

Inhalt

Vorwort _____	5
Einstimmung auf die Reise _____	11
Vorfreude auf den nächsten Zustand	13
Die komplexe Welt	15
VUCA und andere Belastungen	17
Sie ist stabil, sie ist instabil, sie ist stabil...	19
Wie wir auf die Welt reagieren können _____	21
Coping – unsere Bewältigungsstrategien	23
Unsere reaktiven Bewältigungsstrategien	25
Unsere proaktiven Bewältigungsstrategien	27
Unsere agilen Bewältigungsstrategien	29
Die Entwicklung als Dreiklang _____	31
Der Grundton der Entwicklung: Self-Leadership	35
Die große Terz der Entwicklung: Team-Leadership	37
Die reine Quinte: Sustainability-Leadership	39
Was ich bin und was aus mir wird _____	41
Eine höchst agile Entwicklungsstruktur	43
Die Neuerfindung	47
Die Entsorgung	49
Die Exploration	51

Die Neubahnung	53
Der ganzheitliche Entwicklungszyklus _____	55
Achterbahn der Entwicklung „train the eight®“	57
GEIST - das neue Denken (erster Quadrant)	59
HERZ - die neue Haltung (zweiter Quadrant)	61
BEWEGUNG - das neue Tun (dritter Quadrant)	63
FORM - die neue Erkenntnis (vierter Quadrant)	65
WIEDERHOLUNG - Gelingen durch Konsequenz	67
Fokus Self-Leadership im Führungsalltag _____	69
Eine Geist-Herz-Übung zur Stärkung	71
Ich bin eine wirkungsvolle Führungskraft	73
Ich spüre meine Kraft und Lebendigkeit	74
Ich bin voller Überraschungen & neuer Gewohnheiten	75
Ich bin mitten im reflektierten Werden	76
Mein Commitment zur Wiederholung	77
Wertvolle Vertiefungen für Ihr Zukunftsbild _____	79
Die Geschichte, die über mich erzählt wird	81
Mein Glaubenssatz - ich affirmiere meine Zukunft	83
Meine langfristigen Ziele mit C.A.R.V.E.R entwickeln	85
Zwischenstopp - MyBigPicture _____	87
Gelebte Self-Leadership-Praxis _____	99

Neues Denken, neue Haltung, neues Tun, neue Erkenntnis an diesem Tage	101
Nützliche Tools für den Self-Leadership-Alltag	106
Einige schnelle Fragen für den Alltag	109
Instant-Impulse für den Start in den Tag	111
Vier Spielregeln, die Ihnen helfen werden	111
Skizzen: Führung im 21. Jahrhundert _____	113
Führung im 21. Jh - 25 Moonshots	115
Führung im 21. Jh - Geist-Herz-Bewegung-Form	117
Landkarte der neuen Führung _____	121
Vertiefungsmöglichkeiten _____	122
Ausgewählte Literaturhinweise _____	124