

Vorwort	6
Einführung	8

1. Wahrnehmung einer Bedrohung	13
2. Die drei Annahmen	27
3. Futter für den Affen	49
4. Auf der sicheren Seite	69
5. Die Welt ist rund	97
6. Unerlässliche Gefühle	119
7. Affengeschnatter	140
8. Zielsetzung und Planung	157
9. Risikomanagement für Einsteiger	172
10. Lob und Anerkennung	197
11. Der expandierende Lebensradius	214

Schlüssellektionen	277
Die Autoren	230