

Limerenz



{ starke Verliebtheit }

Kurzvortrag von Noir
Datum 22.02.2023

Vorstellung



Noir
(Name statt Pronomen)

Limerenz



Merkmale:

- Sensibilität für, und ständiges Kreisen der Gedanken um, die geliebte Person.
- Sehnsüchtige Hoffnung auf Erwidderung der Gefühle und schwankende Gefühlszustände.
- Angst vor Zurückweisung und stark ausgeprägte Schüchternheit.
- Ausblendung oder umdefinieren negativer Attribute der geliebten Person.
- Schmerzen/Druckgefühl in der Herzgegend bei großer Unsicherheit.

Limerenz



Typischer Verlauf:

1. Limerenz setzt oft zu einem klar erkennbaren Zeitpunkt ein. Kann zu dem Zeitpunkt mit anderer z.B. körperlicher Attraktion verwechselt werden.
2. Anfänglich heitere Phase in der sich ein Gefühl von emotionalem Befreit sein einstellt. Mensch kann sich zu mehreren Personen hingezogen fühlen.

Limerenz



Typischer Verlauf:

3. Bei Anzeichen der Erwidderung von Gefühlen tritt Euphorie ein. Gedanken beginnen zu kreisen.
4. Der Grad der Limerenz nimmt zu, bei äußeren Hindernissen oder wenn Zweifel an den Gefühlen der geliebten Person bestehen.
 - Nagender Zweifel und Angst vor Zurückweisung untergräbt Hochgefühl von vorher.
 - Abschwächung nur noch möglich mit extrem starker Willensanstrengung beim Feststellen, das der Mensch doch nicht „begehrenswert“ ist.

Limerenz



Typischer Verlauf:

5. Mit zunehmendem Zweifel im Wechsel mit Hoffungsgefühlen intensiviert sich der limerente Zustand immer weiter.

→ Bei 100% wird die meiste Zeit sinniert entweder vor Freude oder Verzweiflung.

6. Gefühle verstärken sich nicht weiter, wenn mensch meint, dass Gefühle erwidert werden.
(Ein Zurückfallen in andere Phasen ist möglich.)

→ Beim Zustandekommen einer Beziehung → Liebe

→ Bei (eindeutiger) Einseitigkeit → Abklingen

Quellen



- Dorothy Tennov: Love and limerence. The experience of being in love. Stein and Day, New York 1979, ISBN 0-8128-2328-1. Deutsche Übersetzung von Wolfgang Stifter u.d.T.: Limerenz: über Liebe und Verliebtsein. Kösel, München 1981, ISBN 3-466-34050-0.
- <https://de.wikipedia.org/wiki/Verliebtheit> [Zuletzt abgerufen am: 19.02.2023]