

# Stichwortverzeichnis

## A

- Ablehnung 230
- Alles-oder-nichts-Denken 61, 74, 241, 298
- Arroganz 50
- Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) 124

## B

- Beharrlichkeit 41, 65
- Besserwisser 89

## D

- Danke sagen 47
- Dating 221
- Denken
  - katastrophisierendes 164
- Denken, flexibles 110, 115
- Dreifachfilter-Test 149

## E

- Egozentrik 50
- Empathie 101
- Entschuldigung sagen 57, 171
  - Formel 60
- Erfahrung 43
- Erfahrungen, persönliche 118, 124, 201
- Erfolg 42, 44, 77, 248

## F

- Fehler 42
- Filter, mentaler 137, 143
- Flirten 232
- Formulierungen, wörtliche 158

- Freiraum, persönlicher 192
- Freundschaft 201
  - Gegenseitigkeit 217, 226, 264
  - Stufen 213

## G

- Gedankenblindheit 17, 193, 256
- Geduld 41
- Gefühlswörter 52
- Gegengedanken 251
- Gegenseitigkeit 217, 264
- Grundgedanke 268
- Gruppenarbeit 113

## H

- Handlesen 273
- Hänselei 84
- Hauptgedanke 273
- Höflichkeitsfloskel 157
- Hula-Hoop-Reifen 195
- Humor, selbstironischen 286

## I

- Impulsivität 19
- Interessen, spezielle 87, 157, 217, 248

## K

- Katastrophisieren 163
- Kompliment 136, 230
- Komplimente 104
- Körperhygiene 181
- Körpersprache 231
- Kritik 67, 122
  - konstruktive 121, 127, 136

## L

Leichtigkeit, soziale 20  
Lügen 144

## M

Misserfolg 44, 77, 248  
Mobbing 275  
Mundart 156

## N

Necken 84  
Netiquette 255  
Netzwerke, soziale 257  
Norm, soziale 20  
Notlüge 143, 150

## P

Perfektionismus 75  
Perspektive 285  
– einer anderen Person 141,  
205, 286  
Pflastergefühl 237  
Privatsphäre-Einstellungen 258

## R

Reiseknigge 155  
Respekt 115  
Routine 112, 173

## S

Sarkasmus 158, 259  
Schwarz-Weiß-Denken 55, 74,  
251, 298

Selbstbestimmung 240, 279  
Selbsterkenntnis 235  
Selbstwertgefühl 76  
Signalwörter 271  
Small Talk 213  
Spektrumsdenken 110

## T

Taktgefühl 147  
Temperatur, emotionale 175  
Theory of Mind 141

## U

überreagieren 164  
Umgangssprache 156  
Unvollkommenheit 75

## W

Wertschätzung 117  
Würde 249

## Z

Zuhören  
– reflektierendes 97, 117, 131,  
171, 244, 271  
Zuhören, mit dem Körper 94