

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Teil I:	
Wege durch den Veränderungsdschungel	9
Der ständige Wandel als Veränderungsdschungel	10
Die Antreiber des Wandels	11
Betriebliche Organisationen im Wandel – ein Abbild des Dschungels?	15
Auswirkungen des Veränderungsdschungels auf den Einzelnen	18
Überlebensstrategien und persönliche Veränderungskompetenzen entwickeln	23
Wichtige Überlebensstrategien im Veränderungsdschungel	24
Grundstrategien im Veränderungsdschungel: Kämpfen, arrangieren oder weglaufen?	25
Frühwarnsysteme im Veränderungsdschungel aufbauen!	28
Helikopterfähigkeiten entwickeln und pflegen	35
Agieren statt reagieren	46
Freunde und Feinde im Veränderungsdschungel	53
Machtressourcen erkennen und einsetzen	54
Kooperation und Netzwerke im Veränderungsdschungel	57
Effektives Konfliktmanagement im Dschungelkampf	64
Häuptling sein im Veränderungsdschungel	73
Der Häuptling als Vorreiter und Vorbild der Veränderung	73
Der Häuptling als Kulturmanager	77
Optimaler Umgang mit Veränderungswiderstand	82

Teil II:	
Inneres Change Management – persönliche Veränderungskompetenzen entwickeln	87
Konzentration auf das Wesentliche	88
Was ist das Wesentliche?	88
Ziele im Veränderungsdschungel	91
Zeit für das Wesentliche schaffen	93
Materiellen Ballast abwerfen und Ordnung schaffen	97
Sich von psychischem Ballast befreien	101
Innere Überlebensqualitäten trainieren	106
Nichts bleibt wie es war – Flexibilität gewinnt!	106
Konzentration auf die eigenen Stärken	111
Konstruktiver Umgang mit Veränderungsängsten	117
Optimales Energiemanagement im Veränderungsdschungel	129
Sieben wichtige Survivalstrategien im Veränderungsdschungel	137
Literaturverzeichnis	139