



Inhalt

Die Ausgangssituation: Mein Arbeitsplatz wackelt.

Umdenken in kritischen Zeiten	9
--	---

Schritt 1: Komfortzone verlassen.

Überwinden Sie den inneren Schweinehund	15
Bequemes Mittelmaß: Leben in der Komfortzone	15
Raus aus der Komfortzone!	25
Wählen Sie die Einstellung der Gewinner	33
Bewegen Sie sich im Flow-Kanal	38
Auf einen Blick	43

Schritt 2: Den Chef verstehen.

Werden Sie zum Lieblingsmitarbeiter Ihres Chefs	44
Es gibt A-, B- und C-Mitarbeiter!	44
Betrachten Sie Ihren Chef als wichtigen Kunden	56
Werden Sie zum Problemlöser Ihres Chefs	63
Überraschen Sie Ihren Chef immer wieder positiv	69
Auf einen Blick	77

Schritt 3: Stärken identifizieren.

Mit neu entdeckten Stärken zum sicheren Job	78
Spitzenmitarbeiter bauen auf ihre Stärken	78
1. Stärkenbaustein: Erworbene Kompetenzen	85
2. Stärkenbaustein: Motivationsfaktoren	89
3. Stärkenbaustein: Persönlichkeit	93

4. Stärkenbaustein: Werte	100
5. Stärkenbaustein: Wünsche	106
Zusammenfassung meiner Stärken	110
Auf einen Blick	110

Schritt 4: Jobsituation analysieren.

Finden Sie heraus, wo Sie stehen	111
Ihr Job unter der Lupe	112
1. Jobfaktor: Was sind meine Hauptaufgaben?	114
2. Jobfaktor: Wie zufrieden bin ich mit meinem Arbeitsplatz?	119
3. Jobfaktor: Wie gut ist die Arbeit, die ich leiste?	121
4. Jobfaktor: Wie viele der fünf Ja habe ich?	122
5. Jobfaktor: Wie beurteile ich Gehalt, Position und den Ort meiner Arbeit?	127
Zusammenfassung meiner Jobsituation	130
Auf einen Blick	131

Schritt 5: Ziele setzen.

Entdecken Sie die Kraft messbarer Ziele	132
Klare Ziele wirken Wunder	133
Machen Sie aus Wünschen Ziele	135
Entwerfen Sie ein Zielfoto Ihres Traumjobs	139
Planen Sie Schritt für Schritt den Weg zum Traumjob	145
Auf einen Blick	155

Schritt 6: Selbst-PR praktizieren.

Zeigen Sie, wie gut Sie sind	156
Gut sein nützt nichts, wenn's keiner merkt	156
A & O: Achten Sie auf Auftreten & Outfit	159
So werden Sie sichtbar: Marketing in eigener Sache	174
Auf einen Blick	190

Schritt 7: Beziehungen knüpfen.

Finden Sie Verbündete auf dem Weg nach oben	191
--	-----

Halten Sie die Augen offen	192
Bauen Sie sich ein Netzwerk auf	198
Profitieren Sie von der Erfahrung der Profis	212
Auf einen Blick	225
Am Ziel: Sie sind unkündbar.	
Jeden Tag ein bisschen besser – Erfolgsstrategien, die unentbehrlich machen	226
Alle Tests, Checklisten, Workshops und Aktionspläne auf einen Blick	231
Literatur	233
Danksagung	235
Register	236