

Inhalt

Vorwort	10
Für einen guten Start der Lektüre	13
1 Zur Funktion von Konflikten	19
1.1 Konflikte führen Entscheidungen zwischen Alternativen herbei	19
1.2 Konflikte verneinen bestehende Stabilität	23
1.3 Konflikte wandeln bestehende Labilität in Stabilität	25
1.4 Konflikte bearbeiten Kontingenzen	29
2 Zum Eigenleben von Konflikten	33
2.1 Wie Konflikte ein Eigenleben entfalten	33
2.2 Wie Konflikte sich ernähren	38
2.2.1 <i>Wie Konflikte die Art unseres Denkens nutzen</i>	38
2.2.2 <i>Wie Konflikte die Art unseres Fühlens nutzen</i>	40
2.2.3 <i>Wie Konflikte die Art unseres Wollens nutzen</i>	41
2.2.4 <i>Wie Konflikte Rollenvielfalt nutzen</i>	42
3 Zur Formbildung von Konflikten	44
3.1 Wie entsteht ein soziales Konfliktsystem?	44
3.2 Neun Leitunterscheidungen für soziale Konflikte	47
3.2.1 <i>Worauf schaut der Konflikt?</i>	52
3.2.2 <i>Was sieht der Konflikt?</i>	58
3.2.3 <i>Was findet der Konflikt gut?</i>	64
3.2.4 <i>Welchen Kontakt schafft der Konflikt?</i>	71
3.2.5 <i>Wie antwortet der Konflikt?</i>	77
3.2.6 <i>Wie spricht der Konflikt?</i>	82
3.2.7 <i>Woher kommt der Konflikt?</i>	87
3.2.8 <i>Worauf zielt der Konflikt?</i>	92
3.2.9 <i>Wie nutzt der Konflikt Macht?</i>	98
3.3 Was gilt es festzuhalten?	104

4	Zur Regulationskompetenz in Konflikten	110
4.1	Was bedeutet Regulation?	110
4.2	Zwanghaft nett oder zwanghaft aggressiv?	112
4.2.1	<i>Muss ich aggressiv sein?</i>	112
4.2.2	<i>Muss ich nett sein?</i>	114
4.3	Die Regulation des Aufmerkens	116
4.3.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »generalisiert«</i>	116
4.3.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »spezifisch«</i>	117
4.4	Die Regulation des Beschreibens	119
4.4.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »einfältig«</i>	119
4.4.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »vielfältig«</i>	120
4.5	Die Regulation des Bewertens	122
4.5.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »verabsolutiert«</i>	122
4.5.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »unklar«</i>	124
4.6	Die Regulation des Kontakts	125
4.6.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »feindlich«</i>	126
4.6.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »dialogisch«</i>	127
4.7	Die Regulation des Reagierens	129
4.7.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »verneinend«</i>	129
4.7.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »wählend«</i>	130
4.8	Die Regulation des Agierens	132
4.8.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »erkundend«</i>	132
4.8.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »sendend«</i>	134
4.9	Die Regulation des Erklärens	136
4.9.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »linear«</i>	136
4.9.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »zirkulär«</i>	137
4.10	Die Regulation des Abzielens	139
4.10.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »unentschieden«</i>	139
4.10.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »durchsetzend«</i>	141
4.11	Die Regulation des Bemächtigen	143
4.11.1	<i>Regulationskompetenz am Pol »verhandelnd«</i>	143
4.11.2	<i>Regulationskompetenz am Pol »drohend«</i>	145
4.12	Seelische Konfliktkompetenz	147
5	Zur Regulation von Konflikten	153
5.1	Zum Verständnis der Funktion	153
5.2	Zum Verzicht auf Lösungen	156
5.3	Zur Beschreibung der Form	158
5.4	Zur Gewinnung von Spielräumen	167

5.4.1	<i>Die Suche nach Spielräumen in psychischen Mustern</i>	170
5.4.2	<i>Die Suche nach Spielräumen in der Sachdimension</i>	174
5.4.3	<i>Die Suche nach Spielräumen in der Sozialdimension</i>	176
5.4.4	<i>Die Suche nach Spielräumen in der Zeitdimension</i>	180
5.5	Zu den Kosten von Fixierungen	182
5.5.1	<i>Die Suche nach Kosten in den psychischen Mustern</i>	182
5.5.2	<i>Die Suche nach Kosten in der Sachdimension</i>	184
5.5.3	<i>Die Suche nach Kosten in der Sozialdimension</i>	186
5.5.4	<i>Die Suche nach Kosten in der Zeitdimension</i>	187
6	Konflikte schüren und beruhigen lernen	190
	Für einen guten Abschluss der Lektüre	196
	Dank	198
	Literatur	199
	Über den Autor	208