

BLATT 13 · ZU KAPITEL 13

Woher meine Regeln kommen

Zu Kapitel 13

Dieses Blatt bleibt bei dir. Es geht an keine Behörde und an keine Begutachtungsstelle. Was du in der Untersuchung sagst, entscheidest du dort.

Wenn du derzeit nicht fahren darfst, brauchst du an diesem Blatt nichts zu ändern. Teil 1 und Teil 2 schauen zurück auf die Zeit, in der du gefahren bist. Teil 3 hat mit dem Auto ohnehin nichts zu tun.

Leg deine Verstoßliste aus Kapitel 7 daneben. Teil 1 füllt sich damit fast von selbst.

Teil 1 – Meine drei Stapel

STAPEL 1 – Regeln, über die ich nie nachgedacht habe

STAPEL 2 – Regeln, die im Prinzip gelten, bei denen ich es
aber nicht immer so genau nehme

STAPEL 3 – Regeln, die ich für überzogen halte

Es müssen nicht alle Linien voll werden. Ein Stapel mit einem einzigen Eintrag ist ein Ergebnis, und ein leerer Stapel drei ist auch einer.

Nimm eine Regel von Stapel 1. Woher kommt dieses „nie“?

(Diese Zeile brauchst du in Kapitel 17.)

Und jetzt der Abgleich mit Kapitel 7. Nicht alle Eintragungen – nur die Regeln, jede einmal.

Gegen welche Regeln habe ich verstoßen?

Von _____ Eintragungen gehören zu einer Regel von ...

Stapel 1: _____ Stapel 2: _____ Stapel 3: _____

Haben die Regeln auf Stapel 2 etwas gemeinsam?

Die letzte Zeile ist die wichtigste in Teil 1. Steht dort etwas wie *kosten mich Zeit* oder *stören mich, wenn ich in Eile bin*? Dann hast du deine Rangliste in einem Satz.

Steht bei Stapel 1 eine Zahl über null, ist das der interessanteste Eintrag auf deinem ganzen Blatt. Dann hast du eine Regel gebrochen, von der du sicher warst, dass du sie nie brechen würdest. Schreib daneben, was an diesem Tag anders war.

Teil 2 – Mein Satz über die Regeln

Nimm die Regeln von Stapel 2, die auf deiner Verstoßliste stehen – höchstens drei. Wenn dort nur eine steht, lass es so stehen: Dann ist es bei dir immer dieselbe Regel, und das ist eine schärfere Auskunft als drei verschiedene.

Für jede Regel einen Block.

Die Regel _____

Wann halte ich mich dran? _____

Wann nicht? _____

Mein Satz dabei – wörtlich, so wie ich ihn denke:

Was müsste ich in dem Moment wissen, damit dieser Satz stimmt?

(Zwei weitere Blöcke dieser Art.)

Die letzte Zeile ist unbequem, und sie ist der Punkt der Übung. Schau hin: Steht dort etwas, das du am Steuer nicht wissen konntest?

Mein Satz über die Regeln – der, der bei mehr als einer auftaucht:

Teil 3 – Wo ich es sonst genauso halte

Zwei Blöcke, und der zweite ist der wichtigere.

Wo außerhalb des Autos nehme ich es mit Regeln oder Fristen
auch nicht so genau?

Mein Satz dabei – wörtlich:

Steht dieser Satz – oder einer, der ihm sehr ähnlich ist –

auch in einem meiner Blöcke aus Teil 2? ☐ ja ☐ nein

Wann ist das zuletzt vorgekommen? Datum oder Vorgang:

Die Datumszeile ist die Probe. Eine Regel, die du „eigentlich schon auch woanders“ nicht so genau nimmst, lässt sich in dreißig Sekunden hinschreiben und kostet nichts. Ein Datum kostet etwas: Du musst nachsehen. Fällt dir kein Vorgang und kein Datum ein, dann ist der Satz darüber wahrscheinlich einer, den du für richtig hältst – und keiner, den du lebst. Streich ihn und such den, zu dem dir ein Datum einfällt.

Und wo nehme ich Regeln sehr genau – im Beruf, zu Hause,
in einem Ehrenamt, beim Sport?

Warum ausgerechnet dort?

Was ist im Auto anders?

Und wenn dort einer draufschaut? Wenn der Bereich, in dem du Regeln sehr genau nimmst, nur deshalb funktioniert, weil jemand kontrolliert: Das zählt trotzdem. Kontrolle von außen ist keine Haltung, sie ist eine Bedingung – sie trägt, solange sie da ist, und im Auto ist sie nicht da. Brauchbar wird der Fund durch die nächste Frage: Was tut die Kontrolle dort eigentlich für dich? Sie erinnert dich im richtigen Moment, ohne dass du daran denken musst. Genau das ist die Aufgabe, für die du ab Teil III einen Ersatz suchst.

Und so liest du dein Ergebnis.

Steht bei der Ankreuzzeile „nein“: Deine Rangliste gilt am Steuer und sonst nirgends. Dann ist deine Arbeit auf das Auto beschränkt – auf Wege, Zeiten, Gewohnheiten. Das ist die kleinere Baustelle, und du weißt ab jetzt, wo sie liegt.

Steht dort „ja“: Derselbe Satz arbeitet an mehreren Stellen in deinem Leben. Das ist unangenehm zu lesen und trotzdem die bessere Ausgangslage: Du hast dann mehr als eine Stelle, an der du zeigen kannst, dass du es inzwischen anders machst – und brauchst nicht auf die nächste Fahrt zu warten.

Und wenn du zur zweiten Frage nichts findest: Leg das Blatt weg und komm in ein paar Tagen zurück. Wenn dann immer noch nichts dasteht, frag dieselbe Person wie in Kapitel 6. Die schaut von außen auf etwas, in dem du mittendrin stehst.

Die eine Zeile, die du mitnimmst

Auf Stapel 2 liegt bei mir vor allem, was _____.

Der Satz, mit dem ich es dorthin gelegt habe, lautet:

Heb dieses Blatt auf. Du brauchst es in Kapitel 15, in Kapitel 16 und in Kapitel 17.
Kopiervorlage im Downloadbereich.