

# Inhalt

## 1. Kapitel

**Über die Maus, das Monster und dich** 7

## 2. Kapitel

**Deine Kraft und deine Stärken** 15

## 3. Kapitel

**Deine Rechte – deine Verantwortung** 25

## 4. Kapitel

**Vom Wünschen und Wollen** 40

## 5. Kapitel

**Nein sagen** 45

## 6. Kapitel

**Kritik** 51

## 7. Kapitel

**Komplimente** 62

## 8. Kapitel

**Du selbst sein** 71