



Kompendium

en oppsummering av innhold



Oppsummering

Denne oppsummeringen følger prosjektet Common Ground, Common Future. Prosjektet inneholder blant annet et kompendium. I denne oppsummeringen får du et kort innblikk i hva kompendiet består av. Selve kompendiet er på engelsk.

Innholdet

Det kan virke som det har blitt universelt å samhandle gjennom konflikt og polarisering. Det foregår et alvorlig spill drevet fram av narrativer og fortellinger knyttet til personlige liv, identitet, økonomi, religion, kultur og så videre. Fortellinger og historier spiller en viktig rolle i samfunnet. De kan *forme* et individ, et fellesskap, et verdssystem, men de kan også rive dette *ned*, slik polarisering gjør.

Det oppleves som om alt som angår oss følges av motstridigheter: borger vs. regjering, innfødt vs. innvandrere eller flyktning, miljøaktivister vs. «forretningskonsern», demokrater vs. autokrater, osv. Det er "oss mot dem", en av grunn av uenighet, mangel på forståelse og uforsonlighet.

Den globale fremveksten av populisme, nasjonalisme og isolasjonisme fungerer som drivstoff i konflikter og polarisering og fører til en stadig voksende (sosial) forstyrrelse og fremmedgjøring, en voksende følelse av urettferdighet, som ikke bare påvirker enkeltpersoner og grupper, men også nasjoner. Dette fører til kløfter i (sosiale) diskurser. Medier og deres "trend temaer" har blitt de *virtuelle* skyttergravene for "sannhet" versus "sannhet".

Aggressiviteten fra det virtuelle internett forplanter seg i den fysiske verden.

Konspirasjonsteorier - fra det ekstreme høyre så vel som det ekstreme venstre - dukker opp som reaksjon på hendelser som er så vidtrekkende at folk ikke tror eller ikke kan forstå den offisielle versjonen. Covid-19-pandemien som brøt ut tidlig 2020 faller inn under dette og fungerer som en paraply der ulike teorier og alternative sannheter blandes sammen. Gjennom TV virker det som en søken etter det polariserte i for eksempel TV debatter med moderatører som bevisst eller ubevisst fører det polariserte.

Lover mot hat, hatefulle ytringer og diskriminering var (og er fortsatt) vanskelig å håndheve og er avhengig av rettferdighetens gode vilje. Europeiske politiske anbefalinger er "kun" anbefalinger og ingen forpliktelser.



Likevel har vi en tro på at mennesket er mer motstandsdyktig mot den mørke siden, konflikter, polarisering og kriser enn mange ønsker at vi skal tro. I kjølvannet av katastrofer viser de fleste sitt altruistiske selv og engasjerer seg raskt i å ta vare på seg selv og de rundt seg, fremmede og naboer, samt venner og kjære. Tiår med omhyggelig sosiologisk forskning på atferd i katastrofer har vist dette.

I krisetider, konflikter og polarisering kan det lønne seg å bygge videre på disse og lignende historier for å finne felles grunn for en felles fremtid og en bærekraftig og trygg sameksistens.

Det kan være at den nåværende pandemikrisen åpner for nye muligheter til å endre systemer og rekonstruere fortellinger. Troen på at dette er mulig er motivasjonen bak prosjektet "Common Ground, Common Future" (CGCF). Hvis vi forstår årsakene til konflikt og polarisering, kan vi kanskje initiere og støtte en ønsket endring.

Kapittel 1 – Fortelling

Fortelling kommer av ulike behov og erfaringer, men først og fremst fra et behov for mening og forståelse. Meningsskapingen ligger i hvordan vi konstruerer, forstår og gir mening til hendelser, (menneskelige) relasjoner og selvet.

En begrunnelse på hvorfor vi begynte å fortelle er hvordan vi opplevde det ofte truende miljøet som omga oss slik som natur og fenomener. Mennesket utviklet et *mimetisk* sinn, som betyr et sett med kapasiteter som gjorde oss i stand til å representere og kommunisere ('mimesis') ved hjelp av uttrykk som gester, bevegelse, og vokale lyder. Så begynte vi å gi navn til ting, naturfenomener og følelser. Språk gjorde det mulig for oss å observere verden for så å fortelle om den. Språket ga oss mulighet til å forstå verden gjennom fortellinger. Fortellinger - spesielt muntlige fortellinger - lar oss oppleve og uttrykke følelser, engasjere oss og ha empati med andre. Evnen til å *finne på* fortellinger (fiksjon), spesielt fortellinger som fremhevet årsaker til hendelser, var opprinnelsen til myte og religion, og andre former for fortellinger som knyttet mennesker sammen til en gruppe.

Muntlig historie og fortelling *er* (fortsatt) en integrert del av det menneskelige fellesskap. Muntlig fortelling kan deles inn i tre kategorier: spontan samtalefortelling, fremkalt fortelling, og formell muntlig fortellerkunst – den siste er en kontekst hvor fortellinger blir fortalt av en utdannet og / eller profesjonell forteller. I alle kategorier er fokuset på overføringen av en ekte eller imaginær fortelling foran en lytter, som er tilstede i samme rom, til samme tid.



Vi viser til *anvendt fortelling* når fortelleren har en bestemt intensjon med fortellingene. Et eksempel ville være å jobbe med grupper i konfliktområder: å bli invitert til å dele erfaringer og å bli hørt, bli klar over hva en fortelling er (mening og forståelse), og forstå virkningen av det for jeget og andre, kan føre til selvtillit og gjensidig kommunikasjon.

Den *nevrologiske* virkningen av fortelling underbygger og beviser det ovennevnte. Når vi lytter til en historie, er det ikke bare språkområdene i hjernen som aktiveres, men også de motoriske, sanselige og visuelle områdene. Nyere arbeid viser at det samme hjernenettverket er aktivert i minne, fantasi, planlegging, perspektivtaking og sosiale scenarier, og antyder at vi kombinerer elementer av episodisk minne for å planlegge for fremtiden, spesielt i sosiale sammenhenger.

Kapittel 2 – kvaliteter og strukturer

Her tar vi en titt på *de konstruktive* (funksjonelle) egenskapene og effektene av fortellinger, som er (for å nevne noen): inspirasjon, fantasi, minne, kunnskap- og informasjonsoverføring, skape fellesskap, trøst, helbredelse, underholdning, engasjement, (skape) gjensidig respekt, oppfatning (empati), (etablering av) verdier (verdisystemer), handling, planlegging, strategi, forventning (av hendelser, handlinger). Vi må også være klar over de *destruktive* effektene av fortellinger som å oppmuntre til frykt, hat, sinne eller diskriminering. I tillegg kan noen av fortellingens funksjoner også tolkes som *intensjoner*. Det bør man være bevisst når man arbeider med mennesker og deres fortellinger. Det er nesten alltid en intensjon tilstede når vi forteller en historie, det kan være velmenende, på den annen side, det kan være skadelig. Og noen ganger kan fortellerens intensjoner feiltolkes fordi - og ofte med den beste hensikt - han eller hun formidlet det slik at det ledet lytternes tolkning (og meningsskaping) i feil retning.

Et av de mest slående funksjonene i en fortelling er dens **struktur**. Fortellinger synes å svare på vårt behov for å organisere data og informasjon i meningsfulle strukturer. Vi er sannsynligvis evolusjonært "ladet" til å gjenkjenne en historie: en fortellende struktur er en kulturell kode vi er født inn i.

Vi presenterer flere synsvinkler på strukturen i fortellinger. Den vanligste og universelle strukturen er den tradisjonelle fortellingen kalt **folkeeventyr**. Et folkeeventyr inkluderer *kontekst* (setting, karakterer, nåværende tilstand), *vendepunkt* (krise eller problem, initiering av fortellingen), *handling* (hvordan karakterer i fortellingen reagerer på problemet, inkludert komplikasjoner, ytterligere vanskeligheter, utfordringer), reversering / *transformasjon* (noe



skjer som induserer endring og / eller transformasjon), og *oppløsning* (utfallet av fortellingen, noen ganger "moral" eller "læring").

Det slående trekket ved fortellinger er at de *alltid inkluderer* endring (det vil si krise, men også transformasjon). Noe (forferdelig) skjer "plutselig" og må endres og forvandles til en foretrukket situasjon.

Den sirkulære **strukturen i «Heltens reise» (The Hero's Journey av Joseph Campbell)** ligner folkeeventyret. Mange epos har blitt analysert og sammenlignet gjennom denne. Gjennom strukturen understrekes reisen til hovedpersonen inn i og gjennom ukjent landskap, som kan (i materiell forstand) være bokstavelig talt "ukjent landskap", men også (i åndelig forstand) selvet. Heltens reise kan være episodisk: hovedpersonen seirer eller makter å gjennomføre sin reise og vender tilbake med ny kunnskap som han kan dele med andre.

Aktant modellen tilbyr en struktur for å analysere handlingen som foregår i en fortelling, enten den er ekte eller fiktiv. Modellen inkluderer seks aktanter: subjekt (helt / hovedperson), subjekt / objekt (til/av utfordring), avsender (velgjører som initierer utfordring), mottaker (avsenderen), hjelper (person eller hjelpemiddel) og motstander (skurk). Uten bidrag fra hver aktant, kan fortellingen være ufullstendig, aktanter er integrerte strukturelle elementer. En interessant anvendelse av denne modellen er "perspektivtaking": fortelleren kan velge å fortelle fortellingen fra perspektivet til de forskjellige aktantene og til og med hoppe fra ett perspektiv til det andre, noe vi anser som nyttig når vi arbeider med motstridende parter.

Allegori og **metafor** kan være til hjelp når det gjelder å forstå komplekse eller vanskelige emner, og å forstå hverandre: de snakker fortellingenes språk. *Allegori* bruker en hel fortelling til å uttrykke en idé om læring. En *metafor* bruker et ord eller et uttrykk til å representere en idé. Den kognitive metaforen er en iboende ferdighet. Med den beskriver vi et abstrakt, komplekst begrep gjennom et kjent begrep. Metaforer kan være sterke fortellinger for endring, de kan skape et filter hvor man kan se sin virkelighet gjennom. Et skremmende eksempel er sammenligningen mellom innvandrere og kakerlakker, det er en form for de-humanisering som tillater utryddelse.

