

10 Gebote für gelassene Lebensmanager

	Seite
<hr/>	
Vorwort	5
<hr/>	
1. Du sollst dich als Lebensunternehmer begreifen.	9
2. Du sollst aus deinen Wünschen und Absichten Ziele machen.	21
3. Du sollst optimistisch und hoffnungsvoll sein.	33
4. Du sollst auf deine Balance achten.	47
5. Du sollst dich selbst motivieren.	59
6. Du sollst dich ent-sorgen.	75
7. Du sollst sorgsam mit deiner Zeit umgehen.	87
8. Du sollst in Lösungen denken statt in Problemen.	101
9. Du sollst dein eigener Coach sein.	115
10. Du sollst respektvoll mit anderen umgehen.	127
<hr/>	
Literaturverzeichnis	139
Stichwortverzeichnis	142