

Inhalt

Bildhauer Ihres Lebens.	7
Einleitung.	11
Woher kommt der erste Eindruck.	14
Was ist der erste Eindruck.	17
Bewertungsraster.	19
Kundensicht.	23
Wovon hängt der erste Eindruck ab?	27
Positive Sprache.	32
Der erste Eindruck am Telefon.	40
Die „Zwei-Drittel-zu-ein-Drittel-Regel“.	42
Ich-Botschaften.	43
stimme.	50
Körpersprache.	54
Distanzzonen und Gemütszustände.	59
Souveränität und Selbstbewusstsein.	61
In jeder Situation selbstbewusst.	66
Präsentationen und Reden.	71
Small-Talk-Typen.	77
Wie beginne ich Small Talk.	84
Aktives Zuhören.	92
Elevator Pitch.	95
Etikette.	106
Kleidung.	117
Erster Eindruck online.	122
Authentizität.	128
Meine Werte finden.	130
Zusammenfassung.	133
Danke.	134