

# Kommunikation

- Diskutiere nicht mit Familie, Freunden oder anderen, die unterschiedliche Meinungen haben. Es ist sinnlos zu streiten und kann manchmal verletzend sein.
- Es ist schwer, jemanden dazu zu bringen, dir zuzuhören, selbst wenn du recht hast. Es ist nicht nötig, dich selbst zu beweisen. Die Wahrheit braucht manchmal viel Zeit, um sich durchzusetzen.
- Strebe nach Gemeinsamkeiten, während du Unterschiede respektierst.
- Sprich mit Menschen über Themen, die sie mögen.
- Schätze Unterschiede. Meine Meinung ändert sich alle paar Jahre. Jeder hat einen unterschiedlichen Hintergrund und eine andere Denkweise. Keine zwei Menschen haben genau die gleichen Gedanken oder Meinungen zu allem.
- Sei toleranter und kontrolliere dich selbst. Bleibe zunächst ruhig.
- Versuche zu beobachten, was gute Kommunikation ausmacht und was nutzlose Kommunikation ist.
- Versuche, weniger Anerkennung von anderen zu suchen.
- Engagiere dich weniger in Wunschdenken. Gib den Menschen, was sie wollen. Wenn du das nicht kannst, tritt einfach beiseite und konzentriere dich auf dein Leben.
- Die Methode und Häufigkeit der Kommunikation sind wichtig. Versuche, dich an andere anzupassen. Man kann digitale Mittel oder face-to-face-Kommunikation nutzen. Man kann mit der Öffentlichkeit, einer Gruppe oder im Einzelgespräch kommunizieren.
- Für digitale Kommunikation kann man Text, Bilder oder Videos verwenden. Man kann verschiedene Software und Sprachen nutzen, um zu kommunizieren.
- Was die Häufigkeit betrifft, kannst du stündlich, täglich, jährlich oder alle paar Jahre mit Menschen kommunizieren.
- Für Offline-Kommunikation passe dich den Bedürfnissen anderer an. Selbst für deine engsten Freunde können die Häufigkeit, der Ort oder die Form der Kommunikation variieren.
- Konzentriere dich auf dein Leben und kommuniziere mit Menschen, die dich führen, inspirieren und dir etwas beibringen können.