

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>	
<b>Einleitung</b>	<b>8</b>	
<b>Grundlagen für Erfolg</b>	<b>10</b>	
<b>Freiheit ermöglichen heißt Leistung ermöglichen</b>	<b>13</b>	<b>01</b>
<b>Die Bedeutung der Freiheit für den Erfolg</b>	<b>14</b>	
Wie viel von der Ganzheit ist übriggeblieben?	18	
<b>Die persönliche Freiheitsanalyse</b>	<b>20</b>	
<b>Die Innermetrix Leistungspotenzialanalyse</b>	<b>31</b>	<b>02</b>
<b>Die individuelle Persönlichkeit und das eigene Leistungspotenzial entdecken</b>	<b>32</b>	
<b>Grundlagen für den Erfolg</b>	<b>32</b>	
<b>Die drei Bereiche des Innermetrix Leistungspotenzials</b>	<b>35</b>	
<b>Bevorzugte Verhaltensweisen</b>	<b>37</b>	
<b>Die sieben Grundmotivatoren</b>	<b>47</b>	
Die sieben Grundmotivatoren	49	
<b>Innere und äußere Talente</b>	<b>58</b>	
Talente in Bezug auf die äußere Welt	61	
Talente in Bezug auf die innere Welt: das eigene Selbst	64	
Einblick in das persönliche Talentprofil	69	
<b>Persönliches Leistungsprofil, Fazit, Ergebnisse</b>	<b>72</b>	

<b>03</b>	<b>Der Weg zur beruflichen Freiheit</b>	<b>81</b>
	<b>Innere Unterstützer</b>	<b>82</b>
	Selbstvertrauen und Selbstliebe: Selbstwert und Selbstakzeptanz aufbauen	83
	Ressourcen stärken	91
	Glaubenssätze und Denkmuster entdecken, hinterfragen und umformulieren	96
	Umgang mit inneren Widerständen auf dem Weg zum Ziel	108
	Den individuellen Einflussbereich ausloten	114
	Ziele fokussieren und verinnerlichen	122
	<b>Äußere Unterstützer</b>	<b>134</b>
	Interessen klar und selbstsicher vertreten	134
	Äußere berufliche Freiheit und »Nein« sagen	142
	Unterstützer und Förderer	146
	Konkreter Umsetzungsplan	150
<b>04</b>	<b>Ausblick und Anhang</b>	<b>161</b>
	Schritt für Schritt zu beruflicher Freiheit und Erfolg	162
	Auswertung der Motivatoren von Seite 56	164
	Die Online-Materialien	166
	Literatur	168
	Über die Autorin	169