

Es ist an der Zeit, sich selbst zu prüfen!

Warum wir fremdem Zählen, Messen und Wiegen mehr Vertrauen als uns selbst.

Wir Menschen haben eine lange Geschichte mit dem Messen und dem Prüfen. Meist unterziehen wir uns Prüfungen, um dazuzugehören. Um nicht alleine zu sein, strengen wir uns an und erfüllen Anforderungen, die nicht aus uns selbst kommen. Die meisten Prüfungen finden in Abhängigkeitssituationen statt. Jemand ist älter, weiß mehr, sitzt auf einer Machtposition. Es sind meine Eltern, meine Lehrer, mein Chef, der Gesetzgeber oder eine Prüfinstanz. Dies berechtigt ihn in Prüfsituationen meistens über das Wissen, die Qualität oder sogar die Zugehörigkeit zu entscheiden. Mir sind kaum Menschen bekannt, die sich in ihrem Leben an mehr als eine Hand voll erbaulicher Prüfungserfahrungen erinnern können. Mir ging es ebenso.

Bis ich mich auf den Weg gemacht habe um zu verstehen, wie eine Prüfkultur aussehen könnte, die mich zugehörig fühlen lässt, die mein aktuelles Wissen wertschätzt und die meine Qualitäten sieht und fördert. Und ich habe sehr lange gebraucht zu erkennen, dass ich darüber entscheide, wie ich geprüft werden will. Denn Prüfungen, denen ich mich stelle, sind meine Wahl.

Das hört sich auf den ersten Eindruck verwegen an. Wie soll ein Kind, das frei lernen will, wählen, ob es benotet wird? Wie soll eine Schülerin, die ihre Lebensaufgabe entdecken möchte, wählen, welchem Schulabschluss sie sich unterziehen möchte? Wie soll ein Erwachsener, der gerne seine Lebenskraft in den Dienst der Gemeinschaft und Gesellschaft stellen will wählen, was er in einem Bewerbungsgespräch gefragt werden möchte, um genau dies zu tun?

Die Geschichte unserer Prüfungserfahrungen beginnt mit unserem ersten Atemzug. Schaffen wir es, durch Schreien unsere Lungen zu aktivieren? Ist jemand da, der mich nährt und Geborgenheit schenkt? Unterstützt mich jemand, dass mich mein immer wieder Hinfallen nicht hindert, laufen zu lernen? Mögen mich die Kinder und die Erzieherin im Kindergarten? Strenge ich mich genug an, um dem Lehrer zu gefallen? Haben meine Eltern Verständnis für meine Lernschritte? Eignet sich nun mein Rackern für den Schulabschluss dafür, dass ich mit Lebensfreude meine Gaben in die Welt bringen kann?

Jeder Mensch hat diese Erfahrungen mit entscheidenden Situationen. Diese speichern sich in unserem emotionalen Körper. Und die Art und Weise, wie mit diesen Situationen umgegangen wird, kreiert unsere Meinung und Haltung zu Prüfungen. Solange wir noch klein und abhängig sind, passiert es leicht, dass wir uns als Opfer dieser Entscheidungen fühlen. Als Erwachsener jedoch kann ich entscheiden, ob ich dieses endlose Spiel von Opfer als Geprüfter, von Täter als Prüfender oder die Hoffnung auf den Retter, der mir hilft, dieses „Martyrium“ zu überstehen, beende. Durchschaue ich dieses Spiel nicht, werde ich später lediglich die Rollen wechseln, jedoch nicht meine Haltung und meine Meinung zum Prüfen ändern.

Da dieses Spiel auf der Beziehungsebene unbewusst abläuft, generiert es Unverantwortung.¹ Alle spielen mit und hoffen, dass das Spiel bald vorüber ist². Doch dieses Spiel endet nie. Wir Menschen leben aktuell in dem größten Verantwortungsverschiebepark aller Zeiten³.

Doch es gibt eine Möglichkeit! Wir Menschen können dieses Spiel mit einer einfachen Entscheidung beenden: indem ich mich entscheide, mich selbst zu prüfen. Ich betrachte meine Prüfbiografie und stelle fest. In einer ersten Phase „werde ich geprüft“. Da bin ich im Status des Kindes und abhängig. Wenn ich in dieser Phase meinen Willen nicht ganz verliere, regt sich spätestens in der Pubertät derjenige, der diese Abhängigkeiten durchbrechen möchte. Ich habe diese zweite Phase: „So lass ich mich nicht prüfen!“⁴ genannt. Diese Phase ist wichtig, weil ich zumindest emotional spüre, dass diese Abhängigkeitskonstruktionen so nicht mehr korrekt sind. Und ich nutze meine Wutkraft, um mich abzugrenzen. Doch dadurch, dass ich mich nur dagegen wende, bleibe ich immer noch in diesem

¹ Stefan Ackermann: Wirkungsmessung in sozialen Organisationen (<http://socialcert-gmbh.de/wissen/praktisches/>)

² Sarah Lesch: Testament <https://www.youtube.com/watch?v=pBLJNe8hsKE>

³ Harald Lesch: Die Menschheit schafft sich ab.

