

AMY MORIN

13

Dinge,
die mental
starke
Menschen
NICHT
tun

AN ALLE,
DIE SICH
HEUTE
BESSER
FÜHLEN
MÖCHTEN
ALS
GESTERN

Aus dem Amerikanischen von
Dr. Isabel Gräfin Bülow

 | FISCHER

Inhalt

Vorwort	9
Was ist mentale Stärke?	16
KAPITEL 1	
Sie haben keine Zeit für Selbstmitleid	22
KAPITEL 2	
Sie geben ihre Macht nicht ab	39
KAPITEL 3	
Sie haben keine Angst vor Veränderungen	56
KAPITEL 4	
Sie beharren nicht auf Dingen, die sie nicht verändern könnten	75
KAPITEL 5	
Sie wollen es nicht allen recht machen	92
KAPITEL 6	
Sie scheuen keine kalkulierbaren Risiken	111
KAPITEL 7	
Sie leben nicht in der Vergangenheit	129
KAPITEL 8	
Sie machen nicht immer wieder denselben Fehler	146

KAPITEL 9	
Sie sind nicht neidisch auf den Erfolg anderer	161
KAPITEL 10	
Sie geben nach einer Niederlage nicht auf	179
KAPITEL 11	
Sie fürchten das Alleinsein nicht	195
KAPITEL 12	
Sie denken nicht, dass das Leben ihnen etwas schuldig ist	212
KAPITEL 13	
Sie erwarten keine unmittelbaren Ergebnisse	226
So bewahren Sie Ihre mentale Stärke!	242
Literatur	247
Dank	254