

Medieninformation

9. Juni 2022

Liebe leben im Kontext der Krisen der Welt

Steht auf und schützt Eure Liebe

Politik und Liebe gehören zusammen



Foto: Odenwald-Institut: Referenten Symposion „Im Zentrum der Liebe (von links nach rechts): Guido Loy, Petra Loy, Udo Röser, Barbara Röser, Andrea Marschall-Schneider, Dr. Sandra Konrad, Michael Cöllen, Ulla Holm-Cöllen, Dr. Katharina Klees, Peter Jakobs.

**Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung**

Tromm 25
69483 Wald-Michelbach

Tel. +49 (6207) 605-0
Fax +49 (6207) 605-111

info@odenwaldinstitut.de
www.odewaldinstitut.de

Institutsleitung
Dr. Sigrid Goder-Fahlbusch
Peter Jakobs

Stiftungsvorstand
Detlef K. Boos
Dr. Katharina Gerarts
Dr. Daniel Heilmann

Stiftungsrat
Matthias Wilkes (Vors.)

Bankverbindung
Sparkasse Starkenburg
BIC
HELADEF1HEP
IBAN
DE56509514690001078189

USt-IdNr.
DE 151 755 625

Weinheim. Eine Zeitenwende für die Liebe – dafür plädierten Akteure beim Symposion „Im Zentrum der Liebe – zwischen Sehnsucht und Verunsicherung“ in Weinheim. Geplant wurde es bereits vor Corona. Doch nach mehr als zwei Jahren der Pandemie hat der Krieg in der Ukraine den Blick auf die Kraft und Möglichkeiten der Liebe nochmals deutlich verschärft. „Die sichere Welt hat sich doch sehr verändert, sagt Weinheims erster Bürgermeister Dr. Torsten Fetzner zur Eröffnung. Bei der Veranstaltung der Deutschen Gesellschaft für Integrative Paartherapie und Paarsynthese (GIPP e. V.) und des Odenwald-Instituts der Karl-Kübel-Stiftung für Kind und Familie lag der Fokus auf der großen gestaltenden Kraft von Liebe – individuell, gesellschaftlich, politisch. Das Stellen der Liebe ins Zentrum der globalen Herausforderungen wurde von den rund 100 Teilnehmenden honoriert: „Besonders gut gefallen haben die Inhalte in Zusammenhang mit den Krisen der Welt“, so eine Rückmeldung.

Ökosysteme sind Liebesprozesse - Austausch und Dialog als Lebensprinzip

Den Blick auf 's Ganze – wie alles mit allem verbunden ist – ermöglichte Dr. Andreas Weber. In seinem Vortrag „Sein und Teilen“ erläuterte er Austausch und Dialog als Lebensprinzip. An Beispielen aus der Natur führt er plastisch vor Augen, wie alle Anwesenden alleine durch Ein- und Ausatmen die Luft, den Sauerstoff teilen und miteinander verbunden sind. „Ökosysteme sind Systeme, in denen gegeben wird und Gaben nötig sind, um sie zu erhalten, das ist die Basisregel in unserer lebendigen Welt“, sagt der Biologe und Philosoph. „Wir stehen ständig im Austausch, atmen ein, Pflanzen atmen ein, was wir ausatmen (Kohlendioxid) und geben uns Sauerstoff zurück, den wir einatmen. Sein und Teilen sei ein Überlebenssthema. Lieben ist für ihn eine Praxis, die Leben spendet. Es gehe darum, sein zu können. Er sagt: „Dann wollen wir auch teilen.“ Eine gelingende Beziehung ist für ihn eine Allmende. Das bedeute: Ich erhalte Geschenke und bin verpflichtet, Gaben zu geben (zu teilen). Wir spüren es körperlich, wenn wir raus in die Natur gehen.

