

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