

Vorwort.....	7
Darum geht es	9

Baustein 1 – Ja zum Moment!

1 Aktivieren.....	14
1.1 1–2–3	15
1.2 Gehen mit Tempo 1-10	18
1.3 Klatschkreis – Nacheinander klatschen	20
1.4 Snap	24
1.5 Feind und Beschützer	27
1.6 Daumen-Spiegel.....	29
1.7 Fünf Dinge	32
1.8 Samurai	34
1.9 Die Maus	37
1.10 Moleküle	39
1.11 Neue Regel!	41
1.12 Whiskeymixer	44
 2 Wahrnehmen und unterstützen	 46
2.1 Imitation	47
2.2 Meine Kiste	49
2.3 Du-Gehen.....	52
2.4 Impulsgehen.....	56
2.5 Konzentrationsmuster.....	59
2.6 Blindes Konzentrationsmuster	63
2.7 Neue Position	66
2.8 Wo ist die Tür?.....	69
2.9 Die Küche	71
2.10 Das Bild ergänzen	74
2.11 Zeitlupenkampf	77
2.12 Kolleginnen retten	79
2.13 Wertschätzung.....	82
2.14 Applaus	84

Baustein 2 – Ja zum Gegenüber!

3 (Besser) kennenlernen	88
3.1 Namen mit Adjektiv	89
3.2 Namensdirigentin	91
3.3 Nachstellen	93
3.4 Mrs Hit	95
3.5 Intuition.....	98
3.6 Netz der Gemeinsamkeiten	100
3.7 Bitte melden!	102
3.8 Drei Intensitäten.....	104
3.9 Wahrheit oder Lüge?.....	106
3.10 Mein idealer Abstand	108
3.11 Halbzeit-Erzählen.....	110
 4 Erfolgreich kommunizieren	 112
4.1 Zwei Minuten zuhören	113
4.2 Au ja, wir pflücken Blumen	116
4.3 Ja genau, und dann	118
4.4 Ja genau, und dann ... – Gemeinsam Erlebtes erfinden	121
4.5 Ja genau, weil	125
4.6 Wort für Wort – Im Kreis	127
4.7 Wort für Wort – Dirigent	130
4.8 Wort für Wort – In Paaren	132
4.9 Wort für Wort – Mit Handlung	134
4.10 Dialog mit Repeat	137
4.11 Stille Post	140
4.12 Was mir an Ihrer Idee gefällt	143
4.13 Geschichte im Stehen	145
4.14 Kommunikation mit Mund-Nasen-Bedeckung	148
4.15 Synchro – Solo (F).....	150
 5 Im Team (re-)agieren	 152
5.1 Spiegeln.....	153
5.2 Blinde führen mit den Fingerspitzen.....	156
5.3 Roboter führen	159
5.4 Haie im Meer	161
5.5 Drei Bälle auf dem Weg	163
5.6 Zip Zap Zop	165
5.7 Der heiße Stuhl	168

5.8	Volleyball	171
5.9	Heiter scheitern beim Ballspielen	173
5.10	Sich aus der Balance bringen	175
5.11	Der gordische Knoten	177
5.12	Zählen bis 21.....	179

Baustein 3 – Ja zum Risiko!183

6 Kreativ und spontan agieren.....184

6.1	Assoziationen mit Wiederholen der letzten Assoziation	185
6.2	Assoziationen ohne Wiederholen.....	188
6.3	Neu denken	190
6.4	Geschenke.....	192
6.5	Ich bin ein Baum	196
6.6	Einen Gegenstand umdeuten	198
6.7	Ich weiß nicht, was ich mache	200
6.8	Warum mache ich das?.....	202
6.9	Eine Minute Vortrag.....	204
6.10	Statuen definieren	206
6.11	Statuen – Innen- und Außenperspektive.....	208
6.12	Freeze: Eine Statue – verschiedene Szenarien (F)	210
6.13	Blind Freeze (F)	214
6.14	Gibberish-Lexikon (F)	218
6.15	Unterhaltung auf Gibberish (F)	221
6.16	Gibberish-Präsentation (F)	224

7 Mit Irritationen umgehen228

7.1	Namen versetzt.....	229
7.2	Sieben	231
7.3	Vor – zurück.....	234
7.4	Was machst du?	236
7.5	Warum mache ich das 2.0.....	238
7.6	Sie haben da was	240
7.7	Gehirn grillen	242
7.8	Worte integrieren – Ein Tag in meinem Leben	245
7.9	Big Booty.....	248
7.10	Kurzvortrag mit Irritation	252
7.11	Neues Angebot!	256
7.12	Interview rückwärts (F)	259

Baustein 4 – Ja zur Körpersprache!

8 Status gekonnt einsetzen.....	264
Einführung in das Thema	265
8.1 Den eigenen Status heben oder senken.....	279
8.2 Kurzdialog im Hoch- oder Tiefstatus.....	285
8.3 König und Diener.....	289
8.4 Power Poses und ein Auftritt	291
8.5 Zwei Könige – Hochstatuskampf.....	294
8.6 Tiefstatuskampf	297
8.7 Status im Restaurant	300
8.8 Statuswechsel.....	303
8.9 Interaktiver Status vs. gesellschaftlicher Status	307
8.10 Status-Meeting mit interaktivem Status per Zufall.....	309
8.11 Meeting mit interaktivem Status per heimlicher Entscheidung	312
8.12 Innere Haltung beim Kundengespräch	315
8.13 Reaktion auf einen heftigen Vorwurf	318
 Zuordnung nach Mindset-Kriterien agiler Teams	322
Out of the Box goes online.....	326