

# Inhalt

Einleitung	
<b>Führung – Kunst oder Wissenschaft? .....</b>	<b>9</b>

## Teil 1 Potenziale voll ausschöpfen

Kapitel 1	
<b>Persönliche Bestleistung erreichen .....</b>	<b>15</b>
Kapitel 2	
<b>Die Emotionen regulieren .....</b>	<b>40</b>
Kapitel 3	
<b>Gezielt aufmerksam sein .....</b>	<b>80</b>

## Teil 2 Das Gehirn verändern

Kapitel 4	
<b>Gewohnheiten managen .....</b>	<b>123</b>
Kapitel 5	
<b>Das Unbewusstsein von der Leine lassen .....</b>	<b>147</b>

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