

Persönlichkeit - Mach's den Anderen Recht!

Christian Nourney | Jan 13, 2026 | Persönlichkeit



Was macht der Inhalt der Überschrift mit Ihnen? Stimmen Sie zu, oder fühlen Sie sich angegriffen, weil Sie das natürlich nicht tun? Oder gibt es für Sie vielleicht ein Ja und ein Nein, je nach Situation? Und wie weit gehen Sie für sich persönlich, falls Sie in bestimmten Situationen Anderen Recht geben? Und steht für Sie die Frage im Raum, was eigentlich "Recht" ist und wer das beurteilt? Schreiben Sie mir gern, wenn Sie zu allen Fragen eine allgemeingültige Antwort haben.

Bin ich mir meines Verhaltens bewusst?

Ich selbst ertappe mich immer wieder dabei, dass ich in manchen Situationen Anderen bewusst oder unbewusst bzw. aktiv oder passiv Recht gegeben habe, in dem ich etwas widerspruchslos getan oder unterlassen habe. Im Nachhinein frage ich mich dann: Wieso habe ich so reagiert? War ich zu bequem, wollte ich die Konfrontation vermeiden oder habe ich das schon immer so getan? Wer hat mich dazu "gezwungen", oder war ich lediglich nachlässig?

Antreiber und seine Ursachen

"Mach's den Anderen Recht!" ist einer der fünf sogenannten inneren "Antreiber". Diese Antreiber haben starken Einfluss auf unser Denken, Fühlen und Handeln. Von Kindheit an übernehmen wir Denkmuster und Verhaltensweisen durch Beobachten, Nachahmen und

möglicherweise durch "Zwang" von Menschen in unserem sozialen Umfeld, besonders von "Respektspersonen" wie Eltern, Lehrer, Glaubenslehrer, Vorgesetzte oder Anführer von sozialen Gruppen. Doch jeder dieser Menschen bringt seine eigene "Geschichte" mit, und das Ganze ist eingebettet in seine Kultur und sein Werteverständnis. Wenn ich also in Deutschland geboren und aufgewachsen bin, gibt es einen kulturellen Unterschied im Vergleich zu Menschen, die in Japan, Somalia oder Indien geboren und aufgewachsen sind. Und selbst innerhalb von Deutschland kennen wir Unterschiede, beispielsweise zwischen Nord und Süd, Ost und West, Stadt oder Land, ja selbst zwischen Stadtteilen einer Stadt.

Wer hat Recht?

Wir meinen gelernt zu haben und zu "wissen", was "Recht" ist. Wenn wir jedoch davon ausgehen dürfen, dass jeder Mensch ein Individuum ist, ist leicht nachvollziehbar, dass es keine vollkommen einheitlichen Denkmuster und Verhaltensweisen geben kann.

Und Recht im formalen Sinne umfasst zwar viele Gesetze und Verordnungen, doch selbst diese können in der Rechtsprechung unterschiedlich ausgelegt werden. Dadurch haben wir zwar eine äußere Orientierung, doch im eigenen sozialen Umfeld gelten noch weitere, ungeschriebene Regeln. Das können wir immer gut erleben, wenn wir einmal an einen neuen Ort umziehen, bei einem neuen Arbeitgeber beginnen oder einem Verein beitreten.

Es Anderen Recht machen

"Mach's den Anderen Recht!" - Was in den beiden folgenden Absätzen ist für Sie "wahr"?

- Im beruflichen Umfeld bin ich vom Wohlwollen des Arbeitgebers und der Kunden mir gegenüber abhängig, denn schließlich werde ich für meine Arbeit von diesen bezahlt. Also gilt es, die entsprechenden Regeln zu kennen und mich möglichst danach zu richten, besonders, wenn ich Karriere im herkömmlichen Sinne machen möchte. Und im sozialen Miteinander unter Kollegen möchte ich nicht gern als ein Außenseiter gelten, der entweder Alles besser weiß, in Frage stellt und immer im Vordergrund steht oder unauffällig ist, Alles kritiklos mitmacht und nur mitläuft.
- Im Privaten "erwarten" Partner, Familie, Freunde und Nachbarn Alle etwas von mir. Jeder von uns hat bestimmte Verpflichtungen übernommen: Kochen, Müll wegbringen, Geld verdienen, regelmäßige Besuchstermine, gewisse Verfügbarkeit für Freundschaftsdienste und höflicher Smalltalk. Stets muss ich Kompromisse schließen, denn bei den genannten Verpflichtungen handelt es sich ja noch nicht um die Berücksichtigung meiner eigenen Wünsche und Bedürfnisse.

Bin ich mit mir im Reinen?

Nun, Hand auf's Herz: Machen Sie es stets Anderen Recht? Ist Ihre Antwort klar und eindeutig oder schwer in Worte zu fassen? Kommt Ihr Impuls vom Verstand oder vom Bauch her? Was macht das gerade jetzt mit Ihnen? "Schließlich funktioniert das Miteinander nur auf diese Weise!", könnten Sie einwenden.

Ja, wir Menschen sind soziale Wesen und auf die Gesellschaft von anderen Menschen angewiesen. Wir brauchen sie, um selbst überleben zu können. Persönliche Kontakte, aber auch die Arbeitsteilung helfen uns. Die eingegangenen "Verpflichtungen" sind dann keine Last für mich, wenn ich mit mir im Reinen bin - doch bin ich das in der konkreten Situation?

