

Inhalt

Warum wir dich mit auf diese Reise nehmen	8
Vorwort	10
Einführung	11
DYF Mindset anwenden	22
Reflektieren, akzeptieren und verstehen	40
Energie-Journal führen	54
Beobachtungen und Fremdwahrnehmung integrieren	86
Standpunkt definieren	96
Ideen finden und selektieren	108
Lebenspläne gestalten, testen und umsetzen	144
Selbst-Check	176
Berufs- und Karriereplanung	182
Gestaltung von Karrierepfaden	212
Optionen bewerten, testen und umsetzen	224
Reflexionsfragen zu Optionen	242
Zu guter Letzt – Nach der Reise ist vor der Reise	246