



**Was heißt
hier Liebe?**

Liebe ist ein Zauberwort. Liebe verändert die Menschen.

Sie macht sie lebendiger, schöner, weicher. Wer sie erfährt, lebt plötzlich viel intensiver. Das Leben bekommt einen neuen Sinn, eine neue Qualität.

Und doch ist Liebe nicht gleich Liebe. Jeder empfindet sie anders und hat eigene Vorstellungen davon.

In den Medien, vor allem in Fernsehserien und Zeitschriften, wird uns oft eine romantisch verklärte Liebe vorgegaukelt, die es so gar nicht gibt, weil der Alltag ganz anders aussieht. Wer nur an eine solche Liebe glaubt, läuft große Gefahr, schrecklich enttäuscht zu werden. Denn Liebe ist wie eine Pflanze. Man muss sie hegen und pflegen, damit sie sich entfalten kann.



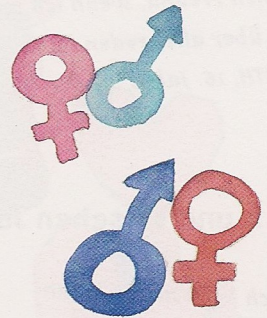
Warum die Liebe so wichtig ist

Liebe brauchen wir von Geburt an. Ohne Liebe verkümmert ein Mensch. Für Kinder ist Liebe etwas ganz Selbstverständliches. Sie erleben sie im Zusammensein mit ihren Eltern und Geschwistern. Sie lieben ihre Haustiere oder eine bestimmte Beschäftigung. In dieser Liebe sind sie geborgen. Sie ist ein natürlicher Bestandteil ihres Lebens, über den sie nicht nachdenken müssen. Diese Liebe bildet die Grundlage dafür, dass sich Kinder gesund und frei entwickeln können.

Liebe – allgegenwärtig und voller Geheimnisse

Doch während des Erwachsenwerdens bekommt die Liebe einen anderen Stellenwert und eine neue Bedeutung – spätestens dann, wenn das andere Geschlecht interessant wird. Plötzlich begegnet dir überall das Thema Liebe: Zeitschriften und Romane sind voll davon, fast jeder Pop-Song handelt von der Liebe. Du liest es an Brücken gesprayt und in Schulbänke geritzt: „Zack liebt Tina“ oder „Sandra, I love you“. Diese Liebe ist anders als die Liebe zu den Eltern. Das spürst du ganz genau. Sie ist nicht mehr selbstverständlich. Sie hat eine neue Dimension. Anders an dieser Liebe ist, dass zu ihr die Sexualität gehört. Damit hat sie eine geheimnisvolle neue Seite. Jetzt beginnt die Suche nach dieser Liebe. Besonders nach der idealen Liebe, in der man völlig aufgeht. Doch das ist nicht so einfach und birgt eine Menge Gefahren und Möglichkeiten. Denn eh man sich versieht, steckt man in einem Gefühlsdschub, den man kaum mehr in den Griff bekommt – und oft braucht es eine Menge Erfahrungen, bis man nur halbwegs einen Durchblick hat.

» Klar lieb ich meine Eltern. Die sind schwer in Ordnung. Aber mit meinem Freund verbindet mich noch etwas ganz anderes. Wenn wir uns sehen, prickelt es. Mein Herz klopft wie wild und ich möchte nicht mehr weg von ihm. «
SANDRA, 13 Jahre





Zur Liebe gehört Selbstbewusstsein

Ehrliche und echte Liebe hängt von der Innigkeit der Gefühle ab – und davon, ob man sich auch selbst lieben und achten kann. Das hat nichts mit Egoismus zu tun, sondern mit Selbstachtung. Nur wer zu sich selbst steht, kann andere wirklich lieben. Sonst macht er sich allzu leicht abhängig. Selbstbewusstsein ist die Basis einer starken Liebe. Dazu gehört auch, seine Schwächen anzunehmen. Denn du willst doch um deiner selbst willen geliebt werden – auch wenn du nicht aussiehst wie Kate Moss! Echte Liebe äußert sich darin, dass du so geliebt wirst, wie du bist. Du wirst geachtet und für schön befunden – und das einfach so, ohne dich anzustrengen oder etwas dafür tun zu müssen!

