

Inhalt

Einleitung – Es war einmal...	5
Dank	10
1. Einführung – Geschichten für die Lösung von Konflikten	11
1.1 Geschichten quer durch Zeit und Raum	12
1.2 Die Wirkungsebenen von Geschichten	14
Äußere Ebene	14
Innere Ebene	15
Zusammenspiel	15
Kollektive Ebene	16
Individuelle Ebene	17
Zusammenspiel	17
Die vier Quadranten	19
1.3 Geschichten und unser Gehirn	25
Der Aufbau unseres Gehirns	25
Konflikte und unser Gehirn	27
Konfliktlösung und unser Gehirn	29
1.4 Geschichten und unsere Energie	32
Energiegeladen oder kraftlos?	33
Energieblockaden	34
»Schmerzkörper«	38
Energie im Konflikt	40
Energie und Geschichten	42
1.5 Funktionen von Geschichten	43
Geschichten entspannen und unterhalten	44
Geschichten ermöglichen Distanz und dienen als Spiegel	44
Geschichten vermitteln und erleichtern die Kommunikation	46
Geschichten normalisieren und dienen als Modell	47
Geschichten erleichtern Perspektivwechsel und regen die Phantasie an	48
Geschichten bleiben im Gedächtnis und wirken nachhaltig	49

2. Praxis und Umsetzung

Der Einsatz von Geschichten zur Konfliktlösung – Anregungen und Praxisbeispiele 51

2.1 Geschichten erzählen, aber wie? 52

Das Einleiten der Geschichte 53

Das Erzählen der Geschichte 54

Häufige Fallstricke 57

Im Anschluss an die Geschichte 58

2.2 Aus dem Leben – Praxisbeispiele 61

Praxisbeispiel 1: Mediation im Familienunternehmen – oder was Hunde und Esel mit Unternehmensnachfolge zu tun haben 62

Praxisbeispiel 2: Ein Teamkonflikt – oder wie der beste Wein zu Wasser wurde 68

Praxisbeispiel 3: Ein Einzelcoaching – oder die Geschichte vom kleinen Tag 73

Praxisbeispiel 4: Storytelling in der Führungsrolle – oder Geschichten von gebrochenen Achsen, stumpfen Äxten und sogenannten Scheinriesen 78

Praxisbeispiel 5: Eine begleitete Verhandlung zwischen Personalrat und Personalleitung – oder was Zauberzwerge und Lammkeulen mit Fusionen zu tun haben 85

3. Hintergrund: Die narrative Lösung von Konfliktgeschichten 91

3.1 Die Konstruktion unserer Wirklichkeit in und durch Geschichten 92

3.2 Der narrative Blick auf Konflikte und Konfliktlösung 93

3.3 Narrative Methoden zur Lösung von Konflikten 96

Externalisierende Konfliktbeschreibung 96

Diskursensibles aktives Zuhören und Fragen 98

Das Bergen »Goldener Momente« 103

3.4 Storytelling als narrative Intervention – Ressourcen und Potential 109

4. Nachschlagewerk: 101 Geschichten für die Konfliktarbeit 113

Verzeichnis der Geschichten 249

Schlüsselwort-Verzeichnis 251

Index 257

Quellenverzeichnis 259

Literaturverzeichnis 265