

Podcast rund um toxische Beziehungen: theoretische und praktische Hilfe zur Selbsthilfe und Differenziertheit in diesem medial oft als Trend behandelten Themenfeld

Manipulationen in Beziehungen sind oft subtil und dadurch umso verstörender. Die Diplom-Psychologin und Autorin Turid Müller kennt das Problem aus fachlicher Sicht und aus eigenem Erleben. In ihrem Podcast *#mutigesherz – Selbsthilfe-Podcast rund um toxische Beziehungen* plaudert sie aus dem Nähkästchen, gibt Psychologische Hilfestellung und verrät, was sie auch in Coachings empfiehlt: Von den Basics zum Thema Narzissmus über die Frage wie man sich aus solchen Partnerschaften befreit bis hin zur „Beziehung danach“ ist für alle was dabei! Der Podcast gibt locker und fundiert theoretische und praktische Hilfe zur Selbsthilfe. Dabei ist es ihr ein Anliegen, einerseits für missbräuchliche Dynamiken zu sensibilisieren und gleichzeitig einen differenzierten Blick auf das Trend-Schlagwort „toxisch“ zu werfen.

Turid Müller hat selbst erlebt, was es heißt, in einer toxischen Beziehung zu stecken und dass, obwohl sie selbst Psychologin ist. Sie hat ein Buch zum Thema verdeckten Narzissmus geschrieben, einen Onlinekurs für sinnsucher.de konzipiert und begleitet in Coachings und Trainings Menschen aus dysfunktionalen Beziehungen heraus in gesunde Verbindungen. Sie ist regelmäßiger Gast im Podcast „Familie bleiben“ und in vielen anderen Sendungen, wie zum Beispiel „Freundschaft Plus“. In ihrem eigenen Channel erscheint jede Woche eine neue Folge – überall, wo es Podcasts gibt. Der Podcast ist interaktiv. Fragen von Lesenden und Teilnehmenden des Onlinekurses und der LitLounge werden auf diesem Wege ausführlich beantwortet.

Folgen - Beispiele

- Die Beziehung danach
- Sex mit dem Ex
- Narzissmus am Arbeitsplatz
- Paartherapie
- Sexuelle Teufelskreise
- Emotionale Flashbacks
- Richtig streiten



Den Podcast finden Sie hier: <https://turid-mueller.de/mutigesherz> ,
<https://mutigesherz.podigee.io> , <https://www.youtube.com/@turidmueller>
und überall, wo es Podcasts gibt.