Das verstehen Mädchen unter Liebe ...

» Am meisten liebe ich meinen Freund, wenn ich mit ihm über alles reden kann.

JUDITH, 16 Jahre «

» Ich liebe meinen Freund, weil ich ihm vertraue und mich 100%ig auf ihn verlassen kann.

SABINE, 17 Jahre «

» Wenn mich Sven fest in die Arme nimmt, fühle ich ganz heiße Liebe in mir aufwallen.

ANKE, 14 Jahre «

... und so sehen Jungen die Liebe

» Ich liebe meine Freundin, weil wir fast immer auf der gleichen Wellenlänge liegen.

LUKAS, 14 Jahre «

» Ich habe erst gemerkt, wie sehr ich meine Freundin liebe, als sie mit mir Schluss gemacht hat.

ROB, 15 Jahre «

» Die letzte Zeit lief nicht so gut bei mir. Meine Freundin hat das gemerkt und unglaublich viel Verständnis für meinen Frust gehabt. Da habe ich gemerkt, wie sehr ich sie liebe.

PAUL, 16 Jahre «

Was sagt die Wissenschaft zum Thema Liebe?

● Im Lexikon steht: „Liebe ist die starke Zuneigung zu bestimmten Personen, insbesondere die seelische Bindung an den Geschlechtspartner.“

● Biochemiker machen für die Liebe ein gewisses „Liebeshormon“ verantwortlich, das Liebe, Lust und Leidenschaft steuert. Liebe ist demnach ein chemischer Prozess.

● Als rein romantische Erfindung tun die Geschichtswissenschaftler die Liebe ab.

● Für die Verhaltensforscher ist sie eine nützliche Eigenschaft, damit Partner zusammenbleiben und Kinder großziehen.

● Jede Liebe steht in den Sternen, sagen die Astrologen.

Liebe verändert dich

Wer schon mal verliebt war, weiß, dass die Gefühle plötzlich Karussell fahren. Was dir gestern noch wichtig war, ist heute völlig egal. Du hast dich verändert. Wer bisher immer alles im Griff hatte, wird plötzlich chaotisch und unkoordiniert; wer cool und abgefahren war, wirkt auf einmal unsicher und verlegen. Und manches stille Wasser verwandelt die Liebe in einen wilden Ozean. Es kommt sogar vor, dass aus den zickigsten Tussis mit einem Mal brave Lämmer werden.

Liebe kann aber auch abhängig machen; wer sich völlig seinen Gefühlen hingibt und sich auf den Partner fixiert, wird äußerst anfällig. Dann bricht die Welt zusammen, wenn es mit der Liebe vorbei ist. Deshalb ist es wichtig, dass du dich bei all diesem Gefühlschaos nicht selbst verlierst – ein bisschen abheben ist toll. Völlig abdriften ist aber daneben.



Liebe macht verletzlich

Je mehr man liebt und geliebt wird, desto höher kann man gefühlsmäßig steigen. Das kann sehr berauschend sein und ist wunderschön. Doch dieser Höhenflug birgt auch die Gefahr des Absturzes. Was ist, wenn der andere die Liebe überhaupt nicht oder nicht mehr erwidert? Es gibt kaum eine schmerzvollere Erfahrung, als zurückgewiesen oder verlassen zu werden. Mit diesem Risiko muss man umgehen lernen. Die einen sagen sich: Lieber werde ich verletzt, als dass ich diese Freuden nicht mehr erlebe! Anderen reicht eine schlechte Erfahrung dieser Art. Sie werden vorsichtig, lassen sich Zeit und bleiben verschlossen, um nicht enttäuscht zu werden. Wie du reagierst, hängt natürlich auch mit deiner individuellen Persönlichkeit zusammen. Aber klar ist: Zur Liebe gehören nicht nur Hochgefühle, sondern auch Enttäuschungen.

