

Inhalt

Die ersten 100 Tage **9**

- 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

Selbstmanagement **21**

- 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 Erfolgsskiller 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

Herausforderung Diversity 111

- 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

Entscheidungen treffen 119

- Entscheidungen souverän fällen und vertreten 120
- 3 klassische Entscheidungsfehler 121
- Das 1x1 des Entscheidens 122
- Literatur 124
- Stichwortverzeichnis 125