

## **Pressemitteilung zum Seminar „Alternative Beziehungsgestaltung“**

Seien wir einmal ehrlich, Hand aufs Herz: wer lebt schon genau in der Beziehung, die er sich wünscht, fühlt sich in seinem Beziehungsleben glücklich und erfüllt? Wer teilt wirklich, schauen wir genau hin, Liebe, Geborgenheit und eine erfüllende Sexualität mit seinem Partner, ebenso wie eine offene Kommunikation und gegenseitige Wertschätzung?

Wer dies alles aufrichtig mit „ja“ beantworten kann, der zählt zu den Glücklichen dieser Welt. Viele Menschen jedoch leben nicht in der Beziehung, die sie sich von Herzen wünschen. Oft sind es nur scheinbare Kleinigkeiten, die dem Wunsch nach einer erfüllten Liebesbeziehung im Wege stehen: wenn „er“ doch bloß öfter bereit wäre, über seine Gefühle zu reden. Wenn „sie“ sich doch nicht immer so verschließen würde, wenn „er“ seine intimsten Sehnsüchte leben möchte. Wer hätte so etwas nicht schon im eigenen Leben erfahren?

Ende November startet eine Seminarreihe mit dem Titel: „Alternative Beziehungsgestaltung“, die sich intensiv genau damit auseinandersetzt: alternative Wege zu gehen, um die eigene Liebesbeziehung glücklicher zu gestalten bzw. überhaupt einmal eine glückliche Liebesbeziehung aufzubauen. Meist sind es nämlich gar nicht die großen Themen, die das Liebesglück verhindern; es wird oft nur unterschätzt, welche Wirkung selbst kleinste Änderungen im eigenen Verhalten entfalten können, wenn es um die Verwirklichung ersehnter Ziele geht. Das fängt ja nicht selten schon damit an, dass viele Menschen den Partner als Behinderung bei der Verwirklichung ihrer Träume erleben, ohne sich den Widerspruch vor Augen zu führen, dass gleichzeitig genau er es ist, mit dem sie diese Ziele erreichen wollen. Hier gilt es, das Augenmerk mehr auf sich selbst zu lenken. Denn nur man selbst ist es, auf den man wirklich Einfluss hat.

Die Seminarreihe wird angeboten von der Therapeutin Gabie Gerbeth (??), für die eine Liebesbeziehung gemeinsames Wachstum bedeutet, getragen von authentischer Kommunikation, gegenseitigem Respekt und gemeinsam getroffenen Vereinbarungen. Sie wird dabei unterstützt durch den Comoderator Rainer Tolle (54), der seit vielen Jahren glücklich in einem Netz aus mehreren einander gleichwertigen Liebesbeziehungen lebt – mit Wissen und Einverständnis aller daran Beteiligten - und sich das dazu notwendige Können über diese Zeit gemeinsam mit seinen Partnerinnen und deren Partnern erarbeitet hat. Sie sind zu der Ansicht gekommen, dass heutzutage, im Zeitalter sich etablierender Patchwork-Familien, wachsender Scheidungsraten und zahlreicher Singlehaushalte nicht mehr von einem als allgemein gültig betrachteten Beziehungsmodell ausgegangen werden kann. Statt dessen sind nach ihrer Meinung von gängigen Vorstellungen abweichende Beziehungspraktiken als der kreative Versuch zu werten, die zu der jeweiligen Lebenswahrheit passende Beziehungsform zu finden. Empfundenes Unglück hängt möglicherweise nicht so sehr mit fehlender Liebesfähigkeit zusammen, sondern eher mit Vorurteilen darüber, was in der Liebe überhaupt möglich und erfüllend sein kann, und welche Fähigkeiten jeweils erforderlich sind, um Liebesbeziehungen jenseits eingefahrener Wege erfolgreich verwirklichen zu können. „Denn für etwas anderes als die Kleinfamilie finden sich ja kaum gesellschaftliche Vorbilder“, meint dazu die Therapeutin Gabie Gerbeth.

In den Seminaren lassen sich Techniken erlernen, die eine Beziehung lebendig, vital und leidenschaftlich halten, wie z.B. die Technik der Revitalisierung eines Beziehungsraumes, der Voraussetzung für Nähe, Verbundenheit und Intimität ist. Man erlebt die Technik des Fühlens im lebendigen Kontakt - eine Bedingung für tiefe Heilung.

Üblicherweise stellen therapeutische Angebote zum Thema Liebesbeziehung ein bestimmtes Beziehungsmodell als erstrebenswertes Ziel in den Vordergrund. Mögliches Glück und erreichbare Zufriedenheit werden dann daran gemessen, in wieweit die Lebenspraxis der Klienten mit den Vorgaben des jeweiligen Modells übereinstimmen. In der Seminarreihe „Alternative Beziehungsgestaltung“ dagegen haben die beiden Leiter kein bestimmtes Beziehungsmodell im Blick, denn Liebesbeziehungen sind nach ihrer Auffassung ebenso vielfältig und facettenreich wie die Menschen, die sie leben. „Es geht nur darum, diese Schätze zu heben und ans Tageslicht zu bringen“, so Comoderator Rainer Tolle.

So wird mit den Teilnehmern zunächst einmal erarbeitet, wie überhaupt ihre individuelle „Traumbeziehung“ aussehen soll. In einem zweiten Schritt geht es darum, sich selbst und die eigenen Wünsche liebevoll annehmen zu lernen, um schließlich drittens auf dieser Grundlage mit dem Gegenüber und potentiellen Partner in Kontakt gehen zu lernen.

Es wird jedoch nicht nur bei der Arbeit im Rahmen des Seminars bleiben; sondern es werden konkrete Handlungsoptionen mit den Teilnehmern entwickelt, die sie außerhalb des Seminars umsetzen können. Sich dabei ergebende eventuelle Schwierigkeiten werden im Seminar wiederum bearbeitet. Es wird Gewicht auf die Tatsache gelegt, dass eine Liebesbeziehung keine statische, ideale Nische ist, sondern stets ein lebendiger Prozess voller Entdeckungen und Veränderungen.

Um den Teilnehmern weiterhin die Möglichkeit zu bieten, ihre Entwicklungsschritte auch über längere Zeiträume gemeinsam zu reflektieren und sich darüber auszutauschen, ist eine Jahresgruppe zum Thema in Vorbereitung.

Näheres dazu und zu den Seminaren finden Sie auf der Website: [www.lieben-lernen-berlin.de](http://www.lieben-lernen-berlin.de) . Hier können Sie sich auch kostenlos „zehn Punkte für ein glückliches Beziehungsleben“ herunterladen.

Ansprechpartner: Gabie Gerbeth, Telefon: 030 – 213 83 01  
Rainer Tolle, Telefon: 030 – 367 38 150  
oder: [info@lieben-lernen-berlin.de](mailto:info@lieben-lernen-berlin.de)