

INHALT

EINLEITUNG	9
1 VERGESSEN	
Warum Sie sich an dieses Buch nicht erinnern werden – und gerade dadurch das Wichtigste behalten	17
2 LERNEN	
Warum wir schlecht auswendig lernen, dafür aber die Welt verstehen	33
3 GEDÄCHTNIS	
Warum eine falsche Erinnerung besser ist als gar keine	59
4 BLACKOUT	
Warum wir unter Druck versagen – und wie die Geheimformel gegen Lampenfieber lautet	82
5 ZEIT	
Warum wir sie immer falsch einschätzen – und dadurch wichtige Erinnerungen bilden	100

6 LANGEWEILE

Warum wir nicht abschalten können –
und wie aus Tagträumen Muße wird 120

7 ABLENKUNG

Warum wir uns so leicht stören lassen –
und welche Störungen uns kreativer machen 138

8 MATHEMATIK

Warum das Gehirn ohne Zahlen am besten rechnet ... 160

9 ENTSCHEIDUNGEN

Warum wir zu viel wagen – und dennoch klug
entscheiden 184

10 AUSWAHL

Warum die Wahl eine Qual ist – und wir trotzdem
das Richtige aussuchen 206

11 DENKSCHABLONEN

Wie uns Vorurteile helfen, wo sie uns schaden –
und wie wir Stereotypenfallen vermeiden 225

12 MOTIVATION

Warum der innere Schweinehund uns bremst –
und wie wir uns und andere antreiben 248

13 KREATIVITÄT

Warum uns auf Knopfdruck nichts Neues einfällt –
und wir dennoch immer neu denken 275

14 PERFEKTIONISMUS

Warum wir Fehler brauchen, um besser zu werden . . . 304

ANMERKUNGEN 331