

<b>1</b>	<b>Ich sitze, die Schreibmappe auf Knien</b>	2
<b>2</b>	<b>Allgemeine Hinweise zum Werkbuch</b>	5
2.1	Ein Date mit dem Ich, oder: Vorkenntnisse nicht nötig	5
2.2	Allein, zu zweien oder in der Gruppe?	6
2.3	Der Arbeitsablauf	7
2.4	Die Zeit und das Notieren	10
<b>3</b>	<b>Kurze Geschichte des (auto-)biographischen Schreibens</b>	11
<b>4</b>	<b>Ziele</b>	26
4.1	Rückschau	30
4.2	Vorausschau	31
<b>5</b>	<b>Wege</b>	33
5.1	Die Dinge	35
5.2	Die Selbstgespräche	39
5.3	Die Rolle meines Lebens	53
5.4	Wiederbegegnungen	64
<b>6</b>	<b>Zusammenfassung</b>	73
<b>7</b>	<b>Zum Schluss</b>	76
<b>8</b>	<b>Crauss.</b>	77
8.1	Der Autor	77
8.2	Der Workshopleiter	79
8.3	Der Performer	80
8.4	Der Dienstleister	80
<b>9</b>	<b>Bücherliste</b>	81
9.1	Erwähnte Bücher	81
9.2	Weitere Bücher zur Thematik	82