

Inhaltsverzeichnis

1 Mensch und Hund – ein Dream Team auf sechs Beinen	1
Literatur	8
2 Wie ich auf den Hund gekommen bin – und was du daraus lernen kannst	9
3 Führung und Leadership – wie führst du?	17
3.1 Vom Kollegen zur Führungskraft – den Seitenwechsel rocken	18
3.2 Teamwork ist Dreamwork – Kollaboration statt Konkurrenz	21
3.3 Führungskraft und Führungspersönlichkeit – vom Dompteur zum Animateur	24
3.3.1 Alles auf agil?	27
3.3.2 Was steht an? – Aufgaben einer Führungspersönlichkeit	29
3.3.3 In Balance – Leadership braucht Selbstführung	33
3.3.4 Rundum fit – gesunde (Selbst-)Führung	36

3.4	Führungsstil – kurze Leine, lange Leine, ohne Leine	38
3.4.1	Eine Frage des Vertrauens	38
3.4.2	Wie lässt sich (Selbst–)Vertrauen in Unternehmen aufbauen?	46
3.5	Führung Remote als New Normal?	48
3.6	Frauen in Führung – Gender Balance erfordert neues Denken!	53
3.7	Wenn der Mitarbeiter bellt	56
	Literatur	57
4	Nehmt den Maulkorb ab! – Kommunikation beginnt im Kopf	59
4.1	Ein Blick hinter den Maulkorb – Vorurteile loswerden	63
4.2	„Hundeln“ oder „menscheln“? – Guter Umgang will gelernt sein	67
4.2.1	Emotionen sind nicht nur was für Weicheier	67
4.2.2	Empathie – eine unterschätzte Führungsqualität	72
4.2.3	In Gesichtern lesen – was die Mimik über unsere Emotionen verrät	75
4.2.4	Motivation – mehr als die Karotte vor der Nase	83
4.2.5	Kalte Schnauze und Menschlichkeit – Nähe wärmt besser als jede Heizung	85
4.2.6	Pfoten weg von meinem Knochen – Grenzen setzen	88
4.2.7	Wenn’s mal teuflisch wird – Konflikte konstruktiv lösen	90
4.2.8	Pfoten hoch – wertschätzend Feedback geben	92
4.2.9	Schlappohren auf und aufgepasst – Zuhören ist mehr als Schnauze halten	97

4.3	Belbst du noch oder kommunizierst du schon?	102
4.3.1	Kommunikationshemmer – so wirst du die verbale Maulsperre los	102
4.3.2	Vier Schlappohren für alle Fälle – das Kommunikationsmodell von Schulz von Thun	103
4.3.3	Produktiver Austausch – so bringen Meetings Mehrwert	107
4.4	Mitarbeitergespräche – Spaß statt Muss	109
	Literatur	115
5	Der WAU-Effekt	117
5.1	Wertschätzung – Erfolgsfaktor Menschlichkeit	119
5.1.1	Werte im Unternehmen – absolut wertvoll	122
5.1.2	Gemeinsam erfolgreich – Wertschöpfung durch Wertschätzung	125
5.1.3	Freude gehört ins Büro – und Vierbeiner ebenso	130
5.1.4	Dankbarkeit und Demut	134
5.1.5	Bettelst du schon?	136
5.2	Achtsamkeit – mindful or full in mind?	138
5.2.1	Bis hierhin und nicht weiter – wenn der Körper Signale sendet	141
5.2.2	Zwischen gestern und morgen – im Hier und Jetzt sein	142
5.2.3	Gelassenheit auf der Bühne deines Lebens – in der Ruhe liegt die Kraft	150
5.2.4	Full in mind – zehn Ideen für mehr Bewusstheit im Alltag	153
5.3	Umdenken und Mindset – Erfolg entsteht zwischen den Ohren	154
5.3.1	Veränderung kann anstrengend sein – doch sie lohnt sich!	159
5.3.2	Negative Glaubenssätze – die Gitterstäbe in deinem Kopf	164

XII Inhaltsverzeichnis

5.3.3	Dranbleiben leichtgemacht – Erfolgsfaktor Disziplin	169
5.3.4	Kraftquelle Kopf – die Macht der Gedanken	170
5.3.5	Resilienz – schachmatt oder Stehaufmännchen?	174
	Literatur	177
6	Knackpunkt Unternehmenskultur – kommst du mit nach New Work?	179
6.1	Von einer Unternehmenskultur zur Glückskultur	184
6.2	Suche Leistung, biete Sinn – die Frage nach dem „Warum“	193
6.3	Das Navi in deinem Kopf – ein „Warum“ braucht Ziele	201
	Literatur	209
7	Deine Pfotenabdrücke (dein Umsetzungsplan)	211