Kapittel 3 – Narrativ, fortellinger og «andre» fortellinger og historier

Det kan være en forvirring knyttet til begreper som fortelling, historie og narrativ . I dette kapitlet ser vi på tolkninger av disse begrepene, og hvordan de skaper mening.



Strukturalister skiller mellom *narrativ*, *historie* og *diskurs*, hvor et narrativ består av to deler: historie og diskurs. I et narrativ er historien "hva" (f.eks. hendelser, tegn, handlinger), og diskursen er "hvordan" (uttrykket).

Formalister bruker to begreper i en fortelling: *fabelen* (de grunnleggende byggesteinene, summen av hendelser relatert til fortellingen) og *plottet* (historien som blir fortalt, sammenbinding av hendelser). *Fabelen* er "hva som faktisk har skjedd"; *plottet* er hvordan leseren / lytteren blir klar over *hva* som skjedde. Hendelser og karakterer (komponenter i fortellingen) er enkle og i fortellingen blir de relatert til hverandre.

Innenfor **narrativ terapi** består fortellingen hovedsakelig av to landskap – et *handlingslandskap* og et *bevissthetslandskap*. *Handlingslandskapet* er "materialet" i fortellingen (det vil si fakta, atferd, kontekster)) og består av hendelsesforløp (handling, settinger og karakterer) som utgjør plottet og det underliggende temaet (*fabel*). *Bevissthetslandskapet* innebærer hovedpersonenes bevissthet og består av deres refleksjoner om hendelsene i handlingslandskapet – meningen av disse hendelsene og deres konklusjoner og refleksjoner (og det vil si ønsker, håp, verdier) om andre karakter, det være seg i en fiktiv eller personlig (sosial) kontekst. I tillegg er det også spørsmål **om sammenheng**. Narrative karakterer må forbli de samme fra én hendelse til den neste. Hvis de ikke gjør det, krever det en forklaring (skjult eller åpen). Om en forteller i en personlig fortelling endrer sin personlige historie og fortsetter med historien om for eksempel onkelen hans, kan dette "identitetsbruddet" være forvirrende. Så, *noen* prinsipper om sammenheng må være tilstede.

Et annet synspunkt rettet mot fortelling kommer fra **sosial konstruktivisme**, teorien om at vår erfaring med verden er (delvis) konstruert av sosiale prosesser som er avhengige av samfunnet vi lever i. Hvordan vi opplever og navngir virkeligheten avhenger derfor av normene og verdiene som gjelder i et gitt samfunn. Disse såkalte **dominerende diskursene eller dominerende fortellingene** definerer grensene mellom hva som er "normalt" og ønsket, og hva som er "ikke normalt" (f.eks. hvit /svart, muslimsk / vantro, hetero / homofil, etc.). Visse forskjeller som et samfunn vektlegger, vil ikke være naturlige forskjeller, men *sosialt forhandlet konstruksjoner* som (i tillegg) favoriserer visse maktulikheter. Her skaper *fortellinger* 'symbolske universer', et sett med tro som tar sikte på å lage en institusjonalisert struktur eller en type diskurs (en dominerende fortelling som for eksempel 'alle muslimer er terrorister') som er plausible og akseptable.

På *individnivå* strukturerer vi også hendelser inn i en **fortelling** som "gir mening". Dette kan være en av våre personlige "livsfortellinger", som for eksempel "Jeg er klønede (derfor får jeg alltid sparken)", og som støttes av hendelser eller **historier** om å være klønede. Disse



fortellingene kan bli så dominerende at enkeltpersoner ikke kan finne (bedre) alternativer.

Som nevnt har fortellinger (og narrativer) også en **mørk side**, og kan føre til *ødeleggende* virkninger som hat, misunnelse, diskriminering, stigmatisering, dominans, manipulasjon og lignende. Fortellinger kan brukes til å skape avstander mellom meninger. Det ser ut til at dette er de sterke, "attraktive" historiene, og de kan være forstyrrende og destabiliserende, og skape ødeleggende asymmetrier.

Dominerende fortellinger (og sosiale diskurser) kan forme oss, og vi har en tendens til å tro at dette er permanent; og da synes enkeltpersoner å tro at det er umulig å forandre seg. Hvis disse fortellingene blir for dominerende, marginaliserer de grupper i samfunn og tar bort muligheten for endring.

Kapittel 4 – Konflikt, polarisering, forsoning og endring

Dette omfattende kapitlet fokuserer på kjernepunktene for bekymring i Common Ground, Common Future-prosjektet. Det illustrerer begrepene og modellene for **konflikt** og **polarisering**, fasene man går gjennom, aktørene og deres roller i fasene, fallgruvene og sjansene for å skape de-escalering, forsoning, endring og transformasjon. I dette kapitlet vil vi også prøve å klargjøre dynamikken i begge fenomenene.

Konflikter har ofte mange og komplekse bakgrunner. Noen ganger er det ikke lenger klart hva årsaken var, og kan hende årsaken ikke lenger betyr noe. Konflikt oppstår for **det meste utilsiktet**.

Innenfor psykologi er konflikt også området for (interne og eksterne) kriser: for den personlige utviklingen er dette perioder med endringer, perioder med "ikke å vite sikkert", mangel på retning, øyeblikk av maktesløshet.

Det er mange **konfliktområder**: hjemme, i skoler, på jobb, i politikk, fotballstadioner, i en lokal, regional, nasjonal og til og med global skala. Dette forklarer at konflikt er et kontinuum: det kan strekke seg fra indre konflikter til krig.

I konflikter må vi være klar over minst tre **kulturelle dimensjoner**: *formell kultur* ("Hva du skal gjøre", her er fare for stagnasjon og undertrykkelse), *uformell kultur* (måten formelle strukturer tolkes og forhandles på), og *stilltiende kultur* (et uuttalt sett med ikke-forhandlede regler, det vil si "dette er måten vi faktisk gjør ting på her").

I løpet av tiden har mennesker utviklet forskjellige responderende **stiler på** konfliktsituasjoner. De presenterte beskrivelsene ser på de responderende stilene, hvor hver av



dem bærer potensielle fordeler, men også kostnader: *konfliktsky, imøtekommende, kompromissører, kontrollerende og empatiske problemløsere.*

I en tilsynelatende kontrast til *erfaringer med asymmetri* kan konflikter også oppstå gjennom *likhet*. I dette perspektivet går vi inn i en konflikt fordi vi alle ønsker det samme, og i dette ligner vi den andre. Det kan være inntekt, territorium, sosial status, anerkjennelse, kjærlighet og lignende. Den interessante konklusjonen er da at "den andre" er ikke bare vår *modell*, men også hindring. Derfor er det ikke forskjellen i identitet som er kimen. Begge ønsker de samme mulighetene, den samme sosiale anerkjennelsen, det samme landet å leve i og så videre.

For å overkomme polarisering introduserer vi to konfliktmodeller. Den første er Glasls (1980) **modell for konfliktopptrapping**. Dette er modell med tre nivåer og ni trinn som beskriver hvordan to parter i en konflikt oppfører seg og handler.

Nivå 1 (vinn - vinn) er iscenesatt gjennom *spenning* (sporadiske sammenstøt), *debatt* og *fremvoksende polarisering* (tvist, fremveksten av svart-hvitt tenkning), handlinger i stedet for ord (Samtale brytes ned, medfølelse for den "andre" hviskes ut).

Nivå 2 (vinn - tap) beveger seg langs *allianser* (søker sympatisører, handler om å vinne konflikten), tap av *ansikt* (ødelegge motstanderens identitet, insinuasjoner; tap av tillit er fullført), og *trussel strategier* (*trusler* kan bli krav, sanksjoner, gjengjeldelse).

Nivå 3 (tap-tap): *begrenset ødeleggelse* (motstanderen må bli skadet, blir ikke lenger sett på som menneskelig), *fragmentering* (motstanderens støtte skal ødelegges), sammen inn i avgrunnen (man beregner til og med egen ødeleggelse for å beseire motstanderen).

Løsninger for *forsoning, transformasjon og endring* tilbys ikke direkte. Likevel er det forslag til de-eskalering gjennom intervensjons- og tilretteleggingsstrategier i de ulike stadiene, for eksempel moderasjon, forslag, talsmann og (intern)mekling, og ekstern intervensjon som rettsavgjørelse og til og med maktintervensjon.

En annen modell – **konflikten/polariseringsisfjellet** – demonstrerer det «emosjonelle» landskapet. Aktører i konflikter og polarisering legger ofte ut på en reise gjennom det ukjente. Noen står overfor en stor konflikt for første gang.

Konflikter har en episodisk (og noen ganger repeterende) karakter, aktørene også ha sine personlige konflikter og mål, som er basert på personlige erfaringer (og historier). Disse kan enten bidra og/eller påvirke den "større" konflikten og polariseringen.

Innledningsvis er det formasjon faser (der spenninger bygges opp, men som fortsatt er **løsbar**), så kommer **intensivering, eskalering** og **vedlikehold** av konflikten fase, og så:



reduksjon, , transformasjon og avstemming fase. For tilretteleggere/meklere er de to første fasene parallelt med **forebyggings- og intervensjonsaktiviteter** og fulgt av ved **løsnings- og transformasjonsorientert** aktivitet.

Polariseringen *samhandler* med konflikt. *Under overflaten fortsetter* isfjellet å vokse med lignende faser som ovenfor. Det er tilstede manipulerende handlinger fra de involverte. Dette er stedet hvor de indirekte *aktørene også er* til stede: de som de direkte aktørene ikke kjenner personlig, men som trekkes inn i konflikthistorien, som velger å følge en av de motstridende partene eller blir trukket inn i konflikten.

