

Inhalt

1. Vom Kollegen zum Vorgesetzten	13
1.1 Nachwuchskräfte – der Sprung in die Führungsebene	14
1.2 Zwischen Kollegialität und Autorität	15
1.3 Warum sind Führungspositionen überhaupt so begehrt?	16
1.4 Aktiver Einstieg – das Kickoff-Meeting.....	17
1.5 Duzen oder Siezen?	18
1.6 Die ersten hundert Tage	18
1.7 Vorsicht, Klippen!.....	21
1.8 Im Einklang mit der Kultur des Unternehmens.....	22
1.9 Was ist das eigentlich: „Durchsetzungsvermögen“?	23
1.10 Führungstugenden	24
2. Die Persönlichkeit von Führungskräften	31
2.1 Persönlichkeitsentwicklung durch Verantwortung	34
2.2 Selbstbild und Fremdbild	35
2.3 Alte Botschaften in uns	37
2.4 Energiegeber.....	39
2.5 Wie der Erfolg die Persönlichkeit formt	39
2.6 Sind Ausstrahlung und Charisma erlernbar?	40
2.7 Die Kunst des Selbstmanagements	42
3. Motivation	47
3.1 Die Wechselwirkung von Selbst- und Fremdmotivation	49
3.2 Alles hat seinen Preis	52
3.3 Wie motiviere ich andere?.....	56
3.4 Das Modell der Leistungsmotivation	58
3.5 Vom Segen klarer Strukturen.....	61
3.6 Eindeutige Vereinbarungen treffen	61
3.7 Der Zusammenhang zwischen Motivation und Leistung.....	61
3.8 Fördern und fordern – nicht überfordern!	62
3.9 Adrenalin pur: Führen durch eigenen Erfolg	64

4. Führungsalltag: Verschiedene Gesprächsarten mit Mitarbeitern	67
4.1 Gespräche führen heißt: durch Gespräch führen.....	69
4.2 Das Konfliktgespräch.....	72
4.3 Das Motivationsgespräch	74
4.4 Das Zielvereinbarungsgespräch	78
4.5 Das Mitarbeiterjahresgespräch.....	80
5. Umgang mit Kritik und Konflikten	85
5.1 Konfliktmanager dringend gesucht!.....	90
5.2 Führung braucht Feedback	92
5.3 „Ihr Feedback, bitte!“	93
5.4 Der Unterschied zwischen konstruktiver und destruktiver Kritik	94
5.5 Unangenehmes übermitteln – aber wie?.....	96
5.6 Keine einsamen Entscheidungen!	96
5.7 Kritik der Mitarbeiter	98
5.8 Kritik des eigenen Vorgesetzten	100
5.9 Offene und versteckte Drohungen – was tun?	102
5.10 Sanktionen – ein zweischneidiges Schwert	104
5.11 Der Gutsherr und der Gärtner	107
6. Auf zu neuen Ufern! – Veränderung im Unternehmen	111
6.1 Outsourcing, Fusionen, Neu-Strukturierung – Wechsel als Dauerzustand..	114
6.2 Die Rolle der Angst bei Veränderungen	116
6.3 Worauf bei Veränderungen zu achten ist.....	119
6.4 Die sieben Phasen in Veränderungsprozessen.....	122
6.5 Vier Lektionen für Veränderung	125
6.6 Im Zentrum des Taifuns: Was muss unabänderlich bleiben?.....	125

7. Vom gesunden Ausgleich – Work-Life-Balance für Führungskräfte	127
7.1 Die Kunst, sich abzugrenzen	129
7.2 Was tun gegen Überforderung?	130
7.3 Der Stress-Teufelskreis.....	132
7.3 Kleine Oasen des Glücks	134
7.4 Warum Hingabe und Begeisterungsfähigkeit das Führen erleichtern.....	137
7.5 Spannung und Entspannung: Wie Führungskräfte den Burnout vermeiden.....	138
7.6 Antistress-Übungen, die keiner mitkriegt	140
Nachwort.....	145
Informationen zur Autorin	147