

Några anledningar till att en människa är "besvärlig"

1. Du själv

- ❑ uppfattar inte den andre korrekt
- ❑ projektioner av egna problem och misshagliga personlighetsdrag
- ❑ orimliga förväntningar
- ❑ du bemöter den andre på ett så otrevligt sätt att denne svarar med samma mynt
- ❑ du har själv med ditt beteende *lärt* personen att vara på detta vis mot dig

2. Relationen/interaktionen

- ❑ Bristande relationsfärdigheter som leder till missuppfattningar, besvikelse och antipati.

3. Situationen

- ❑ Stress, konkurrens, i "systemet" inbyggda och ofrånkomliga konflikter, orättvisor.

Några anledningar till att en människa är "besvärlig"

4. Den andre

- ❑ kroppslig sjukdom (hjärntumör, demens, stroke)
- ❑ **missbruk**, abstinens)
- ❑ psykiskt sjuk (**depression**, psykos, mani, **ångestsjukdom**).
- ❑ någon form av **kris**.
- ❑ lider av kverulansparanoia eller rättshaverism.
- ❑ uppfattar och tolkar oss och våra intentioner felaktigt.
- ❑ har **orimliga förväntningar** på livet och andra människor, och dömer därmed sig själv till olycka. Perfektionism är ingen framkomlig väg mot lycka, sinnesfrid och goda relationer.
- ❑ personlighetsstörning (**narcissism**, **borderline**, **psykopati** m fl).
- ❑ neuropsykiatrisk problematik (**ADHD**, **Aspergers syndrom**, **låg begåvning**).
- ❑ brister i uppfostran. Personen **är** på ren svenska faktiskt ohyfsad och otrevlig.

Frågor:

- ❖ Vilka av ovanstående orsaker är den "besvärliges" eget fel?
- ❖ Vad ska åtgärdas med kritik? Pedagogik? Autentisk feedback?