

Inhalt

Einleitung	7
1 Bei jeglicher Kommunikation entscheidet der Empfänger	13
2 Warum sind wir geworden, wie wir sind?	20
3 Eine Einführung in das System, das Sie gleich kennenlernen werden	26
4 Rotes Verhalten	29
5 Gelbes Verhalten	43
6 Grünes Verhalten	54
7 Blaues Verhalten	67
8 Die ärgerliche Kehrseite der Medaille – niemand ist vollkommen	84
9 Neues lernen	131
10 Körpersprache – oder warum es durchaus eine Rolle spielt, wie Sie aussehen	135
11 Ein Beispiel aus dem wahren Leben	150
12 Anpassung	157
13 Wie Sie schlechte Nachrichten richtig überbringen oder: Wenn sogar positive Kritik immer noch ... Kritik ist	212
14 Wer passt zu wem – und warum ist das eigentlich so? ..	237
15 Schriftliche Kommunikation	245
16 Was macht uns fuchsteufelswild?	250
17 Stressfaktoren und Energieräuber – was ist Stress eigentlich wirklich?	259
18 Ein kurzer Blick in die Geschichte	276
19 Stimmen aus dem wahren Leben	284

20	Ein kleiner Schnelltest, der Ihnen zeigt, wie viel bei Ihnen hängen geblieben ist	313
21	Ein abschließendes Beispiel aus dem Alltagsleben	320
22	Zum Schluss noch ein Hinweis	327
	Antworten auf die Fragen in Kapitel 20	331