

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Einleitung	8
Grundlagen für Erfolg	10
..... ° 01	
Freiheit ermöglichen heißt Leistung ermöglichen	13
Die Bedeutung der Freiheit für den Erfolg	14
Wie viel von der Ganzheit ist übriggeblieben?	18
Die persönliche Freiheitsanalyse	20
..... ° 02	
Die Innermetrix Leistungspotenzialanalyse	31
Die individuelle Persönlichkeit und das eigene Leistungspotenzial entdecken	32
Grundlagen für den Erfolg	32
Die drei Bereiche des Innermetrix Leistungspotenzials	35
Bevorzugte Verhaltensweisen	37
Die sieben Grundmotivatoren	47
Die sieben Grundmotivatoren	49
Innere und äußere Talente	58
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
Persönliches Leistungsprofil, Fazit, Ergebnisse	72

03	Der Weg zur beruflichen Freiheit	81
	Innere Unterstützer	82
	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
	Äußere Unterstützer	134
	Interessen klar und selbstsicher vertreten	134
	Äußere berufliche Freiheit und »Nein« sagen	142
	Unterstützer und Förderer	146
	Konkreter Umsetzungsplan	150
04	Ausblick und Anhang	161
	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