SERIE: PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG & BEZIEHUNG · PDF 9

Verstehen statt bewerten.

Warum Verhalten immer Sinn ergibt – auch dann, wenn wir ihn noch nicht erkennen.

Matteo Lencioni · Systemischer & psychologischer Berater

Verhalten ergibt Sinn. Auch dann, wenn wir ihn noch nicht erkennen.

Dieser Satz ist das Fundament meiner Arbeit in der Kinder- und Jugendhilfe – und er gilt weit darüber hinaus. Wir neigen dazu, Verhalten schnell zu bewerten: unvernünftig, anstrengend, falsch. Doch jede Bewertung beendet das Nachdenken. Die Frage Warum tut dieser Mensch das? öffnet, was die Bewertung verschließt – und führt fast immer zu einer Funktion, die vorher unsichtbar war.

> ***"Sobald ich bewerte, höre ich auf zu verstehen. Sobald ich verstehen will, beginne ich zu sehen."***

Die systemische Grundhaltung

Die systemische Sicht geht davon aus, dass jedes Verhalten in seinem Kontext Sinn ergibt. Was von außen unvernünftig wirkt, ist von innen oft die beste verfügbare Lösung. Diese Haltung urteilt nicht – sie fragt nach der Funktion. Nicht: Was stimmt mit diesem Menschen nicht? Sondern: Wofür könnte dieses Verhalten gut sein?

Warum Menschen handeln, wie sie handeln

Niemand handelt grundlos. Hinter jedem Verhalten steht ein Bedürfnis, eine Erfahrung oder ein Schutz. Wer ständig kontrolliert, hat oft gelernt, dass Kontrolle Sicherheit gibt. Wer sich zurückzieht, schützt sich vielleicht vor Verletzung. Das Verhalten ist die sichtbare Spitze – die Geschichte dahinter bleibt meist verborgen.

Was sich verändert, wenn wir verstehen wollen

Sobald wir verstehen wollen, verändert sich unsere Haltung – und damit die Beziehung. Verstehen heißt nicht, alles gutzuheißen. Grenzen bleiben, Konsequenzen bleiben. Aber sie entstehen aus Verständnis statt aus Empörung. Und das spürt das Gegenüber. Verstehen entwaffnet, wo Bewertung verhärtet.

Reflexionsfragen

1. Wessen Verhalten bewertest du gerade, statt es zu verstehen?

2. Welche Funktion könnte dieses Verhalten für den anderen erfüllen?

3. Was würde sich in der Beziehung verändern, wenn du verstehen statt bewerten würdest?

Beratung & Begleitung

→ Einzel- und Paarberatung zu Beziehung, Kommunikation und Selbstentwicklung.

→ Systemische und psychologische Beratung.

→ Persönliche Gespräche – vor Ort in Bayern oder online.

→ Termin anfragen: www.matteo-lencioni-beratung.de

Weitere kostenlose Bibliotheken

→ Elternbibliothek – Verstehen, was hinter dem Verhalten von Kindern steckt.

→ Fachkräftebibliothek – Impulse für die Arbeit in der Kinder- und Jugendhilfe.

→ Persönliche Entwicklung & Beziehung – diese Reihe.

Bücher von Matteo Lencioni

→ Kinder sehen, die sonst niemand sieht – über den Blick hinter das Verhalten.

→ Starke Wurzeln – das begleitende Workbook.

→ Erhältlich über www.matteo-lencioni-beratung.de