I motsetning til konflikt er polarisering **tilsiktet** med å ønske å skape friksjon, og som sådan mye mer planlagt av *den* menneskelige rasjonelle hjernen. Når (økonomisk og personlig) gevinst står på spill, sparkes polarisering og fortellinger og historier knyttet til den inn for å utvide og opprettholde en konflikt.

De som bevisst skaper polarisering er benevnt som «**pådrivere**» (**the pusher** - på begge sider av en konflikt) - de bruker kunnskap om følelser, de bruker "empati" for å manipulere parter til en illusjon av autonomi, synlighet, selvbestemmelse, utsatthet, overlegenhetstenkning, og mot *utelukkelse*, diskriminering, blindt hat, vold og verre. Pådrivere søker ytterligheter.

«**Tilhengere (Joiners)**» velger en leir, og blir dermed synlige, og vil generelt ta en mer moderat holdning enn pådriverne. Det primære valget er ikke så mye den ene eller den andre leiren, valget blir å være *med*, fordi man gradvis blir mer følsom for historien og blir en tilhenger.

«**De stille**» er gruppen i midten som ikke velger side. De motstår polarisering, de er nøytrale (etter valg eller yrke, for eksempel juridiske mennesker, forskere, prester, politi), men kanskje også likegyldige. Gruppen av de stille antas å være målgruppen til «pådriverne», spesielt de som ikke føler seg hørt eller føler seg underprivilegert.

Brobyggere er de som ønsker å jobbe med harmoni, dialog og forståelse. De ønsker å organisere dialog for å analysere forskjeller og likheter, og finne mot fortellinger. Men vi blir advart om at å gi en scene til motsetninger, brobygging kan også fungere som drivstoff og / eller opprettholde polarisering. Et eksempel på «brobyggere» som kommer på avveie er media, de tilbyr pådriverne (fra begge sider) en plattform og dermed "begrunnelse" for sine (polariserende) meninger.

Syndebukk (som kan være en mekler) vil bli utpekt under maksimal polarisering, og han eller hun vil plasseres i midten. Når de stille tynnes ut og «tilhengere» blir «pådrivere, kan midtposisjonen bli en fare for livet.



Konflikter og polarisering må håndteres med mer forsiktighet enn mange antar. For eksempel kan mekling med de motstridende parter til stede være kontraproduktiv og kan føre til mistillit og nye beskyldninger og dermed motstandsdyktighet mot endring. Erfarne utøvere anbefaler *intermekling først* for å få begge parter til å reflektere over konflikten og avklare deres behov, som kan formidles videre som en introduksjon til konstruktiv dialog.

I transformasjons- og forsoningsfasene kreves det tålmodighet og utholdenhet i å bygge opp gjensidig tillit. Når de direkte aktørene har en avtale, må de indirekte aktørene informeres og engasjeres for å hindre følelser av oppgivelse eller skuffelse.

Mobilisering av «de stille» midten i *polariserte* sammenhenger kan være en vei ut (noe som gjør dem til «antipolariseringsmidler»). Denne gruppen må inviteres da de har direkte påvirkning i eget *miljø* som kan bestå av "tilhengere". Dette er den mest varierte gruppen, og det er nettopp mangfold som kan gjøre depolarisering mulig.

Til slutt understrekes det at forsoning ikke er et fast slutt punkt, og fred kan ikke være evig. Som det påpekes: fred er en lang rekke konflikter man har håndtert med hell.

Dette kapitlet og de foregående har forhåpentligvis bidratt til bevissthet om konflikt og polarisering, og den viktige rollen fortelling, historier og narrativer har i dette arbeidet. Følgende kapitler er ment å skape bevissthet om (biologiske og psykologiske) *drivere* og hvordan forstå og iverksette dem i å legge til rette for å skape en felles grunn.

Kapittel 5 – Følelser og emosjoner

Å forstå hva som skjer med mennesker i konflikt fordrer kunnskap følelser. Følelser og emosjoner har også en historie. De er knyttet til overlevelsesatferd, erfaringer og minner. De er knyttet til fortiden, men også til det umiddelbare, og til tenkning og planlegging for fremtiden. Alt vi tildeler mening til har en følelsesmessig kostnad. Når man gjør et forsøk på å beskrive menneskers oppførsel er følelsesmessige ord og språk nesten uunngåelig.

På engelsk er «feelings» og «emotions» ikke nødvendigvis det samme. Her velger vi å bruke følelser om feelings og emosjoner om emotions.

Emosjoner er *handlingsorienterte*: de har utviklet seg på grunn av deres evne til å fremkalle adaptive reaksjoner når det er fare, konkurranse, mulighet til å pare seg, og lignende. Emosjoner forekommer også hos dyr, vi er sterkt relatert til hverandre: frykt, sinne, depresjon, avhengighet, seksuell lyst og nysgjerrighet er noe vi har til felles.



Alle emosjoner er blandet med *kunnskap*, ellers ville de ikke eksistere. De er aldri enkle, og de er aldri atskilt fra en evaluering av omstendighetene eller sammenhengen. Gjennom observasjon oppdager vi hvor kompleks en emosjon er.

Følelser oppstår når emosjoner trenger inn i vår bevissthet, og vi blir oppmerksomme på dem. Vi vet at vi er sinte, triste eller forelsket fordi vi **føler** det. En følelse er en indre, *subjektiv* (privat) tilstand som bare er kjent for den som opplever den. Du vet hva *følelsene* dine er, men du vet ikke hva en annen person føler, bortsett fra når han eller hun *forteller* deg om det. Vi *viser* emosjoner (og noen ganger falske emosjoner), men vi kommuniserer våre følelser gjennom *språk*.

Når emosjoner 'løper løpsk' i diskusjoner om riktig og galt i hverandres historier, kan det være vanskelig å tolke emosjoner når vi egentlig ikke forstår emosjonene knyttet til dem. Faktisk fremkaller fortellinger engasjement, emosjoner og forhåpentligvis empati. De er sannsynligvis det beste verktøyet vi har for å forstå hvordan det må føles å være noen andre. Faktisk hjelper språket oss å diskutere følelser.

Språk kan sees på som en merkelapp på en indre tilstand, men språket kan også generalisere. "Trist" kan ha en annen betydning for den ene (eller innenfor en bestemt kultur) enn for den andre. I tillegg kan det noen forteller om sine emosjoner og / eller følelser ofte være ufullstendige, noen ganger rett og slett feil, og ofte tilpasset offentlig (sosial) mening eller dominerende normer. Konsekvensene kan være vidtrekkende: lytteren kan gjengjelde, misunne, straffe, mislike, vise medlidenhet, eller komme med en ubehagelig overraskelse. På den annen side er vi (eller vi har blitt) oppmerksomme på slike konsekvenser, og bevisstheten bestemmer hvordan vi regulerer, intensiverer eller *forteller* om våre følelser.

Noen emosjoner er fokusert på **fremtiden**, som håp og angst, mens andre er relatert til **fortiden**, som hevn, tilgivelse og takknemlighet. Når det gjelder konflikt, konfliktløsning og forsoning, kan det være nyttig å reflektere over disse svært sterke følelsene. Ord i seg selv fremkaller verdener, minner om opplevelser, personer, følelser, ønsker og historier forbundet til dette.

Skam, sårbarhet og skyldfølelse er emosjoner som følge av normer eller brudd med normer. Skam kan være et stort hinder for utveksling av erfaringer og historier. Når man opplever skam, tenker en person på seg selv eller sine handlinger som overvåket av andre og fordømmer egne gjerninger. Når man skammer seg tror man at andre er skuffet over en selv. Man kan også skamme seg over sine slektninger, venner, lagkamerater eller kolleger, deres inntekt, opprinnelse og sosial status,. Men om vi deler historier om skam, kan det faktisk at noen reagerer med empati og forståelse drive skam bort. **Sårbarhet** er ofte forbundet med



frykt, skam, sorg, tristhet og skuffelse. Vi kan være, handle eller bli oppfattet som "sårbare". Noen forskere forteller oss at sårbarhet ikke er en "svakhet". Å dele *en personlig historie* om et sårbart øyeblikk, kan vekke tillit og gjøre en til en pålitelig lytter til den andres (sårbare) historie. Å akseptere (vise respekt for) andres sårbarhet betyr også å forstå at de trenger støtte. Men man skal også være klar over at sårbarhet kan misbrukes til å få oppmerksomhet. **Skyldfølelse** er en emosjon nær skam. Mens skam har å gjøre med andres fordom, har skyld å gjøre med selvjustis. Vi straffer oss (*internaliserer* frykt for straff) selv ved å føle oss dårlige (skyldig eller angrende) om atferd vi har vist eller atferd vi burde ha vist, men ikke gjorde. Dette har blitt funnet blant overlevende av naturkatastrofer, epidemier, kamp, terrorisme, eller blant venner eller familie av de som begikk selvmord, den overlevedes *skyld*. Skyldfølelse og skam er næret av en dyp lengsel etter tilhørighet og inkludering – en nødvendighet for å overleve. På den annen side, viser *også* skyld moralsk bevissthet.

Noen emosjoner er ikke knyttet til resultatet av en hendelse eller handling, men til et objekt eller en person. **Sinne** genereres vanligvis av frustrasjon, utfordringer med din "status", skam kan også være en del av det - og det manifesterer seg utad emosjonelt. I mange situasjoner kan det være nok at målet ikke oppnås som fører til at man kommer ut av kontroll. Sinne kan bli til **hat**. Hat er den typen emosjon som blant annet er knyttet til evaluering. Det er rettet mot en person og dennes eksistens. Sinne påvirker sosiale relasjoner, men med *forsoning* tilstede i for eksempler familier kan dette motvirke sinne.

Avsky og aversjon tilhører de eldste emosjonene. Avsky er tydelig synlig som et ansiktsuttrykk. I samfunnet for øvrig er avsky og aversjon også relatert til *vår moralske bevissthet*: vi blir «kvalme» av visse former for atferd, og også av korrupsjon, svindel, svik, hykleri, og "andre", som nevnt ovenfor. Å føle avsky eller aversjon mot andre – som i **fremmedfrykt** – er utbredt.

