
Inhaltsverzeichnis

Stabilität auf schwankendem Boden – Eine Einführung	1
Ute Hagehülsmann	
 Teil I Leben in Gemeinschaft als sicherer Boden	
Stabilität auf schwankendem Boden gemeinsam schaffen	7
Ilonka Etzold	
Willkommen in der Herde!	17
Bettina Jellouschek-Otto	
Eine neue Schule muss her!	27
Wolfgang Kausler	
Glück im Quartier	37
Franz-Ferdinand Kress	
Gesichter der Krise: Eine Begegnung	45
Peter Rudolph	
 Teil II Individueller Umgang mit Unsicherheit	
Das Narrativ der „Hilfreichen Hilflosigkeit“: Positive Transaktionsanalyse und der Feel-Think-Act-Zyklus	67
Henning Schulze und Klaus Sejkora	
Selbstregulation als Grundlage für Autonomie – Ein traumasensibler Ansatz zum Umgang mit den Herausforderungen unserer Zeit	85
Julia Breuer	
Posttraumatisches Wachstum – oder: die Geschichte des vergoldeten Gefäßes ..	95
Sonja Holzner-Michna	

Wenn die Welt in Trümmern liegt – Erste Hilfe für die Seele.	121
Kirsten Jetzkus	
Ressource oder Realitätsflucht? Gaming unter Kindern und Jugendlichen in Zeiten von Unsicherheit und Krisen.	129
Jessica Kathmann	
Wie der achtsame Umgang mit gegenwärtigem Geschehen die psychische Stabilität erhöht	141
Martin Mirbizaval	
Funktionen irrationaler Überzeugungen in instabil erlebter Welt <i>oder</i> Warum es so schwierig ist, mit rationalen Argumenten andere von ihrem Irrtum zu überzeugen.	149
Birgitt Wiarda	
 Teil III Persönlichkeit und Kooperation	
Ich-Entwicklung und Umgang mit Unsicherheit – welchen Einfluss hat persönliche Reife?	163
Thomas Binder und Luise Lohkamp	
Führen in unsicheren Zeiten mit Wertschätzung zu mehr Stabilität.	183
Kyra Dohrin	
Stabiler Boden für Teamzusammenarbeit in Zeiten des ständigen Wandels	193
Liliane Grandpierre	
Resilienzstärkung durch Teams: von Implosionen zu befriedigender Arbeit angesichts widriger Umstände.	205
Christine Morgenroth	
 Teil IV Gesellschaftliche Aspekte	
Kontingenz Aushalten.	223
Heiko Konrad	
Resilienz und Antifragilität – 10 Hypothesen zu neuen Paradigmen für Individuen, Organisationen und Gesellschaft	235
Günther Mohr	
Nachhaltiges Glück: Lebensqualität und Stressbewältigung im Einklang mit ökologisch verantwortlichem Handeln.	257
Juliane Seeringer und Christian Seeringer	

Teil V Philosophisch-spirituelle Ansätze

Stufen des psychischen Stabilisierens 267

Rolf Balling

**Die verwaiste Gegenwart: Eine kleine Skizze der großen
Weltverbesserungshaltung 279**

Alexander Poraj

Aufrechter Gang auf schwankendem Grund 293

Uto Meier und Christoph Seidenfus