



Sie sind hier: [Psychomeda](#) > [Psychologie-Blog](#) > [Beziehungsunfähigkeit gibt es nicht!](#)

Psychologie-Blog

Beziehungsunfähigkeit gibt es nicht!

Samstag, der 21. Dezember 2013. Beziehungsunfähigkeit gibt es faktisch nahezu nie! Wenn Menschen überhaupt `beziehungsunfähig` werden dann meistens als `sich selbst erfüllende Prophezeiung` - weil man denkt, dass man Beziehungs- unfähig ist wird man es, da man dann eben auch entsprechend denkt, fühlt, handelt in Beziehungen (bzw. auf der Suche danach). Bei Problemen mit Beziehungen, `Beziehungsstörungen` und Aufarbeitung schlimmer Erlebnissen, auch in Beziehungen, oder Verlusterfahrungen kann nahezu immer geholfen werden, z. B. mit psychologischer Hilfe.

von [Wolfgang Laub](#)

Sicherlich gibt es Erkrankungen, traumat. Erlebnisse u.a. die Beziehungsfähigkeit belasten können bzw. (zeitweise) einschränken. Aber, vor allem, gibt es auch wirklich immer berechnete Hoffnung und mögliche- auch psycholog. bzw.therapeutische- Hilfen!

Das ist wirklich wichtig zu wissen- denn viele Singles bzw. vermeintlich Betroffene von Beziehungsunfähigkeit leiden sehr darunter, teilw. auch fatal bis hin zu Suizid-Gedanken!

Kein Mensch ist aber wirklich Beziehungs-unfähig- und es gibt zudem auch immer mögliche Hilfe, Unterstützung! Bei Bedarf bzw. wenn man das möchte, auch psychologische bzw. therapeutische. Zu großen Teilen auch kostenlos in nahezu jeder Stadt, Gemeinde, von Kirchen, Selbsthilfegruppen bzw. von Krankenkassen übernommen (ebenso wie ärztliche, ggf. auch medikamentöse Hilfe, Untersuchungen).

Und `Single` sein hat ja Vorteile, ebenso wie Partner zu haben. Beides ist aber heute auch nicht einfach- auch nicht gute Freunde und Partner zu finden- und hat nicht nur Vorteile. Es heißt auch nicht umsonst Beziehungsarbeit. Das erfordert auch viel Übung, Training und oft auch (Einzel- oder Paar-) Coaching, Beratung. Probleme können - nicht müssen! - auch Wurzeln in früheren Erlebnissen oder Beziehungen haben (etwa mit Eltern, Geschwistern aber auch anderen). Auch hier gibt es aber mögliche psycholog. Hilfen. Auch um aus alten, (teilw.) wenig förderlichen- oft unbewussten- `Beziehungsmustern` bzw. `Glaubenssätzen` herauskommen und Alternativen entwickeln zu können. Und auch mehr gesundes Selbstbewusstsein. Mit dabei sich auch mehr selbst bewusst werden zu können `was will, brauche ich eigentlich im Leben` - und in Beziehungen. Was für Ziele, Träume, Bedürfnisse habe ich. Wo kann ich Kompromisse eingehen – und wo nicht, usw. So wird man auch besser passende Freunde, Partner, Zielgruppen sozusagen finden können.

Das ist auch alles andere als ein nur persönliches Problem, Phänomen- von nur Außenseitern oder Menschen mit irgendwelchen Makeln. Zumal: Nobody is perfect und alle Menschen sind schon von Natur aus ja Mängelwesen! (das, zu hohe Erwartungen an sich oder andere Menschen sind auch ein Hauptgrund für Scheitern von Beziehungen, auch daran muss man oft arbeiten, z. B. auch in psycholog. Beratung). Es gibt ja keine hässlichen Menschen, dumm geboren wird auch kein Mensch!

Selbst Menschen mit wirklichen Gen-Defekten wie bei Trisomie 21, denen früher z. B. nicht einmal Schulfähigkeit zugetraut wurde, machen mit besserer Förderung und weniger Vorurteilen gegen sie, mehr Glauben an sie- man ist ja nicht behindert, man wird behindert durch zu wenig Förderung, Unterstützung bzw. Vorurteile- heute Abitur. Und unzählige dieser (oder auch `Autisten`, `Borderliner`, `geistig Behinderte` und andere die mit ähnlichen Vorurteilen zu kämpfen haben) so oft als beziehungsunfähig geltenden Menschen haben für sie – und das ist ja entscheidend, Glück ist ja wirklich Selbstgenügsamkeit – zufrieden stellende, glücklich machende Beziehungen gefunden. Zumal, selbst wenn man sich selbst für nicht so toll oder auch etwas `crazy` hält, hier wirklich einmal F. Nietzsches Recht hatte mit seiner Einsicht `Keiner ist so verrückt, dass er nicht noch einen Verrückteren findet, der ihn versteht`.

