

## 30 Minuten Frauenpower im Job

Bearbeitet von  
Carmen Schön

1. Auflage 2012. Taschenbuch. 96 S. Paperback

ISBN 978 3 86936 354 7

Format (B x L): 11,5 x 17 cm

Gewicht: 200 g

[Wirtschaft > Wirtschaftswissenschaften: Allgemeines > Wirtschaftswissenschaften: Sachbuch und Ratgeberliteratur](#)

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>1. Lust auf Macht</b>	<b>9</b>
Ein positives Verhältnis zur Macht entwickeln	10
Sich mit den Entscheidern solidarisieren	14
In das politische Firmenspiel einsteigen	19
Gehalt regelmäßig verhandeln	23
Mut zum Wechsel	27
<b>2. Starke Kommunikation und Präsenz</b>	<b>33</b>
Körpersprache erfolgreich einsetzen	34
Kräftige Stimme für starken Inhalt	39
Reden Sie Klartext	41
Ideen selbst verkaufen	44
Gutes tun und darüber reden	46
Statussymbole	48
<b>3. Umgang mit Chefs und Kollegen</b>	<b>53</b>
Männlichen Kollegen auf Augenhöhe begegnen	54
Richtig kontern bei sexuellen Übergriffen	58
Umgang mit weiblicher Konkurrenz	60
Gekonnt netzwerken	62

<b>4. Kinder und Karriere – geht das?</b>	<b>67</b>
Vereinbarkeit von Karriere und Familie	68
Job und Schwangerschaft – was beim Wiedereinstieg zu beachten ist	71
Karriere im Teilzeitjob	74
<b>5. Die eigenen Emotionen steuern</b>	<b>77</b>
Emotionen, die man als Frau zeigen darf	78
Erfolgreich mit Pokerface	82
Kritik nicht persönlich nehmen	84
<b>Fast Reader</b>	<b>88</b>
<b>Die Autorin</b>	<b>94</b>
<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>95</b>
<b>Register</b>	<b>96</b>