

Inhalt

- 9 Vorwort
oder: Worum es bei diesem Buch geht
- 11 Kompetenz und Praxisschock
Viele Erwartungen an die Erzieherin
- 14 Ihre persönliche Standortbestimmung
Drei Selbstanalysen
- 15 Selbstanalyse Nr. 1: Schlechte Angewohnheiten bewusst machen und abbauen
- 17 Selbstanalyse Nr. 2: Ihre gegenwärtige Situation
- 18 Selbstanalyse Nr. 3: Veränderungen in Ihrem Berufsleben
- 21 Im Fallen-Dschungel
Vom richtigen Umgang mit „inneren“ Barrieren
- 35 Der Berufseinstieg
- 35 Bewerbungsgespräch und Trockenübung
- 37 Ihr Auftritt
- 39 Klassische und banale Fragen
- 42 Vom richtigen Umgang mit schwierigen Vorgesetzten
- 42 An Vorgesetzten kommt niemand vorbei
- 44 Transaktionsanalyse und persönliches Wohlbefinden
- 45 Von der Kompensation persönlicher Defizite
- 47 Gute Entwicklungsmöglichkeiten durch schwache Vorgesetzte
- 50 Wer arbeitet, macht auch Fehler
- 51 Über die Spielarten „typischer“ Eigenschaften und Verhaltensweisen
- 53 Entscheidungsschwache, Kontrollierende, Nörglerinnen und andere Vorgesetzte – eine Typologie
- 61 Hilf Deiner Vorgesetzten und Du hilfst dir selbst

64	Die Erzieherin im Berufsalltag
64	Startprobleme gelassen lösen
67	Einen Platz im neuen Team erobern
69	Vergessen Sie den Mythos vom Nein-Sagen!
71	Spannungen im Team
73	Die häufigsten Konflikte
74	Mobbing, Bossing, Psychokrieg
76	Richtig umgehen mit Ärger und Konflikten
79	Das Opfer-Verfolger-Retter-Spiel
81	Supervision und Teamberatung
82	Stimmungspflege gegen Stimmungstöter
83	Dynamik gegen Betriebsblindheit
84	Krise um die Lebensmitte
85	Naive, Egozentrische, Altruistische und andere Kolleginnen – noch eine Typologie
94	Probleme mit Eltern – Fingerspitzengefühl und Geduld
96	Hilfe bei privaten Problemen
99	Berufliche Krise – Alarmsignale und „innere Kündigung“
102	Wenn es zur echten Kündigung kommt
104	Einfaches oder qualifiziertes Zeugnis
106	Zeugniscodes – Buch mit sieben Siegeln
107	Wiedereinstieg in den Erzieherberuf
108	Die neue Stelle
109	Sie wollen Leitungsaufgaben übernehmen
111	Sie haben es geschafft – und jetzt
115	Die Erzieherin als Vorgesetzte
115	Chefin und „Kopf der Familie“
118	Distanz und Nähe
119	Konflikte früh anpacken
120	Sind Sie eine „Angstquelle“ für Ihre Mitarbeiterinnen?
121	Leiten – Eigenschaftskomplexe und Führungsqualitäten
126	Was eine „brauchbare“ Vorgesetzte auszeichnet
128	Das Wechselspiel zwischenmenschlicher Beziehungen: Kommunikation

- 130 Gespräche organisieren, lenken und fördern
- 131 Beurteilungsgespräche – unbeliebt aber notwendig
- 132 Denkanstöße für Beurteilende
- 134 Denkanstöße für Beurteilte
- 135 Beobachtungskriterien und Beobachtungsmerkmale

- 139 Stress – wenn's im Kopf schwirrt
- 141 Das „Burn-out-Syndrom“
- 142 Selbstgemachter Stress
- 142 Lebensregeln zur Stressreduzierung
- 145 Zeitmanagement und Lebensqualität
- 146 Zeitdieben und Störfaktoren auf der Spur
- 148 Mit Zeitspartechniken gegen Dauerstress

- 150 Streicheleinheiten für Körper und Seele

- 153 Elf gute Tipps, leichter durch den Berufsalltag zu kommen

- 154 Literatur

- 156 Autor