

Hans Heß (Hrsg.)

# Erzählbar

**111 Top-Geschichten für den professionellen Einsatz in Seminar und Coaching**

managerSeminare Verlags GmbH, Edition Training aktuell

## Vorwort

von Dr. Hamid Peseschkian und Dr. Nawid Peseschkian

*„Ein Bild sagt mehr als tausend Worte.“*

Im Westen erschien 1921 erstmalig in einer englischen Zeitschrift eine Anzeige mit diesem Slogan. Seitdem können wir uns Werbung und Marketing ohne Bilder nicht mehr vorstellen. Bilder haben unser Leben verändert – auch und gerade im beruflichen Bereich.

Wir verwenden heute verschiedene Begriffe für „Bilder“: Sprachbilder, Geschichten, Märchen, Metaphern, Sprüche, Sprichwörter, Lebensweisheiten – meinen aber im Grunde dasselbe. Physiologisch wissen wir heute, dass Bilder unsere rechte Gehirnhälfte und Texte die linke Hirnhälfte ansprechen. Durch den geschickten Einsatz von Sprachbildern und Geschichten können wir beide Hirnhälften ansprechen, Information besser speichern und auch Lösungsmöglichkeiten mit Verstand und Gefühl finden.

In der Psychotherapie, in der Beratung und im Coaching verwenden wir Therapeutinnen und Therapeuten seit Jahren solche Sprachbilder, wohl vertraut mit den vielfältigen (therapeutischen und heilenden) Funktionen von Geschichten. Nossrat Peseschkian hat als Begründer der Positiven Psychotherapie als einer der Ersten die, wie er selbst beschrieb, „Verknüpfung von Weisheiten und intuitiven Gedanken des Orient mit den neuen psychotherapeutischen Methoden des Okzident“ vollzogen. In seinem Bestseller „Der Kaufmann und der Papagei“ – 1979 erschienen und mittlerweile unverändert über 30 Mal aufgelegt – spricht Nossrat Peseschkian von ca. neun Funktionen von Geschichten, wie beispielsweise Traditionsvermittler, Regressionshilfe, Depotwirkung und andere.

Wer die Möglichkeit hatte, Nossrat Peseschkian auf einem Vortrag zu erleben, konnte die Wirksamkeit (an sich selbst) erfahren: Innerhalb weniger Minuten verstand es Nossrat Peseschkian, auch das schwierigste Publikum für sich und das Thema so zu begeistern, dass wir noch Jahre und gar Jahrzehnte später von Menschen angesprochen werden, die sich an eine Spruchweisheit von damals erinnern und vor allem berichten, dass diese oder jene Geschichte ihr Leben nachhaltig verändert hat.

Unsere alltägliche Arbeit mit Patienten und Klienten aller Altersgruppen zeigt, dass durch die Verwendung von Sprachbildern und Geschichten die Wirksamkeit einer Psychotherapie erhöht und ihre Dauer verkürzt werden kann. Auch mit heterogenen Gruppen, insbesondere mit Menschen unterschiedlicher kultureller Hintergründe, sind die Geschichten immer wieder ein Garant für eine erfolgreiche Präsentation oder Beratung. Dass immer noch viele Therapeuten, Trainer und Berater kaum solche Sprachbilder verwenden, ist ein großer Wettbewerbsvorteil für diejenigen, die über ihre Wirksamkeit wissen. Anfänglich bedarf es des Mutes, Sprachbilder und Geschichten in die eigene Arbeit einzubeziehen, aber Sie werden sehr schnell merken, wie diese Bilder unmittelbar und auch auf längere Sicht wirken.

