Resonanzmethoden (Erläuterung zu den Methoden als runde sticky notes)

allgemein Achtsamkeitsübungen

Betätigung im Bereich der Kunst

Tanz

Sport, körperliche Bewegung

Übungen zur Körper- und Raumwarhnehmung

Meditation

breathwork

Forumtheater

Waldbaden

deep listening

Aufstellungen / Soziodrama

Spiegeln

Akupunktur

Tiefenentspannung(s-Übungen)/Traumreise

Theory U - Case Clinics

Ins Museum gehen

4D Mapping / Social Presencing Theater

Processwork Embodiement

Flow of Conciousness Schreibfluss

"Arbeit, die wieder verbindet"

Rat holen aus der Zukunft

Das ist ein Ansatz von Joanna Macy (Die Arbeit, die wieder verbindet), der Dankbarkeit spüren, den Schmerz um die Welt wahrnehmen und würdigen, Verbindungen herstellen, Handlungsideen und Ideen, Handeln. M.E. bisher Ressource für alle. K Schritte die Grundlage im Buch "Hoffnung durch Handeln" gibt Macy für alle Schritte viele methodische Anregungen

Gewaltfreie Kommunikation

Gruppe: 2/4/8/ ...Konsensierung

Entautomatisieren Hildegard Kurt

Kraftgang

Brainstorming

Resonanzmapping

Aufstellungen/ Constellations

Vom Beobachten zu Betrachten

Hotspots mappen

stream of consciousness

Solo: Journaling

In Duos: Listening Walk

Felderkundung/ Hospitationen/...

Deep Democracy Gruppenprozess

Open Space

Zwiegespräch

Abhängen im Feld

Sharing / Circeling