

Albrecht Mahr
**Von den Illusionen einer unbeschwertten Kindheit
 und dem Glück, erwachsen zu sein**
 304 Seiten, geb. mit Schutzumschlag
 ISBN 978-3-95803-048-0
 19,99 €(D) / 20,60 €(A)
 Scorpio Verlag
Erscheinungstermin: März 2016



**Vom Glück und dem unschätzbaren Potenzial, erwachsen zu sein
 Eine kluge Auseinandersetzung mit dem Älterwerden,
 der Sinnsuche und Sinnfindung.**

Die Kindheit, von den vorgeburtlichen Erfahrungen bis zur Pubertät und darüber hinaus, ist für viele von uns alles andere als unbeschwert, sondern sehr oft mit viel Leid verbunden. Die Fortdauer kindlicher, illusionärer Vorstellungen im Erwachsenenleben (z.B. »Ich bin immer für alles verantwortlich«) kann zur Fortschreibung kindlichen Leidens bis ins hohe Alter, ja bis in den Tod hinein führen — wir alle können als gealterte und bedrückte Kinder stehen bleiben.

Es ist nie zu spät, ein glücklicher Erwachsener zu sein

In zahlreichen bewegenden und oft humorvollen Erfahrungsberichten und Fallbeispielen zeigt der international tätige psychoanalytische und systemische Psychotherapeut, Albrecht Mahr, Wege auf zu dem unschätzbaren Potenzial, erwachsen zu sein. Dabei umspannt er einen weiten Horizont von wichtigen aktuellen Themen und einen reiferen, erleichternden Umgang damit. Dazu gehören Aspekte wie:

- die Lösung aus kindlichen Illusionen
- ein guter Umgang mit Sterben, Tod und den Gestorbenen
- ganz andere Antworten auf die alte Frage *Wer bin ich?*
- ein liebevolles Verhältnis zu Körper, Herz und Sexualität
- kollektiver Wahnsinn und kollektive Weisheit

Das Buch lehrt uns das Erwachsensein als das zu schätzen, was es sein kann: ein immer weiter reifendes Bewusstsein, das das Beste in uns fördert und herausfordert, nur Vorteile hat und nichts weniger als Lebensglück begründet.



Dr. med. Albrecht Mahr ist Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalyse. Er arbeitet in eigener psychoanalytisch-systemischer Praxis in Würzburg, leitet das Institut für Systemaufstellungen und Integrative Lösungen (ISAIL) und gibt weltweit Trainings in der Kunst des Erwachsenseins.

www.mahrsysteme.de

© privat

**Corinna Schindler * das freelance team * Franziskanerstraße 18 * 81669 München
 Tel.: (089) 4488040 * Fax (089) 48002809 * E-Mail das-freelance-team@t-online.de**