

Inhalt

Einleitung	9
Navigator	19
TEIL 1 STARTER	29
Starter 1 Name dropping	31
Starter 2 Kennenlern-Bingo	33
Starter 3 Ab durch die Mitte	35
Starter 4 Gruppengarten	37
Starter 5 Fragebogen-Warm-up	40
Starter 6 Flotte Dreier	42
Starter 7 Blitzportrait	44
Starter 8 Klatschen, Verbeugen, Hüpfen	46
Starter 9 Stuhlbalance	48
Starter 10 Auftragschaos	51
Starter 11 Pferdestehlen	54
Starter 12 Schräge Sachen	56
Starter 13 Persönliche No-Gos	58
Starter 14 Reise nach New York	61
Starter 15 Mindful Faces	63
Starter 16 Grenzen setzen	66
Starter 17 Ort der Entspannung	69
Starter 18 Klagemauer	72
Starter 19 Sprechender Spiegel	74
Starter 20 Bewegungen ausrichten	77
Starter 21 Auftauen	79
Starter 22 Komplimentetausch	81
Starter 23 Seilschaften	83
Starter 24 Jahre später	86
Starter 25 1-2-3-4-Skulptur	88
Starter 26 Ich bin ein Star	91

Starter 27	Die treffendere Assoziation	94
Starter 28	Something personal	96

TEIL 2 EXPLORER 99

Explorer 1	Die 7 fetten und die 7 mageren Jahre	101
Explorer 2	Unsere Wurzeln	106
Explorer 3	Genogramme stellen	111
Explorer 4	Familienquintett	117
Explorer 5	In den Schuhen der Großeltern	121
Explorer 6	Gruppensymbol	124
Explorer 7	Team-Analyse	128
Explorer 8	Aufstellung in der Teamuhr	134
Explorer 9	Selbstsupervision	139
Explorer 10	Ich zeige dir, wer du bist	143
Explorer 11	Entdeckungstour im Werte-Rad	148
Explorer 12	SPACE around	155
Explorer 13	Meine beruflichen Zugpferde	163
Explorer 14	Tetralemma	168
Explorer 15	Ikigai-Aufstellung	174
Explorer 16	Ziel mit Hindernissen	180
Explorer 17	Das Motivationsquadrat	186
Explorer 18	GROW – wachsen, aber richtig!	190
Explorer 19	Glaubenssätze im Chor	196
Explorer 20	Reflexionslandschaften	201
Explorer 21	Stärkenquiz	207
Explorer 22	Ressourcenatom	212
Explorer 23	Hidden Buddy	218
Explorer 24	Krafttiere als Begleiter	223
Explorer 25	Mein Leben auf Powerpoint	228

TEIL 3 INTEGRATOR 233

Integrator 1	Processing mit Symbolen	235
Integrator 2	Baum der Erkenntnisse	237
Integrator 3	Schlagzeile zum Tag	240

Integrator 4	Das Destillat	242
Integrator 5	Elfchen	244
Integrator 6	Glück to go	247
Integrator 7	Eine Blume für mich selbst	250

TEIL 4 DESIGNS 253

Design 1	Start-up	257
Design 2	Boxenstopp	266
Design 3	Emergency Room	273
Design 4	Closing	281

TEIL 5 SPECIALS 287

Special 1	Größere Gruppen als erwartet	290
Special 2	Hoch konflikthafte Teams und Gruppen	291
Special 3	Kleinere Gruppe als erwartet	292
Special 4	Herausfordernde Persönlichkeiten unter den TeilnehmerInnen: die aktive Variante	293
Special 5	Herausfordernde Persönlichkeiten unter den TeilnehmerInnen: die passive Variante	295
Special 6	Hierarchien in Teams und Gruppen	297
Special 7	Zeit wird knapp	298
Special 8	Plötzlich tritt ein Konflikt im Team auf	299
Special 9	Hidden Agenda	300

TEIL 6 ZUSATZMATERIAL 303