

Sie legen die individuelle Vorgehensweise fest

Ziel ist es, durch offene Gespräche und in praktischen Aufgaben Wege zur Selbstentfaltung und -findung zu erarbeiten.

Fragen hierbei könnten sein

- Wie werde ich mit meinen Wünschen von meinem Partner endlich wahr genommen?
- Wie gehe ich mit all der aufgeregten Wut, Aggression und Frustration in der Beziehung um?
- Wie kann es in der Beziehung weitergehen?
- Wie kann ich eine weitere Distanzierung oder Entfremdung von meinem Partner verhindern?

Festlegung klarer Ziele in kleinen realistischen Schritten

- Wir erarbeiten Grundlagen für eine faire und positive Kommunikation
- Sie lernen Gefühle des Partners wahr- und anzunehmen
- Ich helfe Ihnen Ihren Alltag neu zu strukturieren
- Sie lernen die Signale des Partners richtig zu erkennen und zu deuten



“Kommunikation ist schwierig und kompliziert, aber dies ist kein Grund, nicht mehr miteinander zu reden.“

Jan Kuschny
Kommunikationstrainer
Verhaltenstrainer
Heilpraktiker für Psychotherapie

Faire Kommunikation in der Partnerschaft



Gefühle
Konflikte
Erwartungen



ky-com
Kuschny Coaching + Kommunikation
Dr. Hans Klüber Straße 28
26133 Oldenburg
Telefon 0441 - 379 00 85
Mobil 0177- 799 40 80
info@ky-com.de

Kennen Sie das auch?

-  Zutreffendes bitte ankreuzen
- Schweigen in der Partnerschaft
 - Totschweigen von Bedürfnissen
 - Stilles Tolerieren von Konflikten
 - Unfähigkeit oder gar Angst, Probleme anzusprechen
 - Die Marotten des Partners machen mich wahnsinnig
 - Das Gefühl ein „Einzelkämpfer“ zu sein
 - Mangelnde Wertschätzung in der Partnerschaft
 - Gefühl der Hoffnungslosigkeit
 - Fehlen von körperlicher Zuneigung
 - Einer der Partner hört dem andern nicht zu oder versteht ihn nicht
 - Leichte Reizbarkeit, Aggression oder gar Gewalt statt Aussprache
 - Zukunftsplanungen laufen auseinander

Sie konnten mehr als ein Kreuz setzen?

Dann sollten wir uns kennenlernen.

**Gutschein
über 10,- Euro**

Name _____

Gegen Vorlage des ausgefüllten Gutscheins erhalten Sie einen
Nachlass auf die erste Sitzung.

Kommunikation und Konflikte in Beziehungen

Das Zusammenleben von Paaren ist ein Prozess ständigen Gebens und Nehmens. Dazu gehören Kommunikation, Emotionen, Solidarität, Sexualität und gegenseitige Hilfe in Notlagen. Beide Partner müssen davon letztlich Vorteile haben, wenn die Partnerschaft Bestand haben soll.

Eine große Bedeutung hat dabei insbesondere die Kommunikation zwischen den Partnern, da davon das Erkennen, Vermeiden und Lösen von Partnerschaftskonflikten abhängt.

Soziales Ansehen oder religiöser Glaube verhindern oft konsequente Schritte zur Konfliktbewältigung. So stellen gemeinsame Kinder oder gemeinsames Eigentum häufig einen vermeintlichen Hinderungsgrund für eine Trennung dar.

Ich helfe Ihnen

Konflikte gehören zum Leben, genauso wie Kommunikation. Diese ist immer situationsabhängig, und selten kommt beim Ändern genau das an, was man eigentlich sagen will.

Doch jeder Konflikt birgt in sich auch eine Chance zur Veränderung. Wir legen gemeinsam die Basis für einen fairen kommunikativen Umgang, um Konfliktsituationen rechtzeitig erkennen, entschärfen oder vermeiden zu können.

Ich zeige Ihnen Wege der Kommunikation,

- Kompromisse zwischen den Bedürfnissen und Erwartungen beider Partner zu finden
- die einen Beziehungs-Neuanfang ermöglichen
- sich wieder geliebt und begehrt zu fühlen
- Geben und Nehmen ins Gleichgewicht zu bringen

