

JOHANNA SOPHIE  
Wie liebst du denn?





JOHANNA SOPHIE

# WIE LIEBST DU DENN?

**Unsere Beziehungsreise mit Streit, Angst,  
Alltag und ganz viel Verbundenheit**

GOLDMANN

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden von der Autorin und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autorin beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Wir haben uns bemüht, alle Rechteinhaber ausfindig zu machen, verlagsüblich zu nennen und zu honorieren. Sollte uns dies im Einzelfall aufgrund der schlechten Quellenlage bedauerlicherweise einmal nicht möglich gewesen sein, werden wir begründete Ansprüche selbstverständlich erfüllen.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.  
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

1. Auflage

Originalausgabe August 2024

Copyright © 2024: Wilhelm Goldmann Verlag, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Redaktion: Oliver Uschmann

Umschlag: Uno Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: Katja Kruse (Instagram: @katjakrusefotografie)

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

AR · IH/cb

ISBN 978-3-442-18010-3

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

*Für Sebastian.*

*Nur wegen dir weiß ich heute,  
wie viel ich mir selbst bedeuten darf.  
Immer noch bis über beide Ohren.*



# INHALT

Vorwort .....	9
Margeriten sind meine liebsten Blumen.....	17
Wie liebst du denn? .....	41
Würdest du mich auch lieben, wenn ich ein Wurm wäre?....	63
Ohne mich kein wir.....	85
50 : 50.....	107
Viele Wege führen zurück zum Spark.....	125
Perfekt unperfekt.....	143
Dauerglücklich .....	161
Danksagung .....	183
Quellen .....	185



# VORWORT

Ich sitze im Schneidersitz ganz rechts außen auf unserem beigen Cordsofa vor einem großen Fenster, den Laptop aufgeklappt auf der Armlehne. Mein üblicher eher unüblicher Arbeitsplatz. Es riecht nach Kaffee, denn Sebastian hat mir gerade den zweiten des Tages in einer meiner liebsten Tassen gebracht, der blauen. Die gelbe mag ich noch lieber, aber in die passt noch mehr Kaffee hinein und damit noch mehr Koffein, was ich am Nachmittag nicht so gut vertrage. Also darf es heute die blaue Tasse sein.

Rechts von mir liegt mein Notizbuch, in das ich gerade noch einen letzten Blick geworfen hatte, bevor ich das dunkelblaue Leseband hineingeschoben, das Buch geschlossen und mich meinem Laptop gewidmet habe.

In meinen Ohren spielt die *LoFi*-Musik eines YouTube-Videos, das die Sekunden herunterzählt. Gerade bin ich bei 16:22, bei null heißt es fünf Minuten Pause, und danach geht es noch mal 25 Minuten weiter, bis wieder fünf Minuten Pause anstehen. Diese YouTube-Videos waren meine persönliche Rettung im Schreibprozess.

Draußen ist es grau, aber nicht unbedingt dunkel, und die Bäume vor unserem Fenster sind noch kahl. Es ist noch früh im Jahr, Februar, und ich bin in unsere gelbe Wohnzimmerdecke eingewickelt, da wir vor einer halben Stunde die gesamte Wohnung gelüftet haben.