

Inhaltsverzeichnis

1	Kleine Stresskunde: Das Adrenalinzeitalter	1
	Peter Buchenau	
	1.1 Was sind die Ursachen?	4
	1.2 Überlastet oder gar schon gestresst?	7
	1.3 Alles Stress oder was?	9
	1.4 Burn-out – Die letzte Stressstufe	11
	Literatur	14
2	Der alltägliche Wahnsinn	15
	Literatur	37
3	Maklertypen und ihre Stressfaktoren	39
	3.1 Der „ahnungslose“ Makler	39
	3.2 Der „provisionsgetriebene“ Makler	41
	3.3 Der „Bauchladen“-Makler	43
		XI

3.4	Der „Kümmerer“	45
3.5	Der „Alleswisser“-Makler	47
3.6	Der „Konzept“-Makler	49
4	Aus der Praxis für die Praxis – der Anti-Stress-Trainer rät.	51
4.1	Positionieren Sie sich	51
4.2	Gehen Sie netzwerken und bauen sich Kooperationen auf	53
4.3	Setzen Sie sich Prioritäten	56
4.4	Schaffen Sie sich Pausen	58
4.5	Prüfen Sie Ihre Rollen	60
4.6	Wer kann mich unterstützen?	62
4.7	Machen Sie sich die Technik zum Freund	63
4.8	Greifen Sie nicht nach jedem Strohalm	65
4.9	Lernen Sie NEIN zu sagen	67
4.10	Achten Sie auf sich und nehmen Sie sich selber wichtig	68
	Literatur	74
5	Schlusswort: Mein Weg aus der Erschöpfung	75



<http://www.springer.com/978-3-658-12481-6>

Der Anti-Stress-Trainer für Versicherungsmakler

Versichern Sie sich gegen Stress!

Girnuweit, C.

2017, XIV, 77 S. 8 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-658-12481-6