

Inhalt

Zum Geleit: Friedenslinde, Richard von Weizsäcker und die »Blöde Ziege«	11
Eine Gebrauchsanleitung für dieses Buch – anstelle eines Vorworts	14
Erster Teil: Keine Angst vor Theorie	19
1 Die Form des Konflikts	21
1.1 Was ist eigentlich ein Konflikt?	21
1.2 Symmetrie und Komplementarität	30
2 Erwartungen und Erwartungs-Erwartungen	38
2.1 Die Unwahrscheinlichkeit von Ordnung und Verständigung	38
2.2 Wir sind wechselseitig füreinander undurchschaubar	41
2.3 Der Erwartungsbegriff	43
2.4 Erwartungs-Erwartungen	45
2.5 Ein kleiner Seitenblick	47
2.6 Beziehungsstörungen und Metaperspektive	49
2.7 Zwischenfazit	53
3 Empörung: Der Motor des Karussells	54
3.1 Gefühle in der systemischen Therapie	54
3.2 Das Wörtchen »sollte« und der moralische Anspruch	57
3.3 Empörung und Gerechtigkeit	59
3.4 Innere Kontenführung und Gerechtigkeit	62
3.5 Ist Empörung ein Gefühl? Über affektiv-kognitive Eigenwelten	66
3.6 Eine kleine Übung	69
4 Wie weiß die Kommunikation, wohin sie gehört?	71
4.1 Der Kontext bestimmt die Bedeutung	71
4.2 Kontextmarkierung	73
4.3 Polykontextualität	74
4.4 Der Systembegriff der Systemtheorie	76
4.5 Soziale Systeme sind unsichtbar	82

5	Der Erlebensdruck der Kausalität	84
5.1	Die »Brille« Kausalität	84
5.2	Tief in uns angelegte Erkenntnisschemata	86
Zweiter Teil: Karussellfahren – Los geht's!		89
6	Zirkularität und Interpunktion	91
6.1	Wer hat angefangen?	91
6.2	Das Paradox der Vereinfachung	95
7	Enttäuschte Erwartungen	98
7.1	Die Kraft von Erwartungen	98
7.2	Implizite Versprechen: Psychologische Kontrakte	101
7.3	Enttäuschte Erwartungen und die »Tiefengeschichte«	104
7.4	Der implizite Beziehungsvertrag bei Paaren	107
8	Es rumort: Erleben und Selbstwertgefühl	109
9	Der einäugige Blick: Wahrnehmung im Konflikt	119
9.1	Der einseitige Blick (Folge 1): Personenbezogene Zurechnung und Motivunterstellungen	120
9.2	Der einseitige Blick (Folge 2): Wahrnehmungs- verzerrungen	122
	<i>Der fundamentale Wahrnehmungsfehler</i>	122
	<i>Der feindselige Wahrnehmungsfehler</i>	124
9.3	Der einseitige Blick (Folge 3): Absicherung überstabiler Muster	129
9.4	Groupthink: Die Gleichschaltung der Kommunikation	130
9.5	Zwischenfazit	130
10	Dumm, krank, böse: Dämonisierung	132
11	Aufpassen: Gefährliche Gedanken	139
11.1	Der Glaube an den Mythos der Macht	140
11.2	Das Denken in Kategorien von Entweder–Oder	144
11.3	Die Idee der eigenen Überlegenheit und der Andersartigkeit des anderen	145
11.4	Grundmisstrauen, Verschwörung und Heimlichkeit	148
11.5	Die Notwendigkeit der unmittelbaren Reaktion	149
11.6	Versunkene Kosten	150
12	Immer schneller: Hochgeschwindigkeitskommunikation ...	152
13	Das Gedächtnis sozialer Systeme: Die transgenerationale Weitergabe von Konflikten	158

14	Wir haben ein Haustier: Der Konflikt als parasitäres Sozialsystem	164
14.1	Das Konfliktsystem	165
14.2	Demoralisierung	168
15	Keinen Schritt weiter: Die apokalyptischen Reiter und der Abgrund	170
15.1	Die neun Stufen der Eskalation	170
15.2	Die apokalyptischen Reiter	175
Dritter Teil: Wege im Konflikt – Der mögliche Ausstieg		183
16	Rehabilitierung der Empörung	186
17	Wer herrscht, wenn Krieg herrscht? Gedanken über das Management von Konflikten	190
18	»Consciousness raising«, Entautomatisierung und Selbstarbeit	194
18.1	Die Kunst der unerwarteten Antwort	195
18.2	Die Erste-Hilfe-Pause	200
18.3	»Weder zu viele noch zu wenige Worte!«	201
18.4	Dem Sog der Dämonisierung widerstehen	203
18.5	Sprachliche Sorgfalt	204
18.6	Symbolische Gesten und gute Momente	205
18.7	Bedauern	208
19	Positionen und Interessen: »Wofür ist Ihnen das wichtig?«	210
20	Die Balkonperspektive und der blinde Fleck	213
20.1	Selbstbeobachtung	213
20.2	Das Karussell der Erwartungen	214
20.3	Reflektierendes Team	216
20.4	Reflektierende Positionen	217
21	Das »dritte Element«	220
21.1	Eine Person oder ein Prinzip als »das Dritte«	220
21.2	Die Bedeutung einer großen Geste	223
Vierter Teil: Zehn Empfehlungen für den Umgang mit Konflikten		227
Literatur		230
Stichwortverzeichnis		243