

Inhalt

Vorwort.....	7
1. Glücklich mit Tiny Start-ups.....	11
1.1 Kennt ihr den?.....	14
1.2 Work-Life-Consistency anstatt Work-Life-Balance	16
1.3 Mit dem Glückslogbuch unterwegs	17
1.4 Glück haben und glücklich sein.....	24
1.5 Tiny Start-ups und Lebensphasen.....	26
1.6 Wo findest du dich am ehesten wieder?.....	28
1.7 Test: Selbst-/Fremdwahrnehmung.....	39
2. Tiny Start-ups erleben	43
2.1 Immer in Bewegung	45
2.2 Essen, trinken und Spaß haben	69
2.3 Schön ist's.....	95
2.4 Tierisch gut	128
2.5 Früh übt sich.....	143
2.6 Neues entsteht.....	152
2.7 Schreiben als Berufung.....	177
2.8 Mode gestalten	188
2.9 Neue Technologien nutzen.....	194
2.10 Perspektiven schaffen.....	199
3. Tiny Start-ups aufbauen	217
3.1 Zündende Ideen finden	217
3.2 Ideen ganzheitlich umsetzen	223

Über die Autoren	269
Danksagung	271
Literaturtipps	275
Anhang.....	277
Register.....	293