Die eigene Haltung reflektieren

Immer wieder komme ich in Situationen, bei denen ich mich entscheiden muss, eine Verpflichtung fortzuführen oder eine weitere einzugehen. Meist ist mir das nicht bewusst, und ich muss auch nicht unbedingt darüber nachdenken: Dann bin ich vermutlich mit mir im Reinen, sei es, weil ich zustimme, sei es, weil es für mich von nachgeordneter Bedeutung ist. Wenn ich jedoch merke, dass etwas in mir Widerspruch anmeldet, ist spätestens dann der Zeitpunkt gegeben, das wahrzunehmen. Mein Körper gibt mir den Hinweis, mich bewusst damit auseinanderzusetzen. Wie ich auf meinen Körper achten kann, erläutere ich in meinem Blog "Ausbauen der eigenen Fähigkeiten des Wahrnehmens, der Bewusstheit, des Verhaltens und der Fähigkeit, Reflexion zu üben".

Meine Wahrnehmung sollte ich sehr ernst nehmen, weil meine Körperzellen nicht mit Worten auf sich aufmerksam machen können. Daher setzt mein Körper die Instrumente ein, die er hat: Emotionen, Gefühle und dann vielleicht körperliche Beschwerden wie Unwohlsein, Frieren, Hitzewallung oder Kopfschmerzen; weitere "Eskalationen" - wie Krankheiten - kennt er auch noch. Mein Körper ist viel intelligenter und selbstständiger, als ich es mir aus Bequemlichkeit vielleicht manchmal selbst wünsche. Es ist nur ratsam, ihn nicht zu ignorieren.

Impulse für die eigene Reflektion

Meine Körpersignale kann ich nutzen, mir folgende Fragen zu stellen:

- In welcher Rolle befinde ich mich gerade in der fraglichen Situation?
- Was erwartet jetzt wer von wem und warum?
- Kenne ich mich gut genug, um meinem Verstand und meinem Gefühl gleichzeitig vertrauen zu können, wenn ich jetzt eine Entscheidung treffen werde?
- Bin ich authentisch in meinem Verhalten bei und nach dieser Entscheidung, passen also mein Denken, Fühlen und Handeln zusammen?
- Welche Werte sind mir dabei wichtig, kann ich diese klar benennen, und habe ich sie berücksichtigt und mich daran orientiert?
- Wie weit gehe ich, um meine Werte zu leben, falls ich mich in einem Zwiespalt befinde?

Zu diesen Fragestellungen habe ich mich in den Blogs "Klären der eigenen Rolle, um authentisch zu sein", "Menschliche Werte - was bedeuten sie für mich?" und "Wertschätzung - was erwartet wer von wem?" intensiver auseinandergesetzt. Diese Auseinandersetzung erlaubt es mir, für mich genauer zu beschreiben, wie sich für mich persönlich "gesunder Egoismus" und "soziale Verpflichtungen" die Balance halten.

Erlernte soziale Grenzen

Wie weiter oben bereits beschrieben, werden wir in früher Kindheit sozial sehr stark geprägt. Die schulische Erziehung beispielsweise erwartet von mir ein Lernen und Hinarbeiten auf genau eine richtige Lösung; es gibt lediglich ein Richtig oder Falsch. Sobald wir versuchen, Lösungen unter nicht vorgesehenen Rahmenbedingungen zu finden, führt das in der Regel zu einem schulischen Misserfolg.

Es gibt Studien, die erkennen lassen, dass insbesondere die von Geburt an vorhandene Kreativität und Spontaneität deutlich eingeschränkt werden und verkümmern. So ist es nicht verwunderlich, wenn ich später als Erwachsener nur ungern Risiken eingehen oder neue Wege einschlagen soll; oftmals ist mir das gar nicht bewusst. Und daher fällt es mir gelegentlich schwer, "nein" zu sagen und damit gegen "übliche Regeln" zu verstoßen: Ich mache es also dem oder der Anderen lieber Recht!

Antreiber und Erlauber

Dem "Antreiber" - hier: Mach's den Anderen Recht! - können wir sogenannte "Erlauber" entgegenstellen, beispielsweise: "Meine Bedürfnisse sind mindestens genauso wichtig wie die Bedürfnisse anderer Menschen; ich bin der wichtigste Mensch in meinem Leben!"

Diese Haltung erfordert von mir ein gewisses Maß an Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl; ich stehe zu mir! Ich kann stolz auf meine eigenen Fähigkeiten sein, darf flexibel und kreativ sein, darf auch Fehler machen. Mit meiner Haltung kann ich selbstbewusster an Konfliktlösungen herangehen und als Führungskraft meinen eigenen Führungsstil entwickeln.

Selbstverständlich vergesse ich dabei nicht, dass meine Freiheit an der Freiheit des Anderen endet, ich anderen Menschen also das gleiche Recht zugestehe. Ich mache es zukünftig nur dann anderen Menschen Recht, wenn ich das bewusst für mich entscheide und dadurch mit mir im Reinen bin!

Ich freue mich über Ihr Feedback, gern persönlich,
herzlichst
Ihr Christian Nourney