

Inhalt

Ihre Entscheidung: Mittelmaß oder Spitze?	5
▪ Wie viele Runden halten Sie durch?	6
▪ Warum Work-Life-Balance nicht erstrebenswert ist	11
▪ Kurzfristiger und langfristiger Erfolg	14
▪ Sichtbare und unsichtbare Spitzenleistung	15
▪ Was, wenn die Kraft zu fehlen scheint?	16
▪ Persönliche Spitzenleistung unter der Lupe	17
▪ Keine Frage der Selbstmotivation, oder etwa doch?	20
»I did it my way« – Ihr Weg zum Erfolg	23
▪ Wie würde Steve entscheiden?	24
▪ Hebel Nr. 1: Nachdenken	26
▪ Hebel Nr. 2: Umfeld anpassen	41
▪ Hebel Nr. 3: Fokussieren	48
▪ Hebel Nr. 4: Vordenken	57
Die acht Mindsets des Erfolgs	67
▪ Nr. 1: Sagen Sie »Ja, ich will!«	68
▪ Nr. 2: Trainieren Sie Ihren Sisu	71
▪ Nr. 3: Übernehmen Sie Verantwortung	77
▪ Nr. 4: Sehen Sie's sportlich	84
▪ Nr. 5: Es ist genug für alle da	86
▪ Nr. 6: Sie haben alle Zeit der Welt	89
▪ Nr. 7: Sie sind es sich wert	91
▪ Nr. 8: Denken Sie »Spitzenleistung«	95

Wie Sie Spitzenleistung zur Gewohnheit machen	97
▪ Die Macht der Gewohnheit	98
▪ Wie Sie gute Gewohnheiten verinnerlichen	100
▪ Die sechs guten Gewohnheiten von Spitzenleistern	103
▪ Spitzenleistung kann das Normalste der Welt sein	115
Und Action!	119
▪ Machen Sie den Unterschied – jetzt	120
▪ Ein Plädoyer für Spitzenleistungen	122
▪ Work smarter – not harder	124
▪ Stichwortverzeichnis	126