

Inhalt

<i>Vorwort</i>	9
----------------------	---

Erster Teil: Erfolgskunst – die Kunst, Karriere zu machen

<i>1. Kapitel Zeitgemäßes Karrieremanagement</i>	17
Chancen und Risiken	17
Risikogesellschaft	19
Eine neue Erfolgslogik	23
Leistung – ohne Alternative	31
<i>2. Kapitel Erfolgsstrategie</i>	34
Die Struktur von Erfolg	34
Die Definition von Erfolg	34
Erfolg als Nebenprodukt	37
<i>3. Kapitel Selbstmanagement und Leistung</i>	41
Leistungsoffensive versus Karriererisiko	41
Autonomie: Der zeitgemäße Schlüssel zur Leistung	41
Berufliche Herausforderungen	47
Der unbeirrte Leistungswille: Das Ergebnis selbstgestalteter Antriebskraft	49

Zweiter Teil: Aspekte kunstvoller Leistungsstrategien

<i>4. Kapitel Die Frage nach dem Motiv für Leistung</i>	57
Selbstgestaltung und Leistungsgestaltung	57
Der Tanz um die eigenen Strukturen: Motive, Metaprogramme und Persönlichkeitsdispositionen	57
Theorie: Das Wissen um Motivationsstrukturen	60
Leistungsmotivation und Motive	62
Leistungsorientierung und Persönlichkeitsdispositionen	64
Leistungskontexte und Metaprogramme	66

<i>5. Kapitel Motivdiagnose im Beruf</i>	69
Leistungsmotive und Metaprogramme	69
Die wesentlichen Motivationskomponenten:	
Wo und wann sind Sie leistungsfähig?	72
Motivdynamik: Motivation unter herausfordernden Karrierebedingungen	75

<i>6. Kapitel Das kunstvolle Balancieren von Motiven und Metaprogrammen</i>	79
Karriere kunstvoll gestalten	79
Die Dynamik von Gegensätzen	82
Der Lebenstanz: Der spielerische Umgang mit inneren und äußeren Bedingungen	83

Dritter Teil: Zielmanagement: Die kunstvolle Balance

<i>7. Kapitel Die kunstvolle Balance von Wegen, Zielen und Visionen</i>	91
Ein Raum für Versuche	91
Zielenergie: Wichtige Handlungsenergie	92
Zielgefüge: Die Struktur persönlicher Ziele	93
Ziele und Leistungseffizienz	94
Ziele und Leistungsmotivation	96
Der Erfolg wohlgeformter Ziele	99
Zielkriterien und Erfolg	100
Die Erfolgsqualität unerreichbarer Ziele	102

Vierter Teil: Entscheidungsmanagement: Die Kunst der Wahl

<i>8. Kapitel Erfolgskunst – die Kunst der Wahl</i>	109
Die Balance von Bindung und Elastizität	109
Handlungswirksame Ziele: Der Zusammenhang von Wunsch, Wille und Ziel	110

Der Wille ist das Ziel: Wille und Handlungserfolge	112
Exkurs: Startenergie und Selbstdisziplin.	
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...	115
Start und Handlung: Handeln Sie einfach ...	120
Motivation und Handlung:	
Wie selbstwirksam sind Sie?	121
Der Zusammenhang von Selbstwirksamkeit und	
Leistung: Trauen Sie sich und anderen etwas zu	123
Exkurs: Erfolg und Scheitern. Soll das Bessere	
kommen, so muss das Gute weichen ... (Jung, 210)	125
Eine neue Erfolgsqualität	128
<i>9. Kapitel Werteorientierung in der Erfolgskunst:</i>	
<i>Präferenzen und Werte</i>	130
Was ist Ihnen wie wertvoll?	130
Werte im Karrieremanagement	130
Präferenzen: Wahre Handlungsfreiheit liegt im	
Bestehen und nicht im Kennen von Spielräumen	133
Freiheit ist die Entwicklung aller beruflichen	
Möglichkeiten	136
Präferenzwandel: Berufsentscheidungen und	
künftiger Wandel	141
Adaptiver Präferenzwandel: Lassen Sie sich	
nicht um den Wert Ihres Wertes bringen	141
<i>10. Kapitel Im Zentrum der Erfolgskunst:</i>	
<i>Entscheidungen</i>	149
Die Verantwortung zur Wahl	149
Entscheidungen, die keine sind	149
Passive Negation: Der Versuch, einer Wahl	
zu entkommen	151
Passive Negation im Alltag	155
Aktive und Passive Negation in Leistungskontexten:	
Das Leben neben dem beruflichen Erfolg	156

Wertestruktur: Die Logik von Leistungs- und Erfolgsorientierung	163
Substanzielle Entscheidungen:	
Die Energie ungelebter Herausforderungen	166
Die Dynamik ungelebter Wünsche	169
Maßnahmenfantasie im zeitgemäßen Karrieremanagement	170

**Fünfter Teil: Zeitgemäßes Motivationsmanagement:
Der kunstvolle Weg zum Erfolg**

<i>11. Kapitel Intrinsische Motivation – der Schlüssel zum Erfolg</i>	177
Die Orientierung an Werten und Leistung	177
Leistungsenergie: Das intelligente Zusammenspiel von Motiv und Ziel	178
Theorie: Der Bezug von Motiv und Ziel	180
Intrinsische Motivation am Arbeitsplatz	182
FLOW und Leistung:	
Die magische Leistungsenergie	184
Die kunstvolle Erfolgsstrategie: Eine Sinn- und Werteorientierung	187
Die Selbstregulation extrinsischer Motivation: Eine Chance für erschwerte Motivationsbedingungen	193
Erfolg: Rückblick und Ausblick	196
Erfolgreiche Nebenprodukte	198
<i>Literatur</i>	202