

?? damit die Liebe bleibt? - 10. Candle-Light-Dinner für Paare

Bei unserem Candle-Light-Dinner am 11.04.2015 waren diesmal das Ehepaar Elfriede und Hartmut Völkner aus der Nähe von Gießen unsere Referenten. Sie sind seit ca. 30 Jahren in der Ehe-/Paarberatung bei Family Life Mission Deutschland tätig.

„... damit die Liebe bleibt“ – so hatte das Ehepaar Völkner seine Gedanken überschrieben und erläuterte (auch anhand von Beispielen aus ihrer eigenen Ehe) mehrere Faktoren, die eine Beziehung stabilisieren und „jung“ erhalten können. Denn wie bei einem Jojo, kann eine Beziehung nur gelingen, wenn wir daran arbeiten und ständig in Bewegung bleiben.

1. Kommunikation, die in die Tiefe geht – d.h. Gespräche, in denen es um unsere Gefühle und Sehnsüchte geht und nicht nur um die Organisation des Alltags
2. Intensive Verliebtheit am Anfang – und immer wieder das Erinnern daran, warum wir uns in unseren Partner verliebt haben: was war das Besondere an ihm/an ihr?
3. Eigenständigkeit und Autonomie – z. B. in dem beide ein Taschengeld zur freien Verfügung erhalten über dessen Verwendung keine Rechenschaft abgelegt werden muss.
4. Wechselspiel von Geben und Nehmen: Eine Balance ist wichtig.
5. Verhandeln und Kooperieren – es muss so lange verhandelt werden, bis für beide ein zufriedenstellender Kompromiss gefunden wird, der dann auch gemeinsam nach außen vertreten wird; es gibt dabei keinen Verlierer und keinen Gewinner.
6. Das Positive stärken! Kritik kann ohne Verletzung angenommen werden, wenn der Partner sich grundsätzlich geliebt weiß und der Dank/die Anerkennung auch laut ausgesprochen wird. Aus der Forschung weiß man, dass fünfmal gelobt werden muss, um eine Kritik aufzuwiegen!
7. Gemeinsame Zukunftsperspektiven (die gemeinsame Baustelle): eine gemeinsame Zukunftsvision entwickeln und anstreben

Dazu gab es ein „Arbeitsblatt“ mit Fragen, so dass sich die Paare austauschen konnten.

Es war ein interessanter, abwechslungsreicher und rundum gelungener Abend mit leckerem Essen, einladendem Ambiente und vielen guten Impulsen für alle Paare - egal ob jung oder alt, frisch verheiratet oder schon seit 50 Jahren.

B. H.



Toolbox



[Drucken](#)



[PDF](#)



[Weiterempfehlen](#)

[RSS Abonnieren](#)

Veröffentlicht

11:56:34 12.04.2015

<http://www.emk-sersheim.de/index.php?section=news&cmd=details&newsid=111&pdfview=1>