Jede gestorbene Liebe ist eine Umweltkatastrophe

„Wir würden am liebsten einen Vortrag vor dem Parlament halten, sagt Ulla Holm-Cöllen, die die Paarsynthese mit dem Begründer Michael Cöllen entwickelt hat. Sie haben die GIPP gegründet und kämpfen nun dafür, dass die Bedeutung von Liebe auch in gesellschaftlichen und politischen Zusammenhängen gesehen wird und auch in Unternehmen wirken kann. Das Buch „Lasst uns für die Liebe kämpfen“ hatte Michael Cöllen bereits vor 40 Jahren geschrieben. Heute geht es um Liebe trotz Zeitnot – so der Titel ihres Buches und Vortrags: „Es geht um die Zukunft der Liebe und damit um unsere Menschlichkeit. Wir alle befinden uns mitten in einem Krieg, im Krieg gegen die Natur. Statt mit der Natur im Einklang zu leben, wollen wir sie besiegen.“ „Jede Sekunde von Liebe ist kostbar, jede gestorbene Liebe ist eine Umweltkatastrophe für die Paare, für die Gesellschaft, für jedes Kind!“, sagen beide und erläutern zwei wesentliche Schritte, die in der heute allgegenwärtigen Zeitnot die Qualität der Liebe erhöhen. Sie nennen diese Zeit „Qualitative Paarzeit“. Wie das gehe? Mit geführter Zentrierung die Wahrnehmung verdichten und mit Dialog. Sie bieten eine kurze Übung an, in der die Partner mit geschlossenen Augen zur Ruhe kommen, sich anschließend in die Augen blicken, sich dabei auf ihre Wahrnehmung konzentrieren und sich dann über ihr Empfinden austauschen. Äußerst wirksam ist eine Möglichkeit zum Zeigen gegenseitiger Wertschätzung: Die Partner stehen sich gegenüber und verneigen sich mit geschlossenen Händen vor der Brust nacheinander vor dem

anderen. Mit dem Ausprobieren wird es spürbar. Die Paartherapeuten plädieren für eine Zeitenwende in der Liebe – Kämpfen gegen Zeitdruck und Zeitnot. „Das kann keiner alleine, auch kein Paar, das können wir nur gemeinsam.“ Auch Streiten gehöre dazu und mache Sinn, allerdings nur, wenn der Streit auf ein Ziel gerichtet ist und fair geführt wird. Es lohne sich, denn tiefe Liebe steigere die Lebensqualität und nachweisbar die Lebenszeit um fünf Jahre.

Intimität bewahren

Unrecht klar zu benennen und sich klar zu bekennen sei extrem wichtig in jeder Beziehung, sagen die Weiterbildungsleitenden der GIPP Barbara und Udo Röser. „Es erfordert viel Mut und ist der erste große Schritt in einem Verzeihungsprozess“, so die beiden. In Ihrem Vortrag „Intimität und Sexualität in langjährigen Partnerschaften“ machten sie deutlich: Liebe ist Arbeit – kein Selbstläufer. Sie beschreiben, wie Sexualität durch Nähe wieder belebt werden könne, hier gebe es auch keine Altersgrenzen. Insbesondere in der Altersphase nehme die Intensivität durch Nähe zu. Auch ohne Sexualität sei Intimität möglich, bestätigt eine aktuelle Studie der Berliner Humboldt-Universität. Besonders bei einem Paar mit schwerstkrankem Partner spielt die emotionale Nähe eine wichtige Rolle. Sie laden zu einer Herz-Übung dazu ein.

Wie frei und selbstbestimmt sind Frauen heute?

