

In Gestalttherapiekreisen werden die Begriffe „authentisch“ und „auf Augenhöhe“ oft benutzt. Ich möchte mit meinem Artikel den Begriffen auf den Grund gehen, betrachten was sie bedeuten, wie sie wahrscheinlich gemeint sind und dafür plädieren, sie nicht zu benutzen.¹

Authentisch

„Authentizität (von griechisch *αὐθεντικός* *authentikós* „echt“, „richtig“, „zuverlässig“; spätlateinisch *authenticus* „verbürgt, zuverlässig“) bedeutet Echtheit im Sinne von Ursprünglichkeit. Authentizität bezeichnet eine kritische Qualität von Wahrnehