



Frühlingsgefühle

Beziehung

Eine Information von www.infoklick.ch

Mit den ersten warmen Sonnenstrahlen des Jahres beginnt die Natur zu erwachen. Doch nicht nur auf die Natur hat der Frühling einen Einfluss: Auch für viele Menschen ist der Frühling eine ganz spezielle Zeit. Überdurchschnittlich viele Menschen verlieben sich im Frühling, haben Schmetterlinge im Bauch - eben auch bekannt als Frühlingsgefühle. Gibt es dafür eine Erklärung oder ist dies bloss Einbildung?

Der Einfluss der Hormone

Im Frühling werden die Tage länger und die Sonne zeigt sich häufiger. Dies hat einen Einfluss auf zwei wichtige Hormone: Auf das Schlafhormon Melatonin und auf das Glückshormon Serotonin.

Studien haben gezeigt, dass wir im Winter viel mehr Melatonin im Körper haben als im Sommer. Dagegen produziert unser Körper im Frühling vermehrt das Glückshormon Serotonin.

Nach Meinung der Wissenschaft sind wahrscheinlich das Licht und die Wärme dafür verantwortlich. Obwohl es viele meinen: Auf die Produktion unserer Sexualhormone scheint der Frühling hingegen keinen grossen Einfluss zu haben.

Wie man mittlerweile weiss, ist der Mensch zudem mehr duftgesteuert als man lange angenommen hat. Was der Frühlingsduft jedoch genau bewirkt, daran arbeiten die Duffforscher noch.

Zeit für einen Neubeginn

Die Wintermonate sind eine Zeit, in welcher sich viele Menschen eher etwas zurückziehen. Sobald es wieder wärmer ist, verlagert sich das Leben mehr nach draussen. Man hat mehr Energie und ist offener für neue Beziehungen. Bei vielen Menschen verstärkt sich der Wunsch, sich zu verlieben, um gemeinsam als Paar diese schöne Jahreszeit geniessen zu können. Zudem spielen im Frühling auch die optischen Reize eine Rolle. Die dicken Winterkleider bleiben im Schrank und stattdessen sieht man wieder mehr Haut. Das verstärkt zusätzlich das Interesse am anderen Geschlecht, respektive an einer Partnerschaft.

Und Frühjahrs-Depressionen?

Frühling und Frühlingsgefühle werden jedoch nicht von allen Menschen als positiv empfunden. Menschen, denen es psychisch nicht gut geht oder die sich einsam fühlen, spüren im Frühling eine Art Druck, auch fröhlich/fit zu sein, auch aktiv am Leben teilzunehmen. Dies kann jedoch bei einigen eine noch grössere Antriebslosigkeit hervorrufen. Auch das Glück der anderen zu sehen (z.B. viele verliebte Paare), ist für viele nicht einfach zu ertragen.

Links:

<http://news.gesundheitkompakt.de/Hormon-Melatonin-verantwortlich-fuer-Fruelingsgefuehle>