

INHALT

01 EINFÜHRUNG	10
Warum der »toxische Arbeitsplatz« real ist	11
Was zur Hölle ist Wasser? – Wieso wir in toxischen Arbeitskulturen schwimmen, ohne es zu bemerken.	16
Warum dieses Buch?	18
 02 DIE TOXISCHE ARBEITSWELT	20
Vom richtigen Umgang mit toxischem Verhalten als Schlüssel zum beruflichen Erfolg	21
Die Bienenstich-Begegnung: Meine Mutter und das Leben der vergessenen Gastarbeiter	23
2.340 Wochen: Wenn toxische Arbeit mehr als die Hälfte des Lebens dominiert	30
Die Verstrickung von Macht und Toxizität	35
Opfer oder Opferrolle?	37
Nuancen der Arbeitsplatztoxizität	42
Im Spiegel der Selbstsucht: Dr. Ramzi Fatfouta über Narzissmus am Arbeitsplatz	44

03 DER TOXISCHE DREIKLANG	52
04 DIE TOXISCHE ORGANISATION	56
Der soziale Austausch: Wie funktioniert eigentlich Arbeit?.....	57
Das Wesen toxischer Organisationen	59
Frühwarnsystem für toxische Arbeitskulturen	73
Mutige Wege aus der toxischen Organisation	77
05 DIE TOXISCHE FÜHRUNGSKRAFT	80
Wer ist hier das Problem? Sie oder ich?	81
Was ist eine toxische Führungskraft?.....	89
Konflikte am Arbeitsplatz	121
Toxische Kundschaft	131
Berechtigte Beschwerde oder toxisches Verhalten.....	137
06 TOXISCHE MITARBEITENDE	152
Die ernüchternde Realität in Personalabteilungen	153
Toxizität im Kollegium	156
Emotionale Manipulation durch Kollegen und Kolleginnen. ...	157
Das Problem mit den Personalabteilungen	161
Die Notwendigkeit einer »Employee Relations« in Deutschland	165
Rechtliche Beurteilung toxischen Verhaltens am Arbeitsplatz mit Sören Seidel	167
Das Phasenmodell der Toxizität – kumulative Prozesse und schleichende Eskalation	178
Das Phasenmodell der Befreiung – Ausbruch aus der toxischen Umgebung	182
Dr. Eva Elisa Schneider über mentale Gesundheit am Arbeitsplatz.....	185

07 UNAUSGESPROCHENE WAHRHEITEN	192
1. Die stille Epidemie: Wie Mobbing die Seele unserer Unternehmen zerfrisst	194
2. Im Schatten der Macht: Vergeltung als giftige Waffe der Unterdrückung	208
3. Verborgene Mauern: Die heimtückische Persistenz der Diskriminierung in der modernen Arbeitswelt.	217
4. Die unsichtbare Grenze: Sexuelle Übergriffe in der Arbeitswelt	223
5. Das Schweigen der Leistungstragenden: Wenn ignorierte Schlechtleistung zur Norm wird	231
6. Etiketten, die vernichten: Der zerstörerische Einfluss falscher Leistungsbeurteilungen auf Karriere und Selbstwert ..	238
7. Die dunkle Seite des Erfolgs: Wenn Leistungstragende zur toxischen Bedrohung werden.	245
08 DETOX! DETOX! DETOX!	254
Die organisatorische Entgiftung.	255
Entgiftungskur für Führungskräfte	257
Die Rolle der Mitarbeitenden in der kulturellen Entgiftung	262
09 KI ALS KATALYSATOR	266
10 DIE LEISEN REVOLUTIONEN DES ALLTAGS	270
DANKSAGUNG	275
QUELLEN	279