

Hartmann

## Meine Bedürfnisse, Deine Bedürfnisse

Dem inneren Kind in der Partnerschaft Raum geben

Eine gute Beziehung zum eigenen 'inneren Kind' ist die beste Voraussetzung für eine gute Paarbeziehung. Mit diesem Ansatz zeigt die Autorin, wie die 'Bedürfnis-Waage' in einer Partnerschaft wieder ins Gleichgewicht kommt. Wenn die eigenen Bedürfnisse in einer Liebesbeziehung keinen oder zu wenig Platz finden, wird ein entspanntes und zufriedenes Miteinander auf Dauer nicht möglich sein. Die Autorin sieht darin ein zentrales Problem bei Partnerschaftskrisen. Sie stellt in diesem Buch ihr erfolgreiches Konzept vor, das zum Ziel hat, die 'Bedürfnis-Waage' neu auszurichten. Hier ist es hilfreich, sich dem 'inneren Kind' zuzuwenden und zu erforschen, wo die verschütteten Bedürfnisse liegen. Alexandra Hartmann zeigt anhand vieler Beispiele, wie die Beziehung zum 'inneren Kind' wiederhergestellt wird: Sie schaut die wichtigsten Anlässe für Partnerschaftskonflikte wie Eifersucht, fehlendes Interesse am Partner oder Außenbeziehungen daraufhin an, wie die 'inneren Kinder' beider Partner miteinander kommunizieren. Der Ansatz liefert sowohl Erfolg versprechende Lösungsansätze für Paartherapie und -beratung, als auch viele Anregungen für betroffene Paare selbst. Dieses Buch richtet sich an: - PaartherapeutInnen, PaarberaterInnen - PsychotherapeutInnen aller Schulen - Paare, besonders in längeren Beziehungen - Menschen mit Beziehungsschwierigkeiten

Eine gute Beziehung zum eigenen 'inneren Kind' ist die beste Voraussetzung für eine gute Paarbeziehung. Mit diesem Ansatz zeigt die Autorin, wie die 'Bedürfnis-Waage' in einer Partnerschaft wieder ins Gleichgewicht kommt. Wenn die eigenen Bedürfnisse in einer Liebesbeziehung keinen oder zu wenig Platz finden, wird ein entspanntes und zufriedenes Miteinander auf Dauer nicht möglich sein. Die Autorin sieht darin ein zentrales Problem bei Partnerschaftskrisen. Sie stellt in diesem Buch ihr erfolgreiches Konzept vor, das zum Ziel hat, die 'Bedürfnis-Waage' neu auszurichten. Hier ist es hilfreich, sich dem 'inneren Kind' zuzuwenden und zu erforschen, wo die verschütteten Bedürfnisse liegen. Alexandra Hartmann zeigt anhand vieler Beispiele, wie die Beziehung zum 'inneren Kind' wiederhergestellt wird: Sie schaut die wichtigsten Anlässe für Partnerschaftskonflikte wie Eifersucht, fehlendes Interesse am Partner oder Außenbeziehungen daraufhin an, wie die 'inneren Kinder' beider Partner miteinander kommunizieren. Der Ansatz liefert sowohl Erfolg versprechende Lösungsansätze für Paartherapie und -beratung, als auch viele Anregungen für betroffene Paare selbst. Dieses Buch richtet sich an: - PaartherapeutInnen, PaarberaterInnen - PsychotherapeutInnen aller Schulen - Paare, besonders in längeren Beziehungen - Menschen mit Beziehungsschwierigkeiten



**20,00 €**  
18,69 € (zzgl. MwSt.)

*sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3 Werktage*

**Artikelnummer:** 9783608961201  
**Medium:** Buch  
**ISBN:** 978-3-608-96120-1  
**Verlag:** Klett-Cotta Verlag  
**Erscheinungstermin:** 04.03.2017  
**Sprache(n):** Deutsch  
**Auflage:** 3. Druckauflage 2021  
**Produktform:** Kartoniert  
**Gewicht:** 189 g  
**Seiten:** 140  
**Format (B x H):** 135 x 216 mm

