

Andreas Herrmann

Weil wir uns lieben

Von der Kunst, den Partner immer wieder neu zu entdecken

„Interesse ist das Benzin im Motor einer Beziehung“

Die meisten Paare wissen, was eine gute Beziehung ausmacht. Sie wissen, was ihnen guttut, was sie brauchen und woran ihre Partnerschaft gerade kränkelt – und doch schaffen sie es nicht, anzuwenden, was sie bereits lange erkannt haben. „Sie kennen den Weg, aber sie treten auf der Stelle“, stellt der Paartherapeut Andreas Herrmann fest. In seinem Buch „Weil wir uns lieben. Von der Kunst, den Partner immer wieder neu zu entdecken“ beschreibt er zwölf Schritte, die neue Perspektiven auf die Partnerschaft eröffnen und den Liebenden helfen, endlich in die Gänge zu kommen.

Wir haben uns verändert

Der Mensch, den wir heute lieben, ist nicht mehr der, in den wir uns vor etlicher Zeit verliebt haben. Wir wissen das. Und doch machen wir uns ein Bild vom anderen und denken, wir würden ihn kennen. Wir verwechseln unser Bild von unserem Partner mit dem, was diesen lebendigen Menschen ausmacht. „Die Sichtweise, die wir auf den anderen haben, beeinflusst, ob wir handeln oder nicht, ob wir uns bewegen und tatsächlich etwas ändern wollen“, erzählt Andreas Herrmann. „Zu lieben heißt, sich immer wieder zu interessieren und mit sich und dem Partner in Bewegung zu kommen. Denn das Leben ist andauernde Veränderung.“ Was motiviert uns also, den ersten Schritt zu tun?

Nicht warten, sondern handeln

Motivation sind unsere eigenen Sehnsüchte, unsere Bedürfnisse, Interessen, Einstellungen und Vorstellungen – ihnen müssen wir uns widmen und nicht dem, was in der Partnerschaft nicht funktioniert. Manchmal wirkt es, als säßen wir in zwei Wartezimmern: In dem einen warte ich auf meinen Partner und in dem anderen wartet mein Partner auf mich. Nichts bewegt sich. Aber auch, wenn ich die Verantwortung eigentlich beim anderen sehe, ratlos oder gekränkt bin: Ich kann dem anderen seinen ersten Schritt durch meinen ersten erleichtern. Es reicht schon die Bewegung eines Partners aus, um eine Veränderung zu initiieren. Die wichtigste Voraussetzung dafür ist, dass wir unsere innere Einstellung kennen: Wie stehen wir zum Leben, was ist uns wichtig, welche Werte zählen für uns? „Nehmen wir also die tägliche Partnerschaftspflege genauso ernst wie die Körperpflege; so bleibt unsere Beziehung in Bewegung und eine schöne gemeinsame Reise, die nicht vorzeitig beendet wird.“

Andreas Herrmann, systemischer Paar- und Familientherapeut (DGSF), Supervisor (DGSv), Mediator (BAFM) und Diplom-Religionspädagoge, beschäftigt sich seit vielen Jahren in eigener Praxis mit dem Gelingen und Misslingen von Beziehungen. Neben seiner Praxistätigkeit ist der Autor Mitarbeiter des renommierten Evangelischen Beratungszentrums München (e.V.) und als Religionslehrer in Schulen tätig. Sein Buch hat er für alle Beziehungskonstellationen geschrieben – für „klassische“ Partnerschaften und Familien, für Singles ebenso wie für Patchwork- oder Regenbogenfamilien. www.andreas-herrmann-therapie.de

Andreas Herrmann

Weil wir uns lieben. Von der Kunst, den Partner immer wieder neu zu entdecken

Hardcover 264 S. | 19,95 Euro | ISBN 978-3-99060-043-6 | ISBN E-Book 978-3-99060-044-3

Erschienen im Herbst 2017 im Goldegg Verlag

Der Autor steht für Interviews, Gastbeiträge und Medientermine zur Verfügung.

Pressematerial <http://www.goldegg-verlag.com/book/weil-wir-uns-lieben/?tab=presse>

Presserückfragen, Rezensionsexemplare

Mag. Maria Schlager-Krüger

Goldegg Verlag GmbH

Mommsengasse 4 | A-1040 Wien – Friedrichstraße 191 | D-10117 Berlin

Tel. +43 1 505 43 76-46 | Mobil +43 699 14404446

maria.schlager@goldegg-verlag.com | www.goldegg-verlag.com

