

**Roland Weber**



**Romantik und Pragmatik  
– der neue Liebescode**

# Inhalt

- ✘ **Was Lieben heute schwieriger macht**
- ✘ **Welche Folgen hat dies für das Zusammensein von Paaren?**
- ✘ **Wie kann die Liebe den Alltag überleben und lebendig bleiben?**

- Schwierige Zeiten  
Auswirkungen  
Bleibende Liebe



Vortrag Roland Weber  
Romantik und Pragmatik  
– der neue Liebescode

**Warum die Liebe  
schwieriger geworden ist**

• **Schwierige Zeiten**

Auswirkungen

Bleibende Liebe

# Partnerschaften in weitreichendem Umbruch

- Männer und Frauen wechseln Beziehungen häufiger als früher: Liebe wird zu „Lieben in Folge“
- Scheidungen und Trennungen bekommen Normalstatus
- Frauen und Männer heiraten seltener und später
- Unterschiedliche Formen nichtehelicher Beziehungen etablieren sich neben der Ehe
- Die Ehe hat ihr Monopol verloren, Sexualität zu rechtfertigen und Beziehungen und Familien zu definieren und zu legitimieren
- Externe Anker und traditionelle Rahmenfaktoren haben an Wert verloren

Vortrag Roland Weber  
Romantik und Pragmatik  
– der neue Liebescode

## • Schwierige Zeiten

Auswirkungen

Bleibende Liebe

# Veränderte Einstellungen zur Partnerschaft

- Wunsch nach einer lebenslangen festen Beziehung nach wie vor sehr hoch, wird aber zugleich immer mehr relativiert
- Es geht nicht mehr darum, um jeden Preis zusammen zu bleiben, sondern nur so lange die emotionale Qualität stimmt
- Die Toleranz für Unzufriedenheit, die Tugend des Durchhaltens und Zueinanderstehens haben sich dramatisch verändert
- Expliziter Wunsch nach Selbstverwirklichung
- Trennungen werden nicht mehr so stark als persönliches Scheitern erlebt
- Eine neue Unverbindlichkeit zeichnet sich ab

• Schwierige Zeiten

Auswirkungen

Bleibende Liebe

# Die Erwartungen an die Liebe haben sich verändert

- Die romantische Liebe ist eine relativ junge Erfindung
- In der romantischen Liebe will sich der Einzelne als Ganzes erfahren
- Sie soll das Bedürfnis nach Individualisierung und Selbstentfaltung und die Sehnsucht nach einer persönlichen Privatwelt erfüllen
- Liebe funktioniert als höchstpersönliche Kommunikation
- Wichtiger ist weniger das *Was* kommuniziert wird als das *Wie*
- Wenn Liebe alles sein soll und das möglichst mit einer Person und auf Dauer, wird sie überfordert

Vortrag Roland Weber  
Romantik und Pragmatik  
– der neue Liebescode



- Schwierige Zeiten
  - Auswirkungen
- Bleibende Liebe



Vortrag Roland Weber  
Romantik und Pragmatik  
– der neue Liebescode

**Folgen für  
das Zusammensein**

- Schwierige Zeiten

- Auswirkungen

Bleibende Liebe

# Folgen der Entwicklung

- Wunsch und Wirklichkeit klaffen vorübergehend oder dauerhaft auseinander
- Die Glaubwürdigkeit dauerhafter Beziehungen steht zur Disposition: soll man um dieses Liebesmodell kämpfen?
- Was Partnerschaft und Liebe ausmacht und zusammenhält müssen Paare heute von Innen leisten
- Die Gefahr der Überforderung nimmt zu
- Angst vor zu großer Nähe bei jüngeren Paaren: mit der Nähe kommt der Zeitpunkt an dem man sich bekennen muss



- Schwierige Zeiten

- Auswirkungen

Bleibende Liebe

# Folgen der Entwicklung

- Liebe glückt trotz maximaler Möglichkeiten heute so selten
- Suche nach Patentrezepten wächst
- Angst, zu viele andere, vielleicht bessere Möglichkeiten auszuschließen
- Der explizite Wunsch nach Selbstverwirklichung stellt sich dem bekennden Pärchendasein entgegen
- Die Suche nach dem Kick außerhalb der Partnerschaft nimmt zu

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe



Vortrag Roland Weber  
Romantik und Pragmatik  
– der neue Liebescode

**Wie die Liebe  
dennoch gelingen kann**

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

# Wie die Liebe dennoch lebendig bleiben kann

- Entscheiden Sie sich – für einen Partner oder eine Beziehungsform
- Die beiden Säulen: Pragmatik und Romantik
- Pragmatik: Bodenhaftung bewahren, Konflikte managen, Wollen und Handeln
- Romantik: Empathie, Intimität, Einzigartigkeit
- Die Orientierung an Pragmatik und Romantik befreit die Liebe von der Last, immer nur Liebe sein zu müssen
- 7 Strategien damit die romantische Liebe auch heute noch gelingen kann

