

Inhalt

Crash	9
I Begabung: Talent ist Training	15
»Mach das!«	17
Mit Turbulenzen leben lernen	20
Nicht nur für Genies	22
»Geht doch!«	24
Lernen, fliegen zu lernen	25
Talent ist ein Mythos	28
Training macht den Unterschied	29
II Disziplin: Willen muss man lernen wollen ...	34
Weiterlaufen, immer weiter	37
Disziplin braucht langsames Denken	39
Langsames Denken macht den Tank leer	41
Wer durchhalten will, muss smart sein. Nicht hart.	43
Rechtzeitig Treibstoff auffüllen	46
Haltung ist eine Entscheidung	48
III Gelassenheit: Mit Seneca in der Zentrifuge	51
Mit vielfachem Achterbahn-Wumms	52
Denken ohne Sauerstoff	54
Wie hoch ist zu hoch?	59
Tauchgang im Hubschrauber	64
Durchdenken statt »zusammenreißen«	68

IV Entscheidungsfindung: Unter Druck richtig handeln	74
Staub, Schweiß und Tränen	76
Was denkst du, während du abstürzt?	77
Was ist eine gute Entscheidung?	82
Warum wir beim Denken falsch abbiegen	85
Zuerst Werte priorisieren, dann entscheiden	93
FORDEC und andere Entscheidungshilfen	96
V Teambuilding: Flügel an Flügel fliegen lernen	99
»That's what she said«	100
In Formation fliegen lernen	103
Von vielen Einzelkämpfern zum High Performance Team ..	105
Leistung bringt Sympathie. Nicht umgekehrt.	107
»Every man for himself?«	112
Zurück in Deutschland	115
Kritik statt Kaffee genießen	117
Einmal Monster, immer Monster	120
VI Risiko: Ja zur Krise	124
Mut: Ein beschissenes Gefühl	128
Risiken richtig abwägen	131
Nachttiefflug. Blind.	135
Risiken (rückwärts) lesen	138
Das Präventionsparadox	143
Alarm im Cockpit	145
Jede Krise braucht dein »Ja!«	147
Den Ernstfall planen	151
Üben, üben, üben	153
Katastrophentraining – nur im Kopf	154
Stand-up!	155

VII Kommunikation: Klartext unter Druck	159
Warum Piloten zwei Sprachen sprechen	160
»Fight's on!«	163
Erst anweisen. Später erklären.	167
Desaster auf Teneriffa	169
Eurofighter gegen Eurofighter	171
VIII Leadership: Smarter Führen	173
Aller Anfang ist ... müde	174
Führen ohne Zuckerbrot und Peitsche	176
Führen durch Vorbild	179
Führen von vorne	181
Einsatz im Baltikum	182
Mission Command: Führen mit Auftrag	186
Ein gutes Pferd springt nur so hoch, wie es muss.	188
Top Gun – Bescheiden, glaubwürdig, zugänglich?	190
Warum 10 Prozent formale Autorität reichen	193
Führen heißt auch: dienen	197
Führen ist anstrengend	198
Superwaffe Empathie	199
IX Debriefing: Projekterfolg zeigt sich im Rückspiegel	202
Plan – Brief – Execute – Debrief	203
Dumm sterben? Lieber nicht.	206
Debriefing macht unschlagbar	209
Ein neuer Blick auf Fehler	213
X Resilienz: Auf dem Weg zu den Sternen darf man auch mal stolpern	218
Stress ist Energie pur	220
Vorbereitung: Cool bleiben unter Druck	223

Fokus: Knöpfe drücken mit Epikur	225
Resilienz: Von der Kunst, 720 Chancen zu sehen	228
Wie gewonnen, so zerronnen	230
Dankbarkeit: Viele Wege führen zu meinen Sternen	232
Mit jedem Schock ein bisschen stärker	238
3, 2, 1 ... und ich fliege doch	241
Dank	245
Bildnachweis	247
Anmerkungen	248