



# Leseprobe

Christian Hemschemeier  
**Die neue Dimension der Liebe**

Wie wir uns in Beziehungen wahrhaftig berühren, zutiefst verbinden und gemeinsam wachsen

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 20,00 €



---

Seiten: 288

Erscheinungstermin: 11. April 2022

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

**»Das einzigartige Paar-Coaching, das zeigt, wie Liebe gelingt.«  
Stefanie Stahl**

Wir alle sehnen uns nach einer Beziehung, die uns erfüllt und beglückt, stecken jedoch oft in lieblosen, gleichgültigen oder gar toxischen Partnerschaften fest. Gibt es nicht eine andere Dimension der Liebe? Ja, sagt der Diplom-Psychologe und Beziehungsexperte Christian Hemschemeier. Bei dieser Liebe befinden wir uns in einem permanenten Liebesstrom aus Vertrauen und Zärtlichkeit und fühlen uns mit dem großen Ganzen verbunden. Wir sprudeln über vor eigenem Glück und müssen den Partner nicht aus dem Mangel heraus halten oder manipulieren. Der Weg dorthin führt über einen Bewusstseinswandel: weg von der Ego-Zentrierung und hin zu einer gemeinsamen Entwicklung, weg von unerfüllbaren Ansprüchen und hin zu einer bedingungslosen Akzeptanz. So wachsen wir gemeinsam über uns hinaus in ein verbundenes Wir.



**Autor**

**Christian Hemschemeier**

---

Diplom-Psychologe Christian Hemschemeier, Jahrgang 1967, arbeitet seit über 20 Jahren als Paartherapeut und Singlecoach. 2009 gründete er das Institut für Integrative Paartherapie. Als führender Experte für toxische Beziehungen ist er eine gefragte Stimme in TV und Print: Seine Kolumnen und Interviews erscheinen u. a. in Zeitschriften wie Stern oder Brigitte und dem Redaktionsnetzwerk Deutschland. Seit ein paar

# Inhalt

<i>Einleitung</i> . . . . .	9
Dystopia • Utopia	
<b>Die Krise der Beziehungsstrukturen</b> . . . . .	19
<i>Toxische Beziehungen</i> . . . . .	21
<i>Unerfüllte Beziehungen</i> . . . . .	26
<b>Die dritte Dimension: Jahrtausende des Egos in Beziehungen</b> . . . . .	29
<i>Das Ego in der Tiefenpsychologie</i> . . . . .	30
Sigmund Freud • C. G. Jung • Ego und inneres Kind	
<i>Typische 3D-Dilemmata</i> . . . . .	42
Ego und Partnerwahl • Rosenkrieg • Eifersucht • Beleidigt sein • Die »Mafia-Strategie« • Sich unnötig klein und abhängig machen • Alkohol und andere Rauschmittel • Primäre und sekundäre Gefühle • Manipulation • Das Ego macht nicht satt • Das Ego als Wächter unseres Schmerzkörpers	
<i>Das Ego und Bindungsthemen.</i> . . . . .	88
Das Ego des Minuspols: Bedürftigkeit nach vielen Personen • Das Ego des Pluspols: Abhängigkeit von einer Person • Unteraktivierte Beziehung als Abspuhlen von Regeln	
<i>Die Ego-Liebe in den Medien</i> . . . . .	103
<i>Bauchgefühl als Reaktion aufs Ego: Ein guter Indikator</i> . .	105

