

Inhalt : Worte wirken Wunder

Einführung	7
Danksagung	8
Zu den Übungen	9

I. Reden mit Worten und ohne Worte

Eins: Ich höre was, was du nicht hörst

1. Reden	13
2. Motive	19
3. Spielregeln	26
4. Gewohnheiten	31

Zwei: Eine Minimaethik guter Kommunikation

5. Wahrheit und Lüge	35
6. Verletzen und Inspirieren	41
7. Klatsch und Tratsch	47
8. Geschwätz	51

Drei: Erste Schritte und Stolpersteine

9. Erwartungen	57
10. Höflichkeit	61
11. Üben, üben, üben	65
12. Fallen	69

II. Lernen, leben, streiten

Vier: Von anderen lernen

13. Eltern und Kinder	74
14. Vorbilder	78
15. Hierarchien, Rollen, Masken	81
16. Austausch macht weise	88

Fünf: Miteinander leben

17. Beziehungen stiften	93
18. Versprechen	97
19. Verzeihen	102
20. Ich und Du: Neue Lebensformen	106

Sechs: Streiten

21. Zum Streiten gehören zwei	113
22. Wer ist schuld?	117
23. Mangel und Streit	121
24. Politische Konflikte	124

III. Heilen

Sieben: Verbundenheit

25. Liebe	129
26. Freude	133
27. Mitgefühl	136
28. Gelassenheit	141

Acht: Worte der Wahrheit

29. Worte wirken Wunder	144
30. Singen, beten, rezitieren	148
31. Die Macht der Worte	152
32. Reden mit Herz und Verstand	158

Anhang

Die Übungen im Überblick (alphabetisch)	161
Leseempfehlungen	163