

Inhaltsverzeichnis

Anmerkung	9
Vorwort	11
1 Positive Einstellung als Grundlage für den Erfolg	13
Die Ist-Situation erkennen und Verantwortung übernehmen ...	15
Die Ist-Situation ohne Groll annehmen	16
Eine Entscheidung treffen	17
Eine Strategie entwickeln	18
Das Beste daraus machen	19
2 Vor der Kündigung	20
Kündigungen kündigen sich an	21
Die ersten Anzeichen für Veränderungen kommen von innen ..	23
Anzeichen von außen für Veränderungen	26
Selbstmotivation als Schlüssel zum Erfolg	28
Wie Sie sich selbst motivieren	29
3 Reaktionsmöglichkeiten auf einen Umbruch	31
Wollen Sie in dem Unternehmen bleiben?	32
Wollen Sie diesen Job weitermachen?	33
Wollen Sie diesen Beruf weiter ausüben?	34
Entscheiden Sie sich!	35
4 Professioneller Umgang mit einer Kündigung	39
Bewahren Sie die Fassung	39
Bewahren Sie sich einen guten Ruf	40
5 Rechtliche Aspekte	43
Gesetzliche Regelungen rund um die Kündigung	43
Zeugnis	46
Auskünfte gegenüber dem neuen Arbeitgeber	50
Der Gang zur Arbeitsagentur	51

6 Die Kündigung als Chance begreifen	52
Die Kündigung als Herausforderung betrachten	53
Kündigung als Chance für einen Neuanfang	54
Die Zukunft gehört Ihnen.	55
7 Jobstrategie: Wie finden Sie den Job, der zu ihnen passt? .	57
Identifizieren Sie Ihre Talente und Neigungen	57
Werden Sie sich klar darüber, wohin Sie beruflich wollen . .	58
Wo wollen Sie Ihre Fähigkeiten in Zukunft unter Beweis stellen?	59
Nutzen Sie Ihr persönliches Karrierenetzwerk.	61
8 Argumentieren, überzeugen, begeistern	63
Bedeutung von Stärken und Schwächen	64
Darstellung von Stärken und Schwächen	67
Knicke auf Ihrem Karriereweg	72
Umgang mit Vorurteilen	73
9 Erfolgreich bewerben mit den richtigen Unterlagen	77
Die Stellenausschreibung ist mehr als nur eine Annonce . . .	80
Wie ist eine Annonce aufgebaut?	81
Richtig punkten mit dem Anschreiben	92
Der Lebenslauf	105
Gliederung des Lebenslaufs.	109
Anlagen zur Bewerbung	118
Die dritte Seite – eine Sonderbeilage?	120
Die Initiativbewerbung.	122
Das Bewerbungsfoto.	125
Wahl der Bewerbungsmappe.	126
Bewerben über das Internet.	128
10 Das Vorstellungsgespräch.	131
Wichtige Eckpunkte	131
Verlauf eines Vorstellungsgesprächs	133
Besondere Fragen im Vorstellungsgespräch	139
Weitere Fragen	141
Der richtige Auftritt	143

Dankschreiben nach dem Vorstellungsgespräch.	145
Das Vorstellungsgespräch auf den Punkt gebracht.	147
11 Die ersten 100 Tage im neuen Job:	
Stolpersteine vermeiden	149
Hintergrundwissen	149
Der erste Eindruck zählt	150
Den ersten Eindruck positiv gestalten	152
Umgang mit Kollegen und Vorgesetzten	154
Ihre Einstellung – Sind Sie Problemlöser oder ein Bedenkenträger?	156
Ziele vereinbaren	158
Selbstmanagement	158
Persönliche Bilanz ziehen	161
Stichwortverzeichnis	163
Über die Autoren	167