

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1 Was wirklich zählt	15
Schlüsselqualifikationen	15
Selbstkritik.	22
Erfolgreiches Verhalten und Karriere.	24
2 Richtig starten	27
Verkäufer in eigener Sache	28
Die »Verpackung« einer Bewerbung.	32
Das Vorstellungsgespräch	35
Kritische Situationen meistern.	41
Keine Angst vor Auswahlverfahren	44
Leistungs- und Intelligenztests	46
Was Noten und Diplome nicht leisten	55
Wie testen Personalchefs?	58
Was Linienmanager auszeichnet	63
Prüfungsangst.	66
Einstellungsänderung	67
Systematische Prüfungsvorbereitung	74
3 Erfolgreich im Gehaltspoker	76
Spezialisten	79
Gruppen- und Projektleiter.	87
Abteilungsleiter	94
Das obere Management.	102
Das Geheimnis der Topverdiener	109
4 Karriere ohne Streß	113
Streßursachen erkennen	116
Erfolgs- und Mißerfolgsorientierung.	118

Das Vorurteil von der Manager- krankheit.	121
Anti-Streß-Training	126
Burnout	127
Workaholics sind gefährdet	130
Arbeitssucht aus Verzweiflung.	131

**5 Kommunikation, Selbstmanagement
und Karriere 134**

Der Ton macht die Musik	137
Anpassung und Engagement	140
Die organisierte Karriere	141
Selbstmanagement und Lebens- qualität.	143
Selbstmanagementtypen: Der Spontan- Kreative, Der Perfektionist, Der Fatalist, Der Bequeme, Der Effektive	148
Zeitplanungshilfen.	151
Das Selbstmanagement der Entscheider	157
Tagesorientierung und Störanfälligkeit. . .	161
Vermeiden und Aussitzen	164
Mangelnde Ziel- und Prioritätensetzung .	165
Frauen sind die besseren Selbst- manager.	168
Lernziel »Zufriedenheit«	170
Zeitbewußtsein und Karriere	174
Der Zeitbewußtseinstest	180
Zeitbewußtsein und Lebenshaltungen . .	185
Lebenshaltungen und Karriere.	189
Der Lebenshaltungstest	192
Lebenshaltungen und Selbst- management	197

6 Die Erfolgsfaktoren 201

Überzeugen und mitreißen: Dynamik . . .	201
Initiative und Engagement.	203

Selbstvertrauen	205
Begeisterungsfähigkeit	206
Durchsetzungskraft	208
Kontaktsicherheit	209
Entschlußkraft.	211
Optimismus	212
Teamfähig sein: Kooperation	214
Mitarbeiterförderung	215
Informationsbereitschaft	218
Einfühlungsvermögen	219
Motiviert sein: Engagement.	221
Leistungsorientierung	222
Einsatzbereitschaft	224
Erfolgskontrolle	227
Sicherheitsstreben als Karriereblocker. . .	229
Konservatismus und Rigidität	231
Risikovermeidung	233
Distanziertheit	236
Konfliktvermeidung	238
Ihre persönliche Potentialanalyse	239

7 Führungskompetenzen im Selbst- und Fremdbild	243
Wenn Managerideale über Bord gehen . .	243
Die fünf Führungsstile (partnerschaft- lich-kooperativ, autoritär-direktiv, sach- orientiert-partnerschaftlich, autoritär- instabil, laissez faire).	248
Teamanalysen	252
Entscheiderprofile	253
Sind Frauen die besseren Manager?. . . .	256
Erfahrung und Souveränität	258
8 Karrieretypen	260
Der Verwalter	260
Der Macher	261
Der Ineffektive.	263

Der Flexible	265
Der Bequeme	266

Weiterführende Literatur	269
---	-----

Testbogen: Die Potentialanalyse

»Erfolgreich im Team«

Testen Sie Ihre Chancen für eine Karriere
in schlanken Unternehmen!