

Willkommen zum LOVE Paarkurs für Gruppen



Der LOVE Paarkurs komprimiert viel Wissen und Erfahrung aus unserer Masterclass, mit der wir Paare persönlich über ein halbes Jahr begleiten.

LOVE ist ein praktischer Basiskurs für Organisationen, Gemeinden und Hebammen, die einen Kurs anbieten wollen mit frischen, praktischen und wissenschaftlich fundierten Inhalten. Ein Kurs mit Videos und Übungsanleitungen über 5 Abende, der Paaren und Eltern das Handwerkszeug der Liebe beibringt.

Warum wir?

Wir sind seit über 26 Jahren ein Paar, verheiratet, und haben 2 inzwischen erwachsene Kinder. Wir sind Schriftsteller und Paarentoren aus Berlin, und beschäftigen uns schon seit Jahren mit der Liebe, denn in unseren vielen turbulenten Ehejahren haben wir nie die Begleitung und Ausbildung gefunden, die wir uns als Liebespaar und Familie brauchten. Darum gründeten wir die School of Love Berlin, um nicht nur Paare in Beziehungen auszubilden.



Neben unseren Büchern kennen uns manche schon als Gründer und Leiter des Sharehauses, durch unseren Artikel in der ZEIT und das Adeo Buch: "Es muss im Leben mehr als Alles geben". Jeden Samstag erscheint unsere Liebeskolumne in Der WELT.

Auf Anregung von und im Austausch mit "Gemeinsam für Berlin", mit Anne Schwarz von

Fokus Leben und dem Ehepaar Wimmer aus Heidelberg ist dieser Online Gruppenkurs für Paare im Jahr 2020 entstanden. Er ist für Paare, die nach einem neuen und praktischen Zugang zum Thema Liebe, Ehe und Elternsein suchen. Der Kurs spricht eine klare Sprache, die für jeden verständlich ist und in jedem Kontext eingesetzt werden kann.

Was bringt der Kurs den Veranstaltern?

Die Themen des LOVE Kurses sind frisch und oft ungewöhnlich, das Kursmaterial und die Form sind erprobt durch viel Erfahrung und Feedback. Der LOVE Kurs stärkt und ergänzt die inhaltliche Arbeit und Wirkung von Gemeinden, Hebammen und sozialen Einrichtungen.

Wie sieht der Kurs für Gruppen aus?

In 5 Modulen und über 5 Wochen bekommen Paare pro Abend/Veranstaltung eine Stunde lang Themen und Übungen präsentiert, die aufeinander aufbauen und ganz praktisch und sofort umsetzbar sind.

Wie sieht so ein Modul am Tag der Veranstaltung aus?

- Der oder die Veranstalter/in begrüßt die Paare und führt sie in den Kurs ein.
- In 3 knappen Videos von jeweils ca. 10 Minuten erläutern wir ein Thema, teilen unsere Erfahrung als Paarmentoren und vermitteln dazu hilfreiche Erkenntnisse aus der Verhaltensforschung, Paarpsychologie und den Neurowissenschaften.
- Nach jedem Video bekommen die Paare eine kurze Aufgabe und gehen damit in den Austausch, immer nur zu zweit und miteinander als Paar.
- In jedem Modul wechseln sich 3 Videos und 3 Übungen ab und die anwesenden Paare lernen und interagieren in zeitlich angenehmem Wechsel.
- Am Ende des Moduls und der Stunde nehmen die Paare noch eine Wochenaufgabe mit, die ganz praktisch in ihren Alltag umgesetzt werden kann.
- Der Veranstalter oder die Veranstalterin bietet danach einen Rahmen für Fragen und kümmert sich um die Paare als Ansprechpartner/in.

Wie arbeiten wir mit euch?

1. Ihr kommt als Leiter zu uns in die Vorbereitung für 1 Zoomgespräch.
2. Ihr kündigt euren LOVE Kurs an (so oft ihr wollt) und setzt den Rahmen: Kosten, Zeit, Rahmenprogramm (Abende, Wochenenden, mit oder ohne Dinner). Wir geben euch unser Logo und die Inhalte, damit ihr dafür werben könnt.
3. Alle Teilnehmer und der Organisator kaufen sich den Kurs pro Paar/Veranstalter und haben ihn damit mind. 1 Jahr online zur Verfügung. Der Kauf ist Bedingung für den Kurs, denn nur so haben die Paare Zugriff auf alle Materialien. Und ihr zeigt die Videos direkt von unserer Webseite (oder vom Download).
4. Nach dem Kurs könnt ihr uns Feedback und Anregungen per Mail geben, wir arbeiten das in den LOVE Kurs ein. So bleibt er immer relevant und frisch.
5. Finanziell seid ihr unabhängig. Wir werden von den Paaren für den Kurs bezahlt, ihr nehmt das ein, was ihr für richtig empfindet oder eure Kosten deckt.
6. Neu ist daß wir für alle LOVE-Kurs Teilnehmer Q&A Abende mit uns machen, für die sie sich anmelden und bei denen wir Ihnen persönlich antworten. Sollte ihr von der Größe her auch den Bedarf haben nach einem Q&A mit euren Teilnehmern kann das auch live organisieren über Zoom.

Wie sieht der Kurs aus?

* [Link zum Einführungsvideo und allen Inhalten.](#)

Modul 1

1. Einführung in den Kurs: Selbstverantwortung verstehen und übernehmen. Erkennen unbewusster Denkmuster und Verhalten. Emotionale Sicherheit aufbauen. Persönliche Bedürfnisse erkennen und richtig formulieren. Streits stoppen. Den richtigen Umgangston, einen liebevollen Umgangston und emotionale Sicherheit etablieren.
2. Desasters, die eigenen, destruktiven Verhaltensweisen erkennen.
3. Masters & Die Fab 5, den positiven Umgang lernen und umsetzen.

Modul 2

1. Gefühle und Gedanken verstehen. Wir sind nicht unsere Gefühle und Gedanken. Mit negativen Gedanken und Gefühlen umgehen lernen.
2. Streit stoppen.
3. Evaluieren und aktiv Konflikte lösen und ihnen vorbeugen.

Modul 3

1. Kommunizieren lernen. Gefühle, Bedürfnisse & Wünsche formulieren anstatt Kritik.
2. Die Kunst des Zuhörens: Emphatisches und urteilsfreies Zuhören.
3. Die 5 Liebessprachen.

Modul 4

1. Eltern haben und Eltern sein. Die Herausforderungen, sich von der Familie zu lösen und eine eigene wachsen zu lassen.
2. Die 6 Grundbedürfnisse einschätzen lernen und auf sie Rücksicht nehmen.
3. Das Warum der Beziehung finden und die Disziplin für die kleinen Schritte zu einer besseren Beziehung lernen.

Modul 5

1. Freundschaft als Basis der Liebe und Teambuilding. Voneinander lernen, statt Unterschiede zu bekämpfen.
2. Anziehung zwischen Mann und Frau wiederbeleben.
3. Sex und Nähe neu verstehen und etablieren.