

Single-Kurse und Workshops

Alleinstehende Menschen redeten bei der VHS im Haus Rodenberg über Einsamkeit und Unabhängigkeit

Zwölf Singles schöpften Mut für weitere Treffen

Aplerbeck. (pcd) Immer mehr Menschen in Deutschland leben allein. Anlass genug, über die Vor- und Nachteile des Single-Daseins nachzudenken. Genau dazu gab die Volkshochschule im Rahmen eines zweitägigen Seminars Gelegenheit.

Unter dem Motto „Ein Single kommt selten allein“ trafen sich am Wochenende zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Haus Rodenberg, um Erfahrungen über das Alleinleben auszutauschen.

Dr. Torsten Reters, Autor des Buches „Liebe und Partnerschaft - Das geheimnisvolle 1 x 1 des Liebens“ und Leiter der Veranstaltung, vermied es, einfach nur gute Ratschläge zu geben. Unter seiner Anleitung begab sich die Gruppe selbst an die Arbeit.

Der Kinofilm „Ein Single kommt selten allein“ führte auf humorvolle Weise in die Probleme des Alleinlebens



Singles unter sich: Dozent Dr. Torsten Reters diskutierte mit den Teilnehmern des Single-Seminars im Wasserschloss Haus Rodenberg über die Vor- und Nachteile des Alleinlebens. (Foto: Döring)

und der Partnersache ein. Die Beschäftigung mit Literaturbeispielen und Fernsehreportagen zum Thema „Singles“ folgte. So erarbeitete die Gruppe in entspannter Atmosphäre die gesellschaftlichen Ursachen der zunehmenden Ver- einzelung.

In Tafelbildern stellte sie die Nachteile des Alleinlebens - Einsamkeit, Langeweile, innere Leere und Kontaktangst - positiven Aspekten wie Freiheit, Unabhängigkeit und Selbstentfaltungsmöglichkeiten gegenüber. Dann ging es daran, Lösungen zur Bewältigung typischer „Single-Probleme“ zu finden.

„Menschen in einer ähnlichen Situation mit den gleichen Schwierigkeiten zu treffen - das macht Mut“, so das Fazit einer Teilnehmerin. Daher beschloss die Gruppe, sich auch weiterhin privat zu treffen und Pläne für gemeinsame Unternehmungen zu schmied- en.

(Artikel der „Ruhrnachrichten“ vom Mai 1998)

1. Ein Single kommt selten allein! - Gespräche, Informationen und neue Kontakte für Singles

Hier ist die Gelegenheit neue Menschen zu treffen und sich mit ihnen über das Singles-Leben auszutauschen. Heitere Video-Spots (Loriot, Anke Engelke) und Tipps und Informationen aus der Wissenschaft zu „Lebenslust und Lebensfrust“, „Flirt und Kontakt“, „Die Kunst des Lebens“ sowie „Warum bin ich eigentlich Single?“ sorgen für Gesprächsstoff. Dabei kommt der Spaß nicht zu kurz. Der Referent ist Sachbuchautor und Soziologe.

2. „Trau Dich!“ - Über humorvolle Lebenskunst und Wege zwischenmenschlicher Kontaktaufnahme für Singles

Ganz gleich, wie alt Du bist, in diesem Kurs erfährst Du einiges darüber, wie das Single-Leben und die zwischenmenschliche Kontaktaufnahme besser funktioniert. Mit Hilfe heiterer Video-Spots (u.a. Loriot), kurzer Infoblöcke und dem lebhaften Gedankenaustausch unter-einander erfährst Du einerseits, wie man das Eis zum anderen bricht. Andererseits ent-wickeln wir zusammen humorvolle Schritte zu einer Kunst des Lebens. Der Kurs hilft Dir, die eigene Psyche besser zu verstehen, Hemmungen abzubauen und – nicht nur in Liebesdingen - selbstbewusster aktiv zu werden. Dazu bietet Dir das Seminar die Chance, auf amüsante Weise

neue Menschen kennen zu lernen.