

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	
Über die Tücke von Trend-Wörtern	6
Einleitung	
Der gegenwärtige Zukunftsschock	9
Erstes Kapitel	
Der MEGATREND INDIVIDUALISIERUNG oder die historische Suche nach dem Ich	13
Zweites Kapitel	
Die zentralen Einflusstrends für SELFNESS	23
Drittes Kapitel	
SELFNESS-Tools. Das Selbst als Entwicklungs-Erzählung	45
Viertes Kapitel	
Wellness und Selfness als kohärente Evolution	57
Fünftes Kapitel	
Der Selfness-Markt	69
25 Geschäftsmodelle, die den Selbstveränderungs-Trend ankündigen	
Kleines Selfness-Wörterbuch	86
Anhang: Indikatoren	87