



Susan M. Johnson
Halt mich fest
Sieben Gespräche zu einem von
Liebe erfüllten Leben.
Emotionsfokussierte Therapie in der
Praxis

Erschienen am 28.09.2011
304 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0 cm
ISBN: 978-3-87387-772-6

Susan M. Johnson

Halt mich fest

Sieben Gespräche zu einem von Liebe erfüllten Leben.
Emotionsfokussierte Therapie in der Praxis

In der Liebe geht es um emotionale Verbindung. Wir alle suchen einen anderen, auf den wir uns verlassen können, einen geliebten Menschen, der uns zuverlässig emotionale Verbundenheit geben kann. Zu dieser Erkenntnis gelangte Susan Johnson, als sie in Zusammenarbeit mit Leslie Greenberg einen neuen Ansatz für Paartherapie entwickelte: die Emotionsfokussierte Therapie (EFT). Die Botschaft der EFT 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. Wir sind mit einem Partner verbunden und von ihm abhängig, ähnlich wie ein Kind von seinen Eltern abhängig ist.

Diese emotionale Verbindung zwischen den Partnern zu schaffen und zu stärken ist der Ansatzpunkt der EFT. Dabei erweist sie sich als sehr erfolgreich, denn wo andere Formen der Paartherapie eine Erfolgsquote von 35% haben, liegt die der EFT bei 75%. Die Beispiele dieses Buches zeigen Ihnen, wie Susan Johnson dies erreicht.

Biografien

Susan M. Johnson

Susan M. Johnson ist Professorin für Psychologie an der Ottawa University und Leiterin des Ottawa Couple and Family Institute. Sie ist international für ihre Workshops und Vorträge zur Praxis, Theorie und Erforschung der Paartherapie sowie zur Bindung bei Erwachsenen und allgemein zur Rolle der Emotion in der Psychotherapie bekannt. Sie lebt und arbeitet in Ottawa, Kanada.

Pressestimmen

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

Junfermann Verlag GmbH

Driburger Straße 24 d • 33100 Paderborn

Telefon: ++49 / 5251 / 1344-0 • E-Mail: infoteam@junfermann.de

<http://www.junfermann.de>