

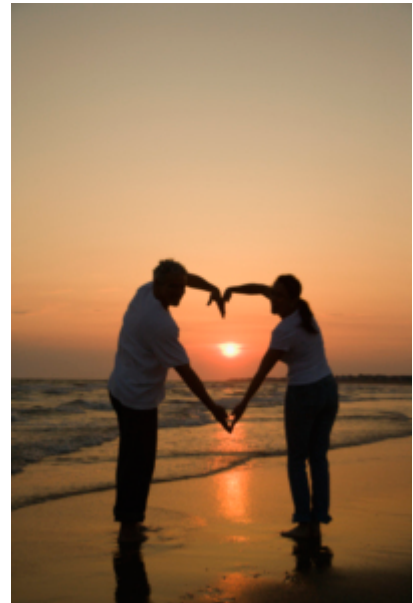
Diese Meldung wurde von [presetext.austria](http://www.presetext.austria) ausgedruckt und ist unter <http://www.presetext.com/news/20090606004> abrufbar.

## Partnersuche: Beziehung ist erlernbar Seminar zum Liebesglück durch mehr Selbstwert

Wien (pte004/06.06.2009/06:20) - Die Hemmschwellen für eine glückliche Beziehung liegen zumeist im mangelnden Selbstwert und auch im Glauben daran, tatsächlich eine solche zu führen. Zu diesem Schluss kommt die Kommunikationsexpertin und diplomierte Bewusstseinstrainerin Eva Fischer <http://www.evafischer.at> im presetext-Interview. Vielfach fehle es zudem auch an der Zuversicht, dass es einen geeigneten Partner gebe, meint die Beraterin, die Seminare unter dem Motto "Bereit für die Liebe" veranstaltet.

"Natürlich gibt es immer mehrere Methoden, die Hemmnisse aufzuarbeiten", meint Fischer. Eine sei etwa das Einzelgespräch, eine andere sei das Gruppentraining. "Vielen Menschen fällt der Zugang zur Thematik in der Gruppe wesentlich leichter, denn da gibt es ein sofortiges Feedback des Gegenübers." Im Grunde genommen gehe es eigentlich darum, den Menschen wieder den Glauben zu schenken, dass es mit der Beziehung klappt. Das gelte für jene, die zum allerersten Mal eine Beziehung suchen ebenso wie für Geschiedene oder Verwitwete. "Die Grundlage für eine Beziehung liegt in uns selbst", betont Fischer. Als Trainerin versuche sie, Denkmuster vom so genannten Mangeldenken zu positiven Schemen zu verändern. Es sei ein Irrglaube, dass eine negative Haltung vom Vis-a-vis nicht sofort erkannt wird. "Wer will schon mit jemandem Zusammensein, der eine negative Ausstrahlung hat", meint Fischer. Zuversicht könne man aber auch mit Geld nicht kaufen.

Ein weiterer Grund, warum so viele Menschen alleine sind, liegt für die Expertin darin, dass die Erwartungen vieler Singles zu hoch und die Ansprüche überzogen sind. "Verändern sie ihr Beuteschema", so Fischer. Es sei durchaus denkbar, dass eine anfangs unvorstellbare Konstellation zweier Menschen



Seminar: "Bereit für die Liebe?" (Foto: Dreamstime)

erfolgreich sei. "Ich nenne immer gerne das Beispiel von der Managerin, die mit dem Architekturstudenten sehr glücklich geworden ist." Fischer sieht es als wesentlich an, sich selbst auch ehrlich die Frage zu stellen, was man sich von einer Beziehung eigentlich erwartet. "Eine Beschränkung auf reine Äußerlichkeiten deutet zumeist auf Oberflächlichkeit hin." Es sei zudem sehr wichtig, dass man aus Reinfällen lernt.

Dass Liebe und Zuneigung sehr viel mit Selbstliebe zu tun hat, sei unbestritten, meint der Persönlichkeitscoach. "Ein ganz wesentlicher Bestandteil ist die Frage, was liebenswert an einem selbst ist." Es gehe nicht darum, ein perfekter Mensch zu sein, sondern sich selbst mit all seinen Fehlern akzeptieren zu lernen. "Das Glück hört nämlich dort auf, wo der Vergleich anfängt", so Fischer. Das Reden über Zweifel und eventuelle Widersprüche sei sehr wichtig. Auch gehöre es dazu, sich in Gelassenheit zu üben und mit sich selbst ins Reine zu kommen. "Wer positive Energie ausstrahlt wird auch positive Energie zurück erhalten."

"Ich will mich dagegen wehren, Liebe und Beziehung zum Konsumartikel verkommen zu lassen, wie das heute sehr oft erfolgt", kritisiert Fischer. Beziehungen sollten als Geschenk betrachtet werden. Das bedeute auch, dass man daran arbeiten sollte ein liebevoller Partner für den anderen zu sein. "Es gibt ein gutes Gefühl in einem selbst, wenn man sich mit diesen Dingen auseinandergesetzt hat, denn das macht einen zuversichtlicher und reifer", meint die Beraterin. "Ich arbeite dafür, dass jede Person, die sich eine Beziehung wünscht, diese auch mit entsprechendem Einsatz erreichen kann."

(Ende)

Aussender: [presetext.austria](http://presetext.austria)  
Ansprechpartner: Wolfgang Weitlaner  
Tel.: +43-1-81140-307  
E-Mail: [weitlaner@presetext.com](mailto:weitlaner@presetext.com)

