

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>11</b>
----------------	-----------

## **DU WILLST MEHR**

<b>1. Weshalb deine Beförderung so wichtig ist</b>	<b>15</b>
Was hält dich davon ab, befördert zu werden?	16
Von negativen Gedanken zur Motivation	19
Beförderungen zur Routine machen	21
<b>2. Dein Ziel definieren</b>	<b>23</b>
Wunschposition und -aufgaben definieren	23
<b>3. Wenn du mehr willst als Geld</b>	<b>27</b>
Neue Karriereziele	28
Deine Vision von deinem Traumjob	28

## **VORBEREITUNG AUF DAS GESPRÄCH**

<b>4. Wann mit dem Chef oder der Chefin sprechen?</b>	<b>35</b>
Zu welchem Zeitpunkt solltest du das Gespräch mit deinen	
Vorgesetzten suchen?	37
Gute Leistung ist die Grundlage	38

<b>5. Die Details: Termin ansetzen</b>	<b>40</b>
Termin bekommen und weitere wichtige Vorbereitungen	40
Wann genau solltest du den Termin ansetzen?	42
Äußere Vorbereitung	43
Mentale Vorbereitung	44
<b>6. Vorbereitung der Argumente und Steigerung deiner Sichtbarkeit</b>	<b>46</b>
Erfolge dokumentieren	47
Feedback einsammeln	50
Qualifikationen dokumentieren	51
Argumente vorbereiten	52
Vergleichbare Gehälter und Positionen recherchieren	54
BATNA definieren	56
Über deine Leistung sprechen	58
<b>7. Schwächen in Stärken umwandeln</b>	<b>61</b>
Schwächen identifizieren und für dich nutzen	61
Aus Fehlern richtig lernen	68
<b>8. Die 10 wichtigsten Faktoren für ein erfolgreiches Gespräch</b>	<b>70</b>
Gute Arbeit	71
Umfassende Vorbereitung auf das Gespräch	74
Selbstbewusstsein in deinen Forderungen	76
Mehrwert für die Firma herausarbeiten	78
Deine Vorgesetzten zu Verbündeten in deinem Anliegen machen	79
Die Ruhe bewahren	82
Auf Überraschungen flexibel reagieren	85
Auf deine Gegenüber eingehen und zuhören	86
Übung macht den Meister	87
Loslassen und loslegen	89

<b>9. Das sagen Manager und Managerinnen</b>	<b>92</b>
Die drei größten Fehler	92
Dranbleiben	94
Mentoren suchen	96
Unerwartete Karrierewege gehen	96
Mut	97
120 Prozent geben	98

## **DAS GESPRÄCH – GEHEIME ERFOLGSFAKTOREN**

<b>10. Eröffnung des Gesprächs</b>	<b>103</b>
Strategien gegen Nervosität	103
Das Gespräch	104
Den Einstieg in das Thema finden	107
<b>11. Deine Argumente vortragen</b>	<b>110</b>
Wie du dein Anliegen vorträgst	110
Kritische Rückfragen deines Chefs oder deiner Chefin	111
Deine Beförderung fordern	111
Investition in die Zukunft	111
Gehaltserhöhung nicht vergessen	112
Wenn allein mehr Gehalt gefordert wird	114
<b>12. Die 7 häufigsten Fehler</b>	<b>117</b>
Das eigene Gehalt mit dem der Teammitglieder vergleichen	118
In deinen Forderungen andere mit ins Spiel bringen	119
Vergleiche zu anderen Unternehmen ziehen	123
Beleidigung oder Kritik an den Vorgesetzten	128
Drohungen und andere Druckmittel in Verhandlungen	130
Private Gründe als Argument für eine Gehaltserhöhung	133
Sich überschätzen	135

<b>13. Antworten für schwierige Situationen</b>	<b>137</b>
Die kumpelhafte Führungskraft	137
Die aggressive Führungskraft	139
Die Führungskraft, die dich vertröstet	140
Die geizige Führungskraft	142
Die Führungskraft, die großzügig lobt	144
Die Führungskraft, die dir ein schlechtes Gewissen macht	147
<b>14. Verhandeln für Frauen</b>	<b>151</b>
Wieso Frauen im Schnitt weniger gezahlt wird	151
Was du tun kannst	154
<b>15. Deinen Verhandlungsstil finden</b>	<b>165</b>
Angriff, Kooperation oder Flucht?	165
Checkliste: Das brauchst du für jede Verhandlung	167
<b>16. Strategien für den Notfall</b>	<b>173</b>
Dein Gesprächspartner wird aggressiv	173
Deine Forderung wird ignoriert	175
Deine Beförderung wird abgelehnt	176
Dir wird gedroht	176
Das Gespräch wird auf andere Themen gelenkt	178
Du wirst vertröstet	178
Deine Firma steckt in einer wirtschaftlichen Krise	180
<b>17. Abschluss des Gesprächs</b>	<b>183</b>
Final deine Beförderung einfordern	183
Mögliche Ergebnisse	184
Das Ergebnis zusammenfassen	184
Nächste Schritte definieren	185
Abschluss	186

## **WAS PASSIERT JETZT?**

<b>18. Follow-up des Gesprächs</b>	<b>191</b>
Feiere deinen Mut	191
Schriftliche Zusammenfassung	191
Mögliche Danksagungen	192
<b>19. Die nächsten Schritte vorbereiten</b>	<b>194</b>
Aufgaben erfüllen	194
Aus dem Gespräch lernen	194
Kompetenzen strategisch ausbauen	195
Erfolgstagebuch führen	195
Verantwortung übernehmen und Bestleistung zeigen	195
Netzwerk aufbauen	196
Von Anfang an die Entwicklungschancen im Blick	196
Es wird immer leichter werden	197
<b>Quellen</b>	<b>199</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>203</b>
<b>Über die Autorin</b>	<b>204</b>