

# Inhalt

## **Vorwort** 9

### **1. Warum Selbstständige vor lauter Sorgen oft krank werden** 13

Mitten im Minenfeld 13

Symptome, die krank machen 15

An welcher Unternehmenskrise leiden Sie? 22

Gefährdete Unternehmen 27

Besiegen Sie Ihre Angst! 36

Warum Aufgeben eine schlechte Entscheidung ist 44

### **2. Geschäftliche Probleme einschätzen und richtig damit umgehen** 47

Eigenverantwortung – das Katapult aus der Schuldenfalle 47

Früherkennung. Chancen und Risiken 50

Erfolgsfaktor Finanzen 59

Erfolgsfaktor Mitarbeiter und Organisation 65

Erfolgsfaktor Kundengewinnung 67

Zeit für Entscheidungen 75

Wichtigkeit versus Dringlichkeit 85

<b>3. So sanieren Sie sich im Handumdrehen selbst</b>	91
Sehen Sie trotz Krise gut aus!	91
Trouble-Shooting	93
Zentrale Maßnahmen bei geschäftlichen Schwierigkeiten	101
Pleiten-Hauptgrund Nummer eins: zu wenig Gewinn	105
Verordnen Sie sich eine Gelddiät	109
Maßnahmen zur Sanierung in der Krise	111
Das Geheimnis des Erfolgs heißt Positionierung	124
<b>4. Erfolgreich verhandeln mit Banken und Gläubigern</b>	133
Klare Sicht statt Opferrolle	133
Raus aus der Schuldenfalle – Vergleiche mit Gläubigern	135
So erhalten Sie Kredite von Banken	151
Wie funktioniert das Rating für die Kreditvergabe?	156
Prüfen Sie Alternativen	165
<b>5. Was tun bei einem Konkurs?</b>	177
Drohende Pleite – so schützen Sie sich	177
Barfuß oder Lackschuh – private Schulden	181
Sichere Methoden zur Schadensbegrenzung	187
Ein Sicherheitsnetz fängt Sie auf	192
Wie sage ich es meinem Partner?	198

## **6. So planen Sie Ihr Comeback** 201

Der Tag danach 201

Das Leben ist keine Kostümprobe 204

Fünf Schritte für ein erfolgreiches Comeback 208

Die Suche nach Erfolg 216

## **7. Anhang** 221

Nachwort 221

Nützliche Adressen 221

Literatur 235

## **Register** 237

