

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Vorwort</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>Einleitung</b>	<b>11</b>
2.1	Meine Botschaft an Schüler(innen) und deren Eltern	11
2.2	Meine Botschaft an Studierende	13
2.3	Meine Botschaft für Berufs- und Lebenserfahrene	14
2.4	Meine Botschaft für denjenigen, der Arbeit anbietet	15
2.5	Meine Botschaft an denjenigen, der sich nicht sicher ist, ob er wirklich arbeiten möchte	16
2.6	Meine Botschaft an denjenigen, der grundsätzlich nicht arbeiten möchte	17
<b>3</b>	<b>Blickwinkel für das Auffinden eines beREICHernden Berufs</b>	<b>19</b>
3.1	Persönliches Grundverständnis als Basis für einen beREICHernden Beruf	19
3.2	Sich bewusst werden, was man selbst möchte aber auch kann	21
3.2.1	Die beREICHernde berufliche Balance finden und aufrechterhalten	23
3.2.2	Zuviel Ungeduld ist kein guter Begleiter	33
3.3	Sich bewusst werden, was die Aufgabe von mir erfordert	36
3.4	Die persönliche Wertevorstellung nicht um jeden Preis opfern	38
3.5	Berufliche Aufgabe – Hamster im Laufrad oder Laufrad zum glücklichen Leben	44
3.6	Freizeit und beREICHernder Beruf – das eine gibt's nicht ohne das andere	47
<b>4.</b>	<b>Beruf und Gesellschaft</b>	<b>50</b>
4.1	Höher, schneller, weiter – Vergessen wir da nicht etwas?	50
4.2	Schwäche zu zeigen, bedeutet, wirkliche Stärke zu zeigen	54
<b>5.</b>	<b>Das Phänomen der Balance – Mit sich selbst sowie seinem Tun und Handeln im Reinen sein</b>	<b>58</b>
5.1	Positive Einstellung zu Leben und Regeln	58
5.2	Mit offenen Augen träumen	61

5.3	Lernen, die richtigen Prioritäten zu setzen	64
5.3.1	Zu gesetzten Prioritäten auch wirklich stehen	64
5.3.2	Prioritäten an den eigenen Stärken ausrichten	66
<b>6.</b>	<b>Die REICH-Tabelle als Navigationshilfe</b>	<b>70</b>
6.1	Entstehungsgeschichte	70
6.2	Informationen zur Anwendung der REICH-Tabelle	73
6.3	Ehrlichkeit zu sich selbst erfordert einen starken Charakter	97
<b>7.</b>	<b>Das Puzzle namens »beREICHernder Beruf«</b>	<b>98</b>
<b>8.</b>	<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>99</b>
<b>9.</b>	<b>Mein Verständnis von REICH</b>	<b>101</b>