

Inhalt

Experten-Vorwort	9
Insider-Vorwort	15
Cocktail zum Vorglühen	21
Die Fallen	31
Problemzone Gesellschaft	32
Fressen und gefressen werden	32
Angst und Feindseligkeit	35
Heilig oder unheilig	37
Peepshow	40
Problemzonenbehandlung	42
Risikozone Eltern	43
Hürdenlauf	44
Authentizität	48
Wurzeln und Flügel	49
Ranken und Rankgitter	52
Sein oder Schein	54
Der Widerspenstigen Zähmung	55
Sein oder Nichtsein	56
Verschwunden	60

Lange Schatten	62
Sonnenschein	65

Gefahrenzone Hochbegabung	67
Intelligenz	68
Hochbegabung	70
Alles gut	75
Alles schlecht?	78
Alles anders!	80
Hohe Gestaltungsmotivation	82
Geringe Führungsmotivation	83
Geringe Handlungsorientierung	85
Geringe Sensitivität	86
Geringe Kontaktfähigkeit	87
Geringe Soziabilität	89
Geringe Teamorientierung	90
Geringes Selbstbewusstsein	92
Geringe emotionale Stabilität	93
Geringe Belastbarkeit	95
Wer hat recht?	97
Bruchstelle	99

Die Auswege	103
--------------------------	------------

Öffentlich werden	106
Runter von der Insel	107
Praunheims Paukenschlag	108

Mitmenschlich werden	115
Reden und Schweigen	116
Geschwindigkeit	119
Geduld	121

Perspektivwechsel	122
Anspruchshaltung	123
Analyse	126
Verletzlichkeit	126
Verbissenheit	128
Entscheidungsschwäche	128
Entscheidungsstärke	130
Eigenlob	132
Echt werden	133
Berufe für den inneren Frieden	133
Authentizität	138
Heimliche Regisseure	142
Angst vor Kontrollverlust – Zwang zur Klarheit	146
Angst vor Gesichtsverlust – Zwang zum Perfektionismus . . .	146
Angst vor Einsamkeit – Zwang zur Anpassung	147
Unheimliche Schatten	149
Satt werden	156
Wasser und Brot	156
Freiheit und Sicherheit	158
Mentaler Hunger	160
Innerer Frieden	162
Wach werden	164
Angst	165
Stillstand	167
Freuds Revolution	171
Verwandlung	175
Lebendigkeit	178
Dank	183
Anmerkungen	185
Literatur und Links	205