

Inhalt

- 9 **Vorwort**
oder: Worum es bei diesem Buch geht
- 11 **Kompetenz und Praxisschock**
Viele Erwartungen an die Erzieherin
- 14 **Ihre persönliche Standortbestimmung**
Drei Selbstanalysen
- 15 Selbstanalyse Nr. 1: Schlechte Angewohnheiten bewusst
machen und abbauen
- 17 Selbstanalyse Nr. 2: Ihre gegenwärtige Situation
- 18 Selbstanalyse Nr. 3: Veränderungen in Ihrem Berufsleben
- 21 **Im Fallen-Dschungel**
Vom richtigen Umgang mit „inneren“ Barrieren
- 35 **Der Berufseinstieg**
- 35 Bewerbungsgespräch und Trockenübung
- 37 Ihr Auftritt
- 39 Klassische und banale Fragen
- 42 **Vom richtigen Umgang mit schwierigen Vorgesetzten**
- 42 An Vorgesetzten kommt niemand vorbei
- 44 Transaktionsanalyse und persönliches Wohlbefinden
- 45 Von der Kompensation persönlicher Defizite
- 47 Gute Entwicklungsmöglichkeiten durch schwache
Vorgesetzte
- 50 Wer arbeitet, macht auch Fehler
- 51 Über die Spielarten „typischer“ Eigenschaften und
Verhaltensweisen
- 53 **Entscheidungsschwache, Kontrollierende, Nörglerinnen**
und andere Vorgesetzte – eine Typologie
- 61 **Hilf Deiner Vorgesetzten und Du hilfst dir selbst**

- 64 Die Erzieherin im Berufsalltag
- 64 Startprobleme gelassen lösen

- 67 Einen Platz im neuen Team erobern
- 69 Vergessen Sie den Mythos vom Nein-Sagen!

- 71 Spannungen im Team
- 73 Die häufigsten Konflikte
- 74 Mobbing, Bossing, Psychokrieg
- 76 Richtig umgehen mit Ärger und Konflikten
- 79 Das Opfer-Verfolger-Retter-Spiel
- 81 Supervision und Teambberatung
- 82 Stimmungspflege gegen Stimmungstörer
- 83 Dynamik gegen Betriebsblindheit
- 84 Krise um die Lebensmittel
- 85 Naive, Egozentrische, Altruistische und andere Kolleginnen – noch eine Typologie
- 94 Probleme mit Eltern – Fingerspitzengefühl und Geduld
- 96 Hilfe bei privaten Problemen

- 99 Berufliche Krise –
Alarmsignale und „innere Kündigung“
- 102 Wenn es zur echten Kündigung kommt
- 104 Einfaches oder qualifiziertes Zeugnis
- 106 Zeugniscodes – Buch mit sieben Siegeln
- 107 Wiedereinstieg in den Erzieherberuf
- 108 Die neue Stelle

- 109 Sie wollen Leitungsaufgaben übernehmen
- 111 Sie haben es geschafft – und jetzt

- 115 Die Erzieherin als Vorgesetzte
- 115 Chefin und „Kopf der Familie“
- 118 Distanz und Nähe
- 119 Konflikte früh anpacken
- 120 Sind Sie eine „Angstquelle“ für Ihre Mitarbeiterinnen?
- 121 Leiten – Eigenschaftskomplexe und Führungsqualitäten
- 126 Was eine „brauchbare“ Vorgesetzte auszeichnet
- 128 Das Wechselspiel zwischenmenschlicher Beziehungen:
Kommunikation

130	Gespräche organisieren, lenken und fördern
131	Beurteilungsgespräche – unbeliebt aber notwendig
132	Denkanstöße für Beurteilende
134	Denkanstöße für Beurteilte
135	Beobachtungskriterien und Beobachtungsmerkmale
139	Stress – wenn's im Kopf schwirrt
141	Das „Burn-out-Syndrom“
142	Selbstgemachter Stress
142	Lebensregeln zur Stressreduzierung
145	Zeitmanagement und Lebensqualität
146	Zeitdieben und Störfaktoren auf der Spur
148	Mit Zeitspartechniken gegen Dauerstress
150	Streicheleinheiten für Körper und Seele
153	Elf gute Tipps, leichter durch den Berufsalltag zu kommen
154	Literatur
156	Autor