



A Dorling Kindersley Book  
www.dk.com

#### **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Informationen sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Titel der englischen Originalausgabe:  
Motivate People. Get the best from yourself and others

© Copyright Dorling Kindersley Limited, 2007

© Text Copyright Gavin Ingham, 2007

© Copyright 2008 der deutschen Ausgabe  
by GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung,  
auch auszugsweise, nur mit schriftlicher  
Genehmigung des Verlags.

ISBN 978-3-89749-856-3

Übersetzung: Nikolas Bertheau, Hamburg  
Lektorat: Anke Schild, Hamburg  
Satz: Das Herstellungsbüro, Hamburg,  
[www.buch-herstellungsbuero.de](http://www.buch-herstellungsbuero.de)  
Umschlaggestaltung: Martin Zech,  
[www.martinzech.de](http://www.martinzech.de)

[www.gabal-verlag.de](http://www.gabal-verlag.de)

# Inhalt

## **1 Wie Sie sich und andere motivieren**

- 14 Entdecken Sie, was wichtig ist
- 16 Besinnen Sie sich auf Ihre Werte
- 18 Lernen Sie, sich selbst zu motivieren
- 20 Arbeiten Sie an Ihrer inneren Einstellung
- 22 Die Kunst der Konzentration
- 26 Stellen Sie Ihre Überzeugungen auf den Prüfstand
- 28 Auf Motivation gepolt

## **2 Stellen Sie die Weichen auf Erfolg**

- 34 Maslows Bedürfnishierarchie
- 36 Motivationstheorien
- 38 Leistung steigern
- 44 Die Struktur des Erfolgs
- 48 Setzen Sie sich die richtigen Ziele

## **3 Motivation im Management**

- 54 Engagieren Sie die richtigen Leute
- 58 Schulung und Entwicklung
- 64 Motivierende Teambesprechungen
- 68 Belohnen Sie Spitzenleistung

## **4 Durch Zuhören lernen**

- 76 Seien Sie ein guter Coach
- 78 Das GROW-Modell
- 80 Motivieren Sie mit Fragen
- 84 Richtig zuhören
- 86 Beim Zuhören präsent sein
- 88 Geben Sie gutes Feedback
- 90 Loben Sie Ihr Team

## **5 Motivieren Sie nachhaltig**

- 96 Schaffen Sie Nähe
- 98 Wie Mitarbeiter kommunizieren

- 100 Schlüpfen Sie in die Haut Ihrer Mitarbeiter
- 102 Motivationsfilter
- 104 Motivationsfaktoren
- 106 Machen Sie sich zum Erfolgsanwalt
- 108 Motivieren Sie mit Bildern
- 110 Zeit als Motivationsfaktor
- 112 Positive Anker setzen
- 116 Orientieren Sie sich an Vorbildern
- 118 Register
- 120 Bildnachweis