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

# 1. Lassen Sie die Liebe atmen

- Die Liebe atmen lassen zwischen den Gegensätzen: zwischen Nähe und Distanz, Freude und Verdruss, Lust und Schmerz, Ekstase und Alltag, Gefühl und Gewohnheit, Möglichkeit und Wirklichkeit
- Sich nicht nur miteinander, sondern auch mit sich selbst beschäftigen
- Sich zwischen mehreren Ebenen der Liebe bewegen, um sich auf immer andere Weise einander zuzuwenden: auf der körperlichen, der seelischen, der geistigen und der spirituellen Ebene

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

## 2. Bewahren Sie Bodenhaftung

- Beziehungen haben eine eingebaute Enttäuschungsgarantie
- Idealisierungen sind eher ein Garant für Enttäuschungen als ein Beleg für wahre Liebe
- Aufrichtigkeit zeigt sich in einer alltäglichen Liebesloyalität, etwa im schlichten Füreinander-Zeit-Haben oder im Zueinander-Halten
- Romantische Realisten wissen, dass kleine Ego-Einschränkungen große Ego-Einkünfte erbringen können
- Die Reduzierung eigener Ansprüche erhöht die romantische Bodenhaftung



- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

### 3. Managen Sie ihre Konflikte

- Eine Liebesbeziehung ist heute weniger denn je eine konfliktfreie Zone
- Liebende stehen unter Dauerbeobachtung und neigen dazu alles persönlich zu nehmen
- In Liebesdingen zählt weniger, was gesagt wird, sondern wie etwas gesagt wird
- Nehmen Sie Kleinigkeiten nicht persönlich und Missverständnisse nicht als Missbilligung
- Für romantische Gefechte gilt die Faustregel: suche einen gleich starken Partner
- Für Ausbrüche aus dem Teufelskreis empfiehlt es sich etwas Überraschendes zu tun – z.B auf Gegenbeschuldigung zu verzichten

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

## 4. Differenzieren Sie sich

- Die Idee einer totalen Fusion der Herzen ist zwar betörend aber auch beziehungsgefährdend
- Pflegen Sie Gemeinsamkeiten und das Sich-Hineinversetzen in den anderen
- Halten Sie aber auch Abstand und bewahren Sie die eigene Weltsicht
- Gehen Sie mit eigenen Entwicklungen voran ohne ihren Partner dabei aus den Augen zu verlieren
- Gerade weil die romantische Liebe auf Persönliches programmiert ist, sind eigenständige Egos gefragt

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

## 5. Sorgen Sie für romantische Wiederverzauberungen

- Der größte Feind der Romantik ist die Routine und daraus folgende Langeweile
- Von der inneren Haltung her den Partner immer wieder neu wahrnehmen wollen
- Das Gehirn zu romantischen Gefühlen überlisten durch Animationen von Außen – von alltäglichen Aufmerksamkeiten bis zu gemeinsamen Großprojekten, von angenehmen bis zu aufregenden Aktivitäten
- Rituale der Verbundenheit und der Einzigartigkeit der Beziehung pflegen

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

## 6. Pflegen Sie die Leidenschaft

- Der Energiespender der Liebe ist die Leidenschaft in ihren vielen Facetten
- Diese Quelle verflacht, wenn man sie nicht kultiviert
- Aufregende Aktivitäten zu Zweit wirken stimulierend
- Die menschliche Sexualität bietet viel mehr Variationsmöglichkeiten, als viele Paare für sich in Anspruch nehmen
- Finden Sie die richtige Mischung aus Entspannung und Anspannung: nichts muss, alles kann passieren
- Synchronisieren Sie den Erregungsverlauf und haben Sie Spaß auch ohne Orgasmus

- Schwierige Zeiten
- Auswirkungen
- Bleibende Liebe

## 7. Bleiben Sie offen für Veränderung

- Mit der eigenen Entwicklung vorangehen, ohne den Partner aus den Augen zu verlieren
- Wandel akzeptieren und mit Veränderungen mitwachsen
- Wissen um die Relativität der eigenen Perspektive kann den Weg zu mehr Nähe und Romantik ebnen
- Mehrere verschiedene Ehen innerhalb derselben Ehe führen
- Kleine Trennungen vor großen Trennungen vornehmen
- Die Illusion aufgeben, Liebe sei im Grund lenkbar und kontrollierbar
- Mut haben, sich auf die Unwägbarkeiten der Liebe einzulassen



# Zusammenfassung

- Pragmatik und Romantik sind die wichtigsten Säulen, damit die Liebe im Alltag lebendig bleibt
- Die einzelnen Bausteine gehören zusammen, sie funktionieren nur im Verbund
- Liebe ist ein fortwährender Balanceakt zwischen der eigenen Unabhängigkeit und der Hingabe an den Anderen
- Niemand wird diese Balance herstellen können, wenn er nicht bereit ist, sich selbst zu verändern
- Der Sinn, den die Liebe vermittelt, besteht darin als Person zu wachsen.

**Ich danke Ihnen für Ihre  
Aufmerksamkeit**



© Roland Weber 2014,  
Gestaltung Axel Bengsch

**Bücher von  
Dr. Roland Weber**