

Inhalt

Vorwort	6
1. Warum Ihre Arbeit nicht Ihr Feind ist	9
Der Mythos vom Traumjob	10
Die Falle der inneren Einstellung	12
2. Sie sind wichtiger als Ihr Job	21
Wenn die Arbeit zur Qual wird ...	22
Wofür arbeiten Sie wirklich?	25
Erkennen Sie Ihre Herzensbedürfnisse	30
3. Einsteigen statt aussteigen	35
Entscheiden Sie sich	35
Prinzip I: Jeder kann in seinem Beruf Erfüllung finden	37
Prinzip II: Glück im Job ist erlernbar	41
Prinzip III: Das „Wie“ ist wichtiger als das „Was“	43
4. Mit ganzem Herzen handeln	49
Einen Fluss kann man nicht in Scheiben schneiden	49
Ihr Job hält Ihnen den Spiegel vor	51
Prinzip IV: Nur wer mit ganzem Herzen handelt, entdeckt die Freude im Tun	56

5. Auswege aus dem Jobfrust	61
Die Kraft der Gegenwart nutzen	61
Für guten Kontakt sorgen	68
Über sich selbst hinauswachsen	77
Neugierig bleiben	80
 Statt eines Nachworts:	
Gebrauchsanleitung für Chefs	86
 Fast Reader	87
 Die Autoren	93
 Weiterführende Literatur	94
 Register	96