Xenofili - tiltrekning mot fremmede - er knyttet til våre empatiske områder av hjernen. Dette fremmer ideen om at aksept *av andre grupper* har ført til samarbeid mellom mennesker, også i store skala. Det er vist at sivilisasjonen har kapasitet til fredelig sameksistens.

Kapittel 6 – Asymmetrier

Med litt kunnskap om hensikten og påvirkningen av emosjoner og følelser kommer dette kapitlet inn på spesifikke (emosjon- og følelsesrelaterte) fenomener som skaper uro og konflikt. Vi aksepterer forskjeller, men bare til en viss grad. Når en grense krysses, velger vi sider. Vi



har en dypt forankret følelse av rettferdighet født ut av en lang *historie med egalitarianisme*, det vil si visse former for likhet: sosial, mulighet eller politisk.

'Likeverd/sosial kapital' og 'likhet' ser ut til å ha samme betydning. Begge peker på å behandle alle likt - med verdighet, respekt, takknemlighet. Det er også en ulikhet.

Likhet behandler alle på samme måte. Det tar sikte på å fremme rettferdighet, men det kan bare fungere om alle begynner fra samme sted og trenger samme hjelp.

Likeverd/sosial kapital gir alle det de trenger for å lykkes. Likeverd handler om "likhet for muligheter", men er mindre opptatt av at vi alle er *like*.

De fleste av våre (episke) historier inneholder kampen mellom rettferdighet og **urettferdighet**. Men rettferdighet kan ikke begrenses til enkeltpåstander om *hva som er rett* eller galt - fordi rettferdighet er en refleksjon av hva som *føles* rett eller galt. Ulikhet fremkaller følelser av urettferdighet. Vi *er* opptatt balansen mellom gi og ta. Vi har *problemer med å fordøye* historier om urettferdighet. Vi må også akseptere andres tolkninger av urett.

Gitt vår tids besettelse av "**sannhet**" er det verdt å undersøke hva vi mener når vi snakker eller skriver om sannheten. Det ser ut til å spille en stadig viktigere rolle i samfunnsdebatter, sosiale diskurser, politikk og (sosiale) medier. Det handler om spørsmål som "Hva **er** sant? Hva vil **du** sannhet skal være? Hva tror **du**?" Det faktum at du også kan legge ulike fokus i noen av disse spørsmålene, indikerer hvor komplekst begrepet "sannhet" er. Alle kan lage sin egen sannhet, hvis sannheten forstås som et spørsmål om perspektiv. 'Det sanne' kan veldig beleilig omgjøres til en polariserende uttalelse. Hvis "min sannhet" er det eneste perspektivet, kan det bli fiksert og eksklusivt – det kan bli en "besettelse".

Et tankesett som prioriterer oppfatning framfor fakta *fører til at* sannhet og identitet sammenfaller. Den objektive, faktiske virkeligheten blir da sett på som en trussel mot den subjektive og den forestilte / konstruerte virkeligheten. For "post-moderne politikere" er fakta en byrde og trussel, og dette er grunnen til at enkelte politikere viser forakt for sannhet (fakta) og presentere sine egne "sannheter", ofte gjennom sosiale medier.

Dette åpner veien for å vende seg til fortellerne og fortelling, og *deres* sannheter. Når det gjelder arbeid med *personlige* historier – i motsetning til fakta, meninger eller direkte spørsmål – må vi forstå den mekaniske posisjonen til historier og fortelling i det sosiale liv som *rituelle forhandlinger* om sannheter. Spenningen mellom fakta og fiksjon er et viktig aspekt ved en personlig historie. Generelt, så lenge fortelleren og hovedpersonen i historien er den samme, vil historien bli oppfattet som "sann". Sannheten i en historie ligger ikke bare i fakta, men også i tolkningen eller refleksjonen du legger inn i historien.



"Den nakne sannheten" gjelder også personlige historier. Når du holder historien din mot lyset, eller når andre kaster sitt lys på den, kan det være konfronterende, noe fortelleren (og til og med lytterne) helst vil unngå. Noen ser dette som *paradokset i arbeid med fortellinger*, fordi utforskning av sannhet og fiksjon, mulighet og fare produserer et paradoks: teleskopet er ikke ett syn, men to, og det må sees fra begge ender for å bli fullt ut forstått.

Når vi snakker om å dele fortellinger, tillit og empati, sannhet, om motsetninger og asymmetrier, må vi også snakke om løgnens **rolle**. Løgn er nært knyttet til utviklingen av språket, som gir en ærlig og meningsfylt kommunikasjon - men kan også føre til *bedrag*. Vår evne til å dele har gitt muligheter for frikjøring, manipulasjon, tvang, og derfor også løgn. De som forteller fantastiske historier også kan fortelle fantastiske løgner.

Kapittel 7 – Minner

Minner spiller en viktig rolle i våre liv. De er ofte relatert til emosjoner og følelser. Men minnet er innovativt og kan lure oss. I dette kapitlet vurderer vi også dette når vi snakker om konflikter, spesielt langvarige konflikter. De som ønsker å arbeide med menneskers historier fra fortiden, må være klar over hva minner kan forårsake, og om deres innflytelse på hva man tenker om fortiden, nåtiden og fremtiden. Man bør også være klar over den gjensidige påvirkningen mellom selvbiografisk og kollektiv hukommelse. Det kan være at å lære av minner (ved å stille spørsmål ved historiene og fortellingene som kommer fra dem) kan gi ideer for transformasjon og fremtidig endring.

Å huske noe er ikke en lineær aktivitet fra fortiden og inn i fremtiden i en kognitiv og kronologisk hendelsessekvens. En gang ble de personlige minner og hverdagslige hendelser sett på som dysfunksjonelle elementer som ødela det store, rene bildet av slik historien skulle framstå. I dag er minnene til enkeltpersoner viktige for å nyansere virkeligheten. Mye av dagens kognitive nevrovitenskapelige forskning tyder på at vi er i stand til å *kombinere* elementer av episodisk minne for å planlegge for fremtiden, spesielt i sosiale sammenhenger. *Selvbiografisk minne* og fantasi og konstruktivt episodisk minne kan fungere som grunnlag for forestille seg fremtiden.

Ufrivillig minne en komponent i minnet som oppstår når signaler i hverdagen fremkaller minner fra fortiden uten bevisst å gå inn for det; minnet kommer påvirket av sansene. Et *frivillig minne* er preget av en bevisst innsats for å huske hendelser, mennesker og steder.



'Phantastic' minne er en mekanisme som fortsatt er tilstede i hverdagen: når folk forteller historier (til seg selv og andre), utforsker de de områdene som har størst mulighet og fare: det som befinner seg på kanten av erfaring. Det kan forklare hvorfor folk presenterer seg som "helter", "overlevende" eller "ofre" i sine episodiske historier, så vel som deres (dominerende) livsfortellinger. Vi har nesten aldri et "vanlig" liv. Til slutt blir vi *de* selvbiografiske fortellingene vi "forteller om" våre liv.

Fenomenet falske *minner*, synes å være ganske vanlig. Vi *mishusker alle* en gang i blant, men det fascinerende er at disse "minnene" kan være rike på detaljer.

Erindring ligner å fortelle historier - noen ganger glemmer vi detaljer og finner opp nye detaljer. Og kan hende at de ikke er kongruente med virkeligheten: "minner er vår virkelighet".

I *den* personlige fortellingen bærer fortelleren med seg historiens råmateriale. Her finner vi *både* det kollektivet og det selvbiografiske minnet, noe som betyr at kollektiv, kulturell og historisk minne følger med og påvirker det selvbiografiske. Dermed kan en persons forståelse av fortiden være sterkt knyttet til denne gruppen bevissthet.

Det synes å være relativt lett å plante *falske* minner hos folk ved å tilby dem falske *bevis*. Falsk informasjon kan påvirke folks tro og minner. Det kan til og med indusere enkeltpersoner til å anklage en annen person for å gjøre noe de aldri har gjort. Fabrikerte bevis kan produsere falske vitnesbyrd.

Og så er det vi kan kalle for *ubehandlede minner*. Traumatiske opplevelser som stadig gjenfortelles kan ha den uønskede effekten av re-traumatisering. Å snakke om traumatiske opplevelser sikrer ikke helbredelse, verken for den enkelte eller for et lokalsamfunn.

Men gjennom å støtte hverandre, og fortellende tilnærminger kan det være til hjelp og legge til rette for dekonstruksjon av (traumatiske) minner. For å finne ny mening av det traumatiserte, kan narrativ tilrettelegging skape en innledende grunnlag for videre utforskning av traumatiske opplevelser.

Kapittel 8 – Identitet og (livs) fortellinger

Identitet kan ikke sees atskilt fra fortellinger. Begrepet identitet, dens (uberegnelige) flyt, dens innflytelse på individet og gruppen, bidrar til tilhørighet, sammenligning, inkludering og utelukkelse. Narrative identiteter kan variere avhengig av omstendigheter, men noen personlige identitetsfortellinger kan stagnere og dominere. Gruppefortellinger kan også stagnere og bli



dominerende og føre til (dømmende og diskriminerende) samfunnsmessige diskurser. Alle identitetsfortellinger har en historie som kan være årsaken til konflikter.

Identiteter kan betraktes som *situerte forestillinger*: folk forteller like mange forskjellige typer historier i sitt sosiale liv som det er sosiale situasjoner. Dermed er identitet beslektet med en polyfonisk roman som er forfattet av mange forskjellige stemmer i en person, som alle engasjerer seg i dialog med hverandre og med den ytre verden.

