

Inhalt

Vorwort zur 2. Auflage	6
Ich bin ich	8
Überblick	9
Einführung	11
Was sind Sabotage-Fallen?	18
Klassische Sabotage-Fallen (KSF)	21
Auflösung der KSF	33
Antreiber-Sabotage-Fallen (ASF)	47
ASF: Energie außer Kontrolle? (K)ein Leben auf Autopilot	53
Entwicklung von ASF	59
AKT: Aufdecken – Klären – Transformieren der ASF	76
Praxis: ASF in Fähigkeiten wandeln	83
Phase A: Aufdecken der ASF	83
Phase K: Klären der ASF	84
H Holzelement: Hektiker oder der Träge (träger Charakter)?	88
Phase T: Transformieren und Trainieren	93
F Feuerelement: Unermüdlicher oder Null-Bock-Typ?	95
Phase T: Transformieren und Trainieren	100
E Erdelement: Ja-Sager oder Verweigerer?	102
Phase T: Transformieren und Trainieren	107
M Metallelement: Perfektionist oder der Unverstandene?	109
Phase T: Transformieren und Trainieren	114
W Wasserelement: Held oder Opfer?	116
Phase T: Transformieren und Trainieren	122
Epilog	126
Literaturverzeichnis	129
Danke schön zur 2. Auflage!	132
Das sind wir	133