

INHALT

VORWORT Das Leben könnte so schön sein ...	4
LEUTE, MUSS DAS WIRKLICH SEIN?	6
ANSTRENGENDE FREUNDE, NACHBARN UND BEKANNTE	7
DRAMAQUEENS Bitte nicht immer so theatralisch!	8
KLATSCHMÄULER Hast du schon das Neueste gehört?	15
NEIDHAMMEL Ach, für die hast du wohl Zeit?	22
ENERGIEVAMPIRE Danach musst du dich erst mal hinlegen	31
PÜNKTLICHKEITSVERWEIGERER Wartest du schon lange?	41
DAS NETZ – UNENDLICHE BÜHNE FÜR NERVENSÄGEN	50
ONLINE TRIFFST DU DIE SELTSAMSTEN TYPEN	51
TROLLE Immer schön Wellen in den Pudding bringen	52
MITLEIDSJUNKIES Helft mir, ich hab akutes Mimimi	59
INFO-EXHIBITIONISTEN Ähm – so gut kennen wir uns doch gar nicht	65
KLUGSCHEISSE Bitte nicht immer dieses Überlegenheitsgetue	71
ONLINE-MÄRCHENERZÄHLER Im Internet lügen doch eh alle	78
SIND NICHT ALLE FAMILIEN IRGENDWIE VERKORKST?	86
DIE BUCKLIGE VERWANDTSCHAFT – EINE BESONDERE HERAUSFORDERUNG	87
CHRONISCHE NÖRGLER Denen kann man aber auch gar nichts recht machen	88

EWIGGESTRIGE Zum Glück ist Engstirnigkeit nicht erblich	96
GROLLGEISTER Damals, vor der Jahrtausendwende, hast du mal ...	103
MIESEPETER Mein Großonkel, der Jammerlappen	109
ALLES-IM-GRIFF-TYPEN ... und dann machen wir alle einen Spaziergang	115
EIGENTLICH BIST DU DOCH ZUM SPASS HIER	124
WENN SCHRÄGE VÖGEL DEIN HOBBY CRASHEN	125
AUFMERKSAMKEITSJUNKIES Lasst mich durch, ich muss in den Mittelpunkt!	126
WICHTIGUER Selbstgerecht, gönnerhaft und überheblich	132
MACHTMENSCHEN Dominanz – nicht immer eine Stärke	140
KLETTEN Vorsicht – bitte nicht lächeln!	147
PEOPLE PLEASER Diagnose: Übereifer	154
ANSONSTEN WÄR'S EIN TRAUMJOB	162
WAS DIR IM HOMEOFFICE ERSPART BLIEBE	163
LABERTASCHEN Schlimm, dass sie sich so gerne reden hören	164
DRÜCKEBERGER Arbeitsanweisungen sind keine Schikane!	171
PERFEKTIONISTEN Kontrollfreaks brauchen Beschäftigung	177
EIGENBRÖTLER Vom Windbeutel bis zum Passworthüter	185
LEITUNGSVERSAGER Was heißt hier Führungskompetenz?	194
NACHWORT Du bestimmst selbst, was dich nervt!	202
DANKE!	204