

# Inhaltsverzeichnis

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

**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
<b>Die emotionalen Gesetze . . . . .</b>	<b>255</b>
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
<b>Und was ist mit der Liebe? . . . . .</b>	<b>301</b>
<b>Fazit . . . . .</b>	<b>305</b>
Und jetzt?	306
<b>Über die Autoren. . . . .</b>	<b>307</b>
<b>Danksagung . . . . .</b>	<b>311</b>