
Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Wie Sie erfolgreich mit dem Buch arbeiten	9
1 Lektion 1: Mit Small Talk gewinnen	13
1.1 Was haben Sie von Small Talk?	15
1.2 Wann und mit wem sollten Sie locker plaudern können?	23
1.3 Die zehn häufigsten Small Talk-Killer	28
2 Lektion 2: Die wichtigsten Essentials aus der Kommunikationspsychologie	37
2.1 Man kann nicht nicht kommunizieren	37
2.2 Das Vier-Ohren-Modell	38
2.3 Sie kommunizieren über drei Kanäle	38
2.4 Der psychologische Hintergrund des Small Talk	40
3 Lektion 3: Hemmungen überwinden – Small Talk beginnen	43
3.1 Wie Sie die Schüchternheit besiegen	43
3.2 So bauen Sie Blockaden ab	52
3.3 Das Gespräch beginnen – Begrüßungstechniken	55
3.4 Das Gesprächsklima anwärmen	59
3.5 Zu einer Gruppe dazustoßen	62
4 Lektion 4: Mit diesen Themen kommen Sie an	65
4.1 Gut Wetter! Das Verbindende zählt	65
4.2 Die Standardthemen richtig anpacken	71
4.3 Was im Small Talk heikel ist	91
5 Lektion 5: Den Small Talk sicher führen	95
5.1 Das Eis brechen	96
5.2 Mit Fragen weiterkommen	101
5.3 Zuhören will gelernt sein	110
5.4 Den Small Talk elegant beenden	113
6 Lektion 6: Wie Sie kritische Situationen meistern	117
6.1 Immer schön fröhlich?	117
6.2 Namen sind kein Schall und Rauch	121
6.3 Gehen Sie über Pannen hinweg!	125

6.4	Wenn der Small Talk zum Quiz wird	127
6.5	Wie Sie Vielredner loswerden	132
6.6	Sind Klatsch und Tratsch erlaubt?	134
6.7	Wie plaudert man mit seinem Chef?	136
6.8	Schlagfertig reagieren auf Angeber und Störer	140
7	Lektion 7: So werden Sie zum Small Talk-Profi	145
7.1	Trennen Sie sich von »schlechten« Angewohnheiten	145
7.2	Lassen Sie Ihre Stimme klingen	152
7.3	Gesprächsstil: Fünf Regeln für gelungenen Small Talk	156
7.4	Frauen sprechen anders, Männer auch	163
7.5	Wie Sie Ihre Ausdrucksweise bereichern	167
7.6	Und plötzlich auf Englisch	172
8	Lektion 8: Wie Sie eine gute Figur machen	175
8.1	Der erste Eindruck zählt	175
8.2	Haltung, Abstand, Blickkontakt	179
8.3	Körpersprache – andere verstehen ohne Worte	186
8.4	Mit Gestik und Mimik bewusster umgehen	192
9	Lektion 9: Das Networking beginnt!	199
9.1	Was erfolgreiches Networking ausmacht	199
9.2	Kontakte aufbauen plus pflegen	201
9.3	Die 3 C des Small Talk	206
10	Anhang	209
10.1	Lösungen	209
10.2	Anregungen für Ihren Small Talk	218
	Literaturverzeichnis	221
	Stichwortverzeichnis	223
	Die Autoren	227