

# Inhalt

<b>Die ersten 100 Tage</b>	<b>9</b>
▪ 5 Erfolgskriterien für den gelungenen Einstieg	10
▪ 5 wichtige Punkte für das erste Gespräch mit Ihrem Vorgesetzten	11
▪ Vorhang auf! Ihr Debüt vor dem Team	12
▪ Das Erbe eines erfolgreichen Vorgängers: Verwalten oder gestalten?	14
▪ Altlasten im neuen Job? 3 Tipps für Ihren Erfolg	15
▪ Vom Außenseiter zum Insider werden	17
▪ Ihre Networking-Strategie	18
▪ Networking für Introvertierte	20
 <b>Selbstmanagement</b>	 <b>21</b>
▪ 3 wichtige Stressblocker	22
▪ Das stärkt Ihre Resilienz	24
▪ Auch Performer brauchen Pausen	25
▪ Pause! Tipps zur Regeneration	26
▪ Die große Kunst des Weglassens	27
▪ Priorisieren: Bewährte Techniken	28
▪ Das A & O der Selbstorganisation: Filtern, Planen, Selbstkontrolle	29
▪ 3 Tricks, um im Alltag effizienter zu werden	30

▪ Mehr Zeit mit 3 simplen Tricks	31
▪ Konzentration! Tipps für störungsfreies Arbeiten	33
▪ Heilmittel gegen Aufschieberitis	33
▪ So werden Sie schlechte Gewohnheiten los	35
▪ Dazulernen durch Feedback	36
▪ Schwierige Zeiten? Perspektivwechsel mit Reframing	37
<b>Kommunikation</b>	<b>39</b>
▪ Gesprächsführung mit Fragen	40
▪ Mit Körpersprache punkten	41
▪ Überzeugen mit Ihrer Schlüsselbotschaft	43
▪ Nein sagen: Der Weg aus dem Loyalitätsdilemma	44
▪ Loben oder Feedback geben? Von der Kunst der Anerkennung	46
▪ Die Lösung, nicht das Problem im Blick	47
▪ Tabus und Peinlichkeiten: Feedback in heiklen Situationen	48
▪ Mitarbeitergespräche vorbereiten	49
▪ 5 wichtige Regeln für jedes Mitarbeitergespräch	51
▪ Wertschätzende Kommunikation - 5 Tipps für den Arbeitsalltag	52
▪ 5 Erfolgsfaktoren für Ihre Präsentation	54
▪ Workshops erfolgreich moderieren	55

<b>Konflikte und Krisen managen</b>	<b>57</b>
▪ 3 Regeln zur Konfliktbearbeitung	58
▪ Wenn zwei sich streiten ... So werden Sie zum Konfliktmediator	59
▪ 3 Tipps zum Umgang mit schwierigen Zeitgenossen	60
▪ Win-win-Situationen schaffen mit dem Harvard-Prinzip	62
▪ Heiter scheitern – vom richtigen Umgang mit Misserfolgen	64
▪ Harte Zeiten? So navigieren Sie gut durch Krisen	65
▪ Richtig umgehen mit Fehlern	66
▪ Offene Fehlerkultur etablieren mit Failure-Foren	67
▪ Problemursachen analysieren mit der 5-W-Methode	68
▪ So machen Sie schwache Mitarbeiter stark	68
▪ Warnsignale erkennen – Mitarbeiter schützen	70
▪ Wenn andere Sie unfair kritisieren	71
<b>Erfolgreich im Team</b>	<b>73</b>
▪ Wie Sie Ihr Team garantiert demotivieren	74
▪ Motivation: 3 Top-Anreize für gute Leistungen	75
▪ Warum Vertrauen in Ihre Mitarbeiter lohnt	76
▪ Einfluss nehmen in der Sandwich-Position	78
▪ Survival-Strategien für Sandwich-Manager	79
▪ Lücke im Team: Wenn ein Mitarbeiter lange ausfällt	80

<b>Mitarbeiter führen</b>	<b>83</b>
▪ Wie wollen Sie führen?	84
▪ Authentisch führen ohne Macht: Das Selbstbild entscheidet	85
▪ Was Mitarbeiter von Ihnen erwarten	86
▪ Führungsstil: Warum flexibel besser ist	87
▪ 5 Navigationshilfen für unbekanntes Terrain	89
▪ Die 5 Erfolgsprinzipien agilen Führens	90
▪ Agiles Führen: die 3 größten Irrtümer	91
▪ Delegieren – gar nicht so einfach	93
▪ 3 Erfolgskiller für Zielvereinbarungen	94
▪ 3 Erfolgstipps für das Führen virtueller Teams	95
▪ Die 5 größten Herausforderungen beim Führen auf Distanz	97
<b>Kreativitätstechniken</b>	<b>99</b>
▪ Der kreative Prozess: Alles andere als chaotisch	100
▪ Kreativität fördern ohne Stift und Papier	101
▪ Das Force-Fit-Spiel: originell quergedacht	102
▪ Blockaden überwinden mit Tick-Tock	103
▪ Intuitiv kreativ mit 6-3-5-Brainwriting	105
▪ Umdenken mit der Osborn-Checkliste	106
▪ Die Kopfstandmethode	107

▪ Die Walt-Disney-Methode: Horizontweiterung dank Rollenwechsels	108
▪ Ideen bewerten: 3 einfache Techniken	109
<b>Herausforderung Diversity</b>	<b>111</b>
▪ Jeder Mensch ist anders – und das ist gut so	112
▪ Wie Sie Gender Diversity leben	112
▪ Umgeben von Silberrücken? Wie Sie ältere Mitarbeiter auf Ihre Seite ziehen	114
▪ Mitarbeiter führen im Generationen-Mix	115
▪ Interkulturelle Teams führen: die Dos and Don'ts	116
<b>Entscheidungen treffen</b>	<b>119</b>
▪ Entscheidungen souverän fällen und vertreten	120
▪ 3 klassische Entscheidungsfehler	121
▪ Das 1x1 des Entscheidens	122
▪ Literatur	124
▪ Stichwortverzeichnis	125