

# Inhalt

<b>Ein Dankeschön</b> .....	9
<b>Einladung zum neugierig-sein</b> .....	13
Neurolinguistisches Programmieren (NLP) .....	13
Wie wir dieses Buch verstehen .....	14
Ganzheitliches Denken, Fühlen, Bewegen, Erleben .....	14
Neues spielend lernen .....	15
An wen richtet sich dieses Buch .....	17
Wie Du dieses Buch für Dich nutzen kannst.....	18
Die Phantasie des Unbewußten wecken .....	19
Tips für den Einsatz.....	20
Peer-Groups .....	20
Sportgruppen- und Übungsleiter, Kurs- und Workshopleiter, Lehrer.....	21
Allgemeines .....	22
<b>1. Rapport</b> .....	23
Einstimmung.....	24
Kontakt aufnehmen.....	26
Kontakt erhalten.....	47
Kontakt beenden.....	73
<b>2. Wahrnehmung</b> .....	81
Einstimmung.....	82
Selbstwahrnehmung.....	85
Sinne schärfen.....	104
Kalibrieren.....	129
Wahrnehmung versus Interpretation.....	136
<b>3. Ziele</b> .....	147
Einstimmung.....	148
Bewußte Ebene .....	150
Unbewußte Ebene .....	166

<b>4. Ressourcen</b> .....	187
Einstimmung.....	188
Innere Zustände spüren.....	190
Innere Zustände wachrufen.....	207
Höchste Werte.....	232
Quelle.....	244
<b>5. Separator</b> .....	251
Einstimmung.....	252
Zustandsänderungen durch aktivierende Übungen.....	253
Zustandsänderungen durch regulierende Übungen.....	279
<b>6. Future-Pace und Integration</b> .....	297
Einstimmung.....	298
Future-Pace und Integration.....	298
<b>Wir über uns</b> .....	316
<b>Glossar</b> .....	319
<b>Literatur</b> .....	324
<b>Musik</b> .....	326
<b>Stichwortartig</b> .....	327