

INHALTSVERZEICHNIS

Warum wohin? Eine Einladung 7

Downloads zum Buch 19

1. Wer bin ich?

Der Weg ins Thema	22
1.1 Eigenschaftenspiel	28
1.2 Persönlichkeitsfragebogen	30
1.3 Lebens-Lauf	34
1.4 Solospaziergang	39
1.5 Wer zieht an mir?	42
1.6 Rollenwechsel	45
1.7 Post für mich!	50

2. Meine Zeit

Der Weg ins Thema	54
2.1 Stress-Spiele	57
2.2 Traum-Zeit – Alltags-Zeit	63
2.3 Stress-Barometer	66
2.4 Mausefallen-Parcours	70
2.5 Stress-Info-Straße	73
2.6 Zeit im Glas	77
2.7 Workshop Zeitmanagement	80
2.8 Ressourcen-Karussell	83

3. Liebe und Beziehungen

Der Weg ins Thema	90
3.1 Wann ist's Liebe?	94
3.2 Typisch!	96
3.3 Briefträger	99
3.4 Beziehungs-Kompass	102
3.5 Schreib mal ganz ehrlich	106
3.6 Entscheide dich!	109
3.7 Liebesleben	112
3.8 Beziehungsdrama	116

4. Leben in Gemeinschaft

Der Weg ins Thema	122
4.1 Konfliktpositionen	126
4.2 Hausbau der Kulturen	128
4.3 Menschenschach	131
4.4 Die Skugianer	134
4.5 Interkulturelles Mau-Mau	137
4.6 Dilemma live	140
4.7 Konflikte bewältigen	144

5. Meine Zukunft

Der Weg ins Thema	150
5.1 Sinnbildbox	154
5.2 Talkshow Lebensmotto	158
5.3 Zukunftstheater	161
5.4 Forever 27	163
5.5 Weg der Entscheidung	168
5.6 Was wäre wenn?	173
5.7 Klassentreffen	176
5.8 Lebens-Masterplan	179

6. Der Sinn des Lebens

Der Weg ins Thema	184
6.1 Laufend Denkanstöße	188
6.2 Tierphilosophie: Ein Waldmärchen	193
6.3 Planetenreise	197
6.4 Wertewanderung	202
6.5 25 Gründe	206
6.6 Werbekampagne XXL	208
6.7 Der rote Faden	211

Anhang

Die Herausgeberinnen	216
Die Autorinnen und Autoren	217