

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung: Wer bin ich eigentlich?	9
1. Mein Selbstwertgefühl auf dem Prüfstand	13
2. Programmiert auf Minderwertigkeit?	25
3. Wo ist bei mir der wunde Punkt?	31
4. Teilwahrheiten	36
5. Tiefere Einsichten	45
6. Was bin ich wirklich wert?	59
7. Ein erneuertes Selbstwertgefühl	73
8. Hoher Einsatz – hoher Gewinn	101
9. Mein neues Selbstwertgefühl trägt	117