

**Anne
Ibsch-Wolf**

ICH

Das Buch der Selbsterkenntnis

mvgverlag 

© des Titels »ICH. Das Buch der Selbsterkenntnis« (ISBN 978-3-86882-152-9)
2010 by mvg Verlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

INHALT

Vorwort	7
Zu meiner Person	11
Einleitung	13
TEIL 1: Erste Erkenntnisse über mich	15
Selbsterkenntnis leicht gemacht	15
Motivation	30
Großes Kino	31
Die Pyramide der Erkenntnis	34
Lernen von anderen	37
Erkenntnisse umsetzen	41
TEIL 2: Tests, Übungen und Tipps	47
Kennen Sie Ihr wahres Ich?	47
Wie bin ich?	51
Beruf und Karriere	73
Meine Familie	105
Meine Freunde	118
Geld und Finanzen	135
Mein Glück, meine Zufriedenheit	145

Der Urlaub, die Freizeit	163
Gesundheit	171
Was ich noch von mir wissen will	187
Resümee	209
Anhang	211
Über die Autorin	211
Weiterführende Literatur	212
Alle Tests auf einen Blick	213