

In der EZ 4/21 standen Wünsche von LeserInnen für weitere Artikel in der EZ, darunter eins zum Thema **Verantwortungsübernahme**. Das Thema hat mich angesprochen – denn hier geht es auch ums Thema **Mut**. Mutig zu sein, sich einzumischen und Verantwortung zu übernehmen. Und mutig zu sein, dem Gegenüber die Verantwortung für sein Leben und seine Entscheidungen zu überlassen.

Insbesondere im Umgang mit vermeintlich unerfahrenen, unvernünftigen, nichtkompetenten, jungen oder alten Menschen ist die Einschätzung, wo unsere Verantwortung anfängt und aufhört, herausfordernd.

Beispiele:

Die 85-jährige Mutter möchte in ihrem Haus bleiben und keine Hilfen wie Pflegedienst, Essen auf Rädern, Gehhilfen, Medikamente oder Umzug in ein Altenheim in Anspruch nehmen. Kann ich die alte Dame selber entscheiden lassen und ihr „zumuten“, dass sie zu Hause medizinisch und sozial eventuell nicht so gut versorgt ist? Oder muss ich einschreiten?

Die 16-jährige Tochter will im Winter bei Schneeregen und Minusgraden mit nabelfreiem Pullover und Stoffturnschuhen nach draußen gehen. Muss ich auf wintertaugliche Kleidung pochen oder kann ich dem „Kind“ vertrauen und ihr die Konsequenzen ihres Tuns „zumuten“, wie zu frieren, nass und eventuell sogar krank zu werden? „Zumuten“ im Sinne von: Etwas ihrem „Mut“ zutrauen

Wann und wie kann ich Menschen die Verantwortung für ihr Leben übertragen und die möglichen unangenehmen Folgen dieser Entscheidungen aushalten – ohne nachträgliche besserwisserische Kommentare wie: „Ich habe es dir ja gleich gesagt“?

Das sind spannende Fragen.

Zur Orientierung, wo meine Verantwortung anfängt und aufhört, gibt es einen hilfreichen Klärungsprozess. Denn bei den meisten Fragestellungen gibt es keine klare Regeln. Fragt man zehn Leute, bekommt man mindestens zehn verschiedene Antworten. Was ist das Maß für die richtige Entscheidung? Genau darum geht es – um das eigene Maß.

Folgende Fragen helfen, das eigene Maß zu erkennen.



Ein Kind spielt mit dem Ball. Was tun, wenn es sich dabei in Gefahr begibt?

Das eigene Maß erkennen

Selber handeln oder anderen die Verantwortung für ihr Leben lassen? Gedanken von **Dr. Stephanie Schnichels**

1. Was würde im schlimmsten Fall passieren, wenn ... ?
(Worst-Case-Szenario – „Katastrophenfrage“)

2. Kann ich das verantworten?
Zur Veranschaulichung ein Beispiel:

Nach anstrengenden Arbeitswochen sitzen Sie endlich im Urlaub im Liegestuhl und möchten ausspannen. Ein vierjähriges Kind spielt ein paar Meter vor Ihnen an einer hohen Felsklippe mit dem Ball.

Wie gehen Sie damit um? Greifen Sie ein oder geben Sie Ihrer Müdigkeit nach und lassen das Kind dort weiterspielen?

Die erste Frage zielt auf das Worst-Case-Szenario ab:

1. Was würde im schlimmsten Fall passieren, wenn Sie dem Kind die Verantwortung für sein Tun (hier Spielen an der Klippe) überließe und es dort weiter Ball spielen ließe?

Antwort: Das Kind fällt herunter und ist tot.

Die zweite Frage:

2. Können Sie das verantworten?

Ihre Antwort lautet ziemlich sicher: Nein.

Egal wie müde und erschöpft Sie sind, Sie könnten es nicht verantworten, nicht einzugreifen. Sie müssen das Kind von der Klippe wegziehen. Nichts zu tun hätte zu gravierenden, nicht rückgängig zu machenden Folgen. Sie greifen ein – aus einer beschützenden Energie/Kraft (protective force nach Marshall Rosenberg). Sie könnten ein Nicht-Eingreifen nicht verantworten.

Zweites Beispiel:

Die neue, junge Kollegin soll vor der Chefin und dem Team einen PowerPoint-Vortrag halten. Sie haben sie schon zweimal auf zwei faktische Fehler in ihrer Präsentation aufmerksam gemacht und ihr zudem geraten, ein paar Folien rauszunehmen, da es sonst zu lange dauere und die Chefin ungeduldig werde. Doch die neue Kollegin sagt, dass sei so richtig und bleibt bei ihrer PowerPoint-Version.

1. Was würde im schlimmsten Fall passieren, wenn Sie die junge Kollegin trotz Ihrer Bedenken ihre Version vortragen lassen?

Antwort: Sie würde wahrscheinlich Kritik und negatives Feedback von der Chefin und vom Team bekommen.

2. Können Sie das verantworten?
Ihre Antwort lautet wahrscheinlich: Ja.

Es ist keine angenehme Erfahrung für die junge Kollegin. Zugleich ist sie eine erwachsene, kompetente Person und sie würde die Kritik „überleben“. Und vielleicht sogar (was aber nicht Ihr Ziel ist) etwas daraus lernen.

Wenn wir beide Fälle miteinander vergleichen – das sich selbst gefährdende Kind und die in unseren Augen „uneinsichtige“ Kollegin – merken wir sofort den Unterschied.

Im ersten Fall helfen wir – unabhängig von unserem eigenen, noch so erschöpften Zustand. Bei der Kollegin spüren wir keine vergleichbare Dringlichkeit und keinen „notwendigen“ (im wahrsten Sinne des Wortes) Handlungsbedarf.

Mit der Analyse des Worst-Case-Szenarios und dem sich daraus ergebenden Maß an Verantwortung haben wir eine Orientierungshilfe zur Hand, ob es dringlich und sinnvoll ist, Kraft und Energie in eine Handlung zu setzen oder im anderen Fall nicht einzuschreiten, weil es außerhalb unseres Verantwortungsbereichs liegt. Zu diesen Unterscheidungen gehört Mut, insbesondere Mut, zum eigenen Maß und der eigenen Stimmigkeit zu stehen.

Verändern wir die Ausgangslage ein bisschen, verändert sich auch sofort das persönliche Maß.

Nehmen wir an, es wäre diesmal nur eine kleine, dreißig Zentimeter hohe „Klippe“ mit einer relativ weichen Gras- oder Sandfläche unterhalb und ich hätte das Kind bereits mehrfach von der Stelle weggezogen, es sei aber immer wieder dahin zurückgekehrt, dann kann es gut sein, dass ich die zwei Fragen diesmal anders beantworte.

1. Frage (Wort-Case-Szenario): Was würde im schlimmsten Fall passieren?

Das Kind fällt runter und zieht sich eine leichte Prellung oder blaue Flecken zu.

2. Kann ich das verantworten?

Ja. Der Sturz ist nicht angenehm, aber dem Kind zumutbar. Und vielleicht lernt es ja dadurch, dass es besser aufpassen muss, wo es spielt, und bekommt eine bessere Selbsteinschätzung.

Hier weitere Beispiele zum Ausprobieren der Worst-Case-Fragen und zum Erkennen des persönlichen Maßes. Sollen wir eingreifen oder

nicht? Wahrscheinlich wird jede(r) diese Fragen anders beantworten.

- Der 14-jährige Sohn macht keine Hausaufgaben. Er droht durchzufallen und die Klasse zu wiederholen.

- Der 87-jährige, nicht mehr so reaktions-schnelle Vater fährt weiter Auto.

- Der/die PartnerIn hat chronische Rückenschmerzen, die gemeinsame Unternehmungen verhindern. Er/sie hat ein Rezept für Physiotherapie, aber entscheidet sich, dass er/sie keine Zeit dafür hat.

- Die alte, demente Mutter möchte zwei verschiedene Schuhe zum Spaziergang anziehen.

- Ein nahestehender Mensch hat eine Krebserkrankung und möchte eine für mich unseriöse medizinische Behandlung durchführen.

Alles Beispiele, bei denen es kein Richtig und Falsch gibt. Es gibt nur eine individuelle Verantwortungseinschätzung, eine eigene, innere Stimmigkeit und ein persönliches Maß.

Von Konfuzius gibt es einen schönen Satz.

Der Mensch hat dreierlei Wege,
klug zu handeln

durch Nachdenken,
das ist das Edelste

durch Nachahmen
das ist das Leichteste

durch Erfahrung
das ist das Bitterste.

Konfuzius

Manchmal greifen wir ein, auch wenn uns das Selbstbestimmungsbedürfnis des Gegenübers wichtig ist. Und ein andermal lassen wir die Verantwortung beim Gegenüber. Wir hätten dem Gegenüber und uns gerne die Konsequenzen seiner Entscheidung erspart, da sie unserer Meinung nach unerfreulich, vermeidbar und selbstschädigend sind (das Sitzenbleiben des Sohnes, die Blasenentzündung der zu dünn bekleideten Tochter ...). Doch wir könnten es verantworten und trauen dem Gegenüber zu, mit den Folgen seiner Entscheidungen (keine Hausaufgaben zu machen, dünne Kleidung im Winter zu tragen ...) umzugehen.

Nicht selten erleben wir, dass Mitmenschen oder auch wir selbst die ersten beiden der von Konfuzius benannten Varianten (Nachdenken und Nachahmen) aussparen.

Wir wollen – bewusst oder unbewusst – Dinge erfahren und auf spürbare Weise Erkenntnisse gewinnen. Diese bitteren Erfahrungen sind, wie wir sicher alle aus eigener Erfahrung kennen, nicht selten das Wirksamste und Überzeugendste.

Zum Abschluss noch eine kleine Geschichte. Denn was wirklich bitter ist und was nicht, ist relativ.

Ein alter Mann und sein Sohn bestellten gemeinsam ihren kleinen Hof. Sie hatten nur ein Pferd, das den Pflug zog. Eines Tages lief das Pferd fort.

„Wie schrecklich!“, sagten die Nachbarn, „welch ein Unglück.“

„Wer weiß, ob Glück oder Unglück“, erwiderte der alte Bauer.

Eine Woche später kehrte das Pferd aus den Bergen zurück. Es brachte fünf wilde Pferde mit in den Stall.

„Wie wunderbar!“, sagten die Nachbarn, „welch ein Glück.“

„Glück oder Unglück? Wer weiß“, sagte der Alte.

Am nächsten Morgen wollte der Sohn eines der wilden Pferde zähmen. Er stürzte und brach sich ein Bein.

„Wie schrecklich!“ sagten die Nachbarn, „Welch ein Unglück!“

Der Bauer antwortet nur: „Glück oder Unglück?“

Drei Tage später kamen die Soldaten ins Dorf und holten alle jungen Männer in den Krieg. Den Sohn des Bauern konnten sie nicht brauchen. Er blieb als einziger verschont.

Glück oder Unglück. Wer weiß das schon!

[Aus: Der Pfad des friedvollen Kriegers, von Dan Millman]

In diesem Sinne viel Freude beim mutigen Ausprobieren und Erkennen des persönlichen Maßes und der eigenen Verantwortlichkeit. ●