

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung: Wie Sie mit diesem Buch arbeiten	1
2	Ihre Stärken erkennen	11
2.1	Aus der eigenen Entwicklung Schlüsse ziehen	11
2.2	Selbsttest: Nutzen Sie Ihre Stärken schon?	13
3	Ziele erreichen: Persönliche Stärken im Berufsalltag nutzen	17
3.1	Mit Ihrer Selbstvorstellung punkten	17
3.1.1	Praxisfall: Neu im Unternehmen	17
3.1.2	Stärken nutzen: Mit Leichtigkeit und Kompetenz überzeugen	26
3.2	E-Mails bewusst einsetzen	36
3.2.1	Praxisfall: Gut mit Worten	36
3.2.2	Stärken nutzen: Medien überzeugend einsetzen	44
3.3	Kompetenz in Präsentation und Vortrag ausstrahlen	54
3.3.1	Praxisfall: Angemessen im Mittelpunkt stehen	54
3.3.2	Stärken nutzen: Sich für Neues öffnen	63
3.4	Profil in Meetings zeigen	77
3.4.1	Praxisfall: Sich in Verhandlungen Respekt verschaffen	77
3.4.2	Stärken nutzen: Macht gezielt einsetzen	85
3.5	Verantwortung in Gremien übernehmen	95
3.5.1	Praxisfall: Als Meinungsmacherin gefragt sein	95
3.5.2	Stärken nutzen: Im Netzwerk Koalitionspartner finden	105
3.6	Führungserfolge in Teams und Projektgruppen sicherstellen	116
3.6.1	Praxisfall: Mit Konsequenz überzeugen	116
3.6.2	Stärken nutzen: Ziele setzen und erreichen	125
	Weiterführende Literatur	137
4	Erfolgspotenziale realisieren: Methoden zusammenstellen	139
4.1	Baukasten für Ihr Selbstmarketing passgenau zusammenstellen	139
4.2	Rückschläge bewältigen	175

5	Karrierewege vorstellen: Rollenvorbilder prüfen	181
5.1	Interview mit Sabrina Eder, Siltronic AG	181
5.2	Interview mit Ellen Trapp, Bayerischer Rundfunk	185
5.3	Interview mit Dr. Angelica Marte, freie Wissenschaftlerin und Beraterin.	188
6	Blick auf die neue Generation: Blickwinkel verstehen	197
6.1	Ergebnisse einer Studie in der Generation Y, Z und Alpha	197
6.2	Interpretation	204
	Weiterführende Literatur.	205
7	Fazit: Umfeld optimieren, bitte!	207
	Literatur.	209
8	Schluss: Selbst ist die Frau.	211