

## **Leseprobe: Die Sehnsucht nach dem Echten**

### **Authentisch – auch im Beruf?**

Wenn wir das Licht der Welt erblicken, können wir noch nicht sprechen, aber sehr wohl kommunizieren. Babys schreien. Das ist authentisch. Viele wollen auch noch später als Erwachsene echt sein, ehrlich, glaubwürdig und mit ihrer Meinung nicht hinter dem Berg halten, Klartext reden und aus ihrem Herzen keine Mördergrube machen. Selbst im Scheitern wollen sie noch authentisch sein. Woher kommt diese Sehnsucht nach dem Echten, Unverfälschten? Die Wirklichkeit ist anders: Die Menschen sind nicht so offen, ehrlich, geradeheraus wie viele sich das wünschen. Hinzukommt: Der Begriff Authentizität ist positiv besetzt. Dahinter steckt der Glaube an das Gute im Menschen. Doch authentisch sind auch die Bösen, die Schurken. Der Demonstrant, der ein Polizeiauto in Brand setzt, handelt zwar gesetzwidrig, aber er lässt sein Wut heraus, ganz authentisch.

Woher kommt die Popularität des Authentischen? Ging es in 50er und 60er Jahren in Schulen, Universitäten und Unternehmen noch autoritär zu, hat sich bis heute im Umgang miteinander viel geändert. Lehrer begegnen ihren Schülern mit Empathie und Führungskräfte haben gelernt, ihre Mitarbeiter mit Respekt zu behandeln. Zu diesem Wandel haben auch die Apologeten der Humanistischen Psychologie beigetragen, allen voran der Begründer der Gesprächspsychotherapie Carl Rogers, Abraham Maslow (Bedürfnishierarchie), Marshall Rosenberg (gewaltfreie Kommunikation), Fritz Perls (Gestalttherapie), Ruth Cohn (Themenzentrierte Interaktion – TZI), Reinhard Tausch (Klientenzentrierte Psychotherapie) und Friedemann Schulz von Thun (Kommunikationspsychologie, Vier-Ohren-Modell).

### **Authentisch kommunizieren – Was ist das?**

Der Psychologieprofessor Reinhard Tausch hat in den 60er Jahren als erster den Ansatz von Carl Rogers in Deutschland bekannt gemacht, und zwar zuerst in Schulen und dann auch in Unternehmen. Dort gaben noch autoritäre Lehrer und Führungskräfte den Ton an. In Seminaren versuchte Tausch mit Unterstützung seiner Mitarbeiter und Studenten (darunter auch Schulz von Thun) das Menschenbild von Carl Rogers zu vermitteln. Rogers postuliert eine Grundhaltung, die jeder Kommunikation förderlich sei und die zwischenmenschliche Beziehungen positiv beeinflusse, nämlich Wertschätzung, einführendes Verstehen und Echtsein. Das Einssein mit sich selber nennt Rogers Kongruenz: Was ich sage ist wahr und stimmt mit dem überein, was ich denke und fühle. Carl Rogers hat das christliche Weltbild in seine Therapie- Methode übernommen. Die Nächstenliebe ist bei Rogers die Wertschätzung, „Du sollst nicht lügen“ entspricht der Offenheit in der puritanische Tradition: Man hat nichts zu verbergen.

Gute Menschen gehen anders miteinander um als böse. Sie begegnen sich nach Carl Rogers mit Wohlwollen und Wertschätzung, verstehen die Sichtweise des anderen, seine Gefühle, seine Werte. Und sie hören sich gegenseitig zu. Nicht passiv, sondern aktiv: Sie schauen dem Gesprächspartner in die Augen und signalisieren, ob sie seine Gefühle und Gedanken aufgenommen und seine Botschaft

verstanden haben. Dieses Einssein mit sich selber, die Kongruenz, von der Rogers spricht, bedeutet: Was ich sage ist wahr und stimmt mit dem überein, was ich fühle und denke. Das Widersprüchliche in uns will Rogers aufheben. Der Weg sei das Ziel. Ein idealistisches Ziel. Dies war die Geburtsstunde der „authentischen Kommunikation“. Der frühere Student, Schüler Tauschs und später Psychologieprofessor Friedemann Schulz von Thun entwickelte auf der Grundhaltung Rogers ein eigenes Kommunikationsmodell, das Vier-Ohren-Modell, das viele Lehrer und Führungskräfte in den Büchern von Schulz von Thun und in Kommunikations-Seminaren kennenlernten. Zur gleichen Zeit kehrte die deutsche Psychoanalytikerin Ruth Cohn aus den Vereinigten Staaten nach Europa zurück. Ruth Cohn hat eine Methode entwickelt, die sie „Themenzentrierte Interaktion“ (TZI) nennt. Ihre Methode besteht darin, sachliche Gesichtspunkte (Thema) mit dem Menschlichen und Mitmenschlichen (Ich + Wir) in Einklang zu bringen. Die Sach- und Beziehungsebene gehören bei Ruth Cohn zusammen. Man könnte TZI mit „themenzentrierte Gruppenarbeit“ übersetzen. Das Grundprinzip der interaktionellen Methode ist die „dynamische Balance“. Die Grundelemente, das ICH, das WIR, das ES, müssen gleichgewichtig behandelt werden.