Denne narrative identiteten har seks viktige prinsipper:

1. **Jeget som en fortelling:** Jeget er både fortelleren og fortellingene som blir fortalt
2. **Historier integrerer liv:** Ulike ideer, karakterer, hendelser og andre elementer i livet bringes inn i en forståelig ramme.
3. **Historier fortelles i sosiale relasjoner:** Folk forteller personlige hendelser på forskjellige måter for ulike lyttere
4. **Historier endres over tid:** Selvbiografisk minne er ustabil. Erfaringer blir en del av fortellingene og en narrativ identitet.
5. **Historier er kulturelle tekster:** Livshistorier speiler kulturen der historien er skapt og fortalt, i henhold til normer, regler og tradisjoner.
6. **Noen historier er bedre enn andre:** Karakterer er utvalgte. Framstår som moralske agenter hvis handlinger kan tolkes som enten "gode" eller "dårlige" i et gitt samfunn.

Det ligger alltid en fare i fortelling, for eksempel at man kjenner kun til denne ene fortellingen om en gruppe mennesker. En **enkelt historie** skaper stereotypier, og stereotypier er ufullstendige. Dermed kan identiteter reduseres til problem. De er "merket" som flyktninger, arbeidsledige, late, grådige. I det øyeblikket man reduseres til en spesifikk identitet, begynner man oppføre seg deretter, og man mister man raskt kontakten andre.

Noen av de (utallige) hendelsene i ens liv blir lagt vekt på og lagt inn i en sammenhengende fortelling om for eksempel "om å være treg". Hendelsene/historiene kan være fra arbeidssituasjoner, relasjoner med familie eller venner og minner fra skolen. Dette kan bli en dominerende fortelling, støttet av selektiv hukommelse og persepsjon. Andre hendelser bli ubetydelige. Det kan også støttes av lignende historier fra familie, venner og kolleger. Dette viser at potensielle andre og kanskje mer styrkende fortellinger (og identiteter) utelukkes, og at den dominerende fortellingen kan begrense og blokkere alternativer, for individet, grupper og hele samfunn.



Den **narrative tilnærmingen** lærer oss at selv fortellinger basert enkelt *hendelser*, består av valg gjort for å fremheve noe. Historien om sitt eget liv blir værende i en slags gråsoner, fordi den er refleksiv: fortelleren og hovedpersonen er den samme, noe som skaper dilemmaer. Den narrative tilnærmingen (f.eks. narrativ terapi) har som mål å gjøre dominerende fortellinger synlige, finne fram elementer i fortellingen, for å studere dem som ideer ... ikke sannheter.

Eksternalisering av problemet, visualisering av det og utforskningen av relasjoner, bidrar til å fokusere på "problemet". På et visst tidspunkt blir dette håndterbart for den enkelte, det være seg gjennom motstrategier og konstruering av alternative, foretrukne og oppnåelige (fremtidige) fortellinger. Disse kan gjøre folk i stand til å handle og få tak i livets utfordringer – bli *endringsagenter*. Ved å invitere folk til å reflektere over systemene som former deres liv, kan dette gi folk en kritisk bevissthet om kreftene som påvirker deres egen historie.

Når det gjelder **narrative identiteter knyttet til grupper**, må vi innse at de fleste av oss vokser opp med historier om visse familiemedlemmer, deres suksesser, deres feil og til og med "familiehemmeligheter". Historiene og bildene fra vår familie og slektninger, den sosiale klassen vi tilhører, kulturen vi er en del av, bidrar alle til Den Store Fortellingen, den fortellende helheten som deles av en gruppe som resulterer i en mer eller mindre felles identitet. Disse fortellingene tillater enkelt individer å utvikle ulike identiteter, avhengig av nabolag og sosial klasse eller – i vår tid - sosiale medier der vi presenterer oss selv, som enkeltpersoner og som felleskap. Her går vi inn i grenselandet mellom *identitet* og *bilde*, av hvordan vi ønsker å bli oppfattet og hvordan vi oppfattes, og hvordan vi oppfatter andre.

Om vi ønsker å **legge til rette for bevissthet og endring**, må vi forstå at jo mer lukket et samfunn er, jo mer dikterer de dominerende fortellingene normer, ofte forkledd som (nasjonale) "verdier" og "identitet". Disse inkluderer også de "overlegne vi" vs. de "dårligere dem" fortellingene. Fremveksten av populisme antyder mer lukkede samfunn.

Når det gjelder konflikter og polarisering, er den grunnleggende antagelsen at konflikter oppstår fordi det er kamp om sannheten - den sanne historien om hvem vi er eller hva som skjedde. Konflikthistoriene undersøkes ikke med utgangspunkt i fakta. I stedet ser vi på hva partene **gjør** med historiene, hva de utøver, hvordan de posisjonerer seg for å diskvalifiserer enten seg selv eller den andre, og hvilke (fiktive) ideer og diskurser holder konflikten i live.

Dominerende fortellinger kan skape onde sirkler, for eksempel når en tilfeldig historisk situasjon (oppdagelsen av et kontinent) omsettes til sosialt system (for eksempel slaveri), som kan påvirke den sosiale strukturen i hundrevis av år.



For å sette i gang en endring er det viktig å bruke tid på å utforske og eksterminere disse ulike ideene slik at partene kan bli oppmerksomme og forstå effekten av å leve i henhold til disse ideene og deres innvirkning på seg selv og på andre. Det skaper en mulighet til å motsette seg disse ideene eller i det minste forstå at de 'bare' er - ideer.

De mulige positive effektene av en intervensjon gjennom å arbeide med historier for (stigmatiserte, diskriminerte) individer eller grupper er: Bevissthet om den dominerende fortellingen, realistisk selvoppfatning, selvtillit (avslutte forholdet til tidligere / dominerende fortelling), finne alternative (fremtidige) historier, positiv holdning, planlegging, handling, og inkludering.

Kapittel 9 – Empati og sympati

Vi speiler (ubevisst) andres oppførsel eller følelser, hjernen vår er bygget for å føle en annens smerte. Om vi kjenner empati, kan vi da også manipulere eller skade andre med det? Empati synes å avvike fra sympati, men begge har en betydning for relasjoner.

Som noen forfattere (Brown, 2012) påpeker, har **empati** følgende egenskaper: å se verden gjennom andres øyne, ikke-dømmende (ikke dømme andres erfaring), forstå andres følelser (holde kontakten med våre egne følelser for å forstå andres oppførsel), uttrykke forståelse for andres følelser.

Andre (De Waal, 2009) definerer empati som tre nivåer eller lag, : «Samsvarende Tilstand (State Matching)»: Et samsvar i humør (speiling) vil fremkalle følelsesmessig smittsomhet. Rundt denne kjernen har evolusjonen ført til raffinerte kapasiteter, som å føle med den andre. «Sympatisk bekymring»: omsorg for andre uttrykkes gjennom trøst. «Oppfattelse»: tar perspektiv til den andre (vi er i stand til å forestille oss) vil føre til målrettet hjelp. Når enkeltpersoner blir fratatt et omsorgsfullt miljø å vokse opp i, er følelsesmessig regulering – nødvendig for empati – alvorlig skadet.

Det er også **et skille mellom empati og sympati**. Det kan til og med være slik at empati er *en* nøytral kapasitet: den kan brukes til det bedre eller verre, avhengig av intensjoner. Det er enkeltpersoner (f.eks. psykopater), som bruker sin empatiske evne til å plage andre.

Det er også en antagelse at empati søker informasjon om andre og bidrar til å forstå deres situasjon, mens sympati handler om faktisk bekymring for andre. Sympati er *handlingsorientert*, det har ofte sine røtter i empati, for eksempel: å forstå en som er i ferd med å drukne vil ikke hindre den andre i å drukne, å hoppe i vannet og redde den andre er en vilje. Den sympatiske handlingen er dermed *basert* på empati, innsikt og/eller beregning.



I samfunnet og politikken synes det å være en trend å misbruke empati som en sosial makt som strukturerer moralske diskurser, noe som betyr at bemyndigede personer *pålegger moralsk bekymring* eller omsorg over på 'svakere' personer. Gitt den nåværende kommunikasjonen av populistene, kan dette være en trend vi ikke bør undervurdere. Men hvis vi holder oss unna fallgruvene, har empati og sympati potensiale til samhandling og sameksistens. Vi trenger hverandre for å overleve.

Når vi lytter til andres fortellinger, må vi være klar over at lytting ikke er vår sterkeste side, og i konfliktsamtaler blir folk så tatt av sine emosjoner og følelser at lyttingen kommer til kort. (Empatisk) lytting krever fokus og oppmerksomhet. Lytting er tilsiktet (som å fortelle) og ofte knyttet til en bestemt mening eller budskap. Uoppmerksomme, distraherede lyttere kan undergrave delingen av (personlige) historier.

Å fortelle på den annen side kan være begrenset til å kun formidle. Når vi **forteller** en historie er vi også forpliktet til å motta og "lytte" (med våre øyne) etter det som skjer med vårt publikum, det være seg en person eller en gruppe. Vi må være klar over samspillet mellom fortelleren og lytteren. Når det gjelder samspillet mellom forteller og lytter, tilbys en modell (**de fire ørene**) med fire fasetter for fortellerens budskap og lytternes tolkning: *faktainformasjon, selvavsløring, relasjon og appell*. Lytteren har fire ører som vedkommende er i stand til å motta og tolke budskapet gjennom. Avhengig av hvilke av de fire ørene vedkommende prioriterer, kan samspillet variere. Å blokkere (ubevisst) for en eller flere av ørene kan endre forløpet i en samtale.

En annen modell arbeider mer praktisk inn på empatisk lytting og gjør oss oppmerksomme på **kanalene** som enten svekker eller anerkjenner fortelleren. Det er en stigende skala: *fordomsfull* (lytte til seg selv), *Lytte til likheter*, *Kritisk* (lytter etter bevis), *Empati* (for fortellerens perspektiv), og *Generativ* (innsikt, lytte etter flere muligheter).

Muntlige situasjoner er fulle av potensial for endring og transformasjon når andre - lytterne – får hjelp til å lytte.

