

TEIL I

Sprechen Frauen eine andere Sprache als Männer?

9

Einleitung 10

Was unterscheidet einen Mann von einer Frau? 10

Grundlagen 13

Ohne Änderung des Kommunikationsstils
ist Frauenförderung nicht möglich! 13

Gibt es eine «Frauensprache» und eine «Männersprache»? 16

Unterschiede → Vokabular? Beziehungen... usw.
Männer und Frauen leben in verschiedenen «Sprachwelten» 19

Frauen haben ein feines Ohr für Beziehungen 22

Frauen haben ein gutes Gespür für indirekte Botschaften 28

Auch Männer haben ein «Beziehungsohr» 34

Statusorientierung fördert Konkurrenz 36

Was sagt der andere mit seiner Äußerung über sich selbst? 42

Einfluss ist besser als Macht 43

Konflikte und deren Bewältigung 47

Mobbing: ein Frauenproblem? 47

Männer gehen Konflikte anders an als Frauen 48

Die autoritäre Führungsmethode 54

Konfliktbewältigung in Betrieben 55

Die permissive Führungsmethode 58

Das Denken in Sieger-Verlierer-Kategorien 59

Die Win-Win-Methode 63

Das Prinzip «Ich gewinne – du verlierst» führt auf die Dauer nicht zum Erfolg	65
Frauen bewältigen Konflikte anders als Männer	69 ✗
Männer denken in Lösungen	74
Klare Kommunikation	80
«Sag doch, was du willst!»	80
Frauen sprechen eine persönlichere Sprache	82
Test: Was bedeutet selbstbewußtes Auftreten für Sie?	83
Ich denke, ich glaube, ich meine...?	84 ✗
Grundsätze für das Kritikgespräch	88
Exkurs: Frauen im Verkauf/Außendienst	92
Exkurs: Die Bewertungskriterien von Assessment Centers sind immer noch zu männlich orientiert	94
Ohne Worte	97
Die Rätsel der nonverbalen Kommunikation	97
Zuhören ist eine Kunst	100
<i>Aktives Zuhören</i>	105
<i>Aufmerksamkeitsreaktionen</i>	110
<i>Geschlechtsspezifische Unterschiede beim aktiven Zuhören</i>	113
Gefühle	118
Im Berufsleben ist das Zeigen von Gefühlen häufig verpönt	118
Einfühlungsvermögen ist wichtig	122
Motivation	125
Wie motiviere ich meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter?	125
<i>Die Maslowsche Bedürfnispyramide</i>	128
<i>Der Wertewandel in unserer Gesellschaft</i>	129

Zusammenarbeit	134
Modernes ganzheitliches und partizipierendes Management	134
Ganzheitliches Denken und Handeln	137
Teamarbeit	138
<i>Teamarbeit und Innovation</i>	138
<i>Selbstwertgefühl</i>	139
<i>Ohne Gleichwertigkeit der Mitglieder ist Teamarbeit nicht möglich</i>	143
<i>Phasen der Teamentwicklung</i>	146
<i>Frauen können im Team eine wichtige Rolle spielen</i>	147
<i>Überlegenheitsgefühl verhindert Innovation</i>	149

TEIL II

Rhetorik für Frauen

153

Rhetorik für Frauen – wozu?	154
Test: Welche Rednerinnen und Redner gefallen Ihnen?	156
Wie gehe ich mit Lampenfieber um?	157
Selbsterfüllende Prophezeiungen	160
Was man bei Reden vor Publikum beachten muß	161
<i>Die richtige Haltung ist wichtig!</i>	161
<i>Ohne Blickkontakt geht es nicht</i>	162
<i>Ausatmen nicht vergessen!</i>	162
<i>Die Selbstwahrnehmung ist kritischer als die Fremdwahrnehmung</i>	163
Wie nimmt Ihr Publikum Sie wahr?	164
Test: Wie entsteht Sympathie bei Ihnen?	168
Machen Sie Ihrem Publikum das Zuhören einfach!	170
Frei formulieren, nicht ablesen	171
In welchem Stil sollte Ihre Rede gehalten sein?	172
Atmung und Artikulation	173

Dialekt – ja oder nein?	175
Der rote Faden – wie baut man eine Rede auf?	176
<i>Die Einleitung</i>	176
<i>Der Schluß</i>	178
<i>Der Hauptteil</i>	179
Das «Fünfsatzschema»	180
Wie gehe ich mit Einwänden um?	182
So steuert man einen Kompromiß an	184
Wie bereite ich meine Rede vor?	186
Der Stichwortzettel	188
Stimmübungen	190
○ Wie gehe ich mit Unterbrechungen, Zwischenrufen und -fragen um? ..	193
Punkt setzen und Adjektive verwenden!	195
Literatur	198