Wir wünschen diesem Buch viel Erfolg und den Leserinnen und Lesern, dass die Verwendung und der Einsatz von Sprachbildern zur „zweiten“ Natur wird – und sie nicht nur erfolgreicher in ihrem Beruf werden, sondern auch vielen Menschen hierdurch Hilfe, Unterstützung, Führung und innere Transformation im eigenen persönlichen Leben bieten können. Getreu dem Motto: „Wenn du eine hilfreiche Hand brauchst, so suche sie am Ende deines eigenen Armes.“

Mainz und Wiesbaden, im September 2011

Dr. med. habil. Hamid Peseschkian und Dr. med. Nawid Peseschkian  
Peseschkian-Stiftung (IAPP), [www.peschkian-stiftung.de](http://www.peschkian-stiftung.de)



## Inhalt

|                                            |           |                                           |    |                                              |     |
|--------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------|----|----------------------------------------------|-----|
| Vorwort .....                              | 3         | Das Stockdale-Paradoxon .....             | 48 | Die gute Fee hat Bauchweh .....              | 100 |
| Alles beginnt mit einer Idee .....         | 6         | Das tote Kind .....                       | 50 | Die Herrlichkeit der Welt .....              | 102 |
| Geschichten werden lebendig .....          | 7         | Das Zitronensorbet .....                  | 52 | Die Jahreszeitengeister .....                | 104 |
| Erzähler, die bewegen .....                | 9         | Delegation nicht möglich .....            | 54 | Die Kraft der Überzeugung .....              | 106 |
| <b>111 Top-Geschichten</b> .....           | <b>11</b> | Der angekettete Elefant .....             | 56 | Die Stoffler .....                           | 108 |
| Schnellfinder .....                        | 12        | Der Beduine und sein Kamel .....          | 58 | Die Tür .....                                | 110 |
| Achten Sie auf die Grenzen .....           | 20        | Der chinesische Bauer .....               | 60 | Die umstrittene Zitrone .....                | 112 |
| Arme Leute .....                           | 22        | Der Fluss .....                           | 62 | Die Wahrheit und das Märchen .....           | 114 |
| Auf Safari .....                           | 24        | Der Fuchs, der nicht fliegen konnte ..... | 64 | Die Wurzeln des Bambusbaums .....            | 116 |
| Bei Verhandlungen siegen die Gefühle ..... | 26        | Der Hühneradler .....                     | 66 | Drei Brüder .....                            | 118 |
| Bohnen und Speck .....                     | 28        | Der kleine Baum .....                     | 68 | Eiergarzeitwaage .....                       | 120 |
| Botschaft des Weisen .....                 | 30        | Der kluge Wolf .....                      | 70 | Ein Mann aus Neu Delhi .....                 | 122 |
| Da wusste ich ja auch noch nicht ... ..    | 32        | Der Maßnahmenplan .....                   | 72 | Eine Biografie, die nachdenklich macht... .. | 124 |
| Das Ei des Christopher Columbus .....      | 34        | Der optimistische Königsberater .....     | 74 | Eine nicht perfekte, aber                    |     |
| Das Fest fällt ins Wasser .....            | 36        | Der reiche Mann und der Schuster .....    | 76 | exzellente Geschichte .....                  | 126 |
| Das Geheimnis der Zufriedenheit .....      | 38        | Der Ring des Königs .....                 | 78 | Empfangsstörungen .....                      | 128 |
| Das Glas der Zeit .....                    | 40        | Der Träumer .....                         | 80 | Entlein und Schwan .....                     | 130 |
| Das Luxusbad .....                         | 42        | Der Violinenspieler .....                 | 82 | Es ist bereits Vergangenheit .....           | 132 |
| Das Märchen von der Insel .....            | 44        | Der Weg der Meeresschildkröte .....       | 84 | Fahrradtour .....                            | 134 |
| Das Rucksackland .....                     | 46        | Der Zauberbaum .....                      | 86 | Frag doch einfach .....                      | 136 |
|                                            |           | Die 100-Prozent-Lösung .....              | 88 | Fünf Kapitel .....                           | 138 |
|                                            |           | Die Forschungskarawane .....              | 90 | Gedanke des Tages .....                      | 140 |
|                                            |           | Die Frage nach dem rechten Ziel .....     | 92 | Gefühl steht über Wissen .....               | 142 |
|                                            |           | Die gelbe Tüte .....                      | 94 |                                              |     |
|                                            |           | Die größte Kraft des Universums .....     | 96 |                                              |     |
|                                            |           | Die gute Fee .....                        | 98 |                                              |     |



