

# Inhaltsverzeichnis

- 9 Einleitung**
- 16 Was alles möglich ist**
  - 59 Test: Wie authentisch bin ich?
- 67 Die Reifung der Persönlichkeit**
  - 88 Die »Big Five«
- 90 Die Vermessung der Seele**
  - 98 Test: Welche Persönlichkeit habe ich?
- 104 Resonanz – oder die wichtigen Entscheidungen**
- 148 Erstaunliche Einflüsse**
  - 150 Wenn man ganz plötzlich ein anderer wird
  - 161 Mikroben gegen Depressionen
  - 175 Im Schlaf verändert
- 189 Selbsterfindung statt Selbstfindung**
- 237 Anhang**
  - 238 Verzeichnis der genannten Wissenschaftler
  - 246 Literaturverzeichnis
  - 260 Personenregister
  - 263 Sachregister