
Inhaltsverzeichnis

Grußwort: Erfolgreiche Menschen sind Träumer	9
Vorwort: Auf der Suche nach der anderen Hälfte	11
Einleitung	14
Kapitel 1 – Die Elastizität der Spaghetti	19
Leidenschaft statt Kompromisse	20
Ende der Unliebsamkeit	23
Fakten, Fakten, Fakten waren gestern	25
Wir statt Ich	28
Die Rolle der anderen	31
Kapitel 2 – In der Wurzel pocht die Kraft	37
Stress will dosiert sein	38
Der Olivenbaum: keine Chance für die Jammerfliege	41
Genießen im eigenen Stil	47
Kapitel 3 – Der Held in mir darf nicht sterben	53
Die Bindung zählt	54
Mammonis unter uns	58
Traum geplatzt, und nun?	62
Helden brauchen Freiheit	66

6 — *Inhaltsverzeichnis*

Kapitel 4 – Manche Türme sind schief	69
Aus Fehlern lernen	70
Das Spektrum der Emotionen	74
Kein Platz für Neid	79
Das Faktische der Schönheit	82
Kapitel 5 – Espresso für den Erfolg	87
Die Gedanken fliegen lassen	88
Spendierte Impulse	93
Lachen erlaubt	95
Kapitel 6 – Die Empathie des Lieblingsitalieners	103
Der richtige Mix	104
Gastfreundschaft als Erfolgsfaktum	107
Stufe um Stufe gemeinsam steigen	109
Der Wert der Empathie für den Unternehmenserfolg	112
Was Stanford verschweigt	114
Kapitel 7 – Zeitmanagement auf Italienisch	121
Das Ticken der Zeit	122
Ruhe suchen	124
Schraffierte Flächen für Träume	129
Hommage an Pareto	134

Interview mit Alberto Alessi: Das Reifen der Reben oder vom Übertreten der Borderline	137
Kapitel 8 – Die Dosis macht die Leichtigkeit	151
Die Farbe der Leichtigkeit	152
Kein Leid trainieren!	155
Gleichgewicht halten	162
Kapitel 9 – Was passiert, hat einen Sinn	169
Resilienz	170
Muster im Gehirn	172
Leise Zeichen einer Krise	174
Stark für die Zukunft	176
Wo Zitronen blühen	178
Spuren des Alltags	181
Schlusswort: Ciao con un occholino – mit einem Augenzwinkern	185
Danke	189
Über die Autoren	193

Wir schätzen die Leistung und den Erfolg von Frauen und Männern gleichermaßen. Dennoch verzichten wir in unserem Buch auf Doppelkonstruktionen. Sie würden die Textmelodie unterbrechen.