Oft hilft auch wirklich einfach sich hier nicht von Mitmenschen `verrückt machen` zu lassen. Bzw. als `beziehungsunfähig` abstempeln. Zumal das sogar oft noch Leute tun, die vor der eigenen Haustüre kehren sollten- die auch wenig tolerant gegenüber anderen Menschen bzw. auch – ggf. ja auch etwas moderneren- Beziehungsformen sind. Bzw. einfach nur neidisch diesen bzw. tollen Menschen gegenüber. Bis hin zu Mobbing bzw. ständig runter machen. Mit dann auch nötiger (profess.) Unterstützung. Wie auch bei sehr belastenden Beziehungsproblemen, Liebeskummer, großer Einsamkeit,... Wenn z. B. ernsthafte Depressionen entstehen, mit Suizid-Risiko. Und bei so genannten Bindungsstörungen.


Zu solchen kommt es aber auch nur in recht seltenen Fällen (in der Regel allerdings nur im Kindesalter -wie so genannte Reaktive Bindungsstörung des Kindesalters bzw. Bindungsstörung des Kindesalters mit Enthemmung). Aber eben behandelbaren


Therapeuten: [Login](#) | [Logoff](#) | [Eintragen](#) 21.12.2013

Tweets

Follow

 **Psychologie-Portal** @psychomeda 23h
#Psychologie: Kurz vor dem Sex entsteht eine Blockade in meinem Kopf... bit.ly/1dX5fG4

 **Psychologie-Portal** @psychomeda 20 Dec
#Psychologie: Mein Frau spricht nicht über ihre Gefühle und ich weiß nicht mehr was ich tun so... bit.ly/1c7vMld

 **Psychologie-Portal** @psychomeda 19 Dec
#Psychologie: Ich will nicht aus Verzweiflung Suizid berehen

Tweet to @psychomeda

Weiterempfehlen

Empfehlen Sie **Psychomeda** Ihren Freunden und Bekannten [per E-Mail...](#)

Gefällt mir 625 Personen gefällt das. [Registriere dich](#), um sehen zu können, was deinen Freunden gefällt.

Qualität



Wir befolgen den [HONcode Standard für vertrauensvolle Gesundheitsinformationen](#). [Überprüfen Sie dies hier.](#)

Psychologie-News

[Beziehungsunfähigkeit gibt es nicht!](#)

Beziehungsunfähigkeit gibt es faktisch nahezu nie! Wenn Menschen überhaupt [weiter...](#)

[Leichter durch's Leben reisen!](#)

Um leichter durch unser Leben zu reisen, müssen wir manche Dinge loslassen [weiter...](#)

[Ansprechen – oder besser verschweigen?](#)

Immer wieder wird Lebensberatern die Frage gestellt, wie offen man in der [weiter...](#)

[Über das besondere Potential von künstlerischen Therapien](#)

Künstlerische Therapieformen sind in der klinischen Versorgung bereits [weiter...](#)

[Mehr News...](#)



Online-Beratung

Sie brauchen schnelle Hilfe?

Störungen- nicht Unfähigkeiten! So etwas (oder auch andere o. g. Fragen) kann man auch (zunächst) mit einem Arzt besprechen, auch ob vielleicht doch sinnvoll ist etwas, evtl. auch psychologisch, therapeutisch, aufzuarbeiten bzw. zu behandeln. Weiteres kann dann auch nur vor Ort, persönlich konkret besprochen bzw. untersucht werden. Hier kann ein Artikel, Ratgeber alleine sicher nie genug helfen. Zumal ja z. B. auch Stoffwechselstörungen oder dergleichen, organische Ursachen auch zu z. B. depressiven Erscheinungen führen, die auch Beziehungen beeinflussen können. Das muss ärztlich untersucht werden, auch als Grundlage – bzw. vorab Abklärung – für psycholog. Hilfen.

Hilfe, Unterstützung ist aber wie gesagt auf jeden Fall möglich.

Ich wünsche all the best, auch in jeder Beziehung ...

Wolfgang Laub
(Dipl.-Pädagoge, Umgangspfleger, Sozialmanager, System. Berater/ Therapeut ,
Heilpraktiker für Psychotherapie)

Tags: Beziehungsunfähigkeit, Krise, Single, Einsamkeit, Beziehungsstörung

Weitere Artikel

[Lösungen finden: 20-Minuten-Interview...](#)

[Alternative Therapien bei Allergien...](#)

[Zwiesgespräche nach Michael Lukas Möller in der Paartherapie...](#)

Copyright © 2008-2013 Psychomeda
[Über Psychomeda](#) | [Nutzungsbedingungen & Datenschutz](#) | [Impressum](#)
letzte Änderung: 12/21/2013 18:14:15