

Und das soll Liebe sein?

Wie es gelingt, sich aus einer narzisstischen Beziehung zu befreien

Das Ende der seelischen Gewalt

Sonja R. glaubt, die Liebe ihres Lebens gefunden zu haben. Sieben Jahre verbringt sie mit dem Mann ihrer Träume. Bis sie sich endlich lösen kann: Denn ihr Partner hat ihr systematisch Kraft und Selbstwert geraubt. Sie war Opfer einer narzisstischen Beziehung. Am Beispiel dieser so einfaches wie schonungslos erzählten Geschichte legt Bärbel Wardetzki die Mechanismen narzisstischer Beziehungen offen. Das Buch hilft, Narzissten und typisch destruktive Verhaltensweisen rasch zu erkennen, macht Betroffenen Mut zur Trennung und zeigt Wege zur Befreiung auf.

BÄRBEL
WARDETZKI
SONJA R.

UND
DAS
SOLL
LIEBE
SEIN?

Wie es
gelingt, sich
aus einer
narzisstischen
Beziehung
zu befreien

dtv

Und das soll Liebe sein?

Wie es gelingt, sich aus einer
narzisstischen Beziehung zu
befreien

Originalausgabe
224 Seiten

ISBN: 978-3-423-34987-1
EUR 10,90 [DE]
EUR 11,30 [AT]
ET 18. März 2021

Pressestimmen

„Empfehlenswert und besonders für Betroffene hilfreich.“

ekz bibliotheksservice, Moller-Boysen, 30. Juli 2018

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

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.

Psychologie heute compact, Stefanie Maeck

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

Emotion

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

Psychologie heute, Stefanie Maeck