|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| Himmel und Hölle .....                    | 144 |
| Höhenflug .....                           | 146 |
| Hot Dog – schlechte Wirtschaftslage ..... | 148 |
| Huch, wo bin ich hier? .....              | 150 |
| Ich erzähle Ihnen eine Geschichte .....   | 152 |
| Ich habe es nicht gewusst .....           | 154 |
| Ist doch klar .....                       | 156 |
| <br>                                      |     |
| Jeder Traum braucht einen Bären .....     | 158 |
| <br>                                      |     |
| Kater Simba .....                         | 160 |
| Klara, das Huhn .....                     | 162 |
| <br>                                      |     |
| Lammkeule .....                           | 164 |
| Lernen ist selbstbestimmt .....           | 166 |
| Liebe Eltern .....                        | 168 |
| Löwe und Stiere .....                     | 170 |
| <br>                                      |     |
| Mehr Sein als Schein .....                | 172 |
| Michael und der Kreativitätswampir .....  | 174 |
| <br>                                      |     |
| Neues, altes Land .....                   | 176 |
| Nie mehr geglaubt, immer gehofft .....    | 178 |
| Noch nicht! .....                         | 180 |
| <br>                                      |     |
| Opas bester Freund .....                  | 182 |

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| Perfekte Kommunikation .....             | 184 |
| Prägende Erfahrung .....                 | 186 |
| <br>                                     |     |
| Reise in ein geteiltes Land .....        | 188 |
| Reisende .....                           | 192 |
| Rosa Dorn oder: Wie der Wandel gelingt.. | 194 |
| <br>                                     |     |
| Säge schärfen .....                      | 196 |
| Sarah und das Gedächtnis .....           | 198 |
| Sarahs Rätsel .....                      | 200 |
| Sauerstoffmaske .....                    | 202 |
| Seesterne retten .....                   | 204 |
| Sehen, wie ich fliege! .....             | 206 |
| Sprung in der Schüssel .....             | 208 |
| Spuren im Schnee .....                   | 210 |
| Süße Überzeugung .....                   | 212 |
| <br>                                     |     |
| Taxi, Taxi ... ..                        | 214 |
| <br>                                     |     |
| Über die Anstrengung, böse zu sein ..... | 216 |
| <br>                                     |     |
| Von einem, der den Berg bestieg .....    | 218 |
| <br>                                     |     |
| Was ist ein Gummibärchen? .....          | 220 |
| Weiße Bohnen des Glücks .....            | 222 |
| Wer hat Schuld? .....                    | 224 |

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| Werten .....                            | 226 |
| Wie ein Kind laufen lernt .....         | 228 |
| Wie kommt die Kuh vom Eis? .....        | 230 |
| Wie viel wiegt eine Schneeflocke? ..... | 232 |
| Wir gehen in den Zoo .....              | 234 |
| Wir ziehen weiter .....                 | 238 |
| <br>                                    |     |
| You have reached your destination ..... | 242 |
| <br>                                    |     |
| Zwei Brüder .....                       | 244 |
| Zwei Wölfe .....                        | 246 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| Happy End ..... | 248 |
|-----------------|-----|

|                                                                 |            |
|-----------------------------------------------------------------|------------|
| <b>77 Erzählerinnen und Erzähler<br/>stellen sich vor .....</b> | <b>251</b> |
|-----------------------------------------------------------------|------------|



## Alles beginnt mit einer Idee

*„Geschichten sind wichtig, denn sie sind immer wahr. Für den, der sie erzählt, und für den, der aufmerksam zuhört.“*

Aus: „Drachengift. Magische Geschichten“  
von Sabine Franz

„Papa, erzähl mir eine Geschichte ...“ – Ich glaube, dieser Satz meiner Söhne Nico und Bastian war der Auslöser zu diesem Buch. Geschichten begleiten uns unser ganzes Leben. Wir liebten sie als Kind, lesen sie als Eltern gerne vor, die Helden faszinieren, die Handlung fesselt uns. Wir kämpfen gegen Drachen, jagen Räuber, zaubern als Fee und werden zum Prinz oder zur Prinzessin. Wir lachen mit den Akteuren, weinen, leiden und freuen uns mit ihnen. Wir drehen unseren eigenen Film, der sich mit unserem Wissen, mit unseren Erfahrungen und Gedanken verknüpft und eigene Gefühlsszenarien auslöst. Ist die Geschichte gut, wird sie uns spannend „präsentiert“, sind wir hoch konzentriert und wollen wissen, was passiert und wie sie ausgeht.

