

# 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
▪ Alllasten 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

## **Kommunikation** **39**

▪ 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

## **Konflikte und Krisen managen** **57**

- 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

## **Erfolgreich im Team** **73**

- 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

## **Mitarbeiter führen** **83**

- 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 Erfolgstopps für das Führen virtueller Teams 95
- Die 5 größten Herausforderungen beim  
Führen auf Distanz 97

## **Kreativitätstechniken** **99**

- 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: Horizonterweiterung 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