

Inhalt

Einleitung	9
1. Alles Einstellungssache	11
Warum ist jeder Mensch anders?	12
Was bedeutet das für uns?	14
Die Welt aus der Sicht zweier Selbstbilder	16
Warum ist das flexible Selbst so neu?	18
Selbsterkenntnis und Selbstbild	20
Entdecken Sie Ihre Möglichkeiten	20
2. Unsere Selbstbilder unter der Lupe	24
Was ist ein Erfolg?	25
Die neue Bedeutung des Wortes »Misserfolg«	43
Die neue Bedeutung des Wortes »Einsatz«	51
Warum das Selbstbild alles ist	57
3. Die Wahrheit über Talent und Leistung	69
Selbstbild und schulische Leistung	70
Auch Künstler fangen klein an	82
Warum Lob gefährlich ist	86
Vorurteile und wie sie wirken	91
4. Sport: Die Einstellung der Sieger	100
Das Märchen vom Naturtalent	101
Was »Charakter« ausmacht	109

Was ist ein sportlicher Erfolg?	117
Was ist ein sportlicher Misserfolg?	119
Was es bedeutet, ein Star zu sein	123
Woran Sie Selbstbilder erkennen	125

5. Unternehmen: Selbstbild und Führung 129

Enron und der Mythos vom Talent	129
Warum manche Unternehmen wachsen und andere nicht . . .	130
Wie kommen gute Führungsentscheidungen zustande?	132
Führen mit statischem Selbstbild	133
Die Vorstandskrankheit in Aktion	136
Das dynamische Selbstbild in Aktion	149
Was zeichnet ein gutes Führungsteam aus?	159
Gruppendenke und Wir-Denke	161
Wie Führungskräfte gemacht werden	163

6. Partnerschaft: Selbstbild und Liebe 166

Warum wir so wenig über Beziehungen wissen	169
Liebe ist ... vor allem Einstellungssache	170
Der Feind in meinem Bett	180
Wenn Partner Konkurrenten werden	183
Wie Paare gemeinsam wachsen	184
Was Freunde auszeichnet	185
Schüchternheit ist kein Schicksal	188
Exkurs: Schulhofschläger und ihre Opfer	191

7. Selbstbilder sind erlernbar 200

Was Eltern ihren Kindern vermitteln	201
Was gute Lehrer ausmacht	220
Warum Siegen eine Frage der Einstellung ist	231
Unsere Verantwortung als Eltern, Lehrer und Trainer	240

8. Ändern Sie Ihr Selbstbild: Ein Workshop 243

Was heißt Veränderung?	243
----------------------------------	-----

Was lehrt uns das Selbstbild?	247
Ein Workshop zum dynamischen Selbstbild	249
Eine neue Einstellung zur Schule	252
Die Angst vor Veränderungen überwinden	254
Der erste Schritt: Ihr persönlicher Workshop	257
Warum Menschen sich nicht verändern wollen	263
Verändern Sie das Selbstbild Ihrer Kinder	267
Mythos Willenskraft	272
Wie Sie Veränderungen beibehalten	277
Nun ist es an Ihnen	280
Literatur	281
Register	290