
Indice

Prefazione, di Anna Fiscale	pag.	9
Introduzione	»	11
Il difetto che mi ha insegnato tutto	»	11
Breve suggerimento operativo	»	13
Il tuo punto di partenza	»	17
1. Perché occuparsi dei difetti?	»	21
1.1. Siamo tutti difettati	»	21
<i>Alberto e il potenziale sprecato</i>	»	24
1.2. La perfezione nella vita vera	»	25
<i>Marzia e il suo perfezionismo</i>	»	28
2. Accogliere i propri difetti (Difetti? Sì, grazie!)	»	29
2.1. La forza che nasce dall'imperfezione	»	29
<i>Stefania era solo una gregaria?</i>	»	34
2.2. Sviluppare benevolenza	»	34
<i>Marco che non aveva nessun difetto</i>	»	37
2.3. Accogliere la propria ombra	»	37
<i>Simona: Biancaneve o strega cattiva?</i>	»	41
3. I difetti come strumenti	»	43
3.1. Usarsi a pieno	»	43
<i>Giulio il sadico</i>	»	47
3.2. Imperfezioni e risorse	»	47
<i>Patrizia che amava chiacchierare</i>	»	54

4. Arricchire per crescere	pag.	55
4.1 Imparare nuovi difetti	»	55
<i>Viviana che esplorò la manipolazione</i>	»	62
4.2 Self-empowerment delle tue imperfezioni	»	63
<i>Sergio l'impassibile</i>	»	68
 5. Tutti (o quasi tutti) i difetti	»	69
5.1. Accentramento	»	71
5.2. Aggressività	»	73
5.3. Ansietà	»	75
5.4. Arrivismo	»	77
5.5. Arroganza	»	79
5.6. Avarizia / mancanza di generosità	»	81
5.7. Buonismo	»	83
5.8. Cinismo	»	85
5.9. Controdipendenza	»	87
5.10. Diffidenza e sospettosità	»	89
5.11. Doppiogiochismo	»	91
5.12. Doverismo	»	93
5.13. Egoismo	»	95
5.14. Gelosia	»	97
5.15. Impazienza	»	99
5.16. Impulsività e avventatezza	»	101
5.17. Inaffidabilità e scaricabarile	»	103
5.18. Incoerenza	»	105
5.19. Indecisione	»	107
5.20. Indiscrezione e “ficcanaseria”	»	109
5.21. Insensibilità e distacco emotivo	»	111
5.22. Insicurezza	»	113
5.23. Integralismo e intransigenza	»	115
5.24. Invidia	»	117
5.25. Iperemotività	»	119
5.26. Ipocrisia	»	121
5.27. Logorrea	»	123
5.28. Maldicenza	»	125
5.29. Manipolazione	»	127
5.30. Menefreghismo	»	129
5.31. Opportunismo e compiacenza	»	131
5.32. Ossessione per il controllo	»	133
5.34. Paraculaggine	»	135
5.33. Parassitismo	»	137
5.35. Perfezionismo	»	139
5.36. Permalosità	»	141
5.37. Pessimismo	»	143

5.38. Pigrizia	pag. 145
5.39. Ritardatarietà	» 147
5.40. Rivalità e competitività esasperata	» 149
5.41. Stupidità	» 151
5.42. Superficialità	» 153
5.43. Teatralità	» 155
5.44. Testardaggine	» 157
5.45. Timidezza	» 159
5.46. Vanità	» 161
5.47. Vittimismo	» 163
5.48. Volgarità e scurrilità	» 165
6. Conclusioni (era tutto un gioco...)	» 167
7. Manifesto dei difettati	» 169
Postfazione, di Carlo Turati	» 171
Bibliografia	» 175