Aus einer Partylaune heraus habe ich Robin betrogen. Am nächsten Tag habe ich es ihm gebeichtet. Er war sehr traurig und ließ sich ein paar Tage nicht blicken. Es war schrecklich. Ich war sicher, dass Robin mit mir Schluss machen würde - aber plötzlich stand er vor der Tür und nahm mich in die Arme.

TANJA, 17 Jahre



Liebe ist unberechenbar

Zum Glück haben wir meist wenig Einfluss darauf, wann, wo und wie sehr es uns erwischt. Denn die Liebe ist unberechenbar. Liebe kann man nicht festhalten, sie lässt sich nicht besitzen und erzwingen – und erfahren kann sie nur, wer sich öffnet und den anderen an sich herankommen lässt. Diese Nähe macht verletzlich – ganz klar. Aber es ist das Risiko wert, das Glück, das aus dieser Nähe entstehen kann, zu erfahren. Und wenn es wirklich mal schief geht – dann ist es ganz wichtig, dass du jemanden hast, mit dem du über deinen Liebeskummer reden kannst.



Wem kann ich mich in Sachen Liebe anvertrauen?

Eigentlich jedem, der dir vertrauenswürdig erscheint, zum Beispiel:

● Den Eltern – je nachdem, welches Verhältnis du zu ihnen hast.

● Vielleicht kannst du sogar in deiner Clique über alles reden, was dich beschäftigt. Wichtig ist, dass sich auch die anderen dir gegenüber öffnen!

● Es gibt auch viele Lehrer, die ganz in Ordnung und in Liebesdingen gar nicht so unerfahren sind.

● Viele Mädchen ziehen es allerdings vor, mit ihrer besten Freundin über dieses Thema zu reden, denn sie ist meist im selben Alter und versteht die Probleme deshalb besser.

● Gute Ratschläge können auch andere Erwachsene auf Lager haben, zum Beispiel eine Freundin der Familie, eine Tante oder ein Onkel oder die Oma.

