

BLATT 21 · ZU KAPITEL 21**Mein Beleg-Protokoll***Zu Kapitel 21*

Dieses Blatt bleibt bei dir. Es geht an keine Behörde und an keine Begutachtungsstelle. Du bringst es nicht zur Untersuchung mit und du legst es dort nicht vor. Was du sagst, entscheidest du dort.

Dieses Blatt ist anders als alle anderen. Du füllst es nicht an einem Abend aus und legst es dann ab. Teil 1 machst du heute. Teil 2 läuft ab morgen. Teil 3 siehst du dir alle vier Wochen an. Teil 4 kommt drei Monate nach der jüngsten Zeile in Teil 1.

Wenn du derzeit nicht fahren darfst: Alle vier Teile gelten unverändert. In Teil 1 trägst du ein, was du außerhalb des Autos gebaut hast: die Regel von Blatt 13, Teil 3, deinen Handgriff aus Kapitel 18 und den Plan, den du in Kapitel 20 aus Blatt 12 und aus Weg 2 von Blatt 9 gemacht hast. In Teil 2 kommt bei dir eine Zeile dazu, sie steht dort.

Leg für Teil 1 nebeneinander:

- **Blatt 12**, die Auswertung – besonders *Was war an diesen Tagen vorher los?* Die Tage, die dort stehen, sind die Tage, auf die du in Teil 2 wartest.
- **Blatt 17** – deine Regeln, Teil 2
- **Blatt 18** – deine Handgriffe, Teil 2 und Teil 4
- **Blatt 19** – dein Gespräch, Teil 2 und Teil 3 (*wer seine Zeiten selbst setzt, hat dieses Blatt nicht – dann hat deine Liste eine Zeile weniger*)
- **Blatt 20** – deine Notfallpläne, Teil 3
- und, wenn du so etwas führst: Deinen **Kalender**, deinen **Touren- oder Dienstplan**, den **Anrufverlauf** deines Telefons

Blatt 8 legst du nicht dazu – Kapitel 20 hat es zum letzten Mal gebraucht. Blatt 7 und Blatt 15 bleiben im Stapel; die brauchst du noch einmal in Kapitel 22 – Blatt 7 außerdem in Kapitel 24.

Teil 1 – Die Anfangsliste

Einmal ausfüllen, heute. **Für jede Sache eine eigene Zeile** – auch wenn zwei am selben Tag entstanden sind. Such das Datum, bevor du schätzt; wenn du es nicht findest, schreib *etwa* davor.

Was gilt	Seit wann	Woher ich
(Regel mit Bauart · Handgriff ·	(Tag.Monat.	das Datum
Gespräch · Plan – mit Blatt)	Jahr, oder	habe
	„etwa ...“)	

_____	_____	_____
_____	_____	_____

Zusammen sind das _____ Zeilen. Davon Regeln: _____

Und das hier ist bisher noch gar nicht drangekommen:

Zur Zeile *Davon Regeln*: Kapitel 17 sagt, zwei oder drei reichen; mehr auf einmal ist zu viel. Wenn du hier auf vier kommst, sieh nach, ob dir das bewusst war. Ein Handgriff, den du zurückgestellt hast, senkt die Zahl nicht – er hing ohnehin an einer Regel, die schon stand.

Zur letzten Zeile: Sie ist die unangenehmste und die nützlichste. Etwas zu bauen, für das es bisher keine Gelegenheit gab, kommt vor. Du solltest nur wissen, was es ist.

Teil 2 – Das laufende Protokoll

Eine Zeile für jeden Tag, der eine verdient. **Nicht für jeden Tag.** Die meisten stehen hier nie.

Datum (mit Jahr) · Wochentag _____

Sorte: ☐ eng, und es hat gehalten

☐ gehalten, und es hat nicht gereicht

☐ nicht gehalten

☐ jemand hat etwas gesagt oder getan

Was los war und was ich getan habe – zwei, drei Zeilen,
so wie es war:

Woher ich das Datum habe:

☐ Kalender ☐ Dienstplan ☐ Nachricht

☐ Quittung ☐ jemand hat mich daran erinnert

☐ aus dem Kopf

Welche Regel, welcher Handgriff, welcher Plan

(Blatt und Nummer): _____

(bei „jemand hat etwas gesagt oder getan“ oft leer,
und das ist richtig so)

Nachgebessert am (Blatt 23): _____

(bleibt leer, solange nichts nachgebessert ist –

und bei „jemand hat etwas gesagt oder getan“ immer)

Zur zweiten Sorte: Die kennst du aus Blatt 17, Teil 4. Halt fest, was danach kam: Dein zweiter Schritt aus Blatt 20, wenn du ihn gebraucht hast.

Zur dritten Sorte: Dieselbe Länge, derselbe Ton. Nicht ausführlicher als die anderen und nicht kürzer. Was du damit machst, steht in Kapitel 23; hier wird nur festgehalten, dass es war.

