

INHALT

Vorwort	11
---------	----

Teil I

Grundierung – Zunächst einmal: Das sollten Sie wissen

1. Schlagfertig – och nö, heute nicht?!	16
2. Die liebe Kollegin	18
3. Lektion 1 – Der Schutzschild	24
4. Lektion 2 – Souveräne Standfestigkeit	27
5. Warum wir so sind, wie wir sind	32
6. Echt jetzt?!	40
7. Lektion 3 – Das Selbstbild	43
8. Lektion 4 – Echt ist in!	51
9. Lektion 5 – Eine Schlagfertigkeitsqueen kann auch einstecken	55
10. Lektion 6 – Berechtigte Kritik	58
11. Lektion 7 – Humor	61
12. Die liebe Schwiegermama	65
13. Lektion 8 – Zeigen Sie Profil!	73
14. Lektion 9 – Körpersprache	86
15. So weit, so gut	95

Teil II

Glitzer – Techniken, die jede lernen kann

16. Frauen – Meisterinnen der Spitzfindigkeiten	98
17. Männer – Meister der Gelassenheit	102

18. Das Vorstellungsgespräch	109
19. Nur Mut!	119
20. Eigenlob stinkt?! Also ich rieche nix ...	131
21. Entlarvt!	133
22. Die liebe Schwägerin	140
23. Deeskalation – Bringen Sie die Dinge zu Ende	150
24. Komplimente	159
25. Superwoman	174

Teil III

Finish – Typisch Frau!

26. Mädchen halt	184
27. Die guten alten Freunde – äh, Feinde	189
28. Money, money, money	196
29. Kindermund ...	206
30. Meine Erfahrung mit Frauen	209
31. Warum uns das Scheitern so lange beschäftigt	213

Alles in allem oder auch: Das Nachwort	221
Lösungen	223
Zusammenfassung	225
Die Techniken im Überblick	226
Danke, danke!	230
Quellen	232