"Dobbel lytting" er en annen praktisk tilnærming. Det betyr å lytte etter uttrykk for konflikter og etter andre historier, spesielt de elementene som kan bli en del av en mulig mothistorie. Det innebærer å lytte etter både den dominerende historien og andre mulige historier samtidig.

Dobbeltlytting krever grundig opplæring, men det kan være en verdifull tilnærming, spesielt fordi det er en sjanse til å gi tilbake en følelse av handlefrihet til partene i en konflikt, snarere enn en følelse av å være et offer for situasjonen og / eller mangel på valg.



Kapittel 10 – Kulturell og kontekstuell følsomhet

Enkeltpersoner og grupper kan komme fra samme kultur som vår, men en kan også møte enkeltpersoner fra andre kulturer, noen ganger til og med grupper bestående av ulike kulturelle bakgrunner. Om man tenker på mangfold, må man vurdere kjønn, utdanning, religion, yrke, alder og enhver mulig blanding av alt det. I tillegg påvirker "makt" og "maktforhold" også atferd individuelt og i og mellom grupper.

Kulturell følsomhet er å være klar over at kulturelle forskjeller og likheter mellom mennesker eksisterer uten å tildele dem en verdi - positiv eller negativ, bedre eller verre, rett eller galt. Kulturell følsomhet innebærer at grupper forstår og respekterer hverandres egenskaper. Dette kan være en utfordring for medlemmer av dominerende kulturer.

Kontekstuell følsomhet innebærer at folk er følsomme for stereotypier og prøver ubetinget akseptere andre. Vi kan legge til kvaliteter som perspektivtaking for å se verden slik andre ser og oppfatter den. Kontekstuell følsomme mennesker er i stand til å plukke opp følelsesmessig ladet språk, samt emosjonelle betydninger og implikasjoner. De avstår fra å bruke manipulerende språk.

Nødvendige kvaliteter for tilretteleggere ville være: respekt (tre tilbake), ydmykhet (lytte grundig til andre, være klar over våre grenser), og empati (ved å styrke den andre).

Maktforhold har alltid eksistert. Noen ganger håndheves makt på en måte som resulterer i skade, men noen ganger kommer dette forholdet fra en akseptert hierarkisk avtale (f.eks. foreldre-barn, lærer-elev, arbeidsgiver-ansatt, regjering - borgere), dette er relasjoner som *innebærer* makt, men som ikke er pålagt.

Når du arbeider med enkeltpersoner, grupper og / eller fellesskap, må du være klar over at det, på grunn av egenskapene til deltakerne, er en mulighet for at et maktforhold er tilstede, tilretteleggeren har et visst nivå av makt. En sunn maktbalanse i relasjoner kan oppnås gjennom: *Oppmerksomhet* (når begge parter føler at deres (følelsesmessige) behov er oppfylt), og *Integritet* (når hver partner opprettholder en positiv syn på seg selv og er i stand til å være seg selv i og utenfor relasjonen).

Kapittel 11 – Narrative tilnærminger og anvendt fortelling for forsoning, transformasjon og endring

Fortellinger er uløselig knyttet til hvordan folk oppfatter og prøver å forstå og tilpasse seg verden, seg selv og andre. Narrative tilnærminger og anvendt fortelling er plausible løsninger



om vi ønsker å forstå, undersøke, dekonstruere og løse konflikter. I dette kapitlet presenterer vi et utvalg av tilnærminger. Noen fokuserer mer på personlige (konflikt og traume) historier, andre mer på kollektive, sosialt og kulturelt bestemte historier og fortellinger.

Deltakende «Narrative Inquiry» (Participatory Narrative Inquiry forkortet til PNI) er en tilnærming der (grupper av) mennesker deltar i å samle (og arbeide med) historier fra *personlig* erfaring for å forstå komplekse situasjoner, arbeidets mål er bedre beslutningstaking. Det fungerer for blandede grupper og lokalsamfunn, men også for kohorter i ulike miljøer (f.eks. arbeidsledige 50+, enslige mødre, ofre for samme traumer), og det skal ikke bare være til nytte for gruppen (samhold, gjensidig forståelse, gjensidig støtte), men også den enkelte og hans / hennes individuelle beslutningstaking og (nytt) fokus.

PNI fokuserer på vurdering av verdier, tro, følelser og perspektiver gjennom gjenfortelling og tolkning av *levd erfaring*. Fakta, sannhet, bevis, mening og argument kan brukes som materiale for meningskaping, men de brukes alltid fra et perspektiv og for å *få* perspektiv. Dette fokuset definerer, former og begrenser tilnærmingen. Det som gjør PNI attraktivt er at det er en praktisk metode. Metoden ble utviklet gjennom prosjekter med fortellere, reelle behov, reelle begrensninger og samarbeidspartnere. En ting er avgjørende: "den enkelte / samfunnet (deres kunnskap / erfaringer) er ekspertisen".

PNI kan bruke faser: Planlegging (vurdering av beredskap, aktører og behov i samfunnet), Samle (og dele) historier, Forståelse av mening (felles analyse, konklusjoner, muligheter) og Formidling til samfunnet.

Game changers

Under intervensjonsstadiet, og spesielt *vedlikeholdsfasen* er kraften til pådrivere stor. Å megle gjennom dialog kan være kontraproduktivt og føre til at noen blir syndebukker eller det fyrer opp polarisering enda mer.

Inter-mekling foreslås, der de enkelte partene først kan spørre seg *selv* hvilken innsikt, hvilken holdning deres kultur, religion eller livsfilosofi står for. Hva kan de bringe inn når det gjelder konflikter? Hvordan bidrar hellige skrifter, tro, filosofiske strømninger, filosofer? Hva er en islamsk, kristen, humanistisk tilnærming til konflikt? Å søke i egne kilder, lytte til andres kilder, kan vekke inspirasjon, avklare behov, skape et nytt "oss", et nytt verdisystem. Utveksling av dette med "den andre" kan føre til bedre gjensidig forståelse.

Andre alternativer for å skape gunstige forhold er de fire *game changers*:

1. *Endre målgruppen*: depolarisering (som polarisering) går via midten. Ikke gi pådriverne oppmerksomhet. Det kan gjøres gjennom å rekruttere allierte: rollemodeller eller nøkkelpersoner i et samfunn, og andre allierte (f.eks. mødre med innflytelse).



2. *Endre emnet – "den fraværende, men implisitte"*: Depolarisasjon betyr å bevege seg radikalt bort fra identiteten til motsetningene. Emnet (eller problemet) er da for eksempel ikke "aggressiv innvandrerungdom" eller "egoistiske innfødte", men "trygghet". Det slår våpenet "frykt" eller "ondt" ut av hånden på pådriveren. Det er viktig å ikke bare lytte til problemet som er i hovedsetet, men også til "den fraværende, men implisitte": ideen er at et problem aldri er hele historien.

3. *Endring av posisjon*: I tillegg til å endre tema - og målgruppe, er *endring* av posisjon også et strategisk valg. For eksempel gjennom å lytte. Folk vil bli lyttet til. Å snakke fra en middelposisjon (f.eks. "Vi som borgere ...") peker ikke på motstandere og tar brodden ut av konflikten. Muntlige initiativer kan være til merverdi i denne prosessen.

4. *Endre tonen*: Dette er sannsynligvis det tøffeste problemet. Hvis du ønsker å dekonstruere konflikter eller depolarisere, ikke moraliser. Å stille de riktige spørsmålene er avgjørende: ikke lukkede spørsmål som "Er det eller er det ikke?" men, for eksempel, "Hva gjenkjenner du av deg selv / i ham / i henne / dem / i emnet?" Tonen i stemmen må være av reell *interesse*. Nyanser får bare sjansen etter ekte, ikke-dømmende anerkjennelse av posisjonen.

Sameksistensmodellen fokuserer på å bygge bro mellom motstridende fortellinger om grupper på en positiv måte, med fokus på fellesskap og samarbeid, eller på å finne en felles grunn. En konsekvens av dette er at denne tilnærmingen ikke tar opp den direkte konflikten som ligger til grunn for spenningen mellom de to gruppene og dilemmaene som konflikten har reist. Det er en såkalt *ikke-konfronterende* tilnærming.

Før denne prosessen kan settes i bevegelse, *må det asymmetriske forholdet* som er roten til mange konflikter identifiseres for å hindre asymmetrien som stopper muligheten for forsoning. Også her er det fortellingene om hverandre som spiller en viktig rolle. Disse fortellingene er ofte grunnlaget for *maktrelasjoner*. Asymmetriske relasjoner er noen ganger veldig synlige, men ofte er de mye mer subtile, noen ganger bare gjennom bruk av visse ord eller bilder og ikke engang alltid bevisst av de som bruker dem. Dermed kan *språket* være et viktig element. Også, hvis du arbeider med to grupper som ikke snakker samme språk, er det lurt å jobbe på et tredje, nøytralt språk. På denne måten hindrer du en av gruppene fra å ha en fordel og dermed bli dominerende. Sammensetningen av teamet av tilretteleggere er også et aspekt å se nøye på. Det er bedre å jobbe med tilretteleggere som ikke tilhører og som ikke på noen måte kan knyttes til noen av disse gruppene. Eller man kan jobbe med et større team, med representanter fra alle grupper.



