

9 Einleitung

16 Was alles möglich ist

59 Test: Wie authentisch bin ich?

67 Die Reifung der Persönlichkeit

88 Die »Big Five«

90 Die Vermessung der Seele

98 Test: Welche Persönlichkeit habe ich?

104 Resonanz – oder die wichtigen Entscheidungen

148 Erstaunliche Einflüsse

150 Wenn man ganz plötzlich ein anderer wird

161 Mikroben gegen Depressionen

175 Im Schlaf verändert

189 Selbsterfindung statt Selbstfindung

237 Anhang

238 Verzeichnis der genannten Wissenschaftler

246 Literaturverzeichnis

260 Personenregister

263 Sachregister