

Inhalt

Vorwort

II

Teil I

Grundierung – Zunächst einmal: Das sollten Sie wissen

1. Schlagfertig – och nö, heute nicht?!	17
2. Die liebe Kollegin	19
3. Lektion 1 – Der Schutzschild	25
4. Lektion 2 – Souveräne Standfestigkeit	28
5. Warum wir so sind, wie wir sind	35
6. Echt jetzt?!	43
7. Lektion 3 – Das Selbstbild	46
8. Lektion 4 – Echt ist in!	54
9. Lektion 5 – Eine Schlagfertigkeitsqueen kann auch einstecken	58
10. Lektion 6 – Berechtigte Kritik	61
11. Lektion 7 – Humor	64
12. Die liebe Schwiegermama	68
13. Lektion 8 – Zeigen Sie Profil!	77
14. Lektion 9 – Körpersprache	90
15. So weit, so gut	99

Teil II

Glitzer – Techniken, die jede lernen kann

16. Frauen – Meisterinnen der Spitzfindigkeiten	103
17. Männer – Meister der Gelassenheit	107
18. Das Vorstellungsgespräch	114
19. Nur Mut!	124
20. Eigenlob stinkt?! Also ich rieche nix ...	136
21. Entlarvt!	138
22. Die liebe Schwägerin	145
23. Deeskalation – Bringen Sie die Dinge zu Ende	155
24. Komplimente	166
25. Superwoman	184

Teil III

Finish – Typisch Frau!

26. Mädchen halt	195
27. Die guten alten Freunde – äh, Feinde	200
28. Money, money, money	206
29. Kindermund ...	216
30. Meine Erfahrung mit Frauen	219
31. Warum uns das Scheitern so lange beschäftigt	223

Anhang

Alles in allem oder auch: Das Nachwort	233
Das Nach-Nachwort	235
Lösungen	237
Zusammenfassung	239
Die Techniken im Überblick	241
Danke, danke!	247
Quellen	249