

# Inhalt

## Einleitung

Führung – Kunst oder Wissenschaft?	9
------------------------------------	---

## Teil 1 Potenziale voll ausschöpfen

### Kapitel 1

Persönliche Bestleistung erreichen	15
------------------------------------	----

### Kapitel 2

Die Emotionen regulieren	40
--------------------------	----

### Kapitel 3

Gezielt aufmerksam sein	80
-------------------------	----

## Teil 2 Das Gehirn verändern

### Kapitel 4

Gewohnheiten managen	123
----------------------	-----

### Kapitel 5

Das Unbewusstsein von der Leine lassen	147
--	-----

Inhalt 7

Kapitel 6	
<b>Das Lernen fördern</b>	176

## Teil 3 Dream-Teams aufbauen

Kapitel 7	
<b>Erfolg durch Diversität</b>	205
Kapitel 8	
<b>Vertrauen schaffen</b>	226
Kapitel 9	
<b>Das Team der Zukunft entwickeln</b>	242
<b>Eine abschließende Bemerkung: An das Gehirn denken</b>	276
<b>Anmerkungen</b>	277
<b>Dank</b>	291
<b>Über die Autoren</b>	294