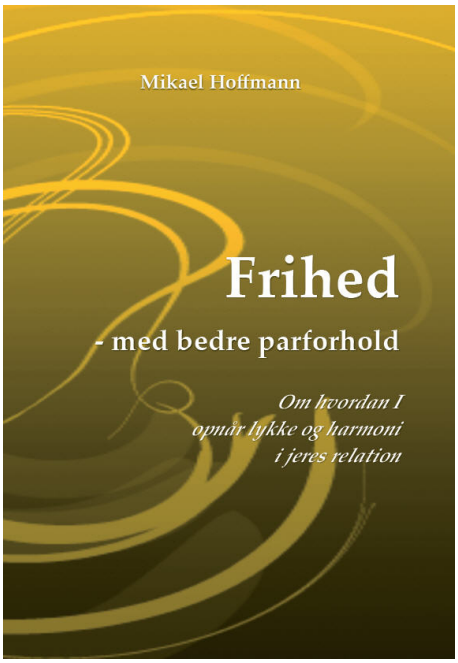
# Pressemeddelelse

Bogen *Frihed – med bedre parforhold* af Mikael Hoffmann er udkommet **som anden udgave** i maj 2012 både som paperback og e-bog. Den er blevet 70 sider længere og har nu et sideantal på 296. Den nye udgave er suppleret med citater, illustrationer og handlingspunkter.

Endvidere er der tilføjet **17 helt nye kapitler**:

- ✓ Hvordan får man et bedre parforhold?
- ✓ Hvorfor er parforholdet så kompliceret?
- ✓ Ti nøgler til selvtillid
- ✓ Bliv god til at kysse
- ✓ Forventningsafstemning
- ✓ Følelser og rationalitet
- ✓ Psykologiske forsvarsmekanismer
- ✓ Ti tips til at undgå destruktive skænderier
- ✓ Er det let eller svært? Om negativt
- ✓ Tillid i parforholdet
- ✓ Hvordan kan man undgå, at dårlig økonomi ødelægger et godt parforhold?
- ✓ Økonomisk snyd i parforholdet
- ✓ Positive forandringer, der varer ved
- ✓ Mindfulness
- ✓ Taknemmelighed
- ✓ Hvornår svækker og styrker vi hinanden?
- ✓ Statistik




Se en liste med samtlige bogens kapitler på **www.frihed-MedBedreParforhold.dk**

Bogen gør det lettere at se, hvor parforholdet kan gå galt, og hvad der kan gøres for at rette ubalancerne op igen.

Sammenhængen mellem valg og deres konsekvenser er blevet endnu tydeligere i den nye udgave.

*Mikael Hoffmann er 52 år. Gennem de seneste 18 år har han drevet selvstændig virksomhed som parterapeut, psykoterapeut, rådgiver, foredragsholder og mentor-coach. Mikael er gift og har i ægteskabet fået en datter. Han coacher og arrangerer workshops, kurser og foredrag i hele landet.*

Læs mere på **www.MegetBedreParforhold.dk**

Telefon 21 79 18 50
Mail post@MikaelHoffmann.dk