

Konflikte - Eskalation - Stress

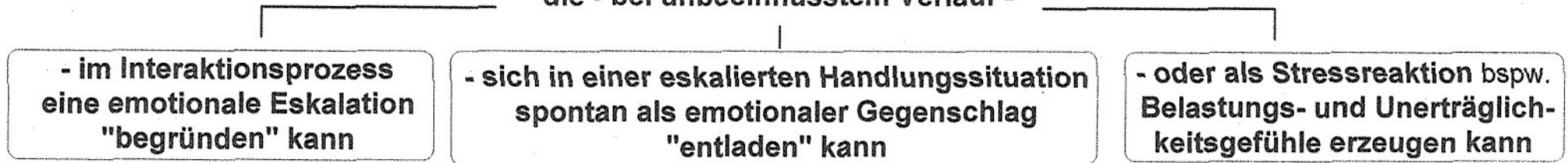
- Die Bedeutung der Emotionalität zur Stress- und Konfliktbeeinflussung



Darauf bezogen entsteht bzw. entwickelt sich oft

* eigene ungünstige Emotionalität - wie bspw. schlechte Laune, Ärger, Empörung, Wut u.a. -

die - bei unbeeinflusstem Verlauf -



Als typische Eskalations-/Stressanzeichen im konkreten Konflikt gelten:
- körperlich: hoher Puls, hektische Röte, Atem anhalten, Blickfixierung, Distanzverkürzung u.a.
- sprachliche Anzeichen: Lautstärke, Stottern, verbale Konter o.ä.

