



Impuls für Paare

Description

Hingeschaut



Foto: Hubertus Brantzen

Positives Lebensgefühl

Zu einem zufriedenen Alltagsleben und einem positiven Lebensgefühl tragen nach dem Psychologen Klaus Glas hauptsächlich vier Aspekte bei. Das ist erstens unser Selbstwertgefühl, das von guten Gedanken geprägt wird. Es drückt sich in den Emotionen â??Ich bin wertvoll. Ich erfahre Wertschätzung.â? aus. Der zweite Aspekt ist Klarheit und Kontrolle, das sich beispielsweise durch Partnergesprache beeinflussen lässt.

>> weiterlesen: [Zeit zu zweit im Juli](#)

von *Michael Kiess*