Eines Nachts lag ich wach im Bett und die unterschiedlichsten Gedanken schossen mir durch den Kopf. Irgendwann dachte ich an eine bewegende Seminargeschichte, die ich vor ein paar Tagen erzählt hatte. Ich dachte daran, wie ich in meiner Ausbildung die ersten Geschichten gehört habe und wie sie mich als Trainer und Coach selbst begleiteten. Wie oft habe ich schon gehört: „Herr Heß, ich muss noch oft an die Geschichte XY denken und jedesmal ...“ – dann verknüpfen die Teilneh-

mer noch Jahre später die Geschichte mit einem Thema, was mich zum Schmunzeln bringt.

Ja – genau, das ist es! Ich dachte an meine Buchidee, die ich seit ein paar Monaten mit mir herumtrug, und dann kam dieses Wort: „Erzählbar.“ Da wusste ich – JETZT ist die Zeit reif! Ich stand auf, setzte mich an den Tisch und schrieb die Ideen auf. Am nächsten Morgen rief ich beim Verlag managerSeminare an. Kurze Zeit darauf konnte ich 77 liebe Kolleginnen und Kollegen für die Idee einer Geschichtensammlung begeistern.

Der Rest ist Geschichte ...





## Geschichten werden lebendig

*„Worte sind dazu da, Ideen zu vermitteln, aber wenn du die Idee verstanden hast, vergiss die Worte.“*

Dschuang Dse

Wie könnte ich dieses Buch besser einleiten, als mit einer Geschichte:

*Ein weiser Mullah wollte einen Vortrag in einer riesengroßen Moschee halten. Zur geplanten Zeit war nur ein Zuhörer da. Der Mullah wartete und wartete. Als jedoch niemand mehr kam, wusste er nicht, was er machen sollte, und so fragte er den einen Zuhörer:*

*„Ich habe so viel Weisheit zu erzählen, soll ich nun beginnen oder nicht?“ Der Zuhörer antwortete: „Oh Herr, ich bin nur ein einfacher Pferdeknecht, aber wenn ich in den Stall gehe, um die Pferde zu füttern, und es ist nur ein einziges Pferd da, werde ich ihm Futter geben.“*

*Der Mullah erzählte und redete sehr, sehr lange. Am Ende fragte er den Pferdeknecht: „Na, guter Mann, wie hat es dir gefallen?“ Dieser antwortete: „Oh Herr, ich bin nur ein einfacher Pferdeknecht, aber wenn ich in den Stall gehe und es ist nur ein einziges Pferd da, werde ich ihm nicht das ganze Futter für alle Pferde geben, die in meinem Stall Platz haben.“*

Dies war eine der ersten Geschichten, die ich in meiner Trainerausbildung 1989 hören durfte. Dr. Angelika Hamann von der dta, der ich an dieser Stelle herzlich für ihre Geschichten danke, hatte sie vorgelesen aus dem Buch „Der Kaufmann und der Papagei“ von Prof. Dr. Nossrat

Peseschkian. Die Geschichte ist mittlerweile ziemlich verbreitet – und doch immer noch aktuell. Zeigt sie uns doch, wie schnell gerade wir Trainer, Coachs, Redner, Präsentatoren in Versuchung kommen können, unser Wissen in langen Monologen zu unterbreiten. Sie kann uns als Mahnung dienen, eine gründliche Analyse durchzuführen, uns mit der Zielgruppe zu beschäftigen und Kontakt mit unseren Teilnehmern, Klienten, Zuhörern und Mitmenschen zu halten. Aus einer anderen Perspektive betrachtet, spiegelt sie uns die Hierarchien und die damit verbundenen Rollen und Erwartungen wider.

