



Erschienen am 25.10.2019  
256 Seiten  
Format: x  
ISBN: 978-3-95571-886-2

Sue Johnson

## Halt mich fest

### Sieben Gespräche über lebenslange Liebe

Lieben lernen

In der Liebe geht es um emotionale Verbindung. Wir alle suchen jemanden, auf den wir uns verlassen können, einen geliebten Menschen, der uns zuverlässig emotionale Verbundenheit geben kann. Sue Johnsons Botschaft in diesem Buch ist sehr einfach: Niemand muss lernen, besser zu argumentieren und zu verhandeln, auch gilt es nicht, die frühe Kindheit zu analysieren oder dem Partner durch großartige romantische Gesten etwas zu beweisen.

Worauf es ankommt ist, die emotionale Verbundenheit anzuerkennen, am Leben zu erhalten und zu stärken.

Wie dies gelingt, zeigt dieses Buch an gut verständlichen Beispielgesprächen aus der paartherapeutischen Praxis.

- Für eine glücklichere Paarbeziehung
- Anwendung der erfolgreichsten paartherapeutischen Methoden in der Praxis
- Behandelt die Schlüsselmomente von Beziehungen

»Dieses Buch berührt Ihr Herz, regt Ihren Geist an und liefert praktische Strategien zur Verbesserung von Paarbeziehungen.« – William J. Doherty

## Autorenprofil

### Sue Johnson

Sue Johnson hat die Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT) begründet. Sie ist Professorin für Psychologie an der Ottawa University und Leiterin des Ottawa Couple and Family Institute. Sue Johnson ist international anerkannte Expertin für Paartherapie sowie für Bindung bei Erwachsenen.