

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Vorwort | 6 |
| 1. Was ist Erfolg? | 11 |
| Was Erfolg für Erfolgreiche heißt | 12 |
| Erfolg heißt Lebenserfolg | 14 |
| Erfolg beginnt im Kopf | 16 |
| 2. Die wichtigsten Tugenden für Erfolg | 23 |
| Erfolg ist kein Zufall | 23 |
| Eigenschaften und Fähigkeiten, die zum Erfolg führen | 25 |
| 3. Die gefährlichsten Feinde des Erfolgs | 39 |
| Ausreden | 39 |
| Gier und Arroganz | 44 |
| Mangelnde Kritikfähigkeit und Perfektionismus | 45 |
| 4. Warum Erfolg Einstellungssache ist | 51 |
| Das Unterbewusstsein | 52 |
| Die richtige Programmierung | 54 |
| Die wichtigsten Ziele finden | 57 |
| Schritt für Schritt zum Ziel | 59 |

| | |
|---|-----------|
| 5. So packen Sie den Erfolg konkret an | 63 |
| Ins Handeln kommen | 63 |
| Verhalten erfolgreich steuern | 66 |
| Die zehn Schritte zur Verhaltensänderung | 69 |
| 6. Die eigenen Erfolgs-Chancen weiter verbessern | 75 |
| Gesundheit und Fitness | 76 |
| Soziale Kompetenz | 82 |
| Der Spaßfaktor | 86 |
| Die zehn Erfolgs-Regeln | 87 |
| Fast Reader | 88 |
| Die Autoren | 94 |
| Veranstaltungen und Seminare | 95 |
| Weiterführende Literatur | 96 |