

# Inhalt

<b>Einblick</b> . . . . .	<b>7</b>
<b>STARK DURCH KRISEN GEHEN</b> . . . . .	<b>11</b>
Warum gerade ich? . . . . .	12
Alles wird gut . . . . .	35
Nur nicht den Kopf verlieren! . . . . .	49
In Krisen hilft Helfen! . . . . .	66
Never walk alone! . . . . .	74
Bloß nicht hängen lassen! . . . . .	81
<b>STARK DURCH KRISEN WERDEN</b> . . . . .	<b>91</b>
Zurück in die Komfortzone . . . . .	91
Das Krisenkarussell dreht sich weiter . . . . .	107
Stehaufmännchen . . . . .	132
Der Wendepunkt . . . . .	138
Wachsen an der Krise – Schritt für Schritt . . . . .	144
Der Lebenserfahrungsschatz . . . . .	170
<b>STARK DURCH KRISEN IM TEAM</b> . . . . .	<b>187</b>
Wie aus einer Gruppe ein Team wird . . . . .	188
Erfolgsfaktoren eines agilen Teams in der VUCA-Welt . . . . .	233
Positives Denken kann tödlich sein – auch im Business . . . . .	254

<b>Ausblick . . . . .</b>	<b>265</b>
<b>Dank . . . . .</b>	<b>293</b>
<b>Ausgewählte Literaturhinweise . . . . .</b>	<b>295</b>