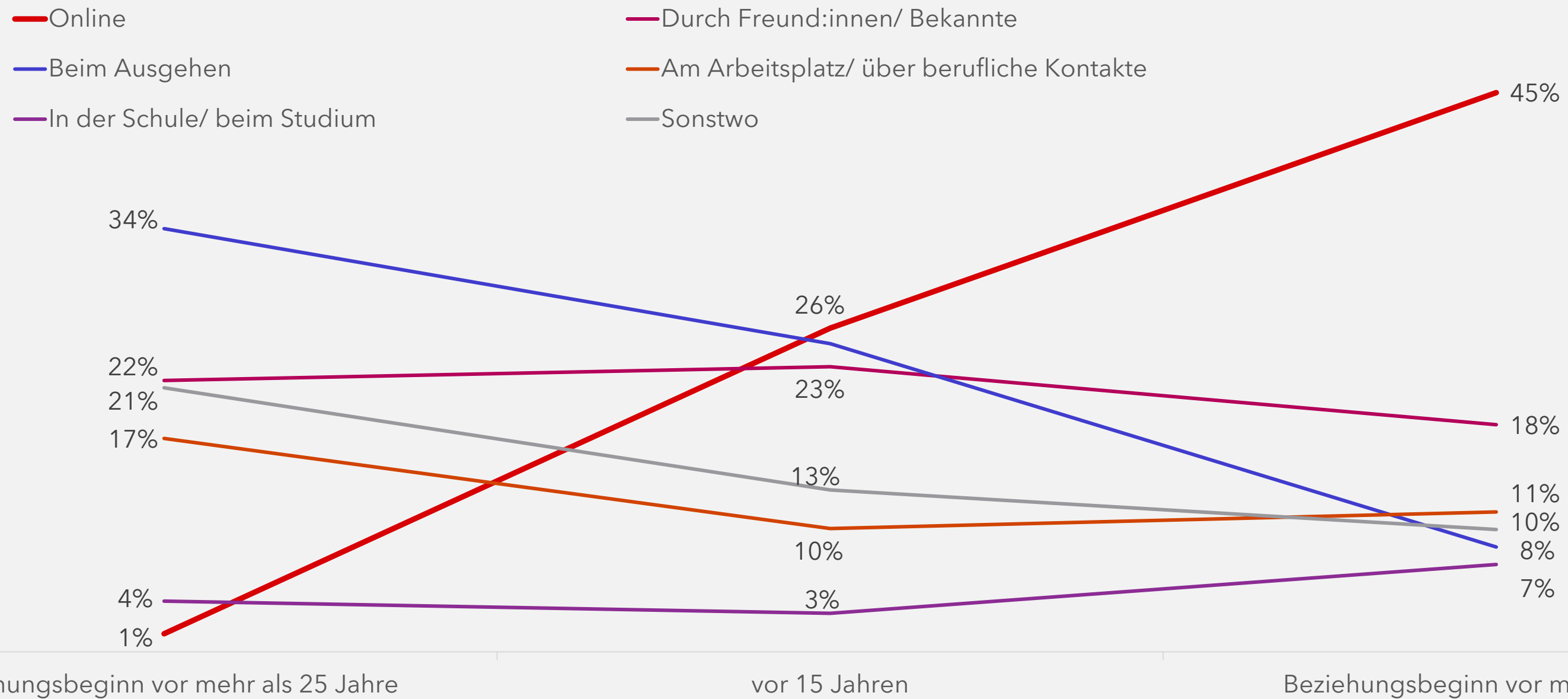


Was glauben Sie?

**Seit wann ist das Internet Platz 1 jener
Orte, wo man eine:n Partner:in findet?**



Seit 15 Jahren ist das Internet Platz 1 jener Orte, wo man eine:n Partner:in findet.





Unehrlichkeit ist die größte „Red Flag“ beim Online-Dating.

	Singles	
	♀	♂
... unehrlich ist (Alter, Beziehungsstatus, Fotos).	55%	45%
... ungefragt Nacktbilder von sich schickt.	49%	8%
... sexuelle Andeutungen macht / sexuelle Vorlieben wissen will.	48%	6%
... eine schlechte Rechtschreibung oder Ausdrucksweise hat.	36%	17%
... nicht erkennen lässt, wonach er/sie sucht (feste Beziehung, Sex etc.).	27%	24%
... ungeduldig wird / auf Antworten drängt.	26%	9%
... den Kontakt plötzlich ohne Erklärung abbricht.	24%	41%
... meist kurze Nachrichten schreibt, z. B. „hi“, „ok“, „alles gut?“.	24%	33%
... sich gleich treffen will.	20%	10%
... ein Treffen mehrfach verschiebt.	15%	20%
... sich unregelmäßig meldet.	8%	22%



Männer und Frauen finden gleichermaßen: Beim Online-Dating sind parallele Kontakte okay, parallele Dates aber nicht.





“

Man sollte seine eigenen Bedürfnisse und Grenzen zeitnah und ehrlich kommunizieren, damit erspart man sich und seinem Gegenüber Missverständnisse, Kränkungen und „leere Kilometer“.

”



9

Online-Liebe



Wer sich online kennenlernt, macht schneller Nägel mit Köpfen.



	Online-Paare	Offline-Paare
Dauer bis zu Paarwerdung (Mittelwert)	1,8 Monate	11,4 Monate
Dauer bis zur Gründung eines gemeinsamen Haushalts (Mittelwert)	1 Jahr	3 Jahre
Dauer bis zur Heirat (Mittelwert)	3,1 Jahre	5,4 Jahre
Dauer bis zum ersten Kind (Mittelwert)	3,1 Jahre	4,5 Jahre



Online-Liebe in Zahlen

- **2,3 Millionen** Österreicher:innen haben sich schon einmal in jemanden **verliebt**, den sie im Internet kennengelernt haben.
- **1,5 Millionen** sind mit einem Online-Date **zusammengezogen**.
- **450.000** gaben sich dank Online-Dating das **Ja-Wort**.
- **350.000 Kinder** von Online-Paaren wurden **geboren**.





Kontaktieren Sie uns gerne für Interviews und individuelle Auswertungen!



Caroline Erb

caroerb@gmx.at



Katharina Hemmelmair

katharina.hemmelmair@parship.at