

Glückliche Beziehungen durch bessere Kommunikation

## **Ob Partnerschaft, Familie oder Beruf: Die „Beziehungswerkstatt“ lehrt den konstruktiven Umgang mit Konflikten**

Beziehungen machen das Leben aus. Sie bestimmen über Freude, Leid und unsere individuelle Entwicklung. Privat genauso wie beruflich. Die Bedeutung eines konstruktiven Beziehungsmanagements für Führungskräfte und Manager ist allgemein anerkannt. Mit großem Aufwand werden in Coachings und Seminaren persönliche Ressourcen mobilisiert und Techniken erlernt, um Mitarbeiter effektiv zu führen, aus Verhandlungen erfolgreich hervorzugehen und sich selbst bestmöglich zu präsentieren.

Aber wie steht es um die privaten Beziehungen von Menschen untereinander? Gibt es ein „Ehe“- oder ein „Eltern-Diplom“ (in der „Beziehungswerkstatt“ schon!)? Wie führe ich eine Partnerschaft? Sind wir gute Eltern?

Beziehungen scheitern fast immer an einer gestörten Kommunikation. „Du hörst mir nie zu“, heißt es. „Von dir höre ich ja immer nur Vorwürfe“, so die Reaktion. Hilfe wird häufig erst dann gesucht, wenn Beziehungen schon ernsthaften Schaden genommen haben, Gefühl und Vertrauen schwinden. „So weit muss es nicht kommen“, betont Daniela Fritzsche, erfahrene Familienberaterin: „Kommunikationsstrategien lassen sich erlernen.“ Ob es um den Partner geht, die Kinder, Freunde oder die Arbeitskollegen - die Diplompsychologin Daniela Fritzsche und Diplom Ingenieur, NLP-Master und Reiki-Lehrer Walter E. Fritzsche geben den Menschen in ihrer neu gegründeten „Beziehungswerkstatt“ praktische Hilfsmittel und Techniken an die Hand. Das spezifische Wissen und die notwendigen Fähigkeiten, gesunde Beziehungen aufzubauen, sind erlernbar.

Geschult werden (Ehe-)Paare, Familien, Gruppen und Einzelpersonen. Dabei geht es um die Beziehungen des Menschen zu sich selbst, um das Loslassen von negativen Erfahrungen und Einflüssen, um die Förderung einer optimistischen Grundeinstellung sich selbst und seinen Bezugspersonen gegenüber. Gearbeitet wird aber nicht nur auf der Bewusstseins-ebene: Trainiert werden Techniken in den drei Bereichen Kommunikationsfähigkeit, Konfliktlösungskompetenz und sozial-emotionale Fähigkeiten. Walter E. Fritzsche: „Konflikte sind Wissensergänzungen, die integriert werden können. Aus ihnen kann man viel lernen.“ Das Arbeiten in der Gruppe macht Spaß und löst Hemmungen. Die Teilnehmer lernen lernen. Probleme relativieren sich. Die Seminare sind für Einzelpersonen und Paare geeignet.

Der „konstruktive Umgang mit Konflikten“ ist Inhalt des ersten Seminars am 19./20. März, das am 2. und 3. April noch einmal stattfindet. Am 7./8. Mai folgt Teil 2 (Aufbau) des „konstruktiven Umgangs mit Konflikten“. Am 14./15. Mai steht das Thema „Erziehung“ im Mittelpunkt eines Seminars. Zeiten: Sa./So. jeweils 9.30 bis 17 Uhr. Das umfangreiche Angebot umfasst neben der Familienberatung auch Vorträge, Reiki, Coaching und Mediation.

Die Basisseminare finden in den Räumlichkeiten der Sprachenschule Let us Talk, in der Innenstadt von Dormagen, auf der Krefelder Straße 23, statt. Information und Anmeldung unter: Tel. 0 21 33/26 93 06 oder [www.BeziehungsWerkstatt.org](http://www.BeziehungsWerkstatt.org).

*Wenn möglich, bitte als Kasten hervorheben:*

Am 14. März, 20 Uhr, findet auf der Krefelder Straße 23 ein kostenloser Einführungsvortrag zum Thema „Umgang mit Konflikten“ statt. Ein Vortrag am 14. April vermittelt Einblicke in das Thema „Familie im Wandel“. Am 28. April geht es ebenfalls um 20 Uhr um die „Kunst des Erziehens“. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Dauer ca. 45 Minuten mit Möglichkeit zur anschließenden Diskussion.

Pressekontakt: KOCOM Kossessa Communications  
Ulrike Kossessa, Haselnussweg 6, 41542 Dormagen  
Tel. 02182/96 87, Fax: 02182/97 25  
email: [ulrike.kossessa@t-online.de](mailto:ulrike.kossessa@t-online.de), [www.kossessa.de](http://www.kossessa.de)