

## Tracy · Das Gewinner-Prinzip

Brian Tracy

# **Das Gewinner-Prinzip**

Wege  
zur persönlichen Spitzenleistung

**GABLER**

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme

**Tracy, Brian:**

Das Gewinner-Prinzip : Wege zur persönlichen Spitzenleistung /  
Brian Tracy.

[Aus dem Engl. von Sybille Frohns], Wiesbaden : Gabler, 1995

Einheitssacht.: Maximum achievement <dt.>

Aus dem Englischen von Sibylle Frohns.

Die Originalausgabe erschien unter dem Titel „Maximum Achievement“  
bei Simon & Schuster, New York.

© Copyright 1993 by Brian Tracy

Der Gabler Verlag ist ein Unternehmen der Bertelsmann Fachinformation.

© Betriebswirtschaftlicher Verlag Dr. Th. Gabler GmbH, Wiesbaden 1995

Softcover reprint of the hardcover 1st edition 1995

Lektorat: Bettina Dietrich



Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Höchste inhaltliche und technische Qualität unserer Produkte ist unser Ziel. Bei der Produktion und Verbreitung unserer Bücher wollen wir die Umwelt schonen: Dieses Buch ist auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. Die Einschweißfolie besteht aus Polyäthylen und damit aus organischen Grundstoffen, die weder bei der Herstellung noch bei der Verbrennung Schadstoffe freisetzen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, daß solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Umschlaggestaltung: Schimpf und Partner, Wiesbaden

Satz: FROMM MediaDesign GmbH, Selters/Ts.

ISBN-13:978-3-409-19410-5 e-ISBN-13:978-3-322-83858-2

DOI: 10.1007/978-3-322-83858-2

**Dieses Buch widme ich in Liebe  
meiner Frau Barbara,  
der besten Freundin, Ehefrau, Mutter und Partnerin,  
die ich mir vorstellen kann.  
Gott schütze Dich. Danke für alles.  
Du machst mich zu einem sehr glücklichen Menschen.**

# Inhalt

<b>Prolog</b>	9
<b>1. Machen Sie Ihr Leben zum Meisterstück</b>	13
Meine Lebensgeschichte	14
Sieben Erfolgsfaktoren	15
<b>2. Die sieben Prinzipien geistiger Meisterschaft</b>	27
Das Prinzip der Kontrolle	33
Das Prinzip von Ursache und Wirkung	35
Das Prinzip des Glaubens	37
Das Prinzip der Erwartungen	41
Das Prinzip der Anziehungskraft	46
Das Prinzip der Übereinstimmung	47
Das Prinzip der geistigen Äquivalenz	49
<b>3. Ihr optimales Selbstkonzept</b>	51
Eine einfache Gleichung	52
Wege zum Selbstkonzept	55
Das Prinzip der Gewohnheit	80
Das Prinzip der Praxis	82
Das Prinzip der Emotion	83
Basis des Selbstkonzepts	84
<b>4. Ihr inneres Genie</b>	99
Das Bewußtsein	101
Das Unterbewußtsein	103
Das Prinzip der unterbewußten Aktivität	106
Das Prinzip der Konzentration	107
Das Prinzip der Substitution	108
Autogenes Training	109
<b>5. Ihr konsequentes Ziel</b>	125
Ihr Erfolgsmechanismus	127
Der Preis des Erfolgs	127
Ziele sind Ihr geistiger Motor	128
Warum sich Menschen keine Ziele setzen	130

Die Prinzipien der Zielsetzung	133
Wie Sie Ihre Ziele bestimmen	136
Zwölf Schritte zur Zielerreichung	141
Ihr Aktionsplan	152
Kybernetischer Zielsuchmechanismus	156
<b>6. Die Macht des Überbewußtseins</b>	<b>159</b>
Die Quelle der Kreativität	161
Zielorientierte Motivation	162
Die Lösung für jedes Problem	164
Glaube und Akzeptanz	165
Zwei Arbeitsbedingungen	167
<b>7. Ihre verantwortungsvolle Entscheidung</b>	<b>177</b>
Kaninchenjagd	178
Die Räuber-Emotionen	182
Verantwortung übernehmen	187
Vergeben können	192
Der Zerstörer von Glück	196
<b>8. Innerer Frieden contra Streß</b>	<b>213</b>
Sieben Quellen von Streß	216
Die kognitive Kontrollmethode	236
<b>9. Gesunde zwischenmenschliche Beziehungen</b>	<b>239</b>
Definition: Gesunde Persönlichkeit	239
Das Prinzip der indirekten Anstrengung	241
Sieben Tips zur Verbesserung von Beziehungen	245
Die Kunst der Konversation	258
<b>10. Private Beziehungen meistern</b>	<b>265</b>
Wo es anfängt	266
Intimität und Wachstum gehen Hand in Hand	269
Vive la Différence	275
Sechs Probleme in Beziehungen und wie man sie löst	278
<b>Anhang</b>	<b>285</b>