dtv

Umut Özdemir

Leichter lieben

Weil Beziehung auch einfach geht

Ehrlichkeit sich selbst gegenüber ist die Basis jeder Partnerschaft

Wir wollen so gesehen und geliebt werden, wie wir sind: von Kopf bis Fuß, mit Haut und Haar. Doch wie lieben wir eigentlich? Wo entsteht Liebe, wie drückt sie sich aus, wie finden wir zu ihr?

Paartherapeut Umut Özdemir veranschaulicht mithilfe unseres Körpers die Grundprinzipien von Liebe und Beziehungen: Wie wir auf unser Herz und unsere Bedürfnisse hören, wie richtige Kommunikation leichter über die Lippen geht, wie gemeinsame Erfahrungen Augen öffnen – und wie wir so gemeinsamen Schrittes eine langfristige Partnerschaft erreichen.

Umut Özdemir
Leichter lieben
Weil Beziehung auch einfach geht

Originalausgabe
208 Seiten

ISBN: 978-3-423-26352-8
EUR 16,00 [DE]
EUR 16,50 [AT]
ET 15. Juni 2023
Format : 13,6 x 21,0 cm

© Mehran Djojan

Autor*in

Umut Özdemir

Umut C. Özdemir ist Diplom-Psychologe, Psychotherapeut, Gruppenpsychotherapeut, Paar- und Sexualtherapeut, Podcaster, Dozent sowie Autor. Er war von 2014 bis Ende 2020 wissenschaftlicher Mitarbeiter der Charité-Universitätsmedizin Berlin, wo er Einzel- und Paartherapien durchführte, Forschungen über Sexualität begleitete und dozierte. 2020 gründete er den ersten deutschsprachigen Aufklärungskanal auf Tiktok und leistet sexualpsychologische und psychotherapeutische Aufklärungsarbeit auf Instagram. Er ist immer wieder als Experte zu Gast in diversen Formaten, Autor von Fachliteratur, so zum Beispiel einem Therapiemanual zu sexuellen Funktionsstörungen bei Männern, und bildet angehende Psychotherapeut:innen in diesem Themenfeld aus. Er wurde 2023 mit dem Preis für Wissenschaftskommunikation der Fachgruppe Biologische Psychologie und Neuropsychologie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie (DGPs) sowie der Deutschen Gesellschaft für Psychophysiologie und ihre Anwendung (DGPA) ausgezeichnet. Seit 2022 arbeitet er in seiner eigenen Praxis in Berlin.

Pressestimmen

»Die Erfahrungen aus seiner täglichen Arbeit hat Özdemir nun in seinem ersten Buch "Leichter lieben. Weil Beziehung auch einfach geht" vertieft.«

rbb Fernsehen Der Tag in Berlin /Brandenburg , 3. Juli 2023

»Ein einfühlsamer, gelassen, aber Kompetent wirkender Schreibstil unterstützt die Inhalte, die transportiert werden sollen.«

Buchprofile/Medienprofile, *Annemrie Scheibert*, 23. Oktober 2023

»Ein Beziehungsratgeber, der unter die Haut geht, ans Herz und durch die Ohren.«

EXPRESS/Köln, 2. Juli 2023

»Von der Theorie einer "Generation Beziehungsunfähig" hält Paartherapeut Umut Özdemir gar nichts. Er beschreibt in seinem Buch "Leichter lieben", dass wir alle mit einem Rucksack an Erfahrungen aus der Kindheit und aus früheren Beziehungen in eine Partnerschaft starten.«

Deutschlandfunk Nova, 21. Juli 2023

»Paartherapeut Umut Özdemir ist überzeugt: Mit etwas Übung kann Beziehung auch leicht sein.«

n-tv.de, *Solveig Bach*, 11. August 2023

»Es sind starke persönliche Bekenntnisse, sehr ehrlich und selbstkritisch, aber auch mit dem typischen Rönne-Humor und viel Selbstironie.«

Radio Bremen 2, 17. August 2023

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

Autor*in Umut Özdemir bei dtv

- Leichter lieben, Paperback, ISBN: 978-3-423-26352-8

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München