

Prolog.....	11
-------------	----

## **I. Methoden, Formate und Interventionen**

<b>1.1 Dialog/Monologformen.....</b>	<b>21</b>
- Liebes Tagebuch .....	22
- Lieber Albert .....	27
- Der innere Zirkel .....	32
- Der Beichtstuhl .....	35
- Der Fremde am Tisch.....	37
- Das Lagerfeuer .....	40
<b>1.2 Kennenlernen .....</b>	<b>42</b>
- Damals in Griechenland.....	43
- Die Kontaktanzeige .....	47
- Was ich dir schon immer einmal sagen wollte.....	52
<b>1.3 Die kleinen Interventionen und Formate.....</b>	<b>55</b>
- Die Lesung .....	56
- Schattensprung .....	64
- Stadt – Land – Fluss .....	67
- Die Ratgeberrunde .....	70
- Der Trainingslauf.....	77
- Secret .....	79
- Ich war noch niemals in New York .....	82
- Das Kino.....	85
- Die Fürsprecherin .....	87
- Auge in Auge.....	91
- Fragen Sie Dr. Sommer! .....	94

- Donald und Miss Piggy .....	100
- Die TV-Show .....	104
- Sitting in the Car .....	108
- Get a Smile in her Face.....	111
- Das Kleeblatt .....	113
- Karaoke.....	116
<b>1.4 Die großen Formate .....</b>	<b>120</b>
- Das Kaminfeuer.....	121
- Mein Leben in 10 Kapiteln.....	125
- Das Sanatorium.....	128
- Am Tisch.....	133
- Die Inszenierung .....	136
- Die Predigt .....	139
- Gemeindegesang.....	142
- Unter einer Yakdecke .....	145
- Der Stuhltrag.....	150
- Mein Leben als Eisenbahnlandschaft .....	154
- Weltenerschaffer .....	157
- Auf dem Sofa .....	165
- Die Mutprobe .....	173
- So schafft sie es! .....	178
- Tschüss Maria.....	182
- Das Meisterstück .....	186
<b>1.5 Den Sack zumachen – Schluss-Situationen gestalten.....</b>	<b>189</b>
- Der gedeckte Tisch .....	190
- Fische fangen.....	192
- Der Kaufmannsladen .....	194
- Papierkorb und Schatzkiste .....	199
- Chatten.....	201
<b>Eine ungehörige Einmischung .....</b>	<b>204</b>
von Jürgen Schulze-Seeger	

## II. Die Postulate

- Führe die Teilnehmer vom Ich zum Du und Wir .....	216
- Stärke Deine Selbstwirksamkeit.....	218
- Lehne Dich ruhig einmal weit aus dem Fenster.....	219
- Lebe Deine Mission .....	220

- Zaubere!.....	222
- Biete ein „Open Cockpit“.....	223
- Achte auf das richtige Zeitfenster.....	225
- Inszeniere .....	226
- Don't say no .....	230
- Nicht alles gleich umsetzen .....	232
- Bedenke deine eigene Wirkung .....	233
- Achte jederzeit auf Seriosität.....	236
- Make Love! .....	238
- Nutze einen (oder mehrere) Paten .....	240
- Mach keinen Klamauk.....	241
- Nutze, was die Teilnehmer sagen .....	241
- Raus aus der Komfortzone .....	243
- Was stört mich mein Geschwätz von gestern? .....	244
- Ruhig mal was im Raum stehen lassen oder: Lege den Samen und warte, bis die Saat aufgeht .....	244
- Agiere bescheiden .....	245
- Nähre die Gruppe .....	247
- Hol Dir kein negatives Feedback.....	249

### **III. Die konzeptionellen Basics**

<b>Die Suggestopädie .....</b>	<b>253</b>
--------------------------------	------------

<b>Das Modell der logischen Ebenen .....</b>	<b>258</b>
--	------------

<b>Die Heldenreise.....</b>	<b>265</b>
-----------------------------	------------

- 1. Akt: In der gewohnten Welt .....	267
- 2. Akt: Im Land der Abenteuer.....	269
- 3. Akt: Die Rückkehr .....	270
- Workshop zur persönlichen Standortbestimmung.....	273
- Tieferes Verständnis für den eigenen Lebensweg.....	275
- Roter Faden und/oder Motto für Veranstaltungen und Kongresse .....	278
- Dramaturgie für Change-Prozesse und Veränderungen .....	279
- Entwicklung von (Helden-)Figuren .....	279

<b>Das Modelling – von anderen Lernen .....</b>	<b>282</b>
---	------------

- Das Modelling nach der Madonna-Methode.....	284
- Das Modelling anhand der logischen Ebenen .....	286

## **IV. Meine ganz persönlichen Wurzeln**

- Das Theater .....	299
- Die Kunst .....	304
- Die Natur.....	307
- Das Laufen .....	309
Das Nachwort.....	313
Das ganz eigene Glossar .....	315
Fußnoten .....	326