

Beziehungsprobleme aller Art

Menschen sind soziale Wesen und leben deshalb in Beziehung zu anderen Menschen. Hier kommt es häufig zu Problemen, die durch emotionale Probleme verursacht werden, aber auch aufgrund Unwissen über das Phänomen "Kommunikation" und dem damit verbundenen ungünstigen Umgang damit. Viele Menschen glauben, dass sie Beziehungen einseitig kontrollieren und andere Menschen sicher manipulieren können. Menschen glauben auch, dass der "Sprecher" über den Inhalt von Kommunikation entscheidet und es wird versucht, durch besseres Sprechen die Kommunikation zu verbessern. Beides ist ein Irrglaube und führt häufig zu Schwierigkeiten im Kontakt: Beziehungen können nicht einseitig kontrolliert werden und ausschließlich der "Hörer" bestimmt den Inhalt der Kommunikation. Natürlich muss sich der "Sprecher" klar und deutlich ausdrücken, sonst hat der "Hörer" keine Chance ihn zu verstehen. Moderne Psychotherapie weiß um diese Phänomene und hilft bei entsprechender Mitarbeit die Kommunikation in der Partnerschaft, der Familie, in Freundschaften und am Arbeitsplatz zu verbessern. Hierzu wird ein spezielles Kommunikationstraining durchgeführt. Dieses Training verringert Kommunikationsprobleme und kann auch psychische Störungen und emotionale Probleme günstig beeinflussen.