

Forum 5

Mit Geschichten zur Klärung geleiten – Storytelling in Mediation und Güteverfahren

Referentin:

Dr. Hanna Milling begleitet als Mediatorin, Klärungshelferin und Coach Menschen und Organisationen bei der Lösung von Konflikten. Als Ausbilderin, Trainerin und Dozentin lehrt sie seit bald 20 Jahren die Kunst der Konfliktlösung im In- und Ausland. Hanna Milling lehrt an verschiedenen Universitäten in Deutschland, leitete viele Jahre die Mediationsausbildung der Alice Salomon Hochschule in Berlin und ist Autorin des Buches „Storytelling. Konflikte lösen mit Herz und Verstand“ (Zweite erweiterte Auflage 2020, Wolfgang Metzner Verlag). Weitere Informationen unter www.hannamilling.de

Hanna Milling führte die Teilnehmenden in die Welt des bewussten Geschichtenerzählens und deren wissenschaftliche Hintergründe.

Sie zeigte die Wirkung der Geschichten an Beispielen (siehe aufgelistete Literatur).

„Geschichten helfen Kindern einzuschlafen und Erwachsenen aufzuwachen.“

Neurowissenschaftlich laufen emotionale Reaktionen viel schneller ab als die Kognitiven. Der Verstand setzt erst viel später ein. Das Kognitive ist eine sekundäre Fähigkeit und bildet die Ebene des Äußeren. Die Ebene des Inneren ist das ganzheitliche Erfassen, die Empathie, die Intuition.

Drei interessante **Erkenntnisse** aus der Neurowissenschaft im Stammhirn:

1. Reaktionsgeschwindigkeit
2. Zustandsabhängiges erinnern und Denken - Zustand schaffen, der positives Denken ermöglicht
3. Voraussetzung für Verhaltens- und Haltungsänderungen – man braucht Zustimmung vom kortikalen System

Bewusstes Denken ist im Hirn isoliert, es gibt keine Brücke zwischen dem Stammhirn und dem limbischen System – zum Stammhirn kommen wir nur über den Körper, dieses wird erreicht über Symbole und Bilder. Die Klärungshilfe bedient sich daher des Bildermalens.

Alternativ:

„Geschichten sind in Sprache gegossene Bilder“ und sprechen als Medien alle 3 Ebenen an: Kopf – Herz - Bauch

Geschichten können wir aus dem eigenen Erleben erzählen, unter Stichworten im Internet finden, die KI befragen, Bücher verwenden oder im Buch von Hanna Milling nachschlagen.

Funktionen von Geschichten:

- Entspannungsfunktion
- Spiegel- und Distanzierungsfunktion
- Phatische Funktion
 - Erleichterung der Kommunikation
 - Veranschaulichungsfunktion
 - Mediatorfunktion
- Perspektivwechsel/ Perspektivenerweiterung
- Anregung der Phantasie und von ganzheitlichem Denken (primäre Fähigkeiten)
- Normalisierungsfunktion / Entschämen
- Speicherfunktion

Wie **setzen** wir Geschichten **ein**?

- Spontan und intuitiv
- Vor Lösung - Schlüsselwort, bewusst einsetzen

Möglicher Einleitungssatz: „Es ist eine ganz kurze Geschichte“

Geschichten erzählen, aber wie?

Der Geschichtenerzähler lässt Bilder und Gefühle entstehen und lebendig werden!

Was hilft dabei?

- Lebendige Gestik und Mimik
- Multisensorische Sprache
- Variierendes Sprechtempo
- Pausen

Der Geschichtenerzähler lässt sich selbst auf die Bildwelt ein

Wichtig: Geschichtenerzähler muss eingetaucht sein, es muss ihm selbst auch ein bisschen unter die Haut gegangen sein.

Er kann danach fragen: „Jetzt haben Sie die Geschichte gehört. Was geht Ihnen durch den Kopf und den Bauch?“ Alternativ kann eine Pause eingesetzt werden

Mögliche Antwort auf Kritik: „Ach so sehen Sie das“. „Sagen Sie mal...“ Es wird nichts gerechtfertigt, Distanz bleibt erhalten

Haltung beim Erzählen

- Offenheit
- Empathie
- Ohne moralisierende Zuschläge

Intuition

- Bei Auswahl der Geschichte und Zeitpunkt des Erzählens
- Bei Art und Weise des Erzählens

ICH BIN NICHT DIE GESCHICHTE !

Spielarten des Storytelling

- Märchen, Legenden, Fabeln, Weisheitsgeschichten, frei erzählen oder vorlesen
- Kontextbezogene Anpassung
- Eigene Erlebnisse und Erfahrungen als Geschichte
- Erfundene Geschichten

SICH SELBST IN DIE GESCHICHTE BEGEBEN

Weitere **Literaturempfehlung:**

BUCAI, Jorge 2007 Komm, ich erzähle Dir eine Geschichte Fischer Verlag
Frankfurt / Main

WATZKE, Ed 2008 Wahrscheinlich hat diese Geschichte gar nichts mit Ihnen zu tun Forum Verlag, Godesberg

Silke Kreter