Zur vierten Sorte: Im Wortlaut, noch am selben Abend. Solche Sätze fallen einmal und sind eine Woche später weg. Und frag nicht nach, *ob* sich etwas geändert hat – eine Antwort darauf ist nichts wert.

Zur Herkunftszeile: Sie steht schon in Teil 1, und sie steht aus demselben Grund auch hier. Ein Tag, dessen Datum aus einem Kalender, einem Dienstplan oder einer Nachricht kommt, ist ein Tag, den es gegeben hat. Ein Tag aus dem Kopf kann auch ein Tag sein, den du gebraucht hast, weil in deinem Protokoll eine Sorte fehlte. Kreuz ruhig *aus dem Kopf* an – die meisten Zeilen werden so anfangen. Aber sieh dir nach drei Monaten an, wie viele es sind. Steht dort fast überall *aus dem Kopf*, führst du kein Protokoll, sondern schreibst eine Erinnerung auf.

Wenn du derzeit nicht fahren darfst, kommt eine Zeile dazu:

War das innerhalb oder außerhalb des Autos?

☐ außerhalb ☐ am Steuer (seit ich wieder fahre)

Teil 3 – Was sonst noch anders ist

Alle vier Wochen, fünf Minuten. Hier steht, was auf keinem der anderen Blätter steht.

Zeitraum: von _____ bis _____

Zeilen in Teil 2 in diesem Zeitraum:

eng und gehalten _____

gehalten und nicht gereicht _____

nicht gehalten _____

jemand hat etwas gesagt oder getan _____

Welche Sorte fehlt bei mir? _____

Was sich sonst verändert hat, ohne dass es auf einem
Blatt steht (abgegeben, umgestellt, nicht mehr gemacht):

Und was nicht mehr vorkommt – mit Datum:

Seit _____ nicht mehr vorgekommen:

Zur fehlenden Sorte: Fehlt *nicht gehalten*, ist dein Protokoll wahrscheinlich noch sehr jung; sieh in vier Wochen wieder nach. Fehlt *jemand hat etwas gesagt oder getan*, hat vermutlich niemand einen Anlass gehabt, etwas zu bemerken – das ist kein Grund, jemanden zu fragen. Warte ab. Solche Sätze kommen nach Monaten, nicht nach Wochen. Fehlt *eng und gehalten*, sieh dir den Abschnitt „Wenn wochenlang nichts passiert“ im Kapitel an; es gibt dafür drei Erklärungen, und zwei davon sind gute.

Zur letzten Zeile: Ein Ausbleiben ist ein Beleg, wenn du sagen kannst, was ausbleibt und seit wann. „Seit dem 28. Oktober nicht mehr vorgekommen: dass ich morgens ohne Puffer losfahre“ ist eine Aussage. „Läuft besser“ ist keine. Und prüf den Zeitraum gegen deine eigenen Zeilen in Teil 2 – steht dort etwas Gegenteiliges, gilt das jüngere Datum.

Teil 4 – Der Rückblick nach drei Monaten

Nicht bewerten. Nur lesen, was dasteht.

Rückblick am (drei Monate nach meiner jüngsten

Zeile in Teil 1): _____

Meine älteste Zeile ist vom _____, meine jüngste vom _____

Der Tag, an dem es am engsten war: _____

Was ich da getan habe:

Der Tag, an dem es nicht gehalten hat und der mir am

meisten zu denken gibt: _____

Was jemand anderes gesagt oder getan hat, das ich mir
nicht selbst hätte sagen können:

Kostet mich etwas davon noch Anstrengung? ☐ ja ☐ nein

Wenn ja, was? _____

Wenn du später etwas nachträgst: Kommt in Kapitel 23 eine neue Zeile in deine Anfangsliste, rechnet der Rückblick ab dieser Zeile. Er verschiebt sich dann nach hinten – das ist richtig so, weil er zeigen soll, ob das Neueste hält.

Die letzte Frage ist der eigentliche Maßstab. Was keine Anstrengung mehr kostet, ist auf dem Weg, eine Gewohnheit zu werden. Was noch welche kostet, ist deshalb nicht schlechter – es ist nur jünger.

Danach führst du Teil 2 auf einem neuen Blatt weiter und machst den Rückblick alle drei Monate.

Heb dieses Blatt auf, und führ es weiter. **Du brauchst es in Kapitel 22**, wenn du eine alte Annahme nachprüfst, **in Kapitel 23**, wenn du mit den Tagen arbeitest, an denen es nicht gehalten hat, und in **Kapitel 25** für den Rückblick aus Teil 4. Und du wirst froh sein, es zu haben, wenn du dich in einem Jahr selbst fragst, seit wann du das eigentlich machst. *Kopiervorlage im Anhang und im Downloadbereich. Nimm für Teil 2 mehrere Blätter – eines reicht nicht.*