



© 2009. Frank de Moei – Capedium Coaching
Alle rechten voorbehouden

Het is niet toegestaan de inhoud van dit document elders te publiceren zonder toestemming van de auteur.

Inhoudsopgave

Over de schrijver en dit boek.	3
Voorwoord: wat iedereen eigenlijk wil.	4
<u>Deel 1: Ontwikkel een houding die succes aantrekt.</u>	6
1. De belangrijkste sleutel naar succes.	7
2. Kies de juiste overtuigingen.	9
3. Stel jezelf de goede vragen.	13
4. Overwin je angst.	15
5. Waar je bereid toe moet zijn.	18
<u>Deel 2: Ontwikkel succesvolle relaties.</u>	20
6. Hoe iedereen je kan helpen.	21
7. De snelste manier om echt contact te maken.	24
8. Hoe je voorkomt dat je teleurgesteld wordt.	27
9. De beste maatstaf voor relaties.	30
<u>Deel 3: Bepaal je doelen en bereik succes.</u>	32
10. Volg je passie.	33
11. Creëer je eigen standaarden.	37
12. Waar je succes niet van afhankelijk is.	39
13. Hiermee bepaal je jouw koers.	42
14. Wat altijd blijft terugkomen tot je het oplost.	45
15. Hoe je het meeste uit je tijd haalt.	48
16. Hoe je versneld resultaat krijgt.	50
<u>Deel 4: Geniet van je succes.</u>	53
17. Mis geen moment meer.	54
18. Maak je geen zorgen.	57
19. Over zelfacceptatie.	61
20. Maak ruimte in je leven.	63
21. Stel je succes niet uit.	66
Nawoord: een oproep.	69
Dankwoord: bronnen van inspiratie.	71

Over de schrijver en dit boek.

Voor zolang ik me herinner ben ik gefascineerd door persoonlijk succes.

Voor mij is persoonlijk succes doen wat je wilt - volgens je eigen maatstaven - en je daar gelukkig bij voelen.

Geluk is voor mij dan ook het resultaat van doen wat je wilt.

In dit boek staan de belangrijkste ideeën over succes, geluk en persoonlijke groei die ik de afgelopen twintig jaar heb opgedaan.

In mijn dagelijkse coachingspraktijk help ik mensen, in hun persoonlijke en zakelijk leven, doelen te bepalen en die te bereiken.

De inzichten en ideeën die in dit boek worden besproken vormen de basis van een gezond en gelukkig leven.

Ik heb deze ideeën zo compact mogelijk beschreven, zodat je direct tot de kern komt.

Veel ideeën zijn universeel, sommige zijn te danken aan de mensen die ik in het dankwoord benoem en andere zijn eigen inzichten.

Wat ze gemeen hebben, is dat ze allemaal bijzonder effectief zijn in het behalen van persoonlijk succes en een goed gevoel geven over jezelf en je leven.

Ik wens je veel leesplezier en veel resultaat in je persoonlijke ontdekkingsstocht.

Mocht je meer informatie willen of behoefte hebben aan persoonlijke begeleiding, dan kun je altijd contact opnemen voor een persoonlijk gesprek.

Op jouw succes!

Frank de Moei
Capedium Coaching
www.newstart.nl