⁴ <http://www.so-lass-ich-mich-nicht-pruefen.de/>

unbewussten Spiel verfangen. Aber dies nur so lange, bis die dritte Phase auftaucht: „So will ich geprüft werden!“

Und hier kann etwas Magisches passieren. Ich setze meine bewusste Wutkraft ein, um mich selbst zu prüfen und einen Raum herzustellen, indem mir dies gelingt. Und anstatt das Opfer oder inzwischen vielleicht sogar der Täter in diesem unbewussten Spiel zu sein, setze ich meine bewusste Traurigkeit ein. Ich drücke meinen Schmerz über diese Übergriffigkeit aus. Und zwar nicht bei jemandem dritten, sondern Auge in Auge. Ich drücke meine Traurigkeit darüber aus, alleine und hilflos zu sein.⁵ Und anstatt mich meiner Angst ausgeliefert zu fühlen, um regressiv zu kollabieren oder repressiv die Prüfung strategisch zu bestehen durch unerlaubte Hilfsmittel, öffne ich den Raum in etwas Unbekanntes: ich nutze den Prüfungsraum, um mich bewusst selbst zu prüfen – und zwar unabhängig davon, wie sich der Prüfende verhält.

In diesem Moment bleibe ich bei mir, ich verantwortete mein Verhalten in dieser Situation. Und ich nutze diese Gelegenheit, um mir selbst Rechenschaft abzugeben darüber, ob es das ist, was ich wirklich will. Dies kann auf der einen Seite dazu führen, dass sich die Prüfungssituation verlässt, wenn der Prüfende mich nicht dabei unterstützt oder kein Interesse zeigt herauszubekommen, was ich wirklich kann und will. Und dies kann dazu führen, dass in diesem Raum wieder etwas Magisches passiert, wenn wir uns auf Augenhöhe begegnen: wir erkennen, dass sich die Prüfung, also das „Prinzip Prüfen“ selbst prüft. Denn wir sind beide auch nur Mitspieler in dem großen Spiel, das die vierte Phase kennzeichnet: „So prüft mich das Leben!“

Betreten der Prüfende wie auch der Geprüfte diesen Raum, können wir erkennen und erleben, dass Prüfung als Prinzip immer anwesend ist. Denn es ist lediglich eine unbewusste Gewohnheit, das Gewinnen-Verliert-Spiel in Prüfungssituationen immer noch weiter zu spielen. Und es könnte eine bewusste Entscheidung sein, „Gewinnen geschieht“ zu spielen⁶.

Es ist nämlich eine verkürzte Annahme, dass der Prüfende selber nicht geprüft wird. Er hat die Verantwortung, eine Initiation zu ermöglichen, die er (bestenfalls) bereits hinter sich hat. Und er hat dabei die Verantwortung, ob der Prozess, die Beziehungsgestaltung und seine Haltung dazu geeignet sind, den Prüfenden in seine neue Kompetenz zu initiieren. Denn letztlich weiß nur der Geprüfte selbst, ob er sich in seiner selbst gewählten Aufgabe (ge)würdig(t) fühlt. Und es ist meine Verantwortung als Geprüfter, ein Gefühl und ein Gespür dafür zu entwickeln, ob das stimmig ist, was ich tue.

Da unsere aktuelle Prüfkultur nicht dazu beiträgt, dieses Gespür dafür zu entwickeln, ist es nun an der Zeit, sich selbst zu prüfen: spiele ich das alte Spiel von Opfer, Täter und Retter weiter mit – oder steige ich aus. Und es gibt nur einen der diese Prüfung vollziehen kann. Das bin ich. Und es gibt auch nur einen, der diese Entscheidung verantwortet. Das bin ich.

Das Leben prüft uns andauernd, ob wir erwachsen werden wollen, also Abhängigkeitssituationen entwachsen. Das bedeutet, das Leben prüft mich immer wieder, bis ich in der Lage bin, Verantwortung, und zwar radikale Verantwortung für mein Denken, Fühlen und Handeln zu übernehmen.

Das Spiel der unbewussten Prüfkultur wird so lange weiter gespielt, bis ich bereit bin, mich selbst zu prüfen, ob ich dieses Spiel weiter mitspielen möchte.

Die stationären Hospize in Niedersachsen haben sich auf diesen langen Weg begeben. Sie wollen sich selbst prüfen! Sie dienen dabei den Sterbenden, verpflichten sich den im Prüfleitfaden formulierten Werten, nutzen ihr selbst aufgebautes Qualitätsmanagementsystem⁷, um dieser Verantwortung nachzukommen und laden freiwillig ein zum Feedback durch das Gütesiegel stationäres Hospiz.⁸

⁵ Ist Ihnen schon mal aufgefallen, dass jede Prüfsituation alleine bewältigt werden muss? Selbst bis in die Dissertation und Habilitation hinein, wo eigentlich alle Ergebnisse gemeinsam entstehen, muss ich meinen Anteil nachweisen.

⁶ Clinton Callahan: Die Kraft des bewussten Fühlens. S.256

⁷ Hier unterstützt das GAB Verfahren: <http://www.gab-verfahren.de/de/list-310-home.htm>

⁸ <http://socialcert-gmbh.de/angebote/guetesiegel-fuer-stationaere-hospize/> ;
<https://www.hospiz-nds.de/themen/guetesiegel-stationaeres-hospiz/informationen/>