Love-Life-Balance: Warum sie genauso wichtig ist wie die Work-Life-Balance

Arbeits- und Privatleben miteinander in Einklang zu bringen, ist nicht immer ganz einfach. So sehr wir unsere Arbeit vielleicht auch mögen, in besonders stressigen Phasen kommt es uns manchmal so vor, als bliebe keine Zeit mehr zum Leben. Eine unausgewogene Work-Life-Balance macht uns auf Dauer unzufrieden. Ähnlich verhält es sich mit der Love-Life-Balance. Wer über einen langen Zeitraum hinweg die Liebe zum Partner oder der Partnerin über alles andere stellt, läuft Gefahr, die eigenen Bedürfnisse aus den Augen zu verlieren und setzt unbewusst sogar seine Beziehung aufs Spiel.

Ihnen fehlt noch der passende Partner oder die passende Partnerin für einen gemeinsamen Balanceakt? Bei **LINK PLATTFORM** lernen Sieinteressante Singles aus **REGIONALER BEZUG** und Umgebung kennen.

**Wie die Love-Life-Balance in Schieflage gerät**

Am Anfang einer frischen Beziehung möchte man möglichst viel Zeit mit dem Partner oder der Partnerin verbringen. Wenn man bis über beide Ohren verliebt ist, gibt es schließlich nichts Schöneres, als seinen Schatz um sich zu haben. Der Stellenwert, den man bis dato anderen Lebensbereichen zugemessen hat, rückt dabei häufig erst einmal vollkommen in den Hintergrund. Nichts außer dem neuen Liebesglück scheint mehr wichtig zu sein. Den meisten Paaren gelingt es nach der ersten Verliebtheitsphase wieder ein Gleichgewicht zwischen ihrem alltäglichen Leben und ihrem Bedürfnis nach Zweisamkeit herzustellen. Sie widmen sich wieder vermehrt ihren Verpflichtungen im Job, gehen ihren geliebten Hobbys nach und treffen sich mit alten Freunden. Die Liebesbeziehung wird Teil des Lebens und bereichert es, anstatt es auf Eis zu legen. Manche Menschen schaffen es jedoch nicht, den Weg zurück in den gewohnten Alltag zu finden. Sie fühlen sich ohne die permanente Anwesenheit und Zuneigung ihres oder ihrer Liebsten nicht komplett.

**Risiken einer unausgewogenen Love-Life-Balance**

Es ist gar nicht so einfach, ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass die enge Bindung an eine Person, für die man starke Gefühle empfindet, nicht nur wunderschön ist, sondern auch gefährlich werden kann. Dass Unheil droht, merken viele Menschen erst, wenn es fast zu spät ist. Sich nur noch auf den Partner oder die Partnerin zu konzentrieren, kann dazu führen, dass andere Lebensbereiche gänzlich vernachlässigt werden. Zu den möglichen Konsequenzen zählen Probleme im Arbeitsverhältnis, der Verlust des sozialen Netzwerkes sowie auch finanzielle und emotionale Abhängigkeit. Das kann zu starken Belastungen in der Partnerschaft führen, weil sich beispielsweise ein Part sehr eingeengt fühlt und ständig vom anderen belagert wird. Geht eine zuvor sehr innig geführte Beziehung dann zu Ende, steht man nicht selten vor einem Scherbenhaufen, der nicht nur das Liebesleben, sondern das Leben in seiner Gesamtheit betrifft.

**Tipps für Liebe und Leben in Balance**

Ein glückliches Leben setzt sich aus verschiedenen Bausteinen zusammen. Die Liebe ist einer von ihnen, sollte aber nicht zum einzigen werden.

* Achten Sie auch auf Ihre Bedürfnisse abseits Ihrer Liebesbeziehung.
* Schaffen Sie sich Freiräume für Dinge, die Ihnen am Herzen liegen.
* Beschäftigen Sie sich mit Ihren Talenten und bauen Sie sie aus.
* Auch ein erfüllendes Berufsleben kann Ihnen Bestätigung und Zufriedenheit schenken.
* Pflegen Sie soziale Kontakte und nehmen Sie sich Zeit für Ihre Hobbys.
* Unternehmen Sie hin und wieder etwas ohne Ihren Partner oder Ihre Partnerin.

Denken Sie daran, dass eine Partnerschaft aus zwei Individuen besteht. Sie müssen nicht alle Interessen miteinander teilen und jede Sekunde zusammen verbringen. Natürlich kann auch ein Mangel an Liebe zu einem Ungleichgewicht in der Love-Life-Balance führen. Mit einer Anmeldung bei **LINK PLATTFORM** können Sie diesem Missstand entgegenwirken und Singles aus **REGIONALER BEZUG** und Umgebungkennenlernen.