

INHALT

EINLEITUNG: SO GEHT ES NICHT MEHR WEITER! ODER?	7
1 ANNÄHERUNG AN DIE AKTANZ.....	12
AKTANZ IST KEIN ZIEL. ES IST EIN ANFANG	12
Warum in Aktanz gehen?	12
Drei Aufbrüche in die Aktanz	20
NARRATIVE WÄLDER	29
Am Waldrand: Eine kleine narrative Begriffsklärung	29
Der Hochwald	41
Das narrative Unterholz	46
DIE TANZBÖDEN DER AKTANZ	55
Der erste Tanzboden: Mensch – Welt – Handeln	56
Der zweite Tanzboden: Vernunft – Körper – Emotion	59
2 DIE NEUN RINGE DER AKTANZ	65
HINFÜHRUNG: IN AKTANZ GEHEN	65
DER ERSTE RING: AKTANZ IST BEWEGUNG UND HANDELN – UND HÖREN	67
Experiment 1: Der Story Circle – Erzählräume öffnen	72
Experiment 2: Die Ereigniskurve – wie man Erinnerungen in den Erzählraum holt, ohne gezielt danach zu fragen	79
Experiment 3: Storylistening im (Selbst-)Coaching	84
Experiment 4: Kartografie der Glaubenssätze	87
DER ZWEITE RING: AKTANZ BEDEUTET, LEICHTIGKEIT ZU GEWINNEN	93
Experiment 5: Das Streichkonzert	99
Experiment 6: Raumsprünge	102
Experiment 7: Die einzige mögliche Zukunft herbeizählen ..	105
DER DRITTE RING: AKTANZ BEDEUTET, SPIELERISCH AUF DIE WELT ZU REAGIEREN	112
Experiment 8: Der Hofnarr	116
Experiment 9: Erfinden von Experimenten	119

DER VIERTE RING: AKTANZ BEDEUTET, KONTROLLE ZU LOCKERN	122
Experiment 10: Der Zeitstrahl	131
Experiment 11: Bildwandlung	134
DER FÜNfte RING: AKTANZ BEDEUTET, NARRATIVE INS FLIESSEN ZU BRINGEN	140
Experiment 12: Der Schieberegler	145
Experiment 13: Das narrative Tetralemma	148
Experiment 14: Störnarrative aufweichen und verändern – die A-T-E-Verschiebung	153
Experiment 15: Drei-Ebenen-Fragen – Fällen von Entscheidungen mit Vernunft, Körper und Emotion	157
DER SECHSTE RING: AKTANZ BEDEUTET, HILFREICHES SICHTBAR ZU MACHEN	161
Experiment 16: Tischleindeckdich	167
Experiment 17: Schatzkiste	170
DER SIEBTE RING: AKTANZ BEDEUTET, IDEEN AUS DER LUFT ZU GREIFEN	172
Experiment 18: Der Nebelfänger – wie man Neues aus der Luft greift	177
Experiment 19: Das Rad der Varianten	180
Experiment 20: Zufallsgeschichten	183
DER ACHTE RING: AKTANZ BEDEUTET, IN RESONANZ ZU GEHEN	186
Experiment 21: Weg-Gabelungen	193
Experiment 22: Welten der Resonanz	195
DER NEUNTE RING: AKTANZ BEDEUTET, SICH DIALOGISCH ZU VERNETZEN	197
Experiment 23: Retelling in Aktanz	200
3 MIT AKTANZ IN DIE ZUKUNFT	204
EIN MÖGLICHER PFAD IN DIE AKTANZ	204
Der Aktanz-Canvas	206
WARUM UNSERE ZUKUNFT AKTANZ BRAUCHT	213
SCHLUSSWORT	221
LITERATUR	222
ÜBER DIE AUTOR:INNEN	223