Ruth Cohn hat den Begriff „selektive Authentizität“ geprägt: Ich sage nicht alles. Aber was ich sage, ist echt. Schulz von Thun nimmt den Gedanken auf und erweitert ihn mit dem Begriff STIMMIGKEIT, das er als Meta-Ideal bezeichnet. Er schreibt in seinem Buch „Klarkommen mit sich selbst“ (2009):

*Was ich sage, soll wesensgemäß uns situationsgerecht sein. Das ist in der Tat ein doppelter Anspruch, die Suche nach einer doppelten Passung, die das Authentizitäts-Ideal nicht aufgibt, aber das Ringen um den authentischen Selbsta Ausdruck doch im Kontext der Gesamtsituation und der Rollenerfordernisse betrachtet wissen will.*

Der Begriff „authentisch“ ist positiv besetzt. Ist das Nicht-Authentische das Böse? Nein, nicht zwangsläufig. Wer nicht echt ist, spielt eine Rolle, trägt eine Maske, macht anderen etwas vor, ist vielleicht ein Lügner, fassadenhaft, nicht empathisch und wertschätzend. Doch das Nichtauthentische kommt der Wirklichkeit oft näher als die idealistische Authentizität. Terroristen, IS-Kämpfer, religiöse Eiferer handeln aus Überzeugung, sie sind ganz bei sich und können nicht anders? Sind sie nicht auch echt? Man kann auch authentisch scheitern.

Der amerikanische Schriftsteller Saul Bellow schreibt in seinem Roman „Humboldts Vermächtnis“:

*Als ich mir mein Geld damit verdiente, die persönlichen Erinnerungen von fremden Leuten zu schreiben, habe ich entdeckt, dass kein Amerikaner je einen richtigen Fehler begangen, niemand gesündigt oder nur eine einzige Sache zu verbergen hatte; Lügner gab es nicht. Die angewandte Methode ist Vertuschung durch Offenheit, um Doppelzüngigkeit in Ehren zu garantieren.*

In der Fernsehsendung „Pelzig unterhält sich“ war die Fernseh-Moderatorin Barbara Schöneberger zu Gast. Pelzig war entzückt von ihrer Offenheit und der direkten Art zu kommunizieren. Der Kabarettist Pelzig nahm an, dass sie authentisch sei. Schöneberger gestand im Laufe des Gesprächs offen ein, dass ihre Authentizität eine Maske sei, die beim Publikum gut ankomme.

## **Der autonome Mensch: Diogenes von Sinope**

Die Leitfigur des autonomen und authentischen Menschen ist der Grieche Diogenes von Sinope, den sie auch den Hund nannten. Er gehörte zu den „Kynikern“, den „Humoristen des Altertums“ (Friedrich Nietzsche). Sie strebten nach einem tugendhaften, glücklichen Leben. Sie glaubten es dadurch zu erreichen, dass sie der Natur gemäß lebten und nicht nach den Erwartungen der anderen Menschen. Sie entsagten jedem Besitz.

Die Kyniker strebten Unabhängigkeit im weitesten Sinn an. Selbstgenügsamkeit gehörte zu ihren Tugenden. „Ihre Zeit brachten sie mit Ruhem, Umhergehen, Reden mit allen Menschen, viel Spotten, Lachen und Scherzen zu: ihr Charakter war Sorglosigkeit und große Heiterkeit“ (Arthur Schopenhauer).

Diogenes war in Athen ein stadtbekanntes Original. Er war Aktionskünstler, Selbstdarsteller, Bürgerschreck und ein kompromissloser Moralist.

Der große Alexander soll Diogenes gefragt haben: „Sag´, was du begehrst, und der Wunsch sei dir erfüllt.“ Und Diogenes soll geantwortet haben: „Geh´ mir aus der Sonne!“

### **Moliere: Der Menschenfeind – absolut authentisch**

*Meine Schwäche besteht darin, dass ich offen spreche.*

(Moliere: Der Menschenfeind, Alceste)

Hans Magnus Enzensberger hat das Stück von Moliere „Der Menschenfeind“ in eine Fassung der Gegenwart übersetzt (Frankfurt 1979). Eine gelungene Arbeit, leicht und vergnüglich zu lesen. Der Protagonist ALCESTE will authentisch sein, kompromisslos leben, ohne Fassade und ungeschminkt reden.

Hier ein paar Sätze aus dem Stück von Enzensberger:

#### **Alceste**

Ach, ich könnt speien, wenn ich euch sehe. Diese Kriechereien, und das Küsschen links und rechts. Ganz ehrlich! Sie sind der Größte! Und so toll gefährlich! Wie ich das hasse! Dieses Party-Pack – es ist so glanzvoll wie Metallic-Lack. Derselbe spitze Schrei: You´re wonderful! – ob es ein Genie ist oder eine Null. Da werden Lob und Zärtlichkeit zum Hohn, und jede Freundschaft frisst die Inflation. Nein, nein. Kein Mensch, der etwas auf sich hält, legt Wert auf diese Plastikwelt, wo man sich als die Creme des Creme betrachtet, und wo im Grunde keiner keinen achtet...

#### **Sein Freund Philinte**

Du bleibst bei der Manie, die Menschheit zu verbessern. Aber wie? Indem du deinen Spleen hinausposaunst und über den Verfall der Sitten raunzt. (...) Man passt sich an, weil man dazugehört. Ich weiß nicht, was dich daran so empört. (...) Du kannst die Menschen überhaupt nicht leiden.

#### **Alceste**

Am liebsten möchte ich sie ganz vermeiden. (...) Ich weiß nur eins, dass ich die Menschen hasse ...

Man dienert, hält sich immer gut bedeckt, man weiß genau, wie fremder Speichel schmeckt und folgt im Zweifelsfall dem stärksten Affen.

-----