

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Vorwort zur zweiten Auflage	9
Vorhang auf!	13
Danksagung und unser Weg zur Improvisation	14
Einführung und Anfang	19
Das Wesen der Improvisation	24
Improvisationstheater und Theatersport	35
Zur Geschichte und Entstehung	37
Theatersport	40
Zentrale Elemente des Improvisationstheaters	42
Improvisation in Training und Unterricht	53
Was ist Suggestopädie?	55
Wie hilft uns die Improvisation und wo lässt sie sich einsetzen?	61
Die Grundregeln der Improvisation	63
Ins Spiel kommen	72
Klatschkreise	75
Raumlaufübungen	79
Lockerungsübungen	87
Übungen zur Stärkung der sinnlichen Wahrnehmung und	
Assoziationsfähigkeit	95
Übungen zum Thema Status	106

Improvisationsmethoden für den Einsatz	
in Training und Unterricht	113
Die wesentlichen Merkmale	114
Die Methoden im Detail	118

Storytelling	143
Bedeutung und Definition	144
Storytelling in der Therapie	153
Storytelling in Unternehmen	157
Storytelling in der Schule	166
Metaphern	172
Was macht gute Geschichten aus?	176
Die Heldenreise	191
Anleitungen und Übungen zur Anwendung von Storytelling	
in Training und Unterricht	213
Moondance – das magische Geschichtenspiel	239

Anhang	243
Zu guter Letzt	244
Literaturverzeichnis	245
Methodenübersicht	247
Geschichten und Metaphern	258

Die Icons bedeuten:



Beispiele



**Übungen/
Methoden**



Infos



Brückenschlag