

Gespräche

Gute Gespräche erhöhen die Freiheitsgrade für Ihre Lebensbewältigung

Gute Gespräche helfen Ihnen, Ihre **Beziehungen** und Partnerschaften zu vertiefen.

Gute Gespräche helfen Ihnen, Ihre **Persönlichkeit** weiterzuentwickeln. Persönliches Wachstum geschieht nicht von selbst, Sie brauchen dazu einen qualifizierten Erfahrungsaustausch.

Gute Gespräche helfen Ihnen, qualifizierte **Einstellungen**, vor allem zu kritischen Themen zu bekommen.

Gute Gespräche helfen, Ihre **eigene Situation** und die Ihres sozialen Umfeldes immer wieder neu zu reflektieren.

Gute Gespräche erhöhen Ihre **kognitive Aufnahmefähigkeit**.

Gute Gespräche helfen Ihnen, für wichtige Situationen einen **Plan B** zu entwickeln.

Gute Gespräche helfen Ihnen, **Herausforderungen** besser zu bewältigen.

Gute Gespräche können Ihre **Sinnorientierung** beeinflussen.

Wenn Sie ein **Ziel** haben oder etwas ändern wollen, ist es unabdingbar, dass Sie dabei andere Meinungen und Erfahrungen berücksichtigen. Im Alleingang können Sie nicht feststellen, ob Sie für bestimmte Aspekte blind geworden sind.

Um Ihre **Erlebnisse** zu analysieren und daraus zukunftsorientierte Erfahrungen zu entwickeln, sind Gesprächspartner mit einem anderen Horizont sehr hilfreich. (Erfahrungen sind Lernprozesse aus eigenen Erlebnissen).

Um eigene **Krisen** zu verarbeiten und sie für die eigene Weiterentwicklung zu nutzen und um wieder ins emotionale Gleichgewicht zu kommen, brauchen Sie empathische Gesprächspartner.

Gespräche mit Menschen, die alle einer Meinung sind, sind zwar angenehm, bringen Sie aber nicht weiter.

Einige Ideen für die Gestaltung von Gesprächen:

Wichtig ist, dass Sie die Gespräche mit Menschen führen, die Sie schätzen, zu denen Sie Vertrauen haben und mit denen Sie sich gleichwertig fühlen.

Achten Sie darauf, dass Sie sich auch mit anderen Generationen, Einstellungen und vor allem mit politische Meinungen austauschen.

Die Konfrontation mit Menschen anderer Kulturen, Religionen, sozialer Herkunft usw. können Sie anregen, eigenen Ansichten zu überdenken und zu stabilisieren.

In der Familie sollten Sie wichtige aktuelle und vergangene Ereignisse und Erfahrungen diskutieren. Die jungen Menschen könnten dabei lernen, dass Sie durchaus aus der Vergangenheit für die Zukunft lernen können. Wenn dabei etwas Selbstkritik der Eltern mitschwingt, trägt das sicher zu gegenseitiger Akzeptanz bei.

Gute Gespräche können Sie nur mit Menschen führen, die eine positive Grundeinstellung haben und in Lösungen denken können. Bedenkenträger, Angstorientierte, Ausredenphilosophen usw. schaden Ihnen.

Wichtig ist, dass Sie selbst – und möglichst auch Ihre Gesprächspartner – alterozentriert denken können und Empathie besitzen.

Sprechen Sie nur über Themen, bei denen Sie die Chance haben, etwas zu ändern.

Überlegen Sie sich vor einem Gespräch ein paar provozierende Thesen.

Vertreten Sie gelegentlich die Gegenposition zu Ihrer eigenen Meinung.

Nach einer intensiven Diskussion brauchen Sie eine Aufarbeitungszeit, um das Gehörte in Ihre eigene Gedankenwelt zu integrieren.

Es macht Sinn, in Ergänzung zu diesem Text den Aufsatz "Alterozentrierung" zu lesen.



© Cartoon
Erik Liebermann

Lassen Sie andere mitdenken

© Dr. phil. Dipl.-Ing. Helmut Huber

Denkzettel:

- Wenn Sie sich nur in Ihren Kreisen bewegen, bewegen Sie sich nur im Kreis
- Widerspruch macht Sie positiv kreativ
- Vertrauen überzeugt mehr als Worte
- Gemeinsame Erfolgsanalyse entwickeln Ihr Selbstwertgefühl
- Ein gutes Wort kann Beziehungen stabilisieren.
- Sie brauchen Mut, um Ihre Meinung zu ändern
- Wer Rat sucht, sucht nur einen Schuldigen
- Solange Sie sprechen, lernen Sie nichts