

INHALT

Vorwort <i>von Vicky Hannebauer</i>	11
Prolog	15
TEIL I: DIE MAMA-ROLLE: BERUFLICHES ABSTELLGLEIS ODER DIE CHANCE?	25
1. Das Leben VOR dem Mama-Dasein	27
2. Der Moment: Plötzlich Mama	32
3. Überleben als Mama mit Beruf	37
4. »Endstation Mama« und die gesellschaftliche Erwartung	43
5. Die Brille der anderen und Glaubenssätze ohne Ende	49
TEIL II: SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG FÜR DEINE NEUE ORDNUNG	55
1. Warum das Durcheinander dir dient	57
2. Deine Kinder als stetiger Spiegel deiner Zufriedenheit	61
3. Deine Brille auf die Welt oder ich sehe was, was du nicht siehst	66
4. Innere Ordnung = äußere Ordnung	71
5. Der heimliche Chef in dir: dein Unterbewusstsein	76
6. Vom Trampelpfad zur Autobahn – Neuroplastizität oder das Wunder Gehirn	86
7. Wie du durch deine innere Haltung deinen JETZT-Zustand positiv verändern kannst	90
8. Dankbarkeit als Türöffner	95

9. Bring Licht ins Dunkle oder der Sinn von Vergebung	99
10. Wie geht's denn jetzt easy?	104
11. Überlebensmodus versus Schöpfermodus	109

TEIL III: WIE DU DEIN DING FINDEST ... 119

1. Knoten in den Kopf denken oder wie geht's leichter?	121
2. Gibt es so was wie eine Bestimmung?	130
3. Wie du nie wieder »arbeiten« musst	133
4. NIE wieder Zeit gegen Geld tauschen	136

TEIL IV: ... UND DAMIT NICHT AUF DIE SCHNAUZE FLIEGST 139

1. Warum wir uns selbst so oft im Weg stehen	141
2. Dramalama-Baby	147
3. Auch Biene Maja hat Hater	151
4. Vertrauensvorschuss in dein neues ICH	155
5. Von der unbewussten Kompetenz zur bewussten Kompetenz	158
6. Hinter der Angst liegt dein größtes Potenzial	161
7. Warum du immer recht behalten wirst	165
8. Finde dein WARUM	167
9. Und wie macht MAN das?	171

TEIL V: DIE ERFOLGSFORMEL FÜR SELBSTSTÄNDIGE 179

1. Wie Selbstständigkeit in SICHER geht	181
2. Lieber unperfekt gestartet, als perfekt gewartet	190
3. Fokus: Viele Köche verderben den Brei	193
4. ABC-Ziele oder warum du mit weitem Blick mehr erreichst	200

5. Der Preis ist heiß.....	205
6. Geld-Mindset.....	214
7. Kundengewinnung statt verkaufen.....	222
8. Du kannst nicht NICHT kommunizieren	235
9. Lasset sie zu mir kommen	244
10. Reich und sexy: Macht Geld glücklich?	250
11. Zielidentität als neues NORMAL (SEIN – TUN – HABEN)	253
12. Die Waagschale des Erfolgs	259
13. Der Durchbruchmonat oder 3 Erfolgsbeschleuniger	263
14. Kids & Kröten.....	267
Doppelt hält besser	
<i>Schlusswort von Stephanie Raiser</i>	269
Danksagungen.....	275
Anmerkungen	277
Werde die nächste Millionärin von nebenan	281