Geschichten sorgen für Aha-Momente, sind nachhaltige Anker, knüpfen an Erfahrungen an und sorgen für nachdenkliche Augenblicke. Seminare, Workshops, Vorträge und Präsentationen werden durch sie belebt, Coachings intensiviert, Inhalte greifbarer und anschaulicher vermittelt. Sie sind emotionale Transporteure komplexer oder abstrakter Botschaften. Worte finden den Weg vom Kopf zum Herzen in den Bauch und wieder zurück in den Kopf, wo sie einen Prozess auslösen.

Geschichten sind so alt wie diese Welt. Der Beruf des Erzählers ist uralte, war und ist in vielen Kulturen zu allen Zeiten hoch angesehen. Wer einmal in Marrakesch auf dem „Jemaa el Fnaa“, dem Gauklerplatz, einem Erzähler zugehört und die Menschenmenge um ihn herum beobachtet hat, spürt, welche Faszination davon ausgeht.

Geschichten transportieren Worte, die Bilder und Gefühle erzeugen, sie inspirieren und lassen Freiräume, um im „Kopfkino“ den eigenen Film entstehen zu lassen. Doug Stevenson beschreibt es in seinem Buch „Story Theater“ so: „Die Geschichte transportiert eine intellektuelle Idee in die wirkliche Welt, sodass sie die Menschen verstehen. Sie hilft Mitarbeitern, ein abstraktes Konzept wirklich zu begreifen.“

Wir kennen alle den (meist enttäuschenden) Effekt, wenn wir ein Buch gelesen haben und uns dann die Verfilmung anschauen. Unser eigener Film, die eigene Interpretation der gelesenen Worte, unsere eigene Wirklichkeit war besser! Vielleicht ist gerade dieser Umstand ein wichtiger Grund, warum Geschichten eine große Nachhaltigkeit besitzen. Oft können sich noch Jahre später Menschen (Teilnehmer) an Geschichten erinnern sowie an Orte oder Personen, die damit im Zusammenhang standen, genauso wie an Themen, die sie damit verbinden. Der „eigene Film“ verbindet Synapsen, die uns merken lassen.

Nutzen Sie dieses Phänomen als Erzähler, verbinden Sie Ihre Inhalte, Ihre Ideen und Konzepte mit Geschichten. Dann wird aus „Erzählbar“ automatisch „Lern- und Merkbar“. Was ist das Wertvolle der Geschichten? Wie wirken sie? Wie verstärke ich sie? Das Buch soll Sie dabei unterstützen, mehr und mehr Geschichten in Ihr Arbeitsleben einzubauen, um Ihre „Botschaften“ lebendiger zu transportieren.

Die Wirkung einer Geschichte ist abhängig von der Zielgruppe, dem Thema, dem richtigen Zeitpunkt, der Dramaturgie – und von Ihnen. Durch Geschichten können sich Wissensteile, Empfindungen, Gedanken wie Teile eines Puzzles zu einem Gesamtbild zusammenfügen. Geschichten lösen je nach Lebenslage ein „Wow“-Gefühl, ein kleines Lächeln oder ein nachdenkliches Stirnrunzeln aus. Sie können sich jedoch sicher sein, sie lösen etwas aus! Und wenn sie etwas auslösen, regen sie zum Nachdenken an, was wiederum lernen lässt. Damit schließt sich der Kreis.

Bereits bei der Planung einer Seminarmaßnahme, bei der Vorbereitung eines Vortrags oder dem Designen einer wichtigen Präsentation sollten Sie Geschichten einplanen. Sie können ein tolles Intro sein, um die

Zuhörer wachzumachen und sie in Ihren Bann zu ziehen. Sie sollten passgenau ausgewählt sein, um Ihre Botschaften zu unterstützen. Hinweise dazu finden Sie in der Übersicht und bei den Geschichten selbst. Erschaffen Sie sich ein eigenes Repertoire, je mehr Sie erzählen, desto spontaner werden Sie Geschichten auch situationsbedingt einsetzen.

