

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13

Erster Teil: Ich

Kapitel 1 Warum und wie ich eine gute Meinung von mir haben sollte	19
Kapitel 2 Es ist nie zu spät	25
Kapitel 3 Ich rechne damit, große Dinge zu vollbringen	35
Kapitel 4 Mein Plan: Was ich sein will, was ich haben will	43
Kapitel 5 Was ich morgen tun werde	53
Kapitel 6 Ich spreche nicht über meine Projekte	63
Kapitel 7 Ich zwinge mich zur Arbeit	71
Kapitel 8 Ich bin schnell: Ich bin den ganzen Tag über tätig	79
Kapitel 9 Ich entscheide schnell	91
Kapitel 10 Statt Vorsätze zu fassen, handle ich	99
Kapitel 11 Ich beende das, was ich begonnen habe	107
Kapitel 12 Ich beherrsche die großen Aufgaben, indem ich sie unterteile: Ich begrenze sie in ihrem Umfang	117
Kapitel 13 Ich beschränke meine Aufgaben zeitlich: Damit vermeide ich unnötige Mehrarbeit	125
Kapitel 14 Die Integration von Ideen	135
Kapitel 15 Die Einbeziehung von Erinnerungen: das Gedächtnis	147
Kapitel 16 Die Integration oder Einbindung der Fakten: die Beobachtung und die Reflexion	157
Kapitel 17 Die Regel vom Präzedenzfall: seine Vorzüge und seine Grenzen	165
Kapitel 18 Die Begeisterung	173

Zweiter Teil: Die anderen

Kapitel 19	Man hat die anderen, die man verdient	183
Kapitel 20	Der andere, das bin »ich« – sagt ein anderer	193
Kapitel 21	Heucheln bringt nichts	201
Kapitel 22	Glänzen ohne andere auszuschalten	209
Kapitel 23	Sich in die Haut des anderen versetzen	213
Kapitel 24	Wir alle brauchen Achtung	221
Kapitel 25	Wer Energie schenkt	227
Schluss		231