Gjenopprettende rettferdighet kan brukes i flere sammenhenger enn hva det opprinnelig var ment for: rettssystemet. Gjenopprettende rettferdighet ser på kriminalitet som mer enn å bryte loven – kriminalitet skader mennesker, relasjoner og lokalsamfunn. Rettferdighet her betyr "rettferdighet" for alle under enhver omstendighet. De grunnleggende prinsippene for gjenopprettende rettferdighet er knyttet til *skade og forhold*, og det beveger seg utover den klassiske 'gjengjeldelsen'. I sammenheng med konflikt (spesielt i de fasene hvor skade er eller har blitt gjort) er det fornuftig å ta en nærmere titt på dette. Effektiv gjenopprettende rettferdighet og praksis fremmer bevissthet om hvordan andre har blitt påvirket av upassende oppførsel. Det er en prosess der de direkte berørte kommer sammen for å finne ut hva som må gjøres for å reparere skaden og forhindre gjentakelse. Dette kan føre til transformasjon av mennesker, relasjoner og lokalsamfunn. Tilnærmingen handler om å jobbe med **mennesker** i stedet for å gjøre ting **til** eller **for** dem. *En rettferdig prosess* inkluderer engasjement (involvere enkeltpersoner i beslutninger), *forklaring* (alle bør forstå hvorfor beslutninger tas), og klarering av *forventning* (alle forstår nye regler og grenser). Åpenhet for emosjoner: alle skal ha frihet til å uttrykke sine følelser, inkludert de som er negative. Prosessen kan bidra til transformasjon fordi det kan føre til grunnleggende endringer i mennesker, relasjoner og lokalsamfunn. Da er det mulig å forebygge tilbakefall, og i noen tilfeller til og med en sjanse for forsoning og reintegrasjon. Det krever en samarbeidsvillig holdning og innsats av lokalsamfunn, *regjering* og rettsvesenet.

Ikkevoldelig kommunikasjon (Nonviolent communication NVC, noen ganger kalt Collaborative Communication Samarbeidskommunikasjon) overlapper emner vi har tatt opp i de foregående kapitlene. Det stammer fra en tro på at vi alle har en evne til medfølelse og empati. Den eneste grunnen til at vi går over til vold eller skadelig atferd (verbal, psykologisk eller fysisk) overfor andre er at vi ikke kjenner til andre strategier for å nå våre behov. NVC er hovedsakelig en verbal tilnærming som kan hjelpe oss med å lede deltakerne inn i fortelling, og analysere hvordan disse historiene påvirker relasjoner og kommunikasjon. Det bidrar til å forstå atferd, og endre den mot en gunstig kommunikasjon og relasjoner.

Dialog for fredelig endring tilbyr en vurderende tilnærming - kalt **Pillars Analysis** - som kan være basert på innsamling av fortellinger. Pillars Analysis er et verktøy som kan bidra til å vurdere de viktigste spørsmålene og dynamikken som ligger til grunn for og/eller opprettholder konflikten. Hver part kan identifisere dem separat eller (i en gjenopprettelses- eller reduksjonsfase) sammen. Ved å arbeide med søylene (og historiene knyttet til problemene som er adressert) som støtter konflikten, er det en mulighet til å skape et konstruktivt momentum for å endre virkningen av konflikten.



I tillegg er det utarbeidet en sekstrinnsprosess for å **konflikt løsning** og forsoning, og reglene og rollene (til tilretteleggerne) forklares. Hvert trinn innebærer å oppsummere og avslutte og skissere neste trinn. Hovedelementet i konflikthåndtering og depolarisering er tid. Først når alle deltakerne er enige, er det mulig å gå til neste trinn.

Stadiene kort beskrevet:

Individuell fortelling: å dele sin forståelse av (konflikt) situasjon.

Felles fortelling: hver av partene tillater den andre å dele sine historier (og oppfatninger) uavbrutt, og med et åpent øre for gjensidige positive kommentarer.

Innramming av problemet: øyeblikket for å etablere nøkkel temaene. Partene inviteres til å tenke *sammen* om fordelene, og finne løsninger på de identifiserte problemene.

Kreativ problemløsning: Hver deltaker må dele sine ideer på hvordan de ville overvinne problemene og dynamikken de har anerkjent, og komme fram til en avtale. Som med de tidligere stadiene, kan mer enn ett møte være nødvendig.

Formalising av avtalen og oppfølging : Å minimere risikoen for å miste momentum.

Smelte isfjellet studere modell, ikke glemme de indirekte aktørene. De kan bli hengende etter på grunn av kommunikasjon. Det innebærer at partene involverer "sine" indirekte aktører i prosessen i tide.

Konklusjon

Hvilken narrative tilnærming vi ønsker å anvende - inkludert valget

av for eksempel innsamling av fortellinger, meningsskaping, dialog, meklings - bestemmes av konteksten: det personlige, gruppen, det sosiale, samfunnet, og så videre ... Det viser også at vi må være klar over "hvor og når" de ulike tilnærmingene kan implementeres mest konstruktivt.

Poenget med konfliktløsning og depolarisering er at vi må være fokusert på forsoning som slutt mål: det kan føre til en transformasjon, men en klar endring kan ikke nås hvis de indirekte og stedfortredende gruppene ikke har hatt mulighet til å bli informert om prosessen partene har gått gjennom. De må fordøye at partene har funnet et felles grunnlag, har inngått avtaler og har behandlet en ny, felles fremtid. Hvis ikke, lurer faren for enten varig polarisering, og ellers den skjulte faren for å vekke av gamle (og fortsatt ubehandlede) konflikter.

Fred, som en av forfatterne nevner, er *ikke* fraværet av konflikt; det er hvordan vi kan (lærer å) håndtere en rekke konflikter på en konstruktiv måte. Det er livslang læring som strekker seg fra generasjon til generasjon. Utviklingen stopper aldri.



Tilnærmingene i dette kompendiet og de praktiske øvelsene og anvendte fortelleraktivitetene vi tilbyr i CGCF-verktøykassen og retningslinjene, er forhåpentligvis verdifulle ressurser for konfliktløsning og depolarisering – om de brukes fornuftig.

Ressurser for kompendiet

Bøker

Barel, A. (2020), *Storytelling en de wereld*, Uitgeverij IT&FB Amsterdam.

Baxter C. (1997), *Burning Down the House: Essays on Fiction*, St. Paul: Graywolf.

Berger P.L., Luckmann T. (1966), *The Social Construction of Reality – A Treatise in The Sociology of Knowledge*, Anchor Books.

Boyd, B. (2009). *On the Origin of Stories: evolution, cognition and fiction*. Harvard University Press. ISBN 978-0-674-05711-1

Brandsma B. (2016), *Polarisatie – Inzicht in de dynamiek van wij-zij denken*, BB In Media. ISBN 978-90-825957-0-3.

Bregman R. (2019), *De meeste mensen deugen – Een nieuwe geschiedenis van de mens*, De Correspondent. ISBN 9789082942194, NUR 320

Brown, B. (2012), *Daring Greatly*, Penguin Books. ISBN 978-0-670-92354-0

Campbell J. (2008, 3rd edition, p.23) *The Hero With A Thousand Faces*, Pantheon Books. ISBN 978-1-57731-593-3

Chambers R. (2002), *Participatory workshops*, Earthscan/Routledge.

Craig C., Van der Sar J. (Ed.) (2019), *Handbook Part 1– Navigating Conflict and Change Dialogue for Peaceful Change*, Fourth Edition, DPC. ISBN 978-1-9161182-0-1

Dennet D.C. (2017), *From Bacteria to Bach and back – The Evolution of Minds*, Allen Lane.

De Waal F. (2009), *The Age of Empathy. Nature's Lessons For A Kinder Society*, Three Rivers Press (Random House).

De Waal F. (2019) - *Mama's Last Hug. Animal Emotions and What They Tell Us About Ourselves*, W.W. Norton & Company.

Donald M. (1991), *Origins of the Modern Mind: Three Stages in the Evolution of Culture and Cognition*, Cambridge, MA: Harvard University Press.

Dor D. (2015), *The Instruction of Imagination: Language as a Social Communication Technology*, Oxford: Oxford University Press.



- Forsyth, D. R. (2006). Group dynamics, Belmont, CA: Wadsworth
- Frankl, Viktor E. (1962) [1946]. Man's search for meaning: an introduction to logotherapy, Boston: Beacon Press. ISBN 0807014273. OCLC 68940601.
- Frijda, N. (2001). De Emoties, Een Overzicht van Onderzoek en Theorie, Prometheus. EAN: 9789035120624
- Glasl F. (2009), Konfliktmanagement. Ein Handbuch für Führungskräfte, Beraterinnen und Berater. Haupt, Bern 9. A. 2009, ISBN 978-3-258-07556-3
- Gottschall J. (2013), The Storytelling Animal: How Stories Make Us Human, Mariner Books.
- Halbwachs M. (1992), On Collective Memory, Chicago, The University of Chicago Press.
- Harari Y.N. (2015), Sapiens, A Brief History Of Humankind, Anchor Books.
- Heijne B. (2020), Mens | Onmens, Prometheus, Amsterdam.
- Huizinga L. (1949/1980), Homo Ludens, A Study of the Play Element in Culture, Routledge & Kegan Paul Ltd. Reprinted in 1980, Redwood Burne Ltd. ISBN 0 7100 0578 4
- Kurtz, C.F. (2014). Working with Stories in Your Community or Organization, Kurtz-Fernhout Publishing.
- Lakoff G. & Johnson M. (1980/2003). Metaphors we live by, The University of Chicago Press, Ch. 1-3.
- Mace J.H. (2007). Involuntary memory, Wiley-Blackwell.
- Marschall S. (2017), Tourism and Memories of Home – Migrants, Displaced People, Exiles and Diasporic Communities, Channel View Publications. E-book (Kindle) 9781845416058
- Morgan A. (2000), What is Narrative Therapy? An easy-to-read introduction, Adelaide, Dulwich Centre Publications.
- Postman, N. (2009). Teaching As a Subversive Activity. Delta.
- Rosenberg M.B. (2015), Nonviolent Communication – A Language of Life, PuddleDancer Press.
- Schipper M. (2010), In het begin was er niemand - Hoe het komt dat er mensen zijn, Bert Bakker – Amsterdam.
- Senova M. (2017) – This Human, BIS Publishers, Amsterdam.
- Simmons A. (2019), The Story Factor, Basic Books (quoted from a pre-publication document provided by the author).
- Solnit R., (2009), A Paradise Built in Hell: The extraordinary communities that arise in disaster, Viking Penguin.
- Solnit R. (2014), The Faraway Nearby, Penguin Books.



Spitzer M. (2013), Digitale Demenz: Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen, Droemer Verlag.

