

Inhaltsverzeichnis

1. Zeitmanagement und Zielplanung	7
Ricarda Romain / Annette Knaut	
1. Einführung.....	7
2. Verschiedene Ziele im Lebenszusammenhang.....	17
3. Das eigene Ziel- und Zeitmanagement überprüfen	21
4. Die sieben Schritte des erfolgreichen Zielmanagements	26
5. 33 wertvolle Tipps zum Thema Zeit und Ziele	71
2. Kreativität und Problemlösung	85
Karin Asen	
1. Was hat Kreativität mit Problemlösung zu tun?	85
2. Was ist Kreativität?	88
3. Methoden der kreativen Problemlösung	116
4. Ausblick in eine kreative Welt	141
3. Entscheidungsfindung	149
Eva Fischer / Karin Asen / Victor A. Tiberius	
1. Warum Entscheidungen?.....	149
2. Begriffserklärung und Einordnung	151
3. Die biologischen Grundlagen des Entscheidens	155
4. Komponenten von Entscheidungsproblemen	156
5. Merkmale von Entscheidungssituationen	177
6. Arten von Entscheidungen.....	180
7. Darstellung von Entscheidungsproblemen	185
8. Probleme mit Problemen?	188
9. Entscheidungsregeln und -hilfen.....	221
4. Arbeitsmethodik und Projektmanagement	229
Ricarda Romain	
1. Einführung.....	229
2. Arbeitsplatzorganisation.....	231
3. Arbeitstechnik.....	259
4. Planung	263
5. Projektmanagement	273

5. Präsentation und Moderation	299
Karin Asen	
1. Was dieser Text erreichen will – Absichten und Ziele	299
2. Kommunikation und Rhetorik als Grundlagen für eine Präsentation.....	303
3. Die drei Hürden zur perfekten Präsentation	321
4. Probleme beim Präsentieren – Was tun?	360
5. Der geborene Redner	368
6. Lösungen zu den Übungsaufgaben	373

Alle Illustrationen: Sina Koall

Inhaltsübersicht der anderen Bände

I. Soziale Kompetenz

1. Kommunikation
2. Rhetorik und Verhandlungstechnik
3. Körpersprache
4. Konfliktmanagement und Mediation
5. Teamarbeit
6. Lösungen zu den Übungsaufgaben

II. Psychologische Kompetenz

1. Motivation und Selbstmotivation
2. Konzentrations- und Entspannungstechniken
3. Denktechniken und Denkgewohnheiten
4. Effiziente Lerntechniken
5. Effiziente Lesetechniken
6. Lösungen zu den Übungsaufgaben