

Sonja R., Bärbel Wardetzki

Und das soll Liebe sein?

Wie es gelingt, sich aus einer narzisstischen Beziehung zu befreien

Das Ende der seelischen Gewalt

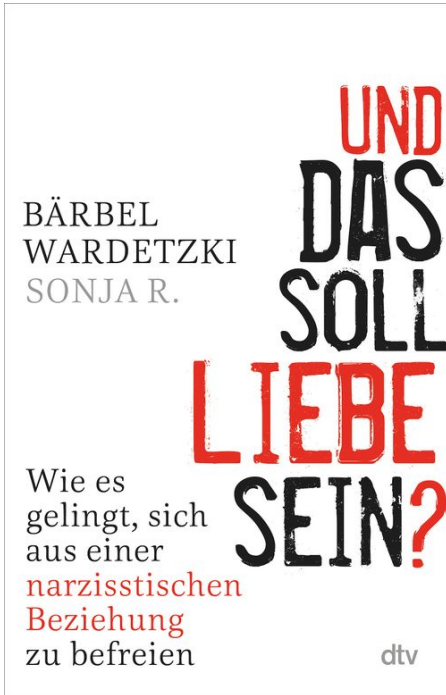
Anhand einer anschaulichen Beispielgeschichte legt Bärbel Wardetzki die Mechanismen narzisstischer Beziehungen offen. Sieben Jahre ist Sonja R. in ein ausbeuterisches Verhältnis verstrickt; ihr Partner will sie ganz für sich vereinnahmen und zerstört systematisch ihr Selbstwertgefühl. Doch es gelingt ihr Schritt für Schritt, sich von ihm zu lösen.

Das Buch hilft, Narzissten und typisch destruktive Verhaltensweisen rasch zu erkennen, und macht Betroffenen Mut zur Trennung. Vor allem aber zeigt die Psychologin konkret Wege zur Befreiung auf. Neben der Fallgeschichte bietet das Buch auch hilfreiche Kontaktadressen für Betroffene und Verwandte.

Autor*in

Sonja R.

Sonja R. ist Mutter zweier erwachsener Kinder und lebt in Norddeutschland.



Sonja R., Bärbel Wardetzki
Und das soll Liebe sein?

Originalausgabe
224 Seiten

ISBN: 978-3-423-26189-0
EUR 18,00 [DE] – EUR 18,50
[AT]
ET 31. Mai 2018, 5. Auflage
Sprache: Deutsch



© Maik Kern

Autor*in

Bärbel Wardetzki

Bärbel Wardetzki, promovierte Diplom-Psychologin, lebt in München als Psychotherapeutin, Supervisorin und Coach. Sie ist Autorin mehrerer Bestseller.

Weitere Bücher von Sonja R.

- Und das soll Liebe sein?, Paperback 26189, ISBN: 978-3-423-26189-0
- Und das soll Liebe sein?, E-Book 43364, ISBN: 978-3-423-43364-8

Weitere Bücher von Bärbel Wardetzki

- Und das soll Liebe sein?, Paperback 26189, ISBN: 978-3-423-26189-0
- Und das soll Liebe sein?, E-Book 43364, ISBN: 978-3-423-43364-8
- Ohrfeige für die Seele, Taschenbuch 34057, ISBN: 978-3-423-34057-1
- Kränkung am Arbeitsplatz, Taschenbuch 34710, ISBN: 978-3-423-34710-5
- Blender im Job, Taschenbuch 34904, ISBN: 978-3-423-34904-8
- Mich kränkt so schnell keiner!, Taschenbuch 34173, ISBN: 978-3-423-34173-8

Pressestimmen

» Am Ende des Buchs folgt nach dem analytischen Blick ein Ratgeberteil, wie der Weg aus einer wenig nährenden und ausbeuterischen Beziehung ein Weg zu mehr Autonomie, Selbstbewusstsein und Lebendigkeit werden kann. [...] Anfällige Frauen können durch diese Lektüre zu mehr Selbstverantwortung angeregt werden. «

, Stefanie Maeck , Psychologie heute

» Eine lohnende Lektüre, die ein erster Schritt aus der Beziehungshölle sein kann - für alle, denen es geht wie Sonja R. «

, Emotion

» Wardetzki kommentiert die verschiedenen Phasen der Beziehung und zeigt Wege zur Befreiung auf. Die Dynamik, der eine narzisstische Liebesbeziehung folgt, wird durch Sonja R.s Schilderungen plastisch. «

, Stefanie Maeck , Psychologie heute compact

» Dabei analysiert und kommentiert sie [die Autorin] die Ereignisse in der Partnerschaft mit ihrem fundierten Wissen über narzisstische Beziehungen. «

, Emotion

» Empfehlenswert und besonders für Betroffene hilfreich. «

30. Juli 2018 , Müller-Boysen , ekz bibliotheksservice
