

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>1. Nach innen oder nach außen gewandt?</b>	<b>9</b>
Der „andere kleine Unterschied“ und seine Auswirkungen	10
Die biologischen Wurzeln der Persönlichkeit	13
Der Unterschied im Nervensystem	15
<b>2. Akku oder Windrad?</b>	<b>23</b>
Parkplatzsorgen im Hirn	24
Längere Leitungen und ihre Vorteile	28
Intros, Extros und Energiemanagement	32
<b>3. Sicherheit oder Anreiz?</b>	<b>39</b>
Die Vorsichtszentrale	40
Die Belohnungszentrale	42
Andere Stärken – andere Hürden	44
<b>4. Welche Menschendosis?</b>	<b>51</b>
Kontakt heißt „mit Berührung“	52
Netzwerken mit Persönlichkeit	56
Begegnungen mit dem anderen Typus	59
<b>5. Holzkohlegrill oder Lagerfeuer?</b>	<b>67</b>
Der wärmende Holzkohlegrill: Beständigkeit	68
Das lodernde Lagerfeuer: Aufmerksamkeit	69
Warum die Welt Intros, Extros und Zentros braucht	71

<b>6. So finden Sie Ihren eigenen Weg!</b>	<b>75</b>
Ihr Testergebnis	76
Die starken Seiten der Zentros	77
Die große Kunst: das Leben artgerecht gestalten	81
<b>Fast Reader</b>	<b>87</b>
<b>Die Autorin</b>	<b>92</b>
<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>93</b>
<b>Register</b>	<b>95</b>