

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Die Natur als Vorbild	4
1.2	Der Mensch in der Organisation	6
1.3	Veränderung ist immer emotional	7
2	Überblick zum Veränderungszyklus	13
3	Die Dämmerung einer Veränderung	19
3.1	Die archäologische Suche	22
3.2	Achtsamkeit als Basis	26
3.3	Die Dämmerung nutzen	29
4	Die Erkenntnis	35
4.1	Der ehrliche Blick	39
4.2	Positive Verstärker	43
4.3	Perspektivwechsel	46
5	Der erste Schritt	49
5.1	Hauptsache Sie tun etwas	52
5.2	Lustangst – die Motivation	56
5.3	Experimentieren und scheitern	59

VIII Inhaltsverzeichnis

6	Sie müssen nicht alles allein schaffen!	63
6.1	Hallo, blinder Fleck	66
6.2	Adler und Pinguine	71
6.3	Anker im Sturm	73
7	Eine Richtung finden	77
7.1	Sich selbst zuhören	80
7.2	Fühlbare Orientierung	83
7.3	Loslassen – der Preis jeder Veränderung	86
8	Die geraden Wege sind nicht immer die besten	91
8.1	Querdenken erwünscht	95
8.2	Vertrauen in ein gutes Ende	98
8.3	Anfänger sein dürfen	100
9	Die Masse bewegt sich	105
9.1	Die Macht der Menge	108
9.2	What's in for me?	111
9.3	Der Virus des Neuen	115
10	Und dann geht alles von vorne los	119
10.1	Die Haltung entscheidet	121
10.2	Der Dauerbrenner Kommunikation	124
10.3	Plädoyer für den Humor	126
11	Fazit	129
11.1	Machen wir es wie die Ameisen	131
11.2	Der ganze Mensch	132
11.3	Gemeinsam macht es mehr Spaß	134
	Literatur	137