

Kritik wagen – Kritik vertragen

»Wer austeilen kann, muss auch einstecken können«, sagt man. Wer andere kritisiert, aber selbst nicht bereit ist, sich hinterfragen zu lassen, ist unglaubwürdig.

Wer sich nicht selbst hinterfragen lässt, hat kein Recht andere zurechtzuweisen.

Er hat sich selbst als unverbesserlich und stolz disqualifiziert und kein Recht, andere zurechtzuweisen.

Wenn wir über uns selbst lachen und nicht alles so verbissen sehen, fällt es uns auch leichter, angemessen mit Kritik umzugehen. In meiner jahrelangen seelsorgerlichen Beratung habe ich oft erlebt, dass Kritik vorwiegend negativ verstanden wurde. Doch wir sollten ihre konstruktiven Anteile entdecken und nutzen, denn Kritik ist kostenlose Beratung. Hier also ein kleiner Exkurs, der zugleich viele bisher aufgeführten Impulse zusammenfasst:

1. Was ist das Ziel kritischer Äußerungen (Motivation prüfen)?

- Andere abwerten, um sich selbst aufzuwerten (eigene Fehler)?
- Die Beruhigung des eigenen Gewissens?
- Den anderen in unsere Vorstellung pressen, über den anderen verfügen?
- Lieblosigkeit, Überheblichkeit, Wichtigtuerei, Rechthaberei, Neid, Eifersucht ...?

2. Bin ich »der Richtige«, um zu kritisieren (Splitter und Balken, Matthäus 7,3)?

- Übe ich Rache?
- Ist unsere Beziehung belastbar?
- Reden wir auch sonst miteinander?

3. Ich denke mich in den anderen hinein: Wie ist seine Sicht?

- Warum denkt er anders?

- Wie wirke ich auf ihn?
- Was treibt ihn in die Enge?

4. Gebetsvorbereitung

- Wann ist ein günstiger Zeitpunkt?
- Aktualität und Gefühlslage beachten.
- Das rechte Worte zur rechten Zeit sagen (keine heuchlerische Einleitung mit »dickem: aber ...«).
- Die Wahrheit in Liebe sagen (1. Korinther 13).

5. Einzelne Punkte nennen, keine Generalabrechnung

- Kritik möglichst bald äußern, solange die Eindrücke frisch sind; sonst sammelt sich vieles an.
- Lieber weniger ansprechen, aber dafür »erfolgreich« und gründlich.
- Nicht auf andere »Kampfplätze« flüchten, wo ich stärker bin (Retourkutsche).
- Aus beginnender Eskalation aussteigen.

6. Keine alten, geklärten Themen als Vorwurf oder Druckmittel verwenden

- Was vergeben ist, ist vergeben.
- Aktualität, Zeitbezug beachten.

7. Zuerst unter vier Augen reden

- Keine Bloßstellung vor anderen.
- Manchmal braucht es Zeugen.

8. Person und Sache unterscheiden

- Die Sache, ein Verhalten, ist vielleicht »schlecht«, nicht aber der Mensch.
- Verallgemeinerungen vermeiden (»typisch Frau«, »wie deine Mutter«, »immer«, »aus dir wird nie etwas«).
- Spontane Reaktionen und Gefühle gehen von persönlicher Betroffenheit bzw. Abwertung aus.

9. Fragen und Eindrücke statt Angriffe

- »Ich habe den Eindruck ...«

- »Mir ist aufgefallen ...«
- Der Sicht des anderen eine Chance geben.

10. Kritik wagen – Kritik vertragen

- »Was du nicht willst, dass man dir tu, das füg auch keinem anderen zu.«
- »Nicht ändern predigen und selbst verwerflich werden« (1. Korinther 9,27).

Wer sich für Kritik bedanken kann, ist auf dem richtigen Weg. Das gilt selbst dann, wenn wir mit Konsequenzen rechnen oder selbst Konsequenzen ziehen müssen, weil wir uns etwa gegen Machtmissbrauch wehren oder auf Klärungsprozesse einlassen. Wenn jemand ausschert, der Teil eines übermächtigen oder missbrauchenden Systems geworden ist, geht es anders weiter als vorher. Soviel ist sicher: Wenn ich mich ändere, kann und wird der andere nicht so bleiben, wie er ist.

Wer sich für Kritik bedanken kann, ist auf dem richtigen Weg.

Veränderung steht an:

- Man durchschaut Machenschaften.
- Man lässt sich nicht mehr alles gefallen.
- Man entwickelt eine eigene Perspektive.
- Man lernt Nein zu sagen.
- Man schweigt nicht länger.
- Man übernimmt Verantwortung für sich selbst und für andere.
- Man geht neue Wege.

Nicht immer kann man neue Wege gemeinsam gehen. Manche Entwicklung erfordert auch eine deutliche Distanzierung. Dann bleibt als letzte Konsequenz nur eine Trennung. Wie gut, dass das kein Ende, keine Sackgasse sein muss, sondern ein Aufbruch zu neuen Ufern. Und erfreulich ist, dass

Menschen, die fortan getrennte Wege gehen, nicht Feinde sein müssen. Vielleicht kommen sie sogar besser miteinander aus als vorher.

»Dann geh ich eben!«

Die Gemeinde zu wechseln ist eine letzte Möglichkeit, wenn Gespräche nichts verändern und es keine Chance gibt, dass Wunden heilen können. Wo eine gesunde Glaubensentwicklung verhindert wird, die zu mündigem Christsein und einer frohen Heilsgewissheit führt, kann man auf Dauer nicht bleiben, ohne Schaden zu nehmen. Letztlich ist nicht die einzelne Denomination entscheidend, sondern dass man Glied am Leib Jesu Christi bleibt. Und das kann man dann auch in einer anderen Gemeinde, die sich an der Bibel orientiert und Jesus Christus als Herrn bekennt.

Dort, wo man ein Gemeindemitglied nicht segnend in eine solche Gemeinde ziehen lassen kann, sollte man selbstkritisch prüfen, ob man geistlichem Missbrauch nicht bedenklich nahe gekommen ist.

Das kommt vielleicht zum Ausdruck, indem massiver Druck und emotionale Erpressung ausgeübt werden, zu bleiben. Doch es gibt nicht die »eine richtige« Gemeinde. Wer solch ein Selbstverständnis vermittelt, übt geistlichen Druck aus, raubt Geschwistern die Freiheit und richtet andere christliche Gemeinden. »Ohne uns läuft nichts«, so denken manchmal auch ganze Gemeinden oder gar Denominationen. Wer gehen will, dem wird dann mindestens ein schlechtes Gewissen gemacht, dem werden in den übelsten Fällen Konsequenzen angedroht. Das reicht dann von an-

Dort, wo man ein Gemeindemitglied nicht segnend in eine solche Gemeinde ziehen lassen kann, sollte man selbstkritisch prüfen, ob man geistlichem Missbrauch nicht bedenklich nahe gekommen ist.