

Inhaltsverzeichnis

Die Geschichte hinter der Geschichte	11
Prolog	15
Teil 1 Die Geschichte der Maxi van Weller	
Es begann als schöner Tag	19
Oles Maulkorb	21
Eine Welt stürzt ein	25
Gettler	31
Entgleisungen	36
Der Tag danach	46
Oles Versagen	50
Gettlers Rede	52
Fuselfusion	57
Gettlers Siegeszug	59
Zurück ins Chaos	61
Ratiorede	64
Ausgang mit Tine	69
Zurück in den Alltag	73
Drei Monate später	80
Gettler und Cindy	84
Der erste Tag	87
Einzug	89
Gettlers Angriff	94

Maxis Zusammenbruch	97
Cindy	99
Hochmut	102
Ladies Talk	104
Tangohaltung	110
Montag – der Tag der Wahrheit	117
Showtime	120
Vom Schlachtplan zur Inhouse-Agentur	127
Neun Monate später	133
Ein Haus aus Schnee	145
Heimreise	165
Epilog	168

Teil 2 Der Globe of Emotions®

Globe of Emotions – die Reise beginnt	175
Grundlagen	176
1. Autopilot – schnelle Emotionen, was heißt das?	177
2. Langsame (bewusste) Emotionen	179
3. Steuerbarkeit von Gefühlen	180
4. Bedürfnisse: Treiber deiner Emotionen	181
5. Prägung durch Emotionen	183
6. Wechselwirkung Körper und Emotionen	184
7. Die sieben Basis-Emotionen	186
Positiv? Negativ? Zeit für einen Paradigmenwechsel!	189
Der Globe of Emotions®	191
Die Struktur des Globe of Emotions	193
Sicherheit mit Furcht	195
Alles klar? Mit Verachtung!	202
Menetekel Ekel	209

Ankommen mit Freude	219
Unabhängigkeit mit Trauer	227
Vorn mit Zorn	238
Entwicklung mit Erstaunen	244
Die emotionalen Gesetze	255
Das 1. emotionale Gesetz: die Spiegel-Emotionen	256
Das 2. emotionale Gesetz: die Rahmen-Emotionen	259
Die Rahmen-Emotionen der Furcht	260
Die Rahmen-Emotionen des Zorns	264
Die Rahmen-Emotionen der Freude	265
Die Rahmen-Emotionen des Erstaunens	266
Die Rahmen-Emotionen der Verachtung	268
Die Rahmen-Emotionen des Ekels	270
Die Rahmen-Emotionen der Trauer	271
Das 3. emotionale Gesetz: Komplementär-Emotionen	273
Das 4. emotionale Gesetz: Interferenz-Emotionen	277
Angst	278
Wut	283
Gier	288
Das 5. emotionale Gesetz: emotionaler Change	291
Und was ist mit der Liebe?	301
Fazit	305
Und jetzt?	306
Über die Autoren	307
Danksagung	311

