



Institut für Zukunftskompetenzen
Institute for Future Competences

... Mitgefühl - Erfolg mit Gefühl ?

... diskutieren Sie noch - oder fühlen Sie schon?

Seit einigen Jahren wird auf spannendste Weise erforscht, wie unser Fühlen unsere Entscheidungen und unsere sozialen Kompetenzen beeinflusst. Professor Singer, Direktorin des Max-Planck-Instituts, Abteilung Soziale Neurowissenschaft, gab vor kurzem ein ebook zum Thema "Mitgefühl lässt sich trainieren" heraus. Die Forschungen wollen herausfinden, wie unser Gehirn wahrnimmt, was andere fühlen und denken. Das Erstaunliche daran ist aber der Beweis, dass man Mitgefühl erlernen und trainieren kann! Es ist also in einer gefühlkalten Umgebung noch nicht alles verloren! ;-)

"Das Mitfühlen mit allen Geschöpfen ist es, was den Menschen erst wirklich zum Menschen macht."
(Albert Schweitzer)

Es ist jedoch nicht für die Umwelt von Vorteil, Mitgefühl zu entwickeln, sondern vor allem für den Mitfühlenden selbst: "das Gehirn aktiviert Netzwerke, die mit positiven Gefühlen und Belohnung einhergehen und das trägt wesentlich zur Verbesserung der Gesundheit bei!" (Singer - wissenschaftlich in den Studien erwiesen)

"Das Mitleid ist die wahre Quelle aller echten Gerechtigkeit und Menschenliebe."
(Arthur Schopenhauer)

Es ist also anscheinend so, dass es uns selbst tatsächlich gut tut, wenn wir mit anderen mitfühlen können! Daraus ergibt sich aber, dass unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit damit zusammenhängen, ob es anderen auch tatsächlich gut geht!

... Das ist für mich eine interessante Entwicklung, die es wert ist, genauer überdacht zu werden. Denn - wenn wir uns mehr und mehr als "Weltbürger" verstehen wollen oder müssen, würde diese Kompetenz tatsächlich ein wesentlicher Faktor sein, um adäquat mit der Umwelt umgehen zu können. Und wenn es "erwiesenermaßen" für die eigene Gesundheit relevant ist, würden viele Krisen weltweit zukünftig ein "No-Go" werden.

"Freude an der Freude und Leid am Leid des Anderen, das sind die besten Führer der Menschen."
(Albert Einstein)

Haben Sie also noch "gefühlarme" Kollegen oder Kolleginnen oder Chefs etc. um sich? - empfehlen Sie das Buch: "Mitgefühl - in Alltag und Forschung" von Tania Singer & Matthias Bolz oder schicken Sie sie gleich zu einer wissenschaftsbasierten Mitgefühlsschulung!

Aber besonders wichtig wäre es wohl, am eigenen Gefühlsleben zu arbeiten...

mit gefühlvollen Grüßen,

Ihre

Cornelia Scala-Hausmann

PS: Wenn Sie keinen Newsletter mehr möchten, tragen Sie sich bitte ganz unten aus.



Wordpress-Block: www.zukunftskompetenzen.at/blog/

[Zur Person & News >> lascala](#)



<http://zukunftskompetenzen.awm.at>

***** **NÄCHSTE TERMINE** *****

ab 26. September 2014 in WIEN:

Ausbildung zur Integral-Systemischen Aufstellungsmethode speziell für Zukunftsthemen der Wirtschaft:

Anmeldung bitte bei scala-hausmann@zukunftskompetenzen.at

[>> weitere Details zur Integral-Systemischen Ausbildung am 26. - 28. September 2014](#)

25.-27. September 2014

**Training „Dynamic Facilitation“, Kärnten
Ko-kreativ zu neuen Lösungen gelangen**

- effektive Gestaltungsprozesse für gegenwärtige und künftige Herausforderungen moderieren,
- innerhalb kurzer Zeit die Weisheit der Teilnehmenden als Potential für passgenaue Lösungen nutzen und
- im gemeinsamen Denkfluss neue Möglichkeiten schöpfen können.

[>> Details download](#)

Die TrainerInnen sind Dr.in Rita Trattnigg und Dr. Thomas Haderlapp, die auch den ersten landesweiten Kärntner BürgerInnenrat initiiert und organisiert haben. Die Ergebnisse wurden beim DialogZukunft im Rahmen der Tage der Zukunft 2014 in Ossiach präsentiert.

Anmeldung: schellander@zukunftskompetenzen.at

17.-21. September 2014

<< klick for info

19. September 2014

<< klick for info

14. November 2014



<< Klick for info

FERN-Lehrgang zum COACH für Zukunftskompetenzen!

In Freiheit lernen, was Spaß macht!

Sie können unsere Ausbildung zum Coach für Zukunftskompetenzen auch als Fernlehrgang besuchen!

Durch immer flexiblere Arbeitsanforderungen und Lebensgestaltungen ist die Fernlehre auf dem Vormarsch. Doch auch hier ist Qualität und persönliche Betreuung Voraussetzung für uns. Und das zu einem unglaublich günstigen Preis! **Lernen Sie unabhängig und ohne Fahrt- und Nächtigungskosten an jedem Ort Ihrer Wahl!**

[>> Übersicht download](#)

Jedes Modul kostet nur EUR 150,- nachfolgend die Details:



[weiter lesen >>](#)

Vernetze Dich mit uns:



