

JENNIFER B. KAHNWEILER

DIE STÄRKEN DER STILLEN

SELBSTVERTRAUEN UND ÜBERZEUGUNGSKRAFT
FÜR INTROVERTIERTE MENSCHEN

Aus dem Englischen von
Karsten Petersen



Junfermann Verlag
Paderborn
2015



Inhalt

Vorwort	9
Einführung: Warum <i>Die Stärken der Stillen</i>, und warum jetzt?	11
1. Hören Sie auf, sich wie ein Extrovertierter verhalten zu wollen	17
Die Hindernisse auf dem Weg zu stillem Einfluss.....	18
Eigenschaften, die Introvertierte prägen.....	22
2. Die sechs Stärken von stillen Überzeugern	25
Wer sind die stillen Überzeuger?.....	26
Der Prozess des stillen Überzeugens: Zusammenführen der sechs Stärken...	28
3. Ihr Stiller-Einfluss-Quotient (SEQ)	31
Auswertungsschlüssel und Interpretieren der Testergebnisse.....	33
Wie Sie Ihren SEQ nutzen können, während Sie <i>Die Stärken der Stillen</i> lesen.....	36
Die nächsten Schritte.....	38
4. Stille Überzeugungsstärke 1: Stille Auszeiten nehmen	39
Stille Auszeiten und Einfluss.....	42
Stille Auszeiten nehmen, um Einfluss auszuüben.....	45
Übermäßiger Gebrauch von stillen Auszeiten.....	51
Die nächsten Schritte.....	53
5. Stille Überzeugungsstärke 2: Vorbereitung	55
Vorbereitung und Einfluss.....	57
Vorbereitung auf Überzeugungsarbeit.....	61
Übermäßiger Gebrauch von Vorbereitung.....	68
Die nächsten Schritte.....	72
6. Stille Überzeugungsstärke 3: Engagiertes Zuhören	73
Engagiertes Zuhören und Einfluss.....	76
Überzeugen durch engagiertes Zuhören.....	80
Übermäßiger Gebrauch von engagiertem Zuhören.....	86
Die nächsten Schritte.....	88

7. Stille Überzeugungsstärke 4: Fokussierte Gespräche	91
Fokussierte Gespräche und Einfluss	94
Fokussierte Gespräche nutzen, um andere zu überzeugen.....	98
Übermäßiger Gebrauch von fokussierten Gesprächen	103
Die nächsten Schritte.....	106
8. Stille Überzeugungsstärke 5: Schreiben	109
Schreiben und Einfluss.....	112
Wie man schreibt, um Einfluss auszuüben	116
Übermäßiger Gebrauch von Schreiben	121
Die nächsten Schritte.....	125
9. Stille Überzeugungsstärke 6: Überlegtes Nutzen von sozialen Medien	127
Überlegtes Nutzen von sozialen Medien und Einfluss.....	130
Wie man die sozialen Medien nutzt, um Einfluss auszuüben	134
Übermäßiger Gebrauch von sozialen Medien	140
Die nächsten Schritte.....	142
10. So bewirken Sie einen stillen Unterschied	145
Von Inspiration zur Aktion.....	146
„Peu à peu“	147
Anmerkungen	149
Danksagung	153
Über die Autorin	157