

Inhalt

Vorwort	6
Selbsttest: Begeisterung fühlen	8
1. Auf den Spuren der Begeisterung	15
Glücksgefühle	16
Entdeckerfreude	21
Gestaltungslust	26
Beziehungswunsch	30
2. Wie Begeisterung verschwindet	35
Routinebetrieb	36
Pflichterfüllung	38
Anpassung	40
Angst	43
3. Begeisterung wiederentdecken	47
Spielräume schaffen	48
Neues ausprobieren	52
Wichtiges erkennen	57
Gefühle ernst nehmen	63
4. Begeisterung wachhalten	69
Mit Kinderaugen sehen	70
Sehnsucht verstehen	74
Vorstellungskraft nutzen	77
Begeisterungswege gehen	80

Die Begeisterungsbrille	84
Fast Reader	86
Der Autor	93
Weiterführende Literatur	94
Register	95