

Carolin Lüdemann

Schlagfertigkeit für Frauen

Schnell, angemessen und intelligent kontern

Unter Mitarbeit von Lydia Wismeth

REDLINE | VERLAG

Inhaltsverzeichnis

Anmerkung	7
Danke	9
Vorwort	11
Einleitung	13
1 Was ist Schlagfertigkeit?	15
Die Macht der Worte	16
Uralte Reaktionsmuster.....	20
Stolperfalle Harmoniesucht.....	24
Frauensprache – Männersprache	27
2 Psychologisch richtig kommunizieren	32
Schulz von Thun lässt grüßen.....	32
Beziehungsebene – Inhaltsebene	33
3 Der Körper spricht Bände	37
Wie fühlen Sie sich?.....	37
Eckpfeiler einer selbstsicheren Körpersprache	38
4 Stimmige Tipps für die Stimme	44
Wohlklang oder Hohlklang?	44
Stimmtraining	45
Erhöhen Sie Ihre Wirkung auf andere.....	47
5 Strategien der Schlagfertigkeit	51
Warum eine Ritterrüstung unverwundbar macht.....	51
Schlagfertigkeit kann man lernen	53



Wann Sie nicht kontern können	56
Taktik »Ausweichen«	58
Taktik »Eine Auszeit nehmen«	65
Taktik »Missverständnis«	68
Taktik »Richtungswechsel«	71
Taktik »Verwirrung«	76
Taktik »Kurz und knapp«	81
Taktik »Gegenangriff«	83
Taktik »Meinungsfreiheit«	90
Taktik »Zustimmung«	92
Taktik »Fragen«	97
Taktik »Feststellung«	100
Beleidigungen zurückweisen	102
Sonderfälle: Mach mich nicht an!	102
Die Waffen der Frau	106
Kritik und Feedback	107
6 Übung macht die Meisterin	112
7 Schlussakkord	127
Rache ist süß, aber nicht schlagfertig	127
Nein sagen und Grenzen aufzeigen	131
Konfliktsituationen diplomatisch entschärfen	133
Einmal ist keinmal: Mit Fehlern souverän umgehen	144
Peinlich, peinlich!? Strategien gegen die Verlegenheit	145
Frau gegen Frau: Der Zickenkrieg	151
Gewinnerin gesucht: Raus aus der Opferrolle	154
Netzwerke geben Sicherheit	156
Zu guter Letzt	159
Literaturverzeichnis	161
Über die Autorin	163
Stichwortverzeichnis	165

