



Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung

Michael Lehofer



Download



Online Lesen

Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung Michael Lehofer



[Download Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und ...pdf](#)



[Read Online Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung un ...pdf](#)

Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung

Michael Lehofer

Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung Michael Lehofer

Downloaden und kostenlos lesen Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung Michael Lehofer

168 Seiten

Kurzbeschreibung

Es gibt unzählige Bücher, die sich mit der Liebe unter Menschen beschäftigen, zumindest mit dem, was sie sich darunter vorstellen. Selbstliebe, das heißt, einfach gut mit mir sein können, kommt dabei eher zu kurz. Jedoch ist sie die Voraussetzung von Liebesfähigkeit zu anderen.

Als Therapeut und auch im eigenen Leben hat Michael Lehofer immer wieder die Erfahrung gemacht, dass die mangelnde Zuneigung, das mangelnde Mitgefühl, kurz die mangelnde Liebe zu sich selbst das Kardinalproblem darstellt.

Menschen haben Konflikte im Leben, Konflikte mit anderen, Konflikte mit und in sich selbst, Konflikte bei der Lebensbewältigung. Alle diese Konflikte können auf die Inkompetenz, sich selbst zu lieben, zurückgeführt werden. Das klingt einfach. Kompliziert wird es allerdings, wenn man zu erfassen versucht, was Liebe überhaupt ist, und folglich, was unter Selbstliebe zu verstehen ist. Kompliziert scheint auch, mit Selbstliebe wirklich ernst zu machen. Selbstliebe ist ohne Zweifel eine der großen Herausforderungen des eigenen Lebens. Sich dieser Herausforderung zu stellen, bedarf großen Mutes. Denn es gilt die eigenen Ängste zu überwinden. In diesem Buch zeigt Michael Lehofer auf unkonventionelle Weise und ohne auf bewährte Ratgebermanier

zurückzugreifen, wie es gehen könnte. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Michael Lehofer, 1956 in Graz geboren, studierte Psychologie an der Universität Salzburg und Medizin an der Universität Graz.

Anschließend wurde er Psychiater und bildete sich zusätzlich zum Psychotherapeuten weiter.

1997 habilitierte er sich im Fach Psychiatrie und übernahm im selben Jahr die Leitung einer Abteilung für Psychiatrie am LKH Graz Süd-West. 2004 wurde er zum Universitätsprofessor ernannt. Aktuell ist er Leiter von zwei psychiatrischen Abteilungen

und stellvertretender Ärztlicher Direktor des LKH Graz SW. Er hält Vorträge und ist als Psychotherapeut in freier Praxis tätig.

Download and Read Online Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung Michael Lehofer #LWQKIETF2SN

Lesen Sie Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer für online ebook Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer Bücher online zu lesen. Online Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer ebook PDF herunterladen Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer Doc Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer Mobipocket Mit mir sein: Selbstliebe als Basis für Begegnung und Beziehung von Michael Lehofer EPub