

Inhalt

Geleitwort	5
1 Krise und Intervention	8
1.1 Zyklische Krisenbearbeitung	9
1.2 Krisenbewältigung für Mutige	13
1.3 Fitness für die Krisenbearbeitung	19
2 Unproduktive Denkmuster überwinden	29
2.1 Kreislauf des Denkens	32
2.2 Mentales (Selbst-)Management	38
3 Fallbeispiele der Krisenintervention	41
3.1 Fall 1: Produktive Teamarbeit ermöglichen	41
3.2 Fall 2: Mitfühlen und nicht mitleiden	47
3.3 Fall 3: Das Kind gemeinsam schützen	52
3.4 Fall 4: Sich durch den Dschungel der Coronakrise kämpfen. . .	57
3.5 Fall 5: Stolperfallen der Aufsichtspflicht umgehen	62
3.6 Fall 6: Konfliktklärung bei Mobbing	66
3.7 Fall 7: Die Sandwich-Position erfolgreich meistern.	69
3.8 Fall 8: Gewappnet für ökologische Herausforderungen	72
4 Veränderungen aktiv gestalten	76
4.1 Change – Chance.	80

Inhalt

5	Bruchstellen in Stärke verwandeln	87
5.1	Kintsugi – Goldverbindung	90
5.2	Kintsugi für die Teamarbeit	92
5.3	Kintsugi für das (Arbeits-)Leben	97
6	Sind Krisen wirklich unumgänglich?	
	Gedanken über Krisenprävention	
	<i>(Wolfgang Hein)</i>	102
6.1	Vertrauen und Krise, Krise und Vertrauen	103
6.2	Ist das nun schon eine Krise?	105
6.3	Risikomanagement	109
6.4	Die Rolle der Achtsamkeit	111
6.5	Fazit	112
	Nachwort	114
	Literatur	116
	Autoreninfo	119