

Inhalt

Vorwort	6
1. Warum Ihre Arbeit nicht Ihr Feind ist	8
Der Mythos vom Traumjob	9
Die Falle der inneren Einstellung	11
2. Sie sind wichtiger als Ihr Job	18
Wenn die Arbeit zur Qual wird ...	19
Wofür arbeiten Sie wirklich?	23
Erkennen Sie Ihre Herzensbedürfnisse	27
3. Einsteigen statt aussteigen	30
Entscheiden Sie sich	31
Prinzip I: Jeder kann in seinem Beruf	
Erfüllung finden	33
Prinzip II: Glück im Job ist erlernbar	36
Prinzip III: Das „Wie“ ist wichtiger als	
das „Was“	38
4. Mit ganzem Herzen handeln	42
Einen Fluss kann man nicht in Scheiben	
schneiden	43
Ihr Job hält Ihnen den Spiegel vor	45
Prinzip IV: Nur wer mit ganzem Herzen	
handelt, entdeckt die Freude im Tun	48

5. Auswege aus dem Jobfrust	52
Die Kraft der Gegenwart nutzen	53
Für guten Kontakt sorgen	58
Über sich selbst hinauswachsen	67
Neugierig bleiben	70
 Statt eines Nachworts:	
Gebrauchsanleitung für Chefs	76
 Die Autoren	77
 Weiterführende Literatur	78
 Register	80