

Inhaltsverzeichnis

1	Wissen führt zum Erfolg	1
	Reinhold Bartha	
2	Menschen und Organisationen reagieren unterschiedlich auf Stress	25
	Hans-Harry Bittner	
3	Mythos Glück – Warum der Sinn Ihres Lebens täglich an die Haustür klopft	39
	Peter Buchenau	
4	Chefsache Egoismus. Die Dos und Don'ts.	55
	Ralf Gasche	
5	Entspannt erfolgreich mit System in die Märkte von morgen	83
	Johannes Glatzle	
6	Die Körpersprache	101
	Michael Hannig	
7	Selbst-Führung und Gesundheit	111
	Yvonne Natascha Heum	
8	Führungskräfte sind in einer Sandwich-Position zwischen Unternehmens- leitung und Teams	131
	Gudrun Holtz	
9	Entschlossen und dabei gelassen: Der gesündere Weg zur Zielerreichung .	149
	Bernhard Kipper	
10	Resilienz und Bewegung	171
	Bärbel Langer	

11	Veränderungsfreude statt Veränderungsfrust – Die Kunst der „gesunden Veränderung“	191
	Dieter Lederer	
12	Warum gesunde Kommunikation Chefsache ist	215
	Dagmar Möbius	
13	Mit 7 Leitfragen zur leidenschaftlich authentischen Führungskraft	239
	Elisabeth Pine	
14	Die Stufen zur Achtsamkeit im Unternehmen	259
	Bettina Sabath	
15	Pflegebedürftigkeit und Beruf mit der Gesundheit vereinbaren – Mitarbeiter mit pflegebedürftigen Angehörigen in häuslichen Pflegesituationen . .	281
	Birgit Vosseler	