

Inhalt

Psychologie auf dem Tennisplatz	9
Die Entdeckung von Selbst 1 und Selbst 2	19
Den Einklang herstellen	
Erster Teil: Das Denken zur Ruhe bringen	27
Den Einklang herstellen	
Zweiter Teil: Es geschehen lassen	53
Die wichtigsten Tips	77
Die Gewohnheiten ändern:	
Wie man mit Hilfe des Inneren Spiels lernt	95
Konzentration	113
Rollenspiel auf dem Tennisplatz	139
Die Bedeutung des Wettkampfs	157
Das Innere Spiel in anderen Lebenssituationen	169