

Christian Thiele

Praxisbuch Positive Leadership

Impulse für den Führungsalltag

1. Auflage

Haufe Group
Freiburg · München · Stuttgart

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	9
2	Die schwierigste und wichtigste Person konstruktiv führen – sich selbst	11
2.1	Ohne Daten keine Taten: die eigenen Reglerstände messen	11
2.2	Mein Miteinander sortieren und stärken – mit dem Beziehungsrad	14
2.3	Die Informationsflut bewältigen – Strategien für Führende	15
2.4	Gechillter mit/trotz/dank Smartphone: eine Fokusübung	18
2.5	Klar sein in der Unklarheit: Souveränität zweiter Ordnung	20
2.6	Pausenkultur als Chefsache: 9 Tipps für produktivere Auszeiten	22
2.7	Heil durch den Alltagswahnsinn: eine Fokusübung	24
2.8	Denk dich down – maximal wirksame Abwärtsstrategien	25
3	Positive Emotionen stärken als Führungskraft – wozu, wofür und wie?	27
3.1	Was positive Emotionen sind	27
3.2	Positive Emotionen als Führungskraft stärken – wozu?	30
3.3	Wie Sie als Führungskraft für mehr positive Emotionen sorgen	32
3.4	Negativität begrenzen als Führungskraft	33
3.5	Mit schwierigen Menschen leichter klarkommen – die Metta-Übung	41
4	Stärken stärken stärkt	45
4.1	Was Stärken sind und welche es gibt	45
4.2	Wem es was nützt, Stärken zu stärken	48
4.3	Stärken stärken konkret	50
4.4	Konstruktiv mit Schwächen umgehen	52
4.5	Meine größte Schwäche – und wie ich mit ihr umgehe	53
5	Vertrauen verstehen und verstärken als Führungskraft	63
5.1	Was Vertrauen ist	63
5.2	Wozu als Führungskraft Vertrauen aus- und Misstrauen abbauen?	66
5.3	Vertrauen vertiefen als Führungskraft – so könnte es gehen	68
5.4	Misstrauen lindern, Vertrauensbrüche kitten: 13 Tipps	71
6	Sinn-voller führen: was, wozu und wie?	73
6.1	Was Sinn-voiles Führen meint	79
6.2	Der Nutzen sinnhafter Führung	82
6.3	Sinn finden und vermitteln als Führungskraft: einige Anregungen	84

Inhaltsverzeichnis

7	Führen in ungewisser Zeit	87
7.1	Was Führende über Krisen und das Wachstum an Krisen wissen sollten	87
7.2	Aus und durch Krisen führen – einige Anregungen	89
7.3	10 Dinge, die Sie über Zuversicht wissen sollten	97
7.4	Optimismus optimal dosieren – mit mentalem Kontrastieren und WOOP-Technik	100
8	Positiv führen in unterschiedliche Richtungen – seitlich, nach oben, nach unten, virtuell	109
8.1	Chefinnen und Chefs neben mir führen – nach der IOWA-Formel	109
8.2	Meinen Chef konstruktiv führen	112
8.3	Die größten Herausforderungen für virtuell Führende und Geführte	115
8.4	Virtuos virtuell wirken: Erfolgsstrategien für remote Führende	116
8.5	Tandem-Führung: Was sie braucht, nützt, möglich macht	120
8.6	Teams positiv führen mit dem GRPI-Modell	123
8.7	Lass gut sein: Initiativen und Projekte beenden – oder weglassen	125
8.8	5 Anregungen, wie Führungskräfte Erfolg und Fortschritt besser würdigen können	127
9	Positive Leadership konkret	129
9.1	Was Positive Leadership ist und bringt – und wie sie geht	129
9.2	Positives Führen im Krankenhaus einführen (und nicht nur da) – ein paar Hinweise	134
9.3	Positive Leadership bei einem Energieversorger neu einführen – ein paar Erkenntnisse	136
9.4	14 Dinge, die Sie von LIDL Österreich über Positive Leadership lernen können	138
9.5	Positives Führen messen und trainieren – mit dem PERMA-Lead® Profiler	148
10	Burn-out erkennen, verhindern, vorbeugen als Führungskraft	161
10.1	Was Burn-out bedeutet	161
10.2	Wie Burn-out erkennen – bei sich und anderen?	164
10.3	Burn-out verhindern als Führungskraft – 6 Tipps	165
10.4	Was Organisationen gegen Burn-out tun können – und sollen	167
11	Mit Positive Leadership durchs Jahr	171
11.1	Weshalb wir dem Glück eine Chance geben sollten	171
11.2	»... und beruflich so?« Job Crafting als Impuls für <i>Ihren</i> Tag der Arbeit	173

11.3	20 Fragen zur Halbzeit von 2020: Impulse für eine Bilanz	175
11.4	Oh, du fröhliche! 5 Tipps für Ihre Rede bei der Weihnachtsfeier	177
11.5	21 Anregungen für den Start ins neue Arbeitsjahr	178
12	Glückliche und weniger glückliche Seiten des Lebens	181
12.1	Ganz oben – warum und wie die Berge glücklich machen	181
12.2	Verzeihen – gar nicht leicht gemacht	184
12.3	Zum Glück Schule: Glück als Schulfach – trotz und gerade wegen Corona	191
12.4	Mit Leidenschaft zum Glück?	196
12.5	Helfen hilft den Helfern: Was Random Acts of Kindness sind und bringen	204
12.6	Kalte Konflikte auftauen	206
	Literatur	215
	Stichwortverzeichnis	219
	Zum Autor	221