

# Seminar: **Wie Ehe & Partnerschaft gelingen kann**

**Der Weg von der Fremdheit zur Vertrautheit und weiter bis hin zur Partnerschaft führt über die aktive Entscheidung von Menschen, ihre individuelle Lebenswelt dem anderen gegenüber zu öffnen und an dessen Lebenswelt teilzunehmen. Das Zusammenleben berührt ein ständiges Aushandeln von Nähe und Distanz sowie Freiheit und Bindung, auf der Suche nach einer verbindlichen Beziehung mit der Vorstellung grundsätzlicher Gleichwertigkeit und Gleichberechtigung. Wenn das nicht gelingt, bleibt die Persönlichkeit des Einzelnen dabei auf der Strecke.**

Der Wunsch, mit dem Partner eine Liebesbeziehung zu leben, muss nicht Selbstaufgabe der eigenen Bedürfnisse und Individualität bedeuten. Dies geschieht aber oft dann, wenn Paare den Regeln fremdbestimmter Moralkonventionen einen höheren Stellenwert einräumen, als der Stimme ihres Herzens. Dann erlischt oft zuerst das erotische Interesse, danach die Liebe und schließlich gar der Wunsch nach einem Zusammenleben. Oder es erlischt die Selbstachtung mit der Folge von Depressionen, (selbst)zerstörerischem Handeln oder unerwarteten Befreiungsschlägen.



Das Seminar stellt die verschiedenen Formen von Partnerschaften und Beziehungen vor – und die „landläufigen“ Auffassungen davon in Frage. Es lädt dazu ein, hinter die oft nur formelhaft verwendeten Begriffe wie z.B. „Monogamie“ und „Treue“ zu schauen, um die tatsächlich dahinter verborgenen Bedürfnisse sehen und damit sein persönliches Spektrum an Möglichkeiten zu deren Erfüllung erweitern zu können.

Foto: Wolfgang Mensch

## **Seminarinhalte**

- Monogamie und Nicht-Monogamie, Polyamorie
- Treue im Zwiespalt zwischen Liebe und Gewalt
- Freiheit zwischen Nähe und Weite in der Liebe
- Gegensätzlichkeit als Konflikt und Potential
- Eifersucht, Besitzdenken und Selbstwertdefizit
- Konventionen, Gewissen und Moral
- Konkurrenzkampf und Wettbewerb
- Ehrlichkeit, Offenheit, Transparenz und Vertrauen
- bedingungslose Liebe und Annahme

## **Teilnehmer:**

1. Menschen, die sich aus der Engsicht „landläufiger“ Moralkonventionen befreien wollen
2. Partner, denen ihre Beziehung zu wichtig ist, um sie unreflektierten Formelsätzen zu opfern
3. Lebens- oder Ehepartner, die ihre Freiheit wiederfinden wollen, um sich bedingungslos lieben zu können

## **Methoden:**

Vortrag - Gruppengespräch - Einzelgespräch - Kleingruppenarbeit

## **Vorkenntnisse / Mitbringen:**

Die vorherige Teilnahme am Grundlagenseminar „Gewaltfreie Kommunikation“ wäre sehr nützlich! Ansonsten:

Keine Vorkenntnisse erforderlich, Offenheit, Freude