Die „Erzähl-Bar“ ist nun eröffnet! Das vielfältige Angebot an Geschichten in diesem Buch wird Ihnen von erfahrenen Trainern, Beratern und Coachs präsentiert. Diese Vielfalt macht den Reiz des Buches aus – für jeden Geschmack und (fast) jeden Anlass ist etwas dabei. Die hier vorgestellten Geschichten lassen sich ganz unterschiedlich einsetzen: Einige sind besonders gut geeignet, um sie situativ anzubringen, etwa, wenn Sie ein bestimmtes Verhaltensmuster in der Gruppe bemerken und dies thematisieren möchten. Andere wiederum erklären abstrakte Modelle, bieten eine Steilvorlage für Selbst-Reflexionen oder schaffen einen versöhnlichen Seminausklang.

Anregungen zur Arbeit mit den erzählten Geschichten erhalten Sie in den Profi-Hinweisen, die sich jeder Geschichte anschließen. Dort erfahren Sie, in welchem thematischen Kontext Sie die Geschichte aufgreifen können und mit welchen Requisiten Sie der Geschichte zu noch mehr Wirkung verhelfen. Sie erhalten Vorschläge zu passenden Reflexionsfragen und bekommen praktische Empfehlungen zum Einsatz der Erzählung.

Eventuell kennen Sie schon die eine oder andere Geschichte, dann möchten wir Sie animieren, die verschiedenen Botschaften und Facetten, die uns die Geschichten geben können, neu zu entdecken, sie mit anderen Augen zu lesen und aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten.



## Erzähler, die bewegen

*„Seit Anbeginn der Zeit haben Geschichtenerzähler ihre Zuhörer mit ihren Worten verzaubert. Doch es gibt eine noch seltenere Gabe. Einige von ihnen können, indem sie die Geschichten vorlesen, Romanfiguren zum Leben erwecken, aus den Büchern und Geschichten heraus und in unsere Welt hinein.“*

Aus „Tintenherz“ von Cornelia Funke

Ein Erzähler haucht den Worten Leben ein. – Ich möchte an dieser Stelle keine Rhetorik-Tipps geben, sondern mit einem Zitat die Haltung verdeutlichen, aus der heraus eine Geschichte lebendig wird.

*„Das Verständliche an der Sprache ist nicht das Wort selbst, sondern Ton, Stärke, Modulation, Tempo, mit denen eine Reihe von Worten hintereinander gesprochen wird.“*

*Kurz, die Musik hinter den Worten, die Leidenschaft hinter dieser Musik, die Person hinter dieser Leidenschaft.*

*Alles das also, was nicht geschrieben werden kann.“*

Der deutsche Philosoph und Dichter Friedrich Nietzsche hat die Wirkung von Geschichten mit diesem Zitat toll ausgedrückt. Glauben Sie an die Wirkung von Geschichten! Denken Sie an die Botschaft, an die Kraft, die von Ihrer Geschichte ausgeht, und tragen Sie diese mit der nötigen Begeisterung und Leidenschaft vor, dann kommt die „Vertonung“ fast wie von selbst. Schauen Sie den Teilnehmern in die Augen und Sie werden sehen, ob die durch Sie transportierte Geschichte ankommt.

