

# Inhalt

Zum Geleit: Friedenslinde, Richard von Weizsäcker und die »Blöde Ziege« .....	11
Eine Gebrauchsanleitung für dieses Buch – anstelle eines Vorworts .....	14
<hr/>	
<b>Erster Teil: Keine Angst vor Theorie</b>	19
<hr/>	
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 für einander und durchschaubar .....	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 Polykontexturalität .....	74
4.4 Der Systembegriff der Systemtheorie .....	76
4.5 Soziale Systeme sind unsichtbar .....	82

---

<b>5</b>	<b>Der Erlebensdruck der Kausalität .....</b>	<b>84</b>
5.1	Die »Brille« Kausalität .....	84
5.2	Tief in uns angelegte Erkenntnisschemata .....	86
<b>Zweiter Teil: Karusselfahren – Los geht's!</b>		<b>89</b>
<b>6</b>	<b>Zirkularität und Interpunktions .....</b>	<b>91</b>
6.1	Wer hat angefangen? .....	91
6.2	Das Paradox der Vereinfachung .....	95
<b>7</b>	<b>Enttäuschte Erwartungen .....</b>	<b>98</b>
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
<b>8</b>	<b>Es rumort: Erleben und Selbstwertgefühl .....</b>	<b>109</b>
<b>9</b>	<b>Der einäugige Blick: Wahrnehmung im Konflikt .....</b>	<b>119</b>
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 überstabilier Muster .....	129
9.4	Groupthink: Die Gleichschaltung der Kommunikation .....	130
9.5	Zwischenfazit .....	130
<b>10</b>	<b>Dumm, krank, böse: Dämonisierung .....</b>	<b>132</b>
<b>11</b>	<b>Aufpassen: Gefährliche Gedanken .....</b>	<b>139</b>
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
<b>12</b>	<b>Immer schneller: Hochgeschwindigkeitskommunikation ..</b>	<b>152</b>
<b>13</b>	<b>Das Gedächtnis sozialer Systeme: Die transgenerationale Weitergabe von Konflikten .....</b>	<b>158</b>

<b>14 Wir haben ein Haustier: Der Konflikt als parasitäres Sozialsystem .....</b>	<b>164</b>
14.1 Das Konfliktystem .....	165
14.2 Demoralisierung .....	168
<b>15 Keinen Schritt weiter: Die apokalyptischen Reiter und der Abgrund .....</b>	<b>170</b>
15.1 Die neun Stufen der Eskalation .....	170
15.2 Die apokalyptischen Reiter .....	175
<b>Dritter Teil: Wege im Konflikt – Der mögliche Ausstieg</b>	<b>183</b>
<b>16 Rehabilitierung der Empörung .....</b>	<b>186</b>
<b>17 Wer herrscht, wenn Krieg herrscht? Gedanken über das Management von Konflikten .....</b>	<b>190</b>
<b>18 »Consciousness raising«, Entautomatisierung und Selbstarbeit .....</b>	<b>194</b>
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
<b>19 Positionen und Interessen: »Wofür ist Ihnen das wichtig?«</b>	<b>210</b>
<b>20 Die Balkonperspektive und der blinde Fleck .....</b>	<b>213</b>
20.1 Selbstbeobachtung .....	213
20.2 Das Karussell der Erwartungen .....	214
20.3 Reflektierendes Team .....	216
20.4 Reflektierende Positionen .....	217
<b>21 Das »dritte Element« .....</b>	<b>220</b>
21.1 Eine Person oder ein Prinzip als »das Dritte« .....	220
21.2 Die Bedeutung einer großen Geste .....	223
<b>Vierter Teil: Zehn Empfehlungen für den Umgang mit Konflikten</b>	<b>227</b>
<b>Literatur .....</b>	<b>230</b>
<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>243</b>