

Inhalt

Teil I

Persönlichkeits-Profil:	
Eine schnelle Methode zur Selbsteinschätzung	7
Sie sind einmalig	9
Ihr Persönlichkeitsprofil	15

Teil II

Persönlichkeits-Potential	21
Ein Blick auf unsere individuellen Stärken	23
Spaß haben mit dem Sanguiniker	25
Organisieren mit dem Melancholiker	43
Betrachten wir unsere Gefühle	59
Mit dem Choleriker in Schwung kommen	64
Entspannen mit dem Phlegmatiker	77

Teil III

Persönlichkeits-Plan:	
Mit Schwächen umgehen – Profil gewinnen	91
Alarmstufe Rot: Worauf Sie achten sollten	93
Den Sanguiniker organisieren	97
Den Melancholiker aufheitern	117
Den Choleriker dämpfen	132
Den Phlegmatiker motivieren	150

Teil IV	
Persönlichkeits-Prinzipien:	
Der Weg zu verbesserten Beziehungen	163
Jeder Mensch ist eine einmalige Mischung	165
Ein Plädoyer gegen „Schubladendenken“	173
Gegensätze ziehen sich an	181
Das Wissen praktisch anwenden	190
Wie man mit anderen besser auskommt	196
Teil V	
Persönlichkeit ... und was noch?	
Die Quelle der Veränderung	211
Allein schaffen wir es nicht	213