

Als Single aufblühen

Der etwas andere Beziehungsratgeber



Wie «thrive» man als Single?

Quelle: Unsplash / Brooke Cagle

Single-Sein ist mehr als eine Übergangsphase. In ihrem Buch «Thrive – Wie du als Single aufblühst» ermutigt Nadine Zaugg zu einem erfüllten Leben jenseits von Beziehungsdruck.

Single-Sein wird in der Gesellschaft oft nur als Übergangsphase betrachtet, eine Zeit des Wartens auf das erfüllte Leben in einer Partnerschaft. Nadine Zaugg stellt diese Sichtweise entschieden infrage. In ihrem neuen Buch «Thrive! – Wie du als Single aufblühst» möchte sie zu einem Single-Leben mit echter Jesus-Nachfolge motivieren. Ehrlich und direkt zeigt sie, dass persönliches Wachstum, Glaubenstiefe und Lebensfreude nicht vom Beziehungsstatus abhängen. Das Buch ist Mitte Januar bei Hänssler erschienen.

Identität unabhängig vom Beziehungsstatus

«Thrive!» ist ein persönliches und authentisches Zeugnis, das mitten aus dem Leben spricht. Zaugg schreibt als überzeugte Single für Singles und vermittelt die klare Botschaft: Identität sollte sich nicht abgängig vom Beziehungsstatus bilden, sondern fest in Jesus verwurzelt. Daraus wächst Mut, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, Risiken einzugehen, geistlich zu wachsen und das eigene Potenzial voll zu entfalten.

Der Schreibstil ist so klar wie die Botschaft: Unverblümt und transparent benennt Zaugg Herausforderungen offen, verschweigt weder Zweifel noch Tiefpunkte, aber bleibt dabei stets hoffnungsvoll. Ihre Texte laden dazu ein, die Komfortzone zu verlassen und sich auf eine lebendige, alltagsnahe Jesus-Nachfolge als Single einzulassen.

«Thrive!» versteht sich als Gegenentwurf zu einem christlichen Lebensmodell, das Erfüllung an Ehe oder Familie knüpft. Stattdessen entfaltet das Buch eine befreiende Perspektive: Gott segnet nicht erst das «spätere Leben», sondern wirkt in jeder Lebensphase.



Nadine Zaugg

Quelle: SCM Bundes-Verlag / Mischa Röthlisberger

«Thrive!» ermutigt, provoziert und inspiriert. Und stellt dabei eine zentrale Frage neu: Was wäre, wenn Single-Sein keine Übergangsphase ist, sondern Berufung?

Zum Buch:

[Thrive!](#)

Zur Autorin:

Nadine Zaugg (Jg. 1990) lebt im hügeligen Emmental des Kanton Berns in der Schweiz, wo sie auch aufgewachsen ist. Schon früh entdeckte sie ihre Leidenschaft für das Leben mit Jesus, sowie für Natur, Kreativität und Menschen aus den unterschiedlichsten Kulturen. Getrieben von der Freude am Leben mit Gott führte sie ihr Weg mehrmals ins Ausland, auf diverse Bibelschulen und zu Christen aus der ganzen Welt.

Zum Thema:

[Do's und Don'ts: Dating-Tipps für christliche Singles](#)

[On hold – hold on: Single sein – und wie wir damit umgehen können](#)

[Leben im Überfluss: Glücklich single sein](#)

Datum: 29.01.2026

Quelle: SCM Bundes-Verlag

Tags

[Buch](#)

[Beziehungen](#)

[Leben als Christ](#)

[Christen in der Gesellschaft](#)