

## INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort . . . . .	5
Wie Sie dieses Buch am besten nutzen . . . . .	7
<b>Kapitel I: Zielfindungsanalyse . . . . .</b>	<b>9</b>
<b>Was wollen Sie wirklich? . . . . .</b>	<b>11</b>
Stärken und Schwächen ausloten . . . . .	11
Ungestört und in guter Stimmung . . . . .	15
Wo die eigenen Stärken liegen . . . . .	15
Unbegabt für Unsympathisches . . . . .	16
In Mängeln sehen Können Chancen . . . . .	17
Probleme, die uns lähmen wollen . . . . .	17
Nebenprodukt: gut verdienen . . . . .	18
Berufs- und Privatleben in Wechselwirkung . . . . .	18
Nur positive Ziele ziehen . . . . .	19
Skizze einer Persönlichen Situationsanalyse . . . . .	21
(Zielfindungsanalyse)	
<b>Kapitel II:</b>	
<b>Lebens-, Perioden- und Jahreszielpläne . . . . .</b>	<b>25</b>
<b>Die Ziele auf die Zeit verteilen . . . . .</b>	<b>27</b>
Zeitplanung gegen schädlichen Streß . . . . .	27
Lebenserfolg in Sieben-Jahres-Perioden . . . . .	29
Jahresziele: Etappen des geplanten Lebensweges . . . . .	31
Die Ziele müssen miteinander harmonieren . . . . .	32
Ziele nicht in Stein gemeißelt . . . . .	33
<b>Kapitel III: Mittel zum Selbst-Management . . . . .</b>	<b>35</b>
<b>Planen Sie Ihre Zeit . . . . .</b>	<b>37</b>
Ihre Zeit ist zu wertvoll, um sie zu verschenken . . . . .	37
Termine nicht nur notieren, sondern die Zeit planen . . . . .	37
Erstellen Sie Monatspläne . . . . .	38
Planen Sie Ihre Finanzen . . . . .	40

Für jeden Tag ein neuer Plan . . . . .	40
Der richtige Ablauf des Tagesplanes . . . . .	42
Geben Sie jedem Tag eine Note . . . . .	43
Halten Sie Ideen und Gedanken sofort fest . . . . .	44
Bestimmen Sie die Qualität Ihrer Partner . . . . .	45

## **Kapitel IV: Methode zur Problemlösung . . . . . 47**

### **Am Ende steht der Erfolg . . . . . 49**

Schritt für Schritt die Ziele angehen . . . . .	49
Aus Mängeln Vorzüge machen . . . . .	50
Planen beginnt mit dem Ziel . . . . .	51
Die Durchführungskraft wächst ganz von selbst . . . . .	52
Die ersten Planschritte . . . . .	53
Auf Anhieb selten gleich perfekt . . . . .	54
Auch Ort und Zeit sind gut zu wählen . . . . .	54
Fünf Proben bringen Sicherheit . . . . .	54
Stärken Sie Ihr Selbstbewußtsein . . . . .	56
Was könnte noch dazwischenkommen? . . . . .	56
Was nirgends gelehrt wird . . . . .	58
Das eigene Leben selbst in die Hand nehmen . . . . .	58
Nicht gleich die höchsten Gipfel stürmen . . . . .	59
Auch berufliche Probleme mit Wieplanskizzen angehen . . . . .	60

## **Kapitel V: Prioritäten setzen . . . . . 61**

### **Konzentrieren Sie sich auf das Wichtige . . . . . 63**

Ein Rat, der 25.000 Dollar wert ist . . . . .	63
Das Wichtigste muß Vorfahrt haben . . . . .	65
Delegation nach Prioritäten . . . . .	66
Konzentration auf die erfolgsstrategischen Brennpunkte . . . . .	66

## **Kapitel VI: Wiederholung . . . . . 69**

### **Erst praktische Arbeit bringt den Erfolg . . . . . 71**

Kennen Sie die „Sandwich-Methode“? . . . . .	71
10 Regeln für erfolgreiches Planen . . . . .	73