



Erschienen am 10.10.2023
320 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-7495-0502-9

Veronica Kallos-Lilly, Jennifer Fitzgerald

Wir beide

Das Arbeitsbuch zur Emotionsfokussierten
Paartherapie
2., überarbeitete und aktualisierte Auflage

Schritt für Schritt mit negativen Emotionen umgehen lernen

In der Emotionsfokussierten Therapie (EFT) geht es darum, die eigenen Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen und dem Partner oder der Partnerin angemessen zu vermitteln. So können Paare ihre Beziehung auf einer tiefen emotionalen Ebene festigen. Veronica Kallos-Lilly und Jennifer Fitzgerald stellen in dieser zweiten, überarbeiteten und erweiterten Auflage des Arbeitsbuches das Prinzip der EFT vor und zeigen Möglichkeiten auf, wie Paare mit ihr arbeiten können. Fallbeispiele (auch aus dem LGBTTQIA+-Spektrum) sowie Impulse zur Selbstreflexion machen die Theorie greifbarer und lebendiger. Ein neues Kapitel über das Annehmen eigener Bindungsbedürfnisse und der der Partner:innen sowie ein Kapitel über die Zusammenarbeit mit einem Psychotherapeuten oder einer Psychotherapeutin erleichtern die Umsetzung im eigenen (Liebes-)Alltag.

Autorenprofil

Veronica Kallos-Lilly

Veronica Kallos-Lilly, PhD, ist Leiterin des Vancouver Couple & Family Instituts und des Vancouver Centre für EFT-Ausbildung in British Columbia, Kanada. Zudem arbeitet sie als EFT-Supervisorin und -Trainerin.

Jennifer Fitzgerald

Jennifer Fitzgerald, PhD, ist klinische Psychologin in eigener Praxis und Dozentin an der Universität von Queensland in Brisbane, Australien. Sie arbeitet als EFT-Supervisorin und -Trainerin.

Pressestimmen