

WAS IST EIGENTLICH LIEBE ?

Warum verlieben wir uns?

Kann man mehrere Personen lieben?

Muss ich in der Liebe alles für meine Partnerin oder meinen Partner tun? Alles was er oder sie von mir verlangt?

Warum entlieben wir uns?



Es gibt viele unterschiedliche und verschlungene Wege wie und warum wir uns verlieben. Obwohl es durchaus reizvoll ist, die **LIEBE** als etwas Rätselhaftes, als ein unergründliches Geheimnis und ein Mysterium zu betrachten, sind Forscher damit beschäftigt, das Phänomen **«LIEBE»** zu entschlüsseln. Sympathie, körperliche Attraktivität und die Ähnlichkeit mit der anderen Person scheinen Hauptgründe für das Verlieben zu sein. Das Wissen über beteiligte Hormone und Gerüche ändert jedoch nichts daran, dass das Verliebtsein kein Dauerzustand ist. Nach einem Zeitraum kann es in **LIEBE** übergehen oder aber abflauen und sich auflösen.



Die Auffassung darüber, wie man eine Beziehung lebt und was **LIEBE** ist, wird im Wesentlichen von unserer Kultur, unseren Werten und der Religion geprägt. Fragt man, was für eine gute Beziehung entscheidend ist, werden Begriffe wie Respekt, Toleranz, Vertrauen, gegenseitiger Freiraum, gemeinsames Lachen und gemeinsame Interessen genannt. Auch ernsthafte Gespräche, beispielsweise über Verhütung oder das erste Mal, sind sehr wichtig.

Ja - die **LIEBE** - sie äussert und zeigt sich in den verschiedensten Formen und bringt unsere Gefühle und Emotionen ganz schön ausser Rand und Band. Nichts ist mehr wie vorher, wenn wir Schmetterlinge im Bauch und Herzklopfen haben, uns die Knie zittern und wir kaum mehr zur Ruhe kommen. Dieses Gefühl des Verliebtseins - der **LIEBE** - ist wunderschön! Alles scheint möglich, die ganze Welt möchte man umarmen!



Plötzlich erwacht die **LIEBE** - manchmal leise und zart - manchmal wild wie ein Wirbelsturm - dieses besondere Gefühl, dieses neue Interesse am anderen. Du kannst an nichts anderes mehr denken als an den einen Menschen, in den du dich verliebt hast. Du verspürst ein intensives Verlangen und eine schier unstillbare Sehnsucht nach dieser Person, möchtest am liebsten jeden Moment mit ihr verbringen.



Viele experimentieren in der Zeit des Verliebtsein besonders gerne. Dabei kann es vorkommen, dass mal ein Bier über den Durst getrunken oder ein Joint geraucht wird. Sei achtsam - Alkohol und andere Drogen enthemmen - in dieser Situation tust du vielleicht Dinge, die du dann am nächsten Tag zutiefst bereust, wie zum Beispiel Sex ohne Gummi. Kondome schützen vor Schwangerschaft und Geschlechtskrankheiten - denk immer daran - auch wenn die Sinne benebelt sind! **LIEBE** ohne Suchtmittel ist **«sinnlicher»**.