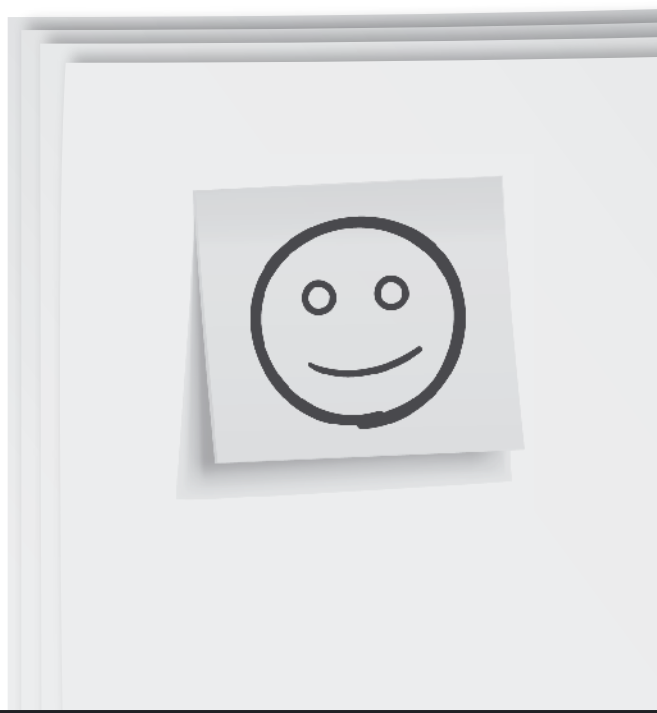
Die Erzählung, die Inszenierung sollte ohne großen Aufwand, jedoch mit großer Wirkung erfolgen. Hier sollten Sie Ihren eigenen Stil finden. Auch müssen Sie die Geschichten nicht auswendig gelernt haben, Sie müssen nur wissen, wo Sie sie finden. Sie können Ihre Geschichten im Buch „Erzählbar“ mit farbig unterschiedlichen Post-its markieren, dies ist eine Möglichkeit. Ich mache mir im Vorfeld Kopien von den Geschichten, die zum Thema passen könnten, oder lege mir auf meinem iPad eine Liste an. Für beide Varianten nutze ich alte Bücher vom Flohmarkt, vom „modernen Antiquariat“. Sie sind groß und schön wie ein Märchenbuch mit Gebrauchsspuren. Ich klebe meine kopierten Geschichten in das Buch und lese dann daraus vor. Ein zweites Buch habe ich mittlerweile so präpariert, dass mein iPad hineinpasst, dafür habe ich Seiten verklebt und ausgeschnitten. Es wirkt sehr gut, wenn man im Seminar aus einem „Wälzer“ vorliest.

Requisiten verstärken die Geschichten oft durch den visuellen Anker, den sie erzeugen. Sie sind in den einzelnen Geschichten sehr gut beschrieben. Was jedoch immer wieder einen Aufmerksamkeitspunkt setzt, ist ein Sessel oder ein besonderer Stuhl aus dem Hotel oder der Bildungseinrichtung; auch ein Sitzkissen ist möglich, ganz nach Ihrem persönlichen Geschmack. Das ist Ihr Erzählplatz, wo Ihre Geschichten lebendig werden. Die Teilnehmer wissen, jetzt kommt eine Geschichte. Schauen Sie sich um oder fragen Sie nach einem besonderen Stuhl, einem Sessel für den Raum.

Und nun viel Spaß, bewegende Momente und nachhaltigen Erfolg mit den Geschichten.

Ihr Hans Heß







# **111 Top-Geschichten**

**für den professionellen Einsatz in Seminar und Coaching**

## Perfekte Kommunikation

von Margit Hertlein

Am Rande eines kleinen Dorfes saßen an einem lauen Sommerabend zwei Frauen in ihren Schaukelstühlen auf der Veranda vor ihrem Haus.

Während sie gemütlich schaukelten, lauschte die eine dem Gospelchor, der in der Kirche übte. Der Chor probte gerade „He’s got the whole world in his hands“, eines ihrer Lieblingslieder. Sie blickte nach links die Straße entlang, wo sie das Licht durch die bunten Glasfenster der kleinen Kirche schimmern sah und sagte zu ihrer Freundin: „Ist das nicht die schönste Musik, die es gibt?“

Die Freundin, die rechts von ihr saß, blickte auf die Felder an der rechten Seite des Hauses und hörte die Grillen, die in der Dämmerung zirpten. Selig lächelnd schaukelte sie hin und her, den Blick auf die Felder gerichtet, und sagte: „Ja, das ist eine herrliche Musik. Und wenn man bedenkt, dass sie die Musik machen, indem sie ihre Hinterbeine aneinander reiben – unglaublich.“