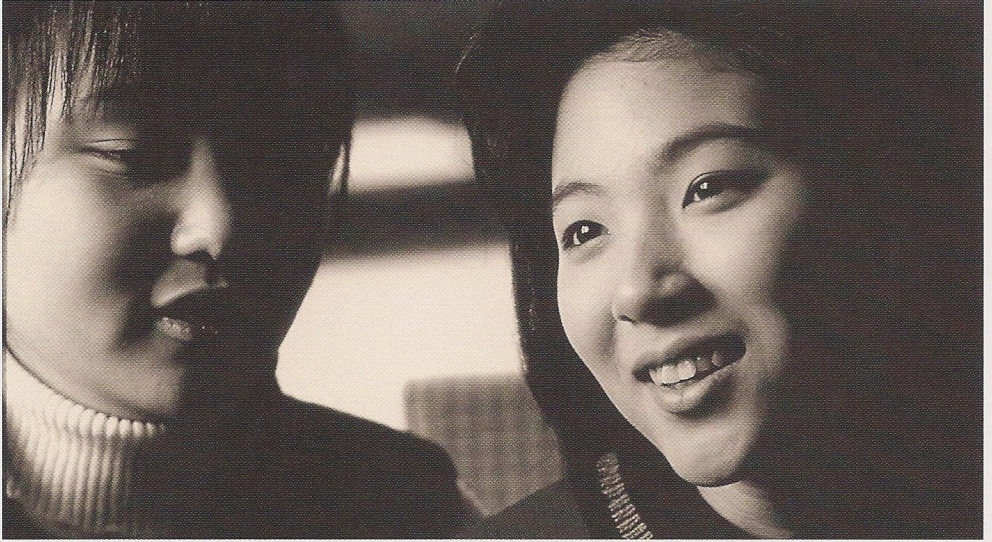
Liebe kennt keine Zeit

Nicht jeden beschäftigt das Thema Liebe gleich stark. Das ist völlig in Ordnung. Denn zum Glück gibt es keine Regeln, die besagen, wann man sich zum ersten Mal verlieben muss. Manche erleben als Erwachsene ihre erste Liebe. In ihrer Jugend hatten sie so viele andere Interessen, dass einfach noch kein Platz für eine Beziehung war. Oder sie haben Angst vor der Liebe, weil sie in der eigenen Familie oder bei ihren Freundinnen miterlebt haben, wie sehr Liebe verletzen und enttäuschen kann. Oder sie glauben, dass man auf die große, einzige Liebe einfach warten muss. Auf jeden Fall kennt Liebe keine Zeit. Wer bereit ist, ihr zu begegnen, sich zu öffnen und sich auf sie einzulassen, wird ihr über kurz oder lang auch begegnen.

» *Eigentlich habe ich keine Probleme damit, noch keinen Freund zu haben. Ich mache ziemlich viel Sport und am Wochenende unternehmen wir viel innerhalb der Familie. Doch seit einiger Zeit machen mich meine Freundinnen immer öfter blöd an und sagen, ich sei nicht normal.*

ANNE, 16 Jahre





Liebe in anderen Kulturkreisen

Liebe bedeutet bei uns Selbstbestimmung. Beide Partner finden aus freien Stücken zusammen und können sich auch wieder trennen. Doch in vielen Ländern auf der Erde denkt man ganz anders. Wo patriarchalische Ordnungen herrschen, müssen sich Mädchen und Frauen ihrem Vater oder später ihrem Ehemann unterordnen. In vielen islamischen Ländern werden Mädchen schon im Kindesalter einem Mann versprochen. Es wird ein Brautpreis ausgehandelt, den der Vater des Bräutigams vor der Hochzeit entrichten muss. In Indien, Thailand oder China dagegen kann ein Mädchen nur verheiratet werden, wenn es von seinen Eltern eine ordentliche Aussteuer mitbekommt. Viele Eltern können dieses Geld nicht aufbringen, und deshalb kommt es immer wieder vor, dass neugeborene Mädchen getötet, ausgesetzt oder an ein Bordell verkauft werden.

► **Eine andere Einstellung**
Diese strengen Sitten haben nicht nur Nachteile. Im Gegenteil: Viele moslemische Frauen fühlen sich in ihren sozialen Strukturen sehr gut aufgehoben und glücklich.

Alles Liebe, oder was?

Während die meisten Mädchen bei uns immer noch von der Liebe auf den ersten Blick, von Blumen und Händchenhalten träumen, bringt die Mediengesellschaft ganz neue Formen scheinbarer „Liebe“ hervor, vom Chatten bis zum Cyber-Sex. Ob sie das große Glück bringen – das sei mal dahingestellt. Die Gefahren dieser Spielereien liegen darin, dass man sich immer weiter von der Realität entfernt und immer weniger in der Lage ist, sich auf eine echte Beziehung einzulassen.



Wie funktioniert Liebe in der Mediengesellschaft?

Blind Date

Beim Blind Date schickt man jemanden in ein Café, in den Park, die Disco oder in ein Restaurant, damit er sich mit einer fremden Person trifft. Das kann ein ganz lustiger – oder öder – Ausflug werden. Blind Dates werden von Freunden, Bekannten oder Familienmitgliedern arrangiert.

Compu-Sex

Beim Compu-Sex werden per E-Mail heiße Botschaften durch die Leitungen gejagt. Den oder die Partnerin kennt man persönlich meist nicht. Deshalb fallen alle Hemmungen.

Cyber-Sex

Eine gesteigerte Form von Compu-Sex findet man beim Cyber-Sex. Hier hat man die Möglichkeit, selbst ein Teil der Illusionen zu sein – und sich in dieser virtuellen Realität zu bewegen. Mit dem Dataglove, einer Art Handschuh, kann man seinen Fantasie-Partner anfassen und mit ihm reden.