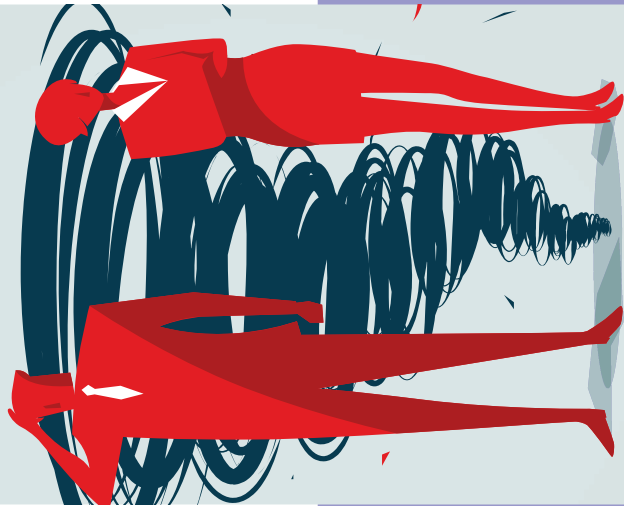


# IMAGO- Therapie

**I**mago oder Imago-Therapie ist ein Therapiekonzept, das mit einer speziellen Form der Kommunikation einen ganz besonderen Weg zeigt, wie das Paar einander näherkommt und Akzeptanz und Verständnis aufbaut. Es ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, sodass in der Zukunft Konflikte und schwierige Situationen gut gelöst werden können. Den Partner von der eigenen Meinung überzeugen, überreden, verführen oder gar zu manipulieren, führt oft genug am Ziel vorbei. In der Imagotherapie geht es darum, das Gegenüber zu verstehen und die Hintergründe seines Verhaltens zu begreifen. Gleichzeitig wird der andere sich seines eigenen Verhaltens bewusst und kann sich selbst besser erkennen. Ebenso Und Sie werden sich auch Ihres eigenen Verhaltens bewusst und können sich selbst besser erkennen.

## JEDES PAAR HAT ALLES, WAS ES BRAUCHT

In Imago geht man davon aus, dass jedes Paar bereits alles in sich trägt, was es zum Glückheisen braucht. Nur sind manche Dinge verschüttet. Bei jedem liegen andere Schätze brach und oft genug ist das auch der Grund, weshalb das Paar streitet. Als Imago-Therapeuten sagen wir dem Paar nicht, was es



Es geht darum den Partner besser zu verstehen warum er in dieser Weise und nicht anders reagiert.

## EXPERTEN



**Dr. Sabine Bösel und Dr. Roland Bösel**

Marie-Treu-Gasse 1/5, 1080 Wien  
Telefon: +43 1 402 700-10  
beziehungswissenschaftlich@boesels.at  
<https://www.boesels.at/>

## WO DIE LIEBE HINFÄLLT ...

Die Idee von Imago ist, dass wir den Partner nicht zufällig aussuchen, sondern uns in einen ganz bestimmten Typus verlieben, nämlich in jenen, der einem inneren Bild entspricht, das bereits von Geburt an gezeichnet wird. Dieses Bild ist das Ergebnis aller erlebten positiven wie negativen Erfahrungen, aller Erfolge und aller Traumata. Ebenso hat der Partner ähnliche Erfahrungen gemacht und sie anders bewältigt, also andere Strategien entwickelt. So reagieren zum Beispiel die einen auf Liebesentzug mit Distanz, um die Gefahr einer neuen Enttäuschung zu verringern. Die anderen reagieren mit zu viel Nähe, sie klammern aus Angst vor dem drohenden Verlust. Imago geht davon aus, dass der Mensch gestalten möchte – und es auch kann, sehr gut sogar. Imago legt daher jedem sehr brauchbare Werkzeuge in die Hand, die helfen, die Zukunft gut zu formen.

tun soll, sondern wir helfen beiden Partnern, diese brachliegenden Schätze hervorzuholen, damit sie selbst eine Lösung für die derzeitige Situation finden. Es ist unsere Aufgabe, das Paar zu unterstützen und die nötige Sicherheit zu geben, damit ein achtsamer Austausch möglich wird.

Das wichtigste Instrument ist der Dialog. Er ist so gestaltet, dass immer nur einer spricht und der andere aktiv zuhört, zu verstehen versucht und dabei wertfrei bleibt. Auf die Art können Haltung und Verhalten von beiden in der Beziehung hinterfragt werden. Es geht darum, den Partner besser zu verstehen, warum er in dieser Weise und nicht anders reagiert und welchen Einfluss das Verhalten des Gegenübers hat. Mit diesem tieferen Verständnis über alte, hinderliche Muster können Lösungen für die Zukunft entwickelt werden. In Folge können mit diesem Verständnis Konflikte besser bereinigt oder schon im Voraus vermieden werden.

Die Idee von Imago ist, dass wir den Partner nicht zufällig aussuchen, sondern uns in einen ganz bestimmten Typus verlieben.

## Literatur von Sabine und Roland Bösel



### LIEBE, WIE GEHT'S?

Immer streiten wir über dasselbe. Oder: Ich bin halt so, das musst du aushalten. Aussagen wie diese sind alles, nur nicht konstruktiv, denn sie ändern genau gar nichts am Zustand der Beziehung. Dieses Buch bietet 52 Anregungen für gelingende Beziehungen. Sabine und Roland Bösel schöpfen aus ihrem großen Erfahrungsschatz als Imago-Paartherapeuten und machen große Lust darauf, die eigenen Beziehungen aus neuen Blickwinkeln zu betrachten und weiterzuentwickeln.

ISBN: 978-3-7015-0628-6



### LEIH MIR DEIN OHR UND ICH SCHENKE DIR MEIN HERZ: WEGE ZU EINER GLÜCKLICHEN LIEBESBEZIEHUNG

Eine Liebesbeziehung ist nicht zu Ende, wenn die erste Krise ausbricht. Im Gegenteil. Jedes Paar besitzt in sich alle Qualitäten, um eine glückliche, leidenschaftliche Beziehung zu leben. Doch leider trennen sich viele Paare in einer solchen Situation und verpassen damit die Chance, ihre Beziehung wirklich zu entwickeln. Die leicht nachvollziehbaren Übungen im Buch sind eine wichtige Hilfe, um das Gegenüber mit anderen Augen zu sehen und die verborgenen Signale zu hören, die er oder sie aussendet. Auf diese Weise kann sich die Beziehung in nie geahnter Tiefe und Schönheit entfalten.

ISBN: 978-3-7015-0629-6