

## **Das Inhaltliche – Folgende Kapitel warten auf Sie:**

### Einleitende Worte

1. Der Gegenteiler stellt sich Ihnen vor und weihet Sie ein
2. Wie der Gegenteiler Ihre Wahrnehmung schärft
3. Wie der Gegenteiler Ihre Talente und Fähigkeiten mobilisiert und Ihr Selbstvertrauen stärkt
4. Wie der Gegenteiler Ihren Humor fördert und belebt
5. Wie der Gegenteiler Ihre Kreativität, Ihre Spielfreude und Ihre Leichtigkeit fördert und lebendig werden lässt
6. Wie der Gegenteiler Probleme in Chancen verwandelt und Ihren Mut zu ungewöhnlichen Lösungen fördert
7. Wie Sie mit dem Gegenteiler Atem schöpfen und entspannt Ihre Stimme samt Stimmung verbessern
8. Wie der Gegenteiler Ihnen die Sprache Ihres Körpers bewusst macht
9. Wie der Gegenteiler Sie in wertschätzender Kommunikation unterstützt
10. Wie der Gegenteiler Sie das Staunen und Wundern lehrt
11. Wie der Gegenteiler Ihnen Ihren Weg zeigt
12. Wie der Gegenteiler Nervosität und Lampenfieber positiv verwandelt und zu Ihrem Freund macht

### Abschließende Worte

### Wegweiser zu den Übungen