

Nr. 2 und Nr. 10

Kränkungen verstehen und auflösen

Informationen dazu, Reflexion und angeleitete Übungen

Friedgard Blob, Dipl. Psychologin, Tübingen

Situationen die wir als Kränkungen erleben, lassen sich auflösen, wenn wir das Gefühl gekränkt zu sein, bewusst anerkennen und mit neuer Selbstachtung und Würde, angemessen reagieren.