

Andrew Newberg und Mark Robert Waldman

# Die Kraft der Mitfühlenden Kommunikation

Wie Worte unser Leben ändern können

Aus dem Amerikanischen von  
Dagmar Mallett

KAILASH  


# Inhalt

Vorbemerkung der Autoren.....	7
-------------------------------	---

## Teil 1

### **Die Belege: Kommunikation, Bewusstsein, Zusammenarbeit und Vertrauen aus neurologischer Sicht**

1 Eine neue Art des Gesprächs .....	11
2 Die Macht der Worte .....	33
3 Die vielen Sprachen des Gehirns .....	51
4 Die Sprache des Bewusstseins.....	67
5 Die Sprache der Zusammenarbeit .....	93
6 Die Sprache des Vertrauens.....	105

## Teil 2

### **Die Strategien: Wie man neue Kommunikationsfähigkeiten entwickelt**

7 Innere Werte – Die Grundlage eines bewussten Lebens.....	123
8 Zwölf Schritte zu persönlicher Nähe, Kooperation und Vertrauen.....	141
9 Mitfühlende Kommunikation – Die Umerziehung des sozialen Gehirns.....	169

**Teil 3**

**Die Anwendung: Effektive Kommunikation  
in der Praxis**

10 Mitfühlende Kommunikation mit geliebten Menschen . . . .	189
11 Mitfühlende Kommunikation am Arbeitsplatz . . . . .	207
12 Mitfühlende Kommunikation mit Kindern . . . . .	223
Dank . . . . .	235

**Anhang**

Forschungsstudie zur mitfühlenden Kommunikation. . . . .	237
Anmerkungen . . . . .	239
Register . . . . .	281