

INHALT

Vorwort	13
Einleitung	19

I – SICH BETRACHTEN

1 Der blinde Fleck	29
<i>Warum wir uns schlechter kennen, als wir meinen</i>	
2 Ich und Selbst	43
<i>Ein fundamentaler Unterschied</i>	
3 Anders als gedacht	53
<i>Wann wir uns selbst täuschen</i>	
4 Hört die Signale!	65
<i>Was Äußerlichkeiten verraten</i>	
5 Lob der Ignoranz	75
<i>Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß</i>	

II – SICH FINDEN

- | | | |
|---|--|-----|
| 6 | Idioten sind immer die anderen
<i>Warum wir uns für etwas Besseres halten</i> | 93 |
| 7 | Sei du selbst!
<i>Authentisch ist, was uns gefällt</i> | 107 |
| 8 | Wes Geistes Kind
<i>Wie selbsterfüllende Prophezeiungen wirken</i> | 121 |
| 9 | Motiviertes Denken
<i>Weshalb wir glauben, was wir wollen</i> | 131 |

III – SICH VERTRAUEN

- | | | |
|----|--|-----|
| 10 | Du schaffst das!
<i>Kontrolle, Selbstwert und gefühlte Sicherheit</i> | 143 |
| 11 | Ein roter Faden
<i>Wie wir uns an die Zukunft erinnern</i> | 151 |
| 12 | Das wahre Ich
<i>Ein moralisches Angebot</i> | 165 |

IV – SICH ERFINDEN

- | | | |
|----|---|-----|
| 13 | Die Macht der anderen
<i>Von der Bindung zum Ich-Bewusstsein</i> | 177 |
| 14 | Erzähl dir was!
<i>Eine gute Geschichte zählt mehr als Fakten</i> | 187 |
| 15 | Was der kann, kann ich auch
<i>Warum wir uns mit anderen vergleichen</i> | 195 |

V – SICH ÜBERWINDEN

- | | | |
|----|---|-----|
| 16 | Öfter mal was Neues
<i>Unser flexibles Ich</i> | 207 |
| 17 | Ich wär' so gerne Millionär
<i>Kann man sich willentlich selbst verändern?</i> | 219 |
| 18 | Tagträume für morgen
<i>Was uns für die Zukunft wappnet</i> | 233 |
| 19 | Jäger im Datenschungel
<i>Glanz und Elend des Self-trackings</i> | 243 |
| 20 | Konkret wünschen, abstrakt urteilen
<i>Weshalb Vagheit zufriedener macht Schluss</i> | 255 |

Schluss	265
Danksagung	273
Anmerkungen	274
Personenregister	296
Sachregister	300