
Inhaltsverzeichnis

Einstieg	12
Positiv führen – Was ist gemeint?	14
Positive Leadership definiert	17
Grundlagen	20
Positive Psychologie	22
Optimisten leben länger	23
Glück ist messbar	23
Mit positiver Lebenseinstellung kommt der Erfolg	25
24 Charakterstärken sind ein Schlüssel zu Glück und Erfolg	27
Fünf Wege zum Aufblühen	29
Glück ist trainierbar	31
Achtsamkeit	34
Achtsamkeit ist ein natürlicher Geisteszustand	35
Achtsamkeit ist heilsam und fördert Stärken	35
Achtsamkeit stärkt emotionale Intelligenz und Leadership	36
Achtsamkeit ist lernbar	38
Achtsamkeit macht glücklich	39
Verhaltensökonomie	41
Fairness durchsetzen macht glücklich	42
Erwartungen und Geschichten nehmen Einfluss	42
Wirtschaftswachstum macht in reichen Ländern nicht glücklicher ..	44
Klassische Anreize versagen	46
Prosoziale und intrinsische Anreize wirken	47
Innovative Anwendungen	49
Ergänzendes und Kritisches	51
Systemtheorie: Einfluss ist wichtiger als Macht	51
Gehirnforschung: Glück ist sichtbar	54
Wenn Glücksstreben unglücklich macht	56
Ausblick	59

Sich selbst führen	60
Das Leben als Elefantenritt	62
Energiecheck	63
Drei Übungen für den Start	65
Zwischenhalt	70
Drei weitere Übungen	71
Wie es weitergehen könnte	74
Mitarbeitende führen	78
Die Hochzeit	80
Positive «Mitarbeiterlandkarten» anfertigen	81
Stärkengespräche führen	82
Energiecheck	86
Sitzungen gut beginnen	87
Positive Ziele vereinbaren	89
Zuhören	93
Wie Sie starten und wie es weitergehen könnte	96
Organisationen führen	98
Das verlorene Pferd	100
Positive Standortbestimmung	101
Positive Abweichungsanalyse	105
Positive Traditionen	106
Positives Coaching	110
Positive Teamentwicklung	111
Appreciative Inquiry	114
Positiv führen im konventionellen Wandel	118
Positives Turnaround-Management	124
Positive Netzwerkanalyse	127
Holacracy	129
Wie Sie starten und wie es weitergehen könnte	130

Ausblick	132
-----------------	-----

Dickes Dankeschön!	136
---------------------------	-----

Anhang	138
---------------	-----

24 Charakterstärken	140
---------------------------	-----

25 Kriterien nach Quinn	142
-------------------------------	-----

12 Kriterien nach Buckingham und Coffman	144
--	-----

Kurze Übung zur mentalen Entspannung	145
--	-----

Literaturempfehlungen des Autors	146
--	-----

Anmerkungen	149
-------------------	-----

Literaturverzeichnis	160
----------------------------	-----