

# BÜCHER ECKE



## So viel Liebe wie mein Kind braucht – Der gemeinsame Weg in ein erfülltes Leben

von Harville Hendrix, Ph.D. und Helen LaKelly Hunt, Ph.D.

Renate Götz Verlag, Dörfles  
408 Seiten, Paperback  
ISBN 978-3-902625-01-4  
e-Book: ISBN 978-3-902625-57-1

Die große Krise der Familien in unserer Zeit wirft hunderte Fragen auf. So viel Liebe wie mein Kind braucht zeigt einen Weg auf, wie bewusste Partnerschaft und bewusste Elternschaft lebbar werden. Es bietet eine Fülle großartiger Einsichten und hilfreicher, lebensnaher Hinweise..

Harville Hendrix beschreibt gemeinsam mit seiner Frau Helen LaKelly Hunt, wie Eltern ihre eigenen Verwundungen heilen und zurück zu ihrer emotionalen Ganzheit finden können, damit ihre Kinder zu glücklichen und integrierten Persönlichkeiten heranwachsen.

Wie wir unsere Eltern-Kind-Beziehung leben, lässt klare Rückschlüsse darauf zu, wie unsere eigenen Eltern mit uns umgegangen sind. „So viel Liebe wie mein Kind braucht“ motiviert, uns mit ungelösten persönlichen Themen und unbewussten Reaktionen auseinanderzusetzen. Es zeigt, welch großes Potenzial für persönliche Veränderung in uns schlummert und wie wir an einer bewussten und gesunden Beziehung zu unseren Kindern bauen können.

„Allen Eltern dieser Welt möchte ich dieses Buch wärmstens ans Herz legen!“

Jerry M. Lewis, Universitätsprofessor und Therapeut, Dallas

## Leseprobe aus dem Kapitel „Die Familie – Ursprung unserer Imago“

Die Imago-Theorie unterstützt die Sichtweise, dass das menschliche Verhalten innerhalb einer Familie und unser Leben im Allgemeinen zwei universellen Gesetzen unterliegen. Das erste Gesetz lautet, dass innerhalb eines Systems allgemeingültige Muster weitergegeben werden. Wäre das nicht der Fall, gäbe es keine Tierarten, die wir als „Löwe“, „Maus“ oder „Kaulquappe“ bezeichnen könnten. [...] Bei Menschen werden ebenfalls allgemeingültige Strukturen weitergegeben – aber die Art und Weise, wie sich diese Muster im Kind manifestieren, ist anders.

Das zweite im Kontext von Familien geltende Gesetz besagt, dass Dinge sich verändern. Das scheint auf den ersten Blick dem zu widersprechen, was wir gerade über vererbte Muster gesagt haben. [...] Treffen wir auf ein Paradoxon, so ist das ein Hinweis darauf, dass wir uns tieferen Dimensionen eines Themas und einem der vielen Mysterien des Menschseins annähern. Fassen wir noch einmal zusammen: Dinge haben die Tendenz gleich zu bleiben und sie können sich verändern. Manchmal finden diese Veränderungen innerhalb einer Generation statt und das Baby unterscheidet sich in gewisser Hinsicht deutlich von den Eltern. Aber viele dieser Veränderungen manifestieren sich so langsam, dass unser menschlicher Zeitrahmen sie nicht erfassen kann.

Diese zwei Gesetze verdeutlichen, wie sich die Gesetzmäßigkeiten des Universums in uns allen und in unserem persönlichen Leben widerspiegeln. Und sie bilden die Basis der Imago-Theorie. Wenn wir die Naturwissenschaft kurz außer Acht lassen und uns dem Behaviorismus zuwenden, dann erfahren wir dort, dass Eltern all ihre Verhaltensmuster an ihre Kinder weitergeben. Und die Kinder geben ihre Muster wiederum an ihre Kinder weiter – solange, bis jemand diese familiäre Vermächtniskette bewusst durchbricht. Das gilt für die Ehe und im Besonderen für die Eltern-Kind-Beziehung.

Um voraussagen zu können, wie Sie sich als Eltern verhalten werden, genügt ein Blick darauf, wie Ihre Eltern sich verhalten haben.

Menschen haben einen starken Hang zu Vertrautem. Solange wir uns nicht bewusst dafür entscheiden, uns anders zu verhalten, tun wir das, was uns selbstverständlich scheint. Wir wiederholen, was wir kennen, weil es immer schon so war. Um das zu verändern, müssen wir uns darüber bewusst werden, wie wir Menschen „funktionieren“, und den festen Willen haben, etwas Vertrautes durch etwas Neues zu ersetzen.



Harville Hendrix, PhD, und Helen LaKelly Hunt, PhD

[www.harvilleandhelen.com](http://www.harvilleandhelen.com)

Harville Hendrix und Helen LaKelly Hunt sind die Begründer\*innen der Imago Therapie und Theorie. Sie sind international bekannte Paartherapeut\*innen, Ausbilder\*innen, Vortragende und Autor\*innen von mehr als 10 Büchern.

Alle Bücher von Harville Hendrix und Helen LaKelly Hunt finden Sie in deutscher Sprache unter [www.rgverlag.com](http://www.rgverlag.com)