

**SORRY,  
IHR NERV'T  
MICH JETZT  
ALLE!**

**Mit Nervensägen im Job umgehen,  
ohne selbst den Verstand zu verlieren**

# INHALT

Genug genervt. . . . .	7
Warum Nervensägen so nerven . . . . .	15
Nervensägentyp 1: ewige Opfer – auch wenn sie gar nicht viel zu jammern haben . . . . .	29
Nervensägentyp 2: verbissene Rechthaber – die anderen liegen immer falsch . . . . .	41
Nervensägentyp 3: schlaffe Zögerer – nie bereit, sich endlich zu bewegen . . . . .	53
Nervensägentyp 4: fürsorgliche Helferseelen – glauben, dass es ohne sie nicht geht . . . . .	65
Nervensägentyp 5: übermotivierte Problemlöser – so effektiv, dass sie vieles nicht mehr mitkriegen . . . . .	77
Nervensägentyp 6: selbstgerechte Weltverbesserer – für alle da, so lange es sie selbst nichts kostet . . . . .	89
Nervensägentyp 7: abgehobene Welterklärer – über den Dingen ist's oft einsam . . . . .	101
So befreien Sie sich von den Tricks der Nervensägen . .	115
Was Sie niemals versuchen dürfen . . . . .	125
Neun Blitzstrategien gegen Nervensägen . . . . .	135
Weniger angreifbar machen, um sich zu befreien. . . .	147
Grenzen gegen Drohungen und Unverschämtheiten . .	159
Wie sage ich anderen am besten, dass sie nerven? . . .	167
So merken Sie, dass Sie selbst eine Nervensäge sind. . .	181

Nervensägen als Partner, Kinder oder Freunde. . . . .	193
Wer passt zu wem? Nervensägen in der Kombi . . . . .	203
Wenn andere mit Privatproblemen nerven . . . . .	213
Nervensägen ändern, lieben lernen oder sich trennen .	223
Die anderen nehmen, wie sie sind . . . . .	235
Über den Autor . . . . .	237
Literaturempfehlungen . . . . .	239