## Thematischer Kontext

- ▶ Persönliche Entwicklung und Reflexion
- ▶ Veränderung und Perspektivenwechsel
- ▶ Wahrnehmung und Akzeptanz
- ▶ Kommunikation und Gesprächsführung



## Unterstützung, Begleitung, Verstärkung

Lied: „He’s got the whole world in his hands“ und Grillenzirpen (gibt es auf CD oder für den mp3-Player). Geräusche an den passenden Stellen einspielen. Schaukelstuhl im Hotel, eine schöne Requisite und ein „Anker“ im Seminarraum. Als Poster- oder Flipchart-Motiv eignen sich: Schaukelstuhl, Gospelchor, Grille ...

Aktivität (nur für Seminarleiter/-innen mit Bühnentalent und -lust): Teilen Sie Ihre Teilnehmer in zwei Gruppen. Geben Sie den jeweiligen Gruppen vor dem Erzählen der Geschichte Ihre Anweisungen. Die eine Gruppe soll „He’s got the whole world in his hands“ singen oder summen (Summen fällt den meisten Teilnehmern oft leichter), die andere Gruppe ganz schnell hintereinander „Zirp, zirp, zirp, zirp, zirp ...“ sagen (Schnell hintereinander gesprochen, klingt es in der Gruppe dann ähnlich wie Grillenzirpen). Stellen Sie sich vor die beiden Gruppen und beginnen Sie, die Geschichte zu erzählen. Auf Ihr Handzeichen hin soll der Gospelchor an der passenden Stelle singen, dann die Grillen. Lassen Sie Pausen dazwischen, damit die beiden Gruppen der Geschichte folgen können.



## Fragen zur Reflexion und Auswertung

- ▶ Was lenkt Ihre Aufmerksamkeit/Wahrnehmung? Wer ist Ihr Gospelchor?
- ▶ Wenn Sie an Ihre eigenen Erfahrungen zurückdenken, bei welchen Gelegenheiten waren unterschiedliche Wahrnehmungen die Auslöser für Konflikte?
- ▶ Wie können Sie sich zukünftig daran erinnern, dass es Gospelchöre und Grillen gibt?
- ▶ Was hören Sie, wenn eine andere Person mit Ihnen redet?
- ▶ Ist Ihre Aufmerksamkeit bei der anderen Person oder beim Gospelchor?
- ▶ Fragen Sie aktiv nach, was die andere Person sagen wollte?



## Einsatz

Kommunikation findet immer statt – egal, wie das Ergebnis ist. Nur weil ich etwas höre, bedeutet das nicht, dass die andere Person dasselbe hört. Frag nach!

Die Geschichte regt an, mit Humor und Schmunzeln über Kommunikationsfallen nachdenken. Vorsicht, Teilnehmer erwarten manchmal, dass alle Geschichten „lustig“ sind.



## Quelle/Referenz

Margit Hertlein: Meine 24 Lieblingsgeschichten. Hellhörig Verlag, 2006.

# Hat Ihnen diese Leseprobe gefallen?

Als Mitglied von **Training aktuell** erhalten Sie beim Kauf von Trainingsmedien Sonderpreise. Beispielsweise bis zu **20 % Rabatt auf Bücher**.

Zum Online-Shop

## Training *aktuell* einen Monat lang testen



### Ihre Mitgliedschaft im Testmonat beinhaltet:

- ▶ eine **ePaper-Ausgabe Training aktuell** (auch Printabo möglich)
- ▶ **Teil-Flatrate** auf 5.000 Tools, Bilder, Inputs, Vertragsmuster [www.trainerkoffer.de](http://www.trainerkoffer.de)
- ▶ **Sonderpreise** auf Trainingsmedien: ca. **20 % Rabatt** auf auf Bücher, Trainingskonzepte im Durchschnitt **70 EUR günstiger**
- ▶ **Flatrate auf das digitale Zeitschriftenarchiv**: monatlich neue Beiträge, Dossiers, Heftausgaben

Mitgliedschaft testen