

Inhalt

Vorwort von René Adler	9
Karrierekiller aus der Sicht eines Profisportlers.	9
 Vorwort von Thomas Müllerschön	 12
Karrierekiller aus der Sicht eines Konzernvorstands	12
 Prolog	 19
Das Erfolgsrad drehen	21
Wie du dieses Buch nutzen kannst	23
 Die Gesetzmäßigkeiten von Karrieren	 28
Was willst du erreichen in deinem Leben?	29
Die fünf B einer Karriere	32
Notwendige Konsolidierungsphasen	33
Die neue Balance zwischen »hart« und »weich«	41
 Krisen, Crashes und Pandemien	 49
 Der Karrierebahnhof	 58
 Die zwölf Speichen des Erfolgsrades	 68
Erste Speiche des Erfolgsrades: Die eigene Persönlichkeit	73
Zweite Speiche des Erfolgsrades: Eltern und Ahnen	98

Dritte Speiche des Erfolgsrades: Beziehung, Freunde, Elternschaft . . .	112
Vierte Speiche des Erfolgsrades: Vorgesetzte und Trainer	134
Fünfte Speiche des Erfolgsrades: Kollegen und Mitspieler.	149
Sechste Speiche des Erfolgsrades: Körper	163
Siebte Speiche des Erfolgsrades: Ratio.	178
Achte Speiche des Erfolgsrades: Emotio und Intuition.	192
Neunte Speiche des Erfolgsrades: Karma von Martina Berger	214
Zehnte Speiche des Erfolgsrades: Erfolg und Misserfolg.	229
Elfte Speiche des Erfolgsrades: Geld und Finanzen	238
Zwölfte Speiche des Erfolgsrades: Öffentlichkeit.	249
 Epilog	 257
 Nachwort von Diane Zilliges	 261
»Karrierekiller« aus der Sicht der Ghostwriterin dieses Buches	261
 Danksagung	 264
Meine Angebote	266
 Buchempfehlungen	 267
 Über den Autor	 268