

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1
2	Innenschau: Die Ökologie des Menschen	3
2.1	Die Landkarte der Einflüsse	4
2.2	Von Ambivalenz, durch den Konflikt zur Heilung	9
2.3	Methoden einer gesunden (Selbst-)Führung	12
2.3.1	Dialog	13
2.3.2	Gewaltfreie Kommunikation	17
2.3.3	Medi(t)atives Denken	20
2.3.4	Konfliktkompetenz in der Führung	23
2.3.5	Themenzentrierte Interaktion	27
2.4	Die gesunde Organisation	28
2.5	Fazit	32
2.6	Übungen	32
2.6.1	Plurale Identität	32
2.6.2	Rahmenbedingungen für Arbeitsprozesse	33
2.6.3	Resilienz	34
2.6.4	Lebenskonzept	34
3	Zusammengefasst: Lass uns miteinander reden!	37
	Literatur	43