

Inhaltsverzeichnis

Teil I Theorie und Praxis der Veränderung

1	Kurz erklärt	3
1.1	Historie und Intention der Theorie U, Kontext Change-Management	6
1.2	Abwärtsbewegung – Wendepunkt – Aufwärtsbewegung	15
1.3	Inspirationen zum besseren Verständnis	37
	Literatur	45
2	Coaching – individuelle Veränderungen begleiten	47
2.1	Den Rahmen gestalten	48
2.2	Mit Widerständen umgehen	56
2.3	Einen Prozess gestalten	63
	Literatur	72
3	Beratung – Veränderungen in Gruppen/Organisationen gestalten	73
3.1	Mini: Ein U-Prozess in wenigen Stunden	75
3.2	Midi: Ein U-Prozess in wenigen Tagen	83
3.3	Maxi: Ein U-Prozess in mehreren Monaten	100

V

VI Inhaltsverzeichnis

3.4	Mehr Methoden	105
	Literatur	119
4	Was brauche ich dafür?	121
4.1	Zuhören lernen	122
4.2	Schreiben/Journaling praktizieren	138
4.3	Ideen finden und visualisieren	150
	Literatur	161
5	Theorie U & Friends	163
5.1	Berührungspunkte mit WOL – Working Out Loud	164
5.2	Schnittstellen zu Design Thinking und agilen Methoden	170
5.3	Das kommt mir bekannt vor aus „Start with Why“ (Simon Sinek)	179
	Literatur	186
 Teil II Gespräche über Veränderung		
6	Dialog-Interview als Methode	191
7	Michael Groß: Change is my Life	193
8	Byung-Hun Park: Change@Viessmann	201
9	Anke Anderie: Change@HR	209
10	Martina Witzel: Change@Pharma	219
11	David Hillmer: Change meets Agility	227
12	Patrick Kinzler: Change@Theorie U?	237
Epilog: Und nun? Anwendung und Vertiefung		243