
Inhaltsverzeichnis

Einleitung	1
1 Die Perspektivität erkennen (können)	10
2 Vom Unterschied her lernen (können)	51
3 Selbstlernen vorbereiten, anstoßen und üben (können)	64
4 Sich seiner emotionalen Programme bewusst werden (können)	122
5 Ressourcen nutzen (können)	151
6 Biografiekompetent werden (können)	174
Der Hintergrund: Ein systemischer Ansatz zum Lernen Erwachsener	197
Literatur	208