SERIE: PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG & BEZIEHUNG · PDF 10

Wenn Menschen schwierig wirken.

Warum kaum jemand wirklich schwierig ist – sondern Geschichten in sich trägt, die wir nicht kennen.

Matteo Lencioni · Systemischer & psychologischer Berater

Die meisten Menschen sind nicht schwierig. Sie tragen Geschichten in sich, die wir nicht kennen.

Ich habe mit vielen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen gearbeitet, die als schwierig galten – und fast immer lag unter dem Verhalten eine Geschichte, die alles erklärte. Schwierig ist ein Urteil, und Urteile sagen oft mehr über den aus, der sie fällt, als über den, der sie trägt. Was uns als schwierig begegnet, ist häufig der Ausdruck einer Verletzung, einer Angst, einer Erfahrung, die dieses Verhalten einmal sinnvoll gemacht hat.

> ***"Hinter fast jedem schwierigen Verhalten steht ein Mensch, der einmal lernen musste, sich so zu schützen."***

Die Funktion von Verhalten

Auch das Verhalten, das uns am meisten fordert, erfüllt einen Zweck. Wer ständig provoziert, sucht vielleicht Kontakt, den er anders nicht herstellen kann. Wer sich verschließt, schützt sich vor einer Nähe, die einmal gefährlich war. Schwieriges Verhalten ist oft ein Hilferuf in einer Sprache, die wir nicht sofort verstehen.

Der Perspektivwechsel

Die Frage verändert alles: Statt Was stimmt mit diesem Menschen nicht? lautet sie Was hat dieser Mensch erlebt, dass er sich so verhält? Dieser Wechsel löst das Verhalten nicht in Luft auf – aber er verändert unsere Reaktion. Und oft ist genau diese veränderte Reaktion der erste Schritt aus dem festgefahrenen Muster.

Menschlichkeit statt Bewertung

Niemand wird schwierig geboren. Menschen werden, was ihre Geschichte aus ihnen gemacht hat. Das ist keine Entschuldigung für verletzendes Verhalten – Grenzen bleiben notwendig. Aber es ist eine Einladung, hinter das Verhalten zu schauen. Wer das tut, begegnet nicht einem Problem, sondern einem Menschen.

Reflexionsfragen

1. Wen erlebst du gerade als schwierig – und welche Geschichte könntest du übersehen?

_ _

2. Welche Funktion könnte das Verhalten erfüllen, das dich stört?

_ _

3. Was würde sich ändern, wenn du den Menschen hinter dem Verhalten sähst?

_ _

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