

Inhaltsverzeichnis

1	Die helle und die dunkle Seite der Macht	1
1.1	Beispiele aus dem Alltag	2
1.2	Das Konzept Macht	5
1.3	Vier Schlaglichter auf Macht	6
1.3.1	Macht durch Funktionen und Ämter.....	8
1.3.2	Die Person hinter der Funktion.....	10
1.3.3	Macht als soziales System.....	14
1.3.4	Machtspielen mit innerer Macht begegnen	18
	Literatur	21
2	Die Dynamik von Machtspielen	23
2.1	Machtspiele verstehen	24
2.1.1	Gefangen in den Spielregeln der anderen.....	24
2.1.2	Phasen der Entwicklung von Machtspielen zur inneren Macht im Unternehmen.....	26
2.1.3	Die »Selbsthypnose« bei Machtspielen	28
2.1.4	Modell der Machtspiele.....	30
2.1.5	Typische Verhaltensstrategien von Angreifern und Hilflösen	35
2.1.6	Erkennungsmerkmale und Lösungsstrategien	37
2.1.7	Komplementäre Machtspiele.....	40
2.1.8	Entstehen von Machtspielen.....	42
2.1.9	Gewinn von Machtspielen	43
2.1.10	Die Retter und der Energievampirismus	45
2.1.11	Dramatisch verlaufende Machtspiele	47
2.1.12	Gegenstrategien bei aggressiven Machtspielen/Dramen	49
2.1.13	Personen, die häufig in aggressive Machtspiele geraten	49
2.1.14	Die narzisstische Persönlichkeit und Machtspiele.....	49
2.1.15	Herausforderungen für das Opfer und sein familiäres Umfeld	51
2.1.16	Machtspiele verstehen: Systemische, übergeordnete Sichtweise	54
2.2	Fazit für Führungskräfte und Management	55
2.2.1	Vom ehrgeizigen Manager zum Opfer, von der Macht zur Machtlosigkeit	55
2.2.2	Machtspielen mit Mitarbeitern vorbeugen.....	57
2.2.3	Typische Machtspiele im Führungsalltag.....	58
2.2.4	Die verletzte Seite des Täters	59
2.2.5	Resilienz – die innere Widerstandskraft	62
	Literatur	63
3	Gesundheit und Familienleben	65
3.1	Burnout und Machtspielen vorbeugen	66
3.1.1	Abmilderung von Stress im Beruf.....	68
3.1.2	Stressfaktoren und gesundheitliche Schäden	69
3.1.3	Stress im Hinblick auf Machtspiele und innere Macht.....	69
3.1.4	Innerer Stress und äußerer Stress.....	71

3.1.5	Studie: Jeder Fünfte beklagt Überforderung im Beruf.....	71
3.1.6	Wie viel Einfluss habe ich?	72
3.1.7	Die Falle: Vom starken Leistungswillen zum Burnout.	74
3.1.8	Auflösen von Stress durch innere Macht	76
3.2	Spannung zwischen privaten und beruflichen Anforderungen	78
3.2.1	Die Bereiche Privatleben und Beruf gehören zusammen und beeinflussen sich gegenseitig.	80
3.2.2	Unser gesamtes Potential leben – männliche und weibliche Prinzipien nutzen	81
3.2.3	Unterschiedliche Machtspiele von Frauen und Männern.....	84
3.2.4	Widerstand gegen Veränderungen in der Ehe	86
3.2.5	Die drei Säulen, auf denen sich eine Partnerschaft gut entwickeln kann	89
	Literatur	93
4	Innere Macht entwickeln: Aus Machtspielen aussteigen	95
4.1	Einfluss haben auf andere statt Machtspiele spielen	97
4.2	Der Weg zur inneren Macht	99
4.3	Innere Macht verändert das Team	101
4.4	Innere Macht und die Schwertqualität	102
4.5	Der dritte Weg zwischen Machtspiel und »Gutmensch«	103
4.6	Die Heldenreise	105
4.6.1	Der Weg des Helden.....	105
4.6.2	Innere Macht und das Abenteuer des Helden	106
4.7	Schatten und Licht	109
4.8	Muster umprogrammieren: Psychologische Ableitungen aus der Neurobiologie	114
4.9	Konflikte zuerst im Inneren lösen	115
4.10	Glaubenssätze umwandeln	117
4.11	Innere Macht durch schöpferische Kraft	118
4.12	Übungen zur schöpferischen Kraft	120
4.13	Innere Kraft erlangen durch das Verändern von Mustern	122
4.14	Der Weg zur inneren Freiheit	123
4.14.1	Die zehn Lebenszustände.....	123
4.14.2	Die zehn Lebenszustände aus der Perspektive von Machtspielen und innerer Macht.....	125
4.15	Fazit: Mit innerer Macht aus Machtspielen aussteigen	126
	Literatur	127
5	Unternehmensentwicklung voranbringen durch Führungskräfte mit innerer Macht	129
5.1	Mit innerer Macht das Umfeld beeinflussen	131
5.1.1	Bedeutung von innerer Macht	131
5.1.2	Veränderung in der Organisation im Schneeballsystem.....	131
5.1.3	Mitarbeiter mit innerer Macht verändern die innere Gruppenordnung	132
5.1.4	Innere Führung	133
5.2	Innere Macht oder Machtspiele: Die Delphinstrategien	134

5.2.1	Das Modell der Delphinstrategien	134
5.2.2	Anwendung und Weiterentwicklung der Delphinstrategien.....	136
5.2.3	Führen wie ein Delphin – Beispiel einer Produktentwicklung	138
5.2.4	Führen wie ein Delphin – Beispiel Bereichsgrenzen überwinden	140
5.3	Hemmende Rahmenbedingungen – ein Beispiel	140
5.4	Fördernde Rahmenbedingungen – ein Beispiel	142
5.5	Macht in der Funktion und innere Macht in positiver Synthese: Ein weiteres Beispiel – Morning Star	145
5.5.1	Herausforderungen für die Führung	145
5.5.2	Das Modell von Morning Star	147
5.5.3	Vorteile und Nachteile des Morning-Star-Modells	148
5.5.4	Soziale Verantwortung	148
5.5.5	Der Weg zur Selbstorganisation	149
5.5.6	Macht, Machtspiele und innere Macht bei Morning Star	149
5.5.7	Emotionale Intelligenz.....	152
5.6	Das Unternehmen Semco	153
5.7	Innere Macht – machtvoller Hebel für Führungskräfte	155
	Literatur	158
6	Ausblick: Gesellschaftliche Entwicklungen mit Auswirkungen auf innere Macht und Machtspiele	159
6.1	Die Generation Y	160
6.1.1	Herausforderungen: Gut integriert sein, Machtspiele vermeiden und die Talente nutzen.....	161
6.1.2	Bezug zu den Delphinstrategien	162
6.2	Entwicklung der Kommunikationstechnologien im Unternehmen	162
6.3	Fazit: Stufen von Macht zu Licht oder Schatten	166
	Literatur	167

Erfolgreich führen mit innerer Macht - Machtspiele
umwandeln

Schmidt, B.

2015, XIII, 167 S. 13 Abb., 5 Abb. in Farbe., Hardcover

ISBN: 978-3-642-41682-8