

Das steht im Buch:

Vorwort zur deutschen Ausgabe	7
Die 6 wichtigsten Entscheidungen	
Du hast es selbst in der Hand!	9
Die 7 Wege: Ein Schnellkurs	
Der Schlüssel zum Erfolg oder Misserfolg	27
1. Entscheidung: Schule	
Den ganzen Stress halt ich einfach nicht mehr aus!	47
Halte durch!	51
Überleben und Erfolg haben	57
Auf zu neuen Ufern!	84
Finde deine innere Stimme	90
2. Entscheidung: Freunde	
So toll – und doch so schwierig	107
Wie man Höhen und Tiefen in Freundschaften überlebt	111
Freunde gewinnen und selbst ein guter Freund sein	124
Gruppendruck	134
3. Entscheidung: Eltern	
Einfach nur peinlich!	149
Das emotionale Beziehungskonto	155
Meine Eltern bringen mich auf die Palme!	163
Die Kommunikationslücke überwinden	175
Wenn du deine Eltern erziehen musst	197
4. Entscheidung: Dates und Sex	
Müssen wir wirklich darüber sprechen?	205
Alles über Dates	209
Die vier Mythen über Sex	231
Wahre Liebe kann warten!	246

5. Entscheidung: Süchte

Es ist leicht, aufzuhören – ich hab's schon oft gemacht!	255
Drei schockierende Tatsachen	260
Die ganze Wahrheit	268
Das Übel an den Wurzeln packen	284

6. Entscheidung: Selbstachtung

Wenn ich doch nur besser aussehen würde	301
Der soziale und der wahre Spiegel	305
Charakter und Kompetenz	312
Selbstzweifel besiegen	329

»Halte dich an den Kodex!«

Triff gute Entscheidungen – es lohnt sich!	349
---	------------

Anhang

Danke!	353
Literatur	355
Stichwortverzeichnis	356
Leserstimmen	359
Über FranklinCovey	365
Stark für die Zukunft!	366
Die Covey-Klassiker	368
Über den Autor	369