Van Hoof, J. (2019), Gebiologeerd Spectrum. E-book: 9789000365029

Verhaeghe, P. (2012). Identiteit, De Bezige Bij, Amsterdam.

Vogel C. (2007), The Writers Journey: Mythic Structures for Writers, Michael Wiese Productions.

Wells, G. (1986). The meaning makers: Children learning language and using language to learn, Portsmouth, NJ: Heinemann.

White M. (2007), Maps of Narrative Practice, New York: W.W. Norton & Co.

Winslade, J. & Monk, G. (2001) Narrative mediation. A new approach to conflict resolution, Jossey-Bass.

Winslade, J. & Monk, G. (2008) Practicing Narrative Mediation, San Francisco: Jossey-Bass.

Artikler

Agosto D.E. (2013), If I Had Three Wishes - The Educational and Social/Emotional Benefits of Oral Storytelling, *Storytelling, Self, Society*, Vol. 9, No. 1 pp. 53–76. Copyright 2013 by Wayne State University Press, Detroit, MI 48201

Boyd B. (2017), The evolution of stories: from mimesis to language, from fact to fiction. *WIREs Cogn Sci* 2017, e1444. doi: 10.1002/wcs.1444)

Bruner J. (2004), Life as Narrative, *social research* Vol 71 : No 3 : Fall 2004

Bugajski J. (2011), Presentation for the 2011 Annual Security Review Conference Center for Strategic and International Studies, Washington D.C.; PC.NGO/13/11 1 July 2011. Acquired 03-03-2020: <https://www.osce.org/cio/80530?download=true>

Carr, A. (2000). Michael White's narrative therapy. In A. Carr (Ed.), *Clinical psychology in Ireland, Volume 4. Family Therapy Theory, Practice and Research.* (Chapter 2) (pp. 15-38). Wales: Edwin Mellen Press.

De Waal F. (2011) – 'What is an Animal Emotion?' – The Year in Cognitive Neuroscience, *Annals of the New York Academy of Sciences* 1224: 191-206

Dor D. (2017), The role of the lie in the evolution of human language
Department of Communication, Tel Aviv University, Israel Elsevier, *Language Sciences* 63 (2017) 44–59

Dornisch L. (1950), Ricoeur's Theory of Mimesis: Implications for Literature and theology. *Journal of Literature & Theology*, Vol. j , No. _j, November 1950

Elbert, T., & Schauer, M. (2002). Burnt into memory. *Nature*, 419, 883.

Foucault, M. (1982). Afterword. The subject and power. In: Dreyfus, H. L. & Rabinow, P.: Michel Foucault. *Beyond Structuralism and Hermeneutics*, pp. 208-226. Cornwall: Harvester Wheatsheaf.



- Frühmann P. (2016), Do we need a Perfect Language or Good Stories ? An essay on language acquisition and use. In: Fictions XV-2016, Stories For Learning: Storytelling And Didactics (Tatsuki D., ed.). © Copyright 2016 by Fabrizio Serra editore, Pisa · Roma. ISBN 978-88-6227-886-7
- Gavrilovici, O. (2015). Reconciliation or co-identity re-construction? In L. Cocarta, S. Chiper & A. Sanduloviciu (Coord.). Language, Culture and Change. Vol. IV. Intergenerational, Interdisciplinary and Intercultural Bridges. Reconciliation policies and practices in the global world. (Vol. VI, pp. 25-30). Iasi, Romania: Editura Universitatii „Alexandru Ioan Cuza” din Iasi
- Gavrilovici, O., & Dronic, A. (2019). How criminal justice professionals perceive the reintegration process of minors and young adults in detention and under criminal proceedings. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 25(2), 155-157. doi:10.7537/marslsj160119.11.
- Hogg, M. A.; Williams, K. D. (2000). "From I to we: Social identity and the collective self". *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 4: 81–97. doi:10.1037/1089-2699.4.1.81.
- Howard M., Logan A., In pursuit of critical literacy: Understanding experiences of exclusion for adult literacy learners; *Adult Learner 2012 - The Irish Journal of Adult and Community Education* ISSN No. 0790-8040
- Lang, P. J., Levin, D. N., Miller, G. A., & Kozak, M. J. (1983). "Fear behavior, fear imagery, and the psychophysiology of emotion: The problem of affective response integration". *Journal of Abnormal Psychology*, 92, 276-306.
- Lunde-Whitler J.H. (2015), The Mimetic-Poetic Imagination. Boston College, REA Annual Meeting, November 6-8, 2015
- Metcalfe, J., & Jacobs, W. J. (1996). A "Hot-system/cool system" view of memory under stress. *PTSD Researcher Quarterly*, 7(2), 1-3.
- Schiff, B. (2012). The function of narrative: Toward a narrative psychology of meaning. *Narrative Works: Issues, Investigations, & Interventions* 2(1): 33-47.
- White M. (2000), Re-engaging with history: The absent but implicit. In M. White (Ed.), *Reflections on Narrative Practice: Essays and Interviews* (pp. 35-58). Adelaide Australia: Dulwich Centre Publications
- Williams, B. D. and Baumgartner, B. (2014). Standing on the shoulders of giants: Narrative practices in support of frontline community work with homelessness, mental health, and substance use. *International Journal of Child, Youth and Family Studies* 5(2): 240–25

Internett

- Adams K. and McLean K. (2013) Narrative Identity, *APS Current Directions in Psychological Science*, Reprints and permissions: www.sagepub.com/journalsPermissions.nav, DOI: 10.1177/0963721413475622, cdps.sagepub.com
- Ball P. (2019), False memories: why we experience tricks of the mind, *BBC Science Focus Magazine*. Retrieved January 2020: <https://www.sciencefocus.com/the-human-body/false-memories-tricks-of-the-mind/>
- Costello P. (2017) - <http://storywise.com/index.php/2017/12/18/notes-on-listening/>



Davey B. (2006), Restorative Justice and Practices, IIRP (International Institute for Restorative Practices), www.iirp.org/uk

De Beaugrande R. (2005) – The Story of Grammars and The Grammar of Story; Journal of Pragmatics 6 (1982) 383-422. From an uploaded internet version in 2006, 'polished for upload' by De Beaugrande (2005) that does not seem to be available anymore. We have a copy of the 'polished' version for those interested. The original article is available here:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378216682900145>

Dor D. From experience to imagination: language and its evolution as a social communication technology. Journal of Neurolinguistics. November 2016. DOI: [10.1016/j.jneuroling.2016.10.003](https://doi.org/10.1016/j.jneuroling.2016.10.003)

Ekman, P. (1999), "Basic Emotions", in Dalgleish, T; Power, M (eds.), [Handbook of Cognition and Emotion](#) (PDF), Sussex, UK: John Wiley & Sons. Retrieved March 2020 from:
<http://www.paulekman.com/wp-content/uploads/2013/07/Basic-Emotions.pdf>

Frijda, N. (2008). De Emoties, Een Overzicht van Onderzoek en Theorie. C 2008 dbnl / Nico Frijda, <http://www.dbnl.org/tekst/frij004emo01-01/colofon.htm>

Frühmann P., Frezza L., Broer Y., Mogensen L., Hamilton J. (2016), Raising Strong and Resilient Communities. A narrative and story approach to empower cooperation, cohesion and change in communities through non-formal education. Free download available on: www.rsrc.eu/outputs

Frühmann P., Frezza L., (Eds.) (2019), StoryTeller, Universal Methodology for Professionals. Erasmus+. Download available on: www.learnstorytelling.eu

Haggarty B. (2014), The Crick Crack Club, London. Retrieved from the internet March 2014:
www.crickcrackclub.com

Horsley K. (2016), <https://www.narrative4change.com> (personal website); P. Frühmann attended a workshop during the International Storytelling festival in Amsterdam

Kurtz C.F. (2013), Working with Stories in Your Community or Organization, Third Edition. Copyright 2012 Cynthia F. Kurtz. All rights reserved. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported License. Retrieved November 2014:
https://www.workingwithstories.org/WorkingWithStoriesThirdEdition_Web.pdf

Nordby H. (2008), Values, Cultural Identity and Communication: A Perspective From Philosophy of Language. Journal of Intercultural Communication, ISSN 1404-1634, issue 17, June 2008. URL:
<http://www.immi.se/intercultural/>. Retrieved February 2020

Murphy G. et al. (2018), False Memories for Fake News During Ireland's Abortion Referendum, Journals Sage Pub.com, <https://doi.org/10.1177/0956797619864887>. Retrieved January 2020

Reilly R.E. (2007), Storytelling: Pathway to Literacy, A project submitted to the Faculty of The Evergreen State College, U.S.A. Retrieved online June 2014:
http://archives.evergreen.edu/mastertheses/Accession89-10MIT/Reilly_R%20MITthesis%202007.pdf

Sherman L.W. & Strang H. (2007), "[Restorative Justice: The Evidence](#)" (PDF). University of Pennsylvania. Retrieved March 2019: https://www.iirp.edu/pdf/RJ_full_report.pdf



Shiponi L. (2014) Limor's Storytelling Agora, <http://www.thestorytailor.com>. Retrieved from the internet October 2014

Simich-Dudgeon, Carmen (1998), Classroom Strategies for Encouraging Collaborative Discussion. *Directions in Language and Education*, n12 Sum 1998.

<https://eric.ed.gov/?id=ED435188>. ERIC Number: ED435188. Retrieved 2014:
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED435188.pdf>

Wade K.A., Green S.L., Nash R.A. (2009), Can fabricated evidence induce false eyewitness testimony? Wiley Online Library, <https://doi.org/10.1002/acp.1607>, Retrieved January 2020

Annet

Fox, H. (2011). Level One Training in Narrative Therapy. Course handouts. (26-30 September 2011, Iasi, Romania). The Institute of Narrative Therapy, UK.

Gavrilovici, O. (2017). Training manual for Narrative Therapy Professional Course. Level One. Training handouts. Iasi: Psiterra Association.