

Meine Taten

Dieses Blatt bleibt bei dir. Du gibst es keiner Behörde und keiner Begutachtungsstelle, und du bewahrst es so auf, dass niemand es ohne dich liest. Was du in der Untersuchung sagst, entscheidest du dort.

Auf dieses Blatt kommen nur Taten, die in deinen Papieren stehen. Keine Namen anderer Menschen, nur wer sie für dich waren: ein Fremder, meine Schwester, ein Kollege. Läuft zu einer Tat noch ein Verfahren, schreibst du nur Datum und Stand auf und sprichst mit deinem Anwalt.

Wann du es ausfüllst: an zwei Abenden, mit deinen Papieren daneben. Die älteste Tat zuerst.

Wie viele Blöcke: einen je Tat. Bestand eine Tat aus mehreren Momenten, an denen du hättest aufhören können, bekommt jeder Moment einen eigenen Block. Kopier dir so viele Blöcke, wie du brauchst.

Wenn du deinen Führerschein nicht mehr hast: Das Blatt gilt unverändert.

Ein Block je Tat

TAT NR. _____

Datum _____ Hatte mit einem Auto zu tun? ☐ ja ☐ nein

Ausgegangen mit: ☐ Urteil ☐ Strafbefehl ☐ Einstellung
☐ läuft noch → nur Datum und Stand, sonst nichts

Wo es steht (Papier, Seite): _____

☐ Papier fehlt, angefordert am _____

1 Was im Papier steht – abgeschrieben, kurz

2 Was ich davon anders erinnere

3 Was ich sicher weiß

4 Was an dem Tag vorher war – die Stunden davor

5 Was ich in dem Moment wollte

6 Wer dabei war – keine Namen

7 Woran jemand anders hätte merken können,
dass es gleich passiert

War Alkohol oder etwas anderes im Spiel? ☐ nein ☐ ja

Zu Zeile 2 und 3. Wenn Papier und Erinnerung übereinstimmen, bleibt Zeile 2 leer. Zeile 3 bleibt nie leer. Steht dort nur „Ich weiß es nicht mehr“, dann schreib das hin.

Zu Zeile 5. Schreib auf, was du wolltest, nicht, was du hättest wollen sollen. Ein Satz, in deinen Worten.

Zu Zeile 7. Was man hätte sehen oder hören können, nicht, was du gefühlt hast. „Aus dem Nichts“ ist hier keine Antwort.

Zur letzten Zeile. Steht dort bei einer Tat „ja“, dann gilt der Abzweig aus Kapitel 6: Neben dieses Buch gehört das Buch dieser Reihe über Alkohol oder über Drogen.

Quer gelesen

Am Tag nach dem letzten Block. Lies Zeile für Zeile über alle Taten hinweg.

Taten insgesamt: _____ davon mit Auto _____ ohne Auto _____

Was in Zeile 4 (vorher) mehr als einmal vorkommt:

Was in Zeile 5 (wollte) mehr als einmal vorkommt:

Wer mehr als einmal das Gegenüber war – welche Art Mensch:

Bei wie vielen Taten Papier und Erinnerung auseinandergehen: _____

Und in welche Richtung? ☐ meine Fassung ist milder

☐ meine Fassung ist härter

☐ mal so, mal so

Zurück zur Weiche (Blatt 6):

- ☐ Fall 1 Weg der Regel, aber in Zeile 5 zweimal oder öfter
„es ihm zeigen“, „nicht klein begeben“, „dass der aufhört“
→ Block 2 noch einmal lesen
- ☐ Fall 2 Taten in verschiedenen Lebensbereichen und
Lebensabschnitten → Block 3 noch einmal lesen,
Frage mit in Kapitel 8
- ☐ Fall 3 „Ganz ruhig“, aber in Zeile 7 laut, rot, schnell,
zitternd → Block 2 noch einmal lesen
- ☐ keiner der drei Fälle – Ergebnis bleibt vorerst stehen

Wenn in Zeile 5 nichts mehr als einmal vorkommt: Lies die Zeile noch einmal und frag dich nicht, ob dieselben Worte dastehen, sondern ob dasselbe gemeint ist. „Dass der Ruhe gibt“ und „dass der kapiert, wie man fährt“ sind verschiedene Worte und meinen dasselbe: Der andere soll aufhören.