

Inhalt

7	Vorwort
17	Warum uns Emotionen selbstbewusster machen
33	Warum es keine „Kopf- oder Bauchmenschen“ gibt
53	Warum vermeintlich negative Emotionen wichtig sind
69	Warum Intelligenz mehr ist als ein IQ-Wert
89	Warum emotionale Intelligenz unsere Resilienz steigert
103	Warum wir uns wie Hochstapler*innen fühlen – manchmal zumindest
117	Warum wir Mitgefühl mit uns selbst haben sollten, um Empathie zu leben
133	Warum Gefühle einen Gender Bias haben
145	Warum Kommunikation immer emotional ist
165	Warum uns Glück gesünder und erfolgreicher macht
187	Warum Werte ein Kompass für unser Leben sein können
205	Warum die Arbeitswelt der Zukunft emotional ist
219	Warum aus „Human Resources“ „Human Relations“ werden sollten
231	Warum Leadership etwas ist, das wir alle leben können
245	Nachwort
252	Danksagung
253	Quellen