

---

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	7
<b>Wie Sie erfolgreich mit dem Buch arbeiten</b> .....	9
<b>1 Lektion 1: Mit Small Talk gewinnen</b> .....	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
<b>2 Lektion 2: Die wichtigsten Essentials aus der Kommunikationspsychologie</b> .....	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
<b>3 Lektion 3: Hemmungen überwinden – Small Talk beginnen</b> .....	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
<b>4 Lektion 4: Mit diesen Themen kommen Sie an</b> .....	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
<b>5 Lektion 5: Den Small Talk sicher führen</b> .....	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
<b>6 Lektion 6: Wie Sie kritische Situationen meistern</b> .....	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
<b>7</b>	<b>Lektion 7: So werden Sie zum Small Talk-Profi</b>	<b>145</b>
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
<b>8</b>	<b>Lektion 8: Wie Sie eine gute Figur machen</b>	<b>175</b>
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
<b>9</b>	<b>Lektion 9: Das Networking beginnt!</b>	<b>199</b>
9.1	Was erfolgreiches Networking ausmacht	199
9.2	Kontakte aufbauen plus pflegen	201
9.3	Die 3 C des Small Talk	206
<b>10</b>	<b>Anhang</b>	<b>209</b>
10.1	Lösungen	209
10.2	Anregungen für Ihren Small Talk	218
	<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>221</b>
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>223</b>
	<b>Die Autoren</b>	<b>227</b>