

Diana von Kopp

Führungskraft – und was jetzt?

Vom Kollegen zum Vorgesetzten:

Den Rollentausch meistern,

Lösungen aus Psychologie und Praxis

Springer

Inhaltsverzeichnis

1	Selbstführung	1
	<i>Diana von Kopp</i>	
1.1	Motive	3
1.1.1	Motivarten	4
1.1.2	Motive veranlassen uns, Situationen aufzusuchen	5
1.1.3	Situationen können Motive aktivieren	6
1.1.4	Motivkombination	6
1.1.5	Leistungsmotiv	7
1.1.6	Machtmotiv	10
1.1.7	Anschlussmotiv	13
1.1.8	Motivtypen und Persönlichkeit	15
1.1.9	Motivspezifische Motivation	16
1.2	Innere Antreiber	18
1.2.1	»Sei perfekt!«	18
1.2.2	»Streng dich an!«	20
1.2.3	»Mach schnell!«	21
1.2.4	»Mach es allen recht!«	22
1.2.5	»Sei stark!«	23
1.2.6	Schnellcheck innere Antreiber	24
1.3	Körpersprache	26
1.3.1	Körperhaltung	26
1.3.2	Körperspannung	27
1.3.3	Distanzzonen	27
1.3.4	Die innere und die äußere Haltung	28
1.3.5	Kongruenz und Authentizität	31
1.3.6	Präsenz	32
1.4	Menschenkenntnis	36
1.4.1	Soziale Wahrnehmung	36
1.4.2	Der erste Eindruck	37
1.4.3	Objektivität	41
1.5	Feedback	43
1.5.1	Das Johari-Fenster	43
1.5.2	Feedbackregeln	46
T.6	Gesundheit	48
1.6.1	Grundbedürfnisse	53
1.6.2	Widerstandskraft (Resilienz)	55
1.6.3	Die Entwicklung des eigenen, authentischen Führungsstils ..	57
1.7	Zusammenfassung	57

2	Mitarbeiterführung	59
	<i>Diana von Kopp</i>	
2.1	Mitarbeiter oder Follower	61
2.2	Werte, Ziele, Relevanz	68
2.2.1	Werte	68
2.2.2	Ziele	74
2.2.3	Relevanz	80
2.3	Transformative Führung	83
2.4	Strategische Führung	83
2.5	Habituelle Führung	86
2.6	Grenzen der Einflussnahme durch Führung	92
2.7	Kommunikationsfähigkeit	95
2.7.1	Richtig Fragen	95
2.7.2	Aktiv Zuhören	97
2.7.3	Informieren: die HUMOR-Methode	98
2.7.4	Überzeugen	100
2.7.5	Präsentieren	102
2.8	Konfliktmanagement	104
2.8.1	Eine Frage der Perspektive	105
2.8.2	Beurteilungsfehler	106
2.8.3	Konflikte als Chance	108
2.8.4	Konfliktarten	109
2.8.5	Konfliktlösung	112
2.9	Entscheidungen treffen	116
2.9.1	Kopf oder Bauch?	116
2.9.2	Entscheidungsfindung mit FOR-DEC	118
2.10	Zusammenfassung Mitarbeiterführung	119
3	Vorgesetzte	121
	<i>Diana von Kopp</i>	
3.1	Die Perspektive des Vorgesetzten verstehen	122
3.2	Wie Sie Ihren Vorgesetzten beeindrucken	123
3.3	»Die fünf entscheidenden Fragen«	124
3.4	Das erste Gespräch mit Ihrem Vorgesetzten	126
3.5	Umgang mit schwierigen Vorgesetzten	127
3.6	Zusammenfassung	130
4	Setting	131
	<i>Diana von Kopp</i>	
4.1	Überblick	132
4.1.1	Ihre Ankunft im Team	133
4.1.2	Vorabinformationen	134

4.1.3	Netzwerke identifizieren und nutzen	135
4.2	Arbeitsklima	139
4.3	Gestaltung eines leistungsförderlichen Settings	143
4.3.1	Kaizen	145
4.3.2	Optimierung des Parameters Weg	146
4.3.3	Optimierung des Parameters Zeit	150
4.3.4	Optimierung des Parameters Kraft	152
4.4	Zusammenfassung	153
5	Nachwort	157
Serviceteil		159
Interview mit Dennis Almagro Crespo, Copilot		160
Interview mit Uwe Loewer, pensionierter Lehrer und Studienrat...		162
Interview mit Ana Martin-Villalba, Professorin für Molekulare Neurobiologie		164
Interview mit Ludwig Rausendorff, Flugkapitän		169
Interview mit Nanine Linning, Choreographin		171
Literatur		175
Stichwortverzeichnis		178