

Stichwortverzeichnis

A

Abwechslung
stimmliche 94
Affirmation
bei Rückschlägen und Problemen 55
für eine positive Einstellung 55
für höheren Selbstwert 54
für mehr Selbstvertrauen und Optimismus 55
positive 53
Aggressivität 75
Angewohnheit
gute 185
Anschreiben 224
Apathie 75
Arbeitsethik 176
Arbeitsmoral 33, 175, 215, 239
Arroganz 74
Attitüde-Check 45
Aufgeschlossenheit 167, 184
Augenkontakt 91

B

Belohnung 245
Beständigkeit 221
Bestandsaufnahme 244
Bewerbung
Soft Skills 221
Tipps 221
Unterlagen 223
Bewusstsein
kulturelles 31, 92, 193, 212, 240
Beziehungskompetenz 222
Big-L-Leadership 195
Blickkontakt 91

C

Charakter 66, 211, 239
Definition 66
entwickeln 68
Charakterbildung 65
Charakter-Check 67
Charakterdefizit
ausgleichen 68
Charaktereigenschaft 31, 65, 192
gute 73
schlechte 74

D

Denken
kritisches 32, 160, 162, 214, 238
selbstständiges 163
Denkfaulheit 160
Denkmuster
negatives 53
Disziplin 179
Diversität 101, 104, 240
Diversitätsbewusstsein 31, 212
Diversity Awareness *siehe* Diversitätsbewusstsein
Dopamin 52
Dresscode 124

E

Ehrlichkeit 73
Eigeninitiative 74, 222
Eigenmotivation 181
Eindruck
erster 120
Einfühlungsvermögen
fehlendes 75
Einstellung
innere 30, 42, 211
positive fördern 51
positive innere 30, 42, 192, 211

F

Fähigkeit
nichtkognitive 143
Fakt
und Meinung trennen 164
Feedback 242
Flexibilität 182
Frage
geschlossene 164
offene 164
stellen 164
Führungspersönlichkeit
Eigenschaften 192
Führungsqualität 33, 189, 216
Führungsstil 194
autoritärer 195
kooperativer 196
Führungsvermächtnis 198

G

Gestik 93
Gestikulieren 93
Gewohnheit
gute 185
Glaubenssatz
negativer 53
Gleichgültigkeit 75
Glück 217
Glücksakte 58
Go-how 45

Google 36
Grundhaltung
positive 43

H

Haltung
positive innere 41
Händedruck 126
Handeln
ethisches 181
moralisches 181
Handschlag 126
Hard Skills 23, 34, 235
Definition 29–30
Herausforderung 183
Hesitationsmarker 95
Holland-Codes 220
Hören 87

I

Impulskontrolle 73
Initiative 222
ergreifen 136
Inklusion 104, 212
Integrität 181
Interesselosigkeit 75
Interpretation 109
Intonation 94

K

K-12-Bildungsstandard 80
Karrieretyp 219
investigativer/
intellektueller 220
konventioneller 221
künstlerischer 220
realistischer 220
sozialer 220
unternehmerischer 220
Kleiderordnung 124
Kleiderwahl 124
Klischee 111
Knigge 125
Regeln 127
Komfortzone 244
kulturelle 103
Kommunikation 83
drei V 89

in beide Richtungen 84
nonverbale 90
verbale 96
visuelle 91
vokale 94
zwischenmenschliche 86, 89

Kommunikations-Check 84

Kommunikationsfähigkeit 31, 83, 192, 211, 237

Kommunikationshindernis 87

Konflikt im Team 154

Konfliktbewältigung 155

Konfliktfähigkeit 148

Konfliktlösung 155

Konfliktlösungsstrategie 155

Konfliktmanagement 154

Konfliktmanagementplan 155

Konversationsgeste 93

Kooperation 180

Körperhaltung 93

Körperpflege 125

Körpersprache 91

Kritikfähigkeit 148

Kultur

Definition 102

L

Lächeln 123
Leadership 33, 189–190, 216
Leadership-Check 190
Leadership Legacy 198
Lebenskompetenz 205
Lebenslauf 224
Lebenswert
zentraler 210
Leitsatz
motivierender 235
Life Skills 205
Little-l-Leadership 196
Loyalität 74

M

Manieren 126, 213
Meinung
und Fakten trennen 164
Menschenführung 190
Mimik 93
Mindset
positives 41, 236
Mitarbeiterführung 190
Motivation 181
Muster
dominantes
kulturelles 102
kulturelles 102

N

Negativität
anderer ausgleichen 50

O

Objektivität 166
Optimismus 55
Organisationstalent 222

P

Passivität 75
Pause
vokalisierte 95
Personalführung 190
Persönlichkeitstyp 151
Perspektivwechsel 48, 166
Positivität 43
Positivitäts-Check 45
Prägung
kulturelle 107
Priorität
setzen 138
Problemlösung 169
Problemlösungsfähigkeit 32, 159, 215, 238
Produktivität 134, 180
Professionalität 181
Prosodie 94
Pünktlichkeit 32, 140

R

Rechenschaftspflicht 184
Recherche 241

Referenz 224
Remote Work 62
Respekt 73
RIASEC-Modell 220

S

Scheitern 245
Selbstbeherrschung 73
Selbstbelohnung 245
Selbstbeobachtung 167
Selbstbewusstsein 167
Selbstdisziplin 73, 179
Selbsterfüllende Prophe-
zeiung 54
Selbsterkenntnis 167,
184–185
Selbstkritik 167–168
Selbstmotivation 181
Selbstorganisation 131,
139
Selbstreflexion 167–168
Selbstsabotage 53
Selbstverpflichtung 139,
184
Selbstvertrauen 55, 223
Selbstwertgefühl
verbessern 54
Serotonin 52
Service Excellence 116
Sichtweise
ändern 49
Soft Skills 23, 41, 80, 235
am Arbeitsplatz 219
ausbauen 241
bei der Bewerbung 221
Definition 29–30
im Alltag anwenden 210
personale 206
persönliche 205

zehn wichtigste 30
Sprechen
abwechslungsreiches
94
ausdrucksstarkes 94
Sprechlautstärke 95
Sprechpause 95
Sprechtempo 94
Stereotyp 111
Stereotyp-Check 112
Stereotypisierung 112
Stimmmodulation 94
Stress
abbauen 52
Studie 35
Synergie 240

T

Team
aufbauen 150
Teamarbeit 145, 240
Teambuilding 147, 150
Teamfähigkeit 32, 145,
214, 222, 240
Teamfähigkeits-Check
147
Teamkonflikt
bewältigen 154
Teamwork 240
Telearbeit 62
Terminplanung 135
To-do-Liste 139
T-Shaped-Skills 80

U

Übergangskompetenz 23
Übung
Aufbau einer
1-a-Attitüde 57

Umgangsform 32, 119,
213
Unhöflichkeit 74

V

Verantwortung
übernehmen 136
Verantwortungsbewusst-
sein 73, 181, 184
Verbindung
schaffen 83
Verlässlichkeit 179
Vielfalt 101, 104, 212, 240
stimmliche 94
Vier-Sekunden-Regel 120
Vokalisierung 95
Vorstellungsgespräch 225
Vorurteil 166

W

Wachstumspotenzial 222
Wahrnehmung
auditive 87
Weiterbildung 242
Wert
persönlicher 207
Werte-Check 207
Wortwahl 95
Wut 75

Z

Zeitmanagement 32, 131,
180, 193, 213, 238
Zeitplanung 135
Ziel
setzen 243
Zuhören 84, 86, 211, 237
Zuverlässigkeit 73, 179