Die Diplompsychologin Dr. Sandra Konrad wollte für ihr Buch „Das beherrschte Geschlecht“ wissen, wie frei und selbstbestimmt Frauen heute sind. Dazu führte sie Interviews mit 18- bis 45-jährigen Frauen, wertete Studien und Medien aus. Das Ergebnis trifft und macht betroffen: „Das Tabu des 21. Jahrhunderts ist nicht Sex, sondern Grenzen setzen. Massenmedien, Werbung und Pornografie zeigen heute die Verwechslung von vermeintlicher Selbstbestimmtheit mit Sexualisierung“, sagt Konrad. So werde im Sport Beach-Volleyballerinnen im Regelwerk unter Strafe vorgeschrieben, wie knapp die Hosen sein müssen während Männer in schlappernden Shorts ganz ohne Strafe spielen dürfen. Erst seit 2016 wird ein Nein der Frau auch als Nein straffrechtlich anerkannt, erst seit 2021 ist Upskirting (Fotografieren unter den Rock) eine Straftat. Konrad bringt zahlreiche Beispiele auch aus der Politik, wo Frauen messbar im Parlament um 50 Prozent in ihren Redebeiträgen häufiger unterbrochen werden als Männer. Während bei Jungs Interessen im Vordergrund stehen, gehe es bei Mädchen vorrangig um Aussehen. „Ich merke, dass es so gewaltig ist, dass ich am liebsten in Resignation gehen möchte“, meldet jemand zurück. Auf die Fragen: „Wie können wir junge Frauen und Männer damit erreichen und was können wir

tun?“ antwortet Sandra Konrad „Indem wir darüber sprechen! Bei Mädchen weniger auf das Äußere sehen, sondern auf ihre Aktivitäten, wie bei Jungs.“

Beziehungswunden heilen

Dr. Katharina Klees macht die Komplexität von traumatisierten Partnerschaften deutlich und stellt eindrücklich Kriegsfolgen als eine Ursache von Traumata dar. Mit ihrem Traum(a)Haus-Konzept hat sie ein Konzept zur Heilung von tiefliegenden Beziehungswunden entwickelt. Sie war lange wissenschaftlich tätig und hat festgestellt, dass bei Paaren, die sich häufig streiten, zu 95 Prozent traumatisierte Erfahrungen häufig auch bereits in der Eltern- und Großelterngeneration vorhanden sind. Sie liefert wissenschaftlichen Hintergrund und zeigt Gesten, die helfen können, wie die Würdigung durch tiefe Verneigung mit zusammengefügtten Händen vor dem Herzen.

Wie findet man den richtigen Partner?

Wenn ein Partner unter Stress leidet, leide die Kommunikation um 40 Prozent, erfahren Teilnehmende im Workshop der Paarsynthese-Weiterbildenden Guido Loy und Petra Loy. Doch wie lässt sich unter diesen Bedingungen überhaupt der passende Partner finden? Die Journalistin Annabel Dillig hat für ihr Buch 16 Menschen gefragt und wollte auch im Selbstversuch wissen: „Was macht das mit einem, wenn man seine Haut zu Markte trägt?“ Sie nahm teil an Speed-Dating, hat unterschiedliche Partnerbörsen ausprobiert, Psychologen und Test-Entwickler befragt und Studien ausgewertet. Ungeschminkt und humorvoll beschreibt sie ihre Erfahrungen und kommt zu dem Schluss: „Online ist das neue Klassisch.“ 36 Prozent der Beziehungen entstehen heute online, am häufigsten nutzen Menschen ab 30 digitale Plattformen, in Deutschland haben 2021 rund neun Millionen Menschen Angebote von Kennenlern-Anbietern genutzt und die Zahlen der Paare, die zusammen bleiben unterscheiden sich offenbar unwesentlich von Paaren, die sich anders kennenlernen. Sie beschreibt einen neuen Pragmatismus besonders bei den 30- bis 40-Jährigen: Man gehe gezielt auf Suche, melde sich beispielsweise bei einer Börse an. Auch gebe es in der Mittelschicht heute eine hohe Akzeptanz von Paartherapie, damit bestätigt sie die Erfahrung von Michael Cöllen, der darüber hinaus nach 55 Jahren Erfahrung erfreut feststellt: „Wir sehen, dass es sich wandelt. Wir sehen immer mehr Männer mit Babys – das gab es zu unserer Zeit nicht.“

Praktische Erfahrungsräume werden nachgefragt

„Auf dem Symposion wurde deutlich, wie notwendig die Liebe gerade in unserer aktuellen Weltsituation für unser aller Überleben ist“, sagt Institutsleiter Peter Jakobs als Vertreter des Odenwald-Instituts. Besonders freut die Veranstalter, dass neben den Vorträgen und vertiefenden auch die weiteren Workshops zu „Guter Sex - trotz Liebe, Die Wahrheit beginnt zu zweit – Das Zwiegespräch, Paare finden gemeinsam Lösungen, Von der Sehnsucht nach Sinnlichkeit und Kreativität sowie Wir lieben uns, wir streiten uns“ sehr gut angekommen sind und der Wunsch nach längeren Workshops mehrfach zurückgemeldet wurde.

Mit dem Symposion wollten die Veranstalter aufzeigen, auf welcher vielfältigen Weise die Beschäftigung mit dem Thema Liebe zur Orientierung in einer aktuell sehr verunsicherten Welt beitragen kann. Mit einer Spendenaktion wurde Geld gesammelt, das der Verein THAT'S WHYnheim (www.thats-whyheim.de/) zur Unterstützung für die Ukraine erhalten hat.

Die Veranstalter:

GIPP e.V.: Die Deutsche Gesellschaft für Integrative Paartherapie und Paarsynthese (GIPP e.V.) wurde 1992 als Dachverband für das Verfahren der Paarsynthese gegründet und setzt sich für die Unterstützung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern sowie für eine Befähigung zu einem gleichwertigen und friedfertigen Umgang im partnerschaftlichen Zusammenleben ein. Dies gilt für Ehen und jegliche Form von Partnerschaften wie auch für Partnerschaften in größeren sozialen und politischen Zusammenhängen.

Begründer des paartherapeutischen Verfahrens der Paarsynthese ist der Hamburger Diplompsychologe Michael Cölln. Der Paarsynthese liegt eine Psychologie der Liebe zugrunde, die Michael Cölln in zahlreichen Publikationen ausformulierte. Der Leitsatz lautet: „Liebe ist der Sinn, Dialog der Weg, Würde das Prinzip“.

Vorrangiges Ziel der GIPP e.V. ist die Förderung von Aus-, Fort- und Weiterbildungen zum Verfahren der Paarsynthese. So wird kontinuierlich seit 1992 im deutschsprachigen Raum eine sich über vier Jahre erstreckende Ausbildung zum Integrativen Paar- und Sexualtherapeuten (GIPP e.V.) angeboten. Zudem werden weitere Fachausbildungen, Seminare, Paargruppen und Paar-Akademien organisiert und durchgeführt.

Seit den 1990er Jahren ist die Paarsynthese kontinuierlich am Odenwald-Institut vertreten und hat hier einen Veranstaltungsträger gefunden, der das Anliegen der Paarsynthese immer mit vertreten und unterstützt hat.

www.paarsynthese.de

Odenwald-Institut der Karl Kübel Stiftung (OI): Das zertifizierte Bildungsinstitut ist Teil der Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie und mit fünf eigenen Seminarhäusern auf

der Tromm im südhessischen Odenwald beheimatet. Seit 1978 bietet es methoden- und wertorientierte Seminare, Aus- und Weiterbildungen für Fach- und Führungskräfte, Paare, Familien, Kinder und Jugendliche sowie offene Fachtagungen für alle Interessierten.

Zwischenmenschliche Beziehungen im gesamten Lebensumfeld – in Privatleben, am Arbeitsplatz und in der Gesellschaft stehen im Fokus der Bildungsarbeit. Basis ist das humanistische Menschenbild und christliche Werte. Dabei gilt die Würde des Menschen als unantastbar. Das Odenwald-Institut bezieht Stellung zu gesellschaftlich relevanten Themen und setzt sich mit seinen Angeboten für ein gelingendes Miteinander ein.

Unternehmen und Organisationen erhalten maßgeschneiderte Konzepte und individuelle Prozessbegleitung. Die Familie als Keimzelle der Gesellschaft erhält einen besonderen Stellenwert. Viele Angebote sind von Verbänden zertifiziert, als Bildungsurlaub anerkannt sowie über Bund- und Länderprogramme förderfähig – unter anderem mit den Programmen „Fachkurse“ und „Betriebliche Weiterbildung“ des Landes Baden-Württemberg sowie aktuell über das Bundesprogramm „Corona-Auszeit für Familien“.

www.odenwaldinstitut.de