

Gut gelaunt – erfolgreich

Die erstaunliche Macht der Dankbarkeit

Katja Niedermeier



C.H. BECK

Inhalt

Vorwort	5
Die Basis: Erfolgsbewusstsein prüfen	7
Die Macht der Gewohnheit	8
Win-win-Power	9
Erfolg bedeutet Freiheit	12
Das Ego und das Selbst – ein feiner Unterschied	13
Stufe 1: Bedürftigkeit enttarnen, Fülle anlocken	15
Die richtige Einstellung	16
Ihr Mangel: Selbstwert	20
Ihr Mangel: Geld	26
Ihr Mangel: Ziele	32
Ihr Mangel: Kundschaft	36
Ihr Mangel: Erfolgserlebnisse & Ergebnisse	44
Ihr Mangel: Mut	47
Ihr Mangel: Strahlkraft	51
Stufe 2: Gründlich ausmisten	58
Die eigene Gefühlswelt beleuchten	60
Hinderliche Überzeugungen loslassen	73
Wohnung und Keller entrümpeln	77
Klar Schiff machen im Büro	82

Stufe 3: Persönlichkeit stärken	85
Motivation, Eigen-PR, Genius & Bescheidenheit	86
Glaube, Zuversicht, Disziplin, Integrität & Ethik	95
Verändern der Gewohnheiten	106
Stufe 4: Den Erfolgsturbo anwerfen	112
Regel 1: Kümmern Sie sich um sich selbst	113
Regel 2: Erst die anderen, dann Sie selbst	116
Regel 3: Hören Sie niemals auf zu lernen	117
Regel 4: Kein Abwägen – Instinkt ist Trumpf	118
Regel 6: Nicht neiden, nicht urteilen	119
Regel 7: Re-investieren Sie	120
Fragen & Antworten	121