

Inhalt

Einige persönliche Worte vorab	9
Einleitung	11

Kapitel 1

Weißt du noch, wo dir der Kopf steht? Der Ausgangspunkt deiner Reise zur Selbstführung	15
Technologischer Wandel	17
Gesellschaftlicher Wandel	19
Gesteigerter Selbstanspruch	21
Arbeitswelt und Führungsalltag	22
Der neue Weg der Selbstführung	26

Kapitel 2

»Weiter so« funktioniert nicht mehr! Warum wir Selbstführung anders denken müssen	29
Klarheit bereitet den Weg für effektive Selbstführung	32
Werte und Prinzipien – die Basis der Selbstführung	35
Das rADAR-Modell – unser Vorgehen für Radical Self-Leadership	47

Inhalt 5

Kapitel 3

Wo stehst du heute?	
Der ehrliche Blick in den Spiegel	57
Lebensbereiche	60
Werte, Glaubenssätze und Überzeugungen	62
Motivatoren	74
Energiegeber und Energieräuber	79
Identität	80
Kompetenzen, Fähigkeiten, Stärken	86
Selbstreflexion und Bewertung	88

Kapitel 4

Was willst du erreichen?	
Deine Zukunft in deinen Händen	91
Klarheit und Selbstwert – die Erfolgsfaktoren für ein tolles Zukunftsbild	95
Werte und Glaubenssätze identifizieren	97
Das Zukunftsbild für verschiedene Lebensbereiche ausarbeiten	100
Träume und Wünsche	103
Die Zeitdimensionen deines Zukunftsbilds	105
Die Sichtweise anderer in das Zukunftsbild einbeziehen	106
Werkzeuge für die Entwicklung eines guten Zukunftsbilds ...	108

Kapitel 5

Machen ist wie Wollen, nur krasser	
Von der Absicht ins Handeln kommen	115
Externe Umsetzungsblockaden	116
Interne Umsetzungsblockaden	117

rADAR – Das Radical-Self-Leadership-Modell	120
1. Schritt: Auswählen	122
2. Schritt: Durchführen	152
3. Schritt: Anpassen	169
4. Schritt: Reflektieren	188

Kapitel 6

Vom Wissen ins Tun

Wie du sofort starten kannst	207
------------------------------	-----

1. Schritt: Vorbereitung	209
2. Schritt: Dein erster Herzschlag – Fokus Standort	211
3. Schritt: Dein zweiter Herzschlag – Fokus Zukunftsbild	212
4. Schritt: Dein dritter Herzschlag – deine Ziele	213

Kapitel 7

Erfolgreich im Alltag

rADAR im Privatleben	217
----------------------	-----

Radical Self-Leadership in der Partnerschaft und im Familienalltag	218
Das Radical-Self-Leadership-Modell im Ehrenamt	231

Wie es für dich weitergeht	235
----------------------------------	-----

Die Autoren	237
-------------------	-----