

Inhalt

Vorwort	Seite 6 – 7
Teil 1 Saboteure des Glücks – Einführung	Seite 13 - 72
Es gibt nur das eigene Glück	Seite 15 - 23
Nach Glück suchen ist vertane Liebesmüh	Seite 23 - 30
Liegt das Glück in unseren Genen?	Seite 31 - 33
Die Mär von der Selbstverwirklichung	Seite 33 - 42
Vorsicht vor den Negaholikern	Seite 43 - 45
Der schwarze Rabe wetzt den Schnabel	Seite 45 - 51
Der Staat meint es ernst: Ja nicht lachen!	Seite 51 - 53
"Nineteen Eighty-Four" (1984)	Seite 53 - 57
Versäumnissen nachjammern	Seite 57 - 58
Streichen Sie das Wort Problem	Seite 59 - 61
Die Motivationslüge	Seite 61 - 64
Der Mensch an sich verhält sich widersprüchlich	Seite 65 – 66
Prüfen Sie: Sind das Ihre Saboteure des Glücks?	Seite 67 – 72
Teil 2 Mobbing als Instrument der Saboteure des Glücks	Seite 73 - 154
Das Phänomen Mobbing	Seite 76 - 78
Wo entsteht Mobbing?	Seite 79 - 91
Wie entsteht Mobbing?	Seite 91 - 97
Was hat der "Blaue Montag" mit Mobbing zu tun?	Seite 97 - 110
Ursachen für den Psychoterror am Arbeitsplatz	Seite 110 - 114
Sex und Gewalt	Seite 115 - 122
Klischeedenken und Vorurteile	Seite 122 - 123
Der Faktor Mensch	Seite 123 - 125
Mobbing ist Sache der Führungskräfte	Seite 126 - 139

<u>Wer sind die Mobber?</u>	Seite 139 - 145
Mobbing-Typen: Smombies	
Mobbing-Typen: Stalker	
Mobbing-Typen: Hater	
Mobbing-Typen: Lügner	
Mobbing-Typen: Blender	
Mobbing-Typen: Der Chef-Psychopath	
Mobbing-Typen: Negaholiker	
Cybermobbing	Seite 145 - 146
Mobbing von oben	Seite 147 – 154
Teil 3 Praktische Mobbing-Hilfe	Seite 155 - 195
Chefs erkennen	
1. Der Streitbare Chef	Seite 155 - 157
2. Der unberechenbare Chef	Seite 157 - 159
3. Der heimliche Chef	Seite 159 - 161
4. Der jammernde Chef	Seite 161 - 162
5. Der Du-auf-Du-Chef	Seite 162 - 164
Schadensfall Mobbing	Seite 165 - 166
Erotik im Chefsessel - ein Beispiel	Seite 166 - 174
Bringen Sie Ihren Chef auf den Punkt	Seite 175 - 178
Erkennen Sie Vorgesetzte bereits im Vorstellungsgespräch	Seite 178 - 186
Mobbing in der Frauenriege	Seite 186 – 195
Teil 4 Strategie und Taktik gegen Mobbing	Seite 196 - 235
Tipps gegen Psychoterror am Telefon	Seite 196 - 203
Undichte Stellen und wie man sie dicht macht	Seite 203 - 213
Nutzen Sie die Betriebsversammlung	Seite 214 - 221
Qualitätszirkel gegen Psychoterror	Seite 222 - 228
Setzen Sie auf Transparenz und Information	Seite 228 – 235

Teil 5 Zielorientierte Gesprächsführung	Seite 236 - 317
Führen Sie ehrliche Gespräche	Seite 236 - 244
Überprüfen Sie Ihr Zuhörverhalten	Seite 245 - 255
Zeigen Sie Mut und treten Sie zurück	Seite 256 - 260
Wer führen will, muss begleiten können	Seite 261 - 269
Widerstand beweist die Dummheit des Gesprächsführers	Seite 269 – 273
Vorsicht vor Gesprächsstörern	Seite 273 - 285
Aktives Zuhören gegen Mobbing	Seite 285 - 291
Durch Ich-Botschaften mehr erfahren	Seite 292 - 299
So werden Sie zum Gesprächsförderer	Seite 299 – 317
Teil 6 Führung	Seite 318 - 356
Wählen Sie Bewerber sorgfältig aus	Seite 326 - 331
Neulinge richtig führen	Seite 331 - 333
Kontrollen sind richtig und wichtig	Seite 333 - 337
Vertrauen verloren, alles verloren	Seite 337 - 340
Vom "kleinen Unterschied" in der Beurteilung von Mann und Frau als Mitarbeiter	Seite 340 – 345
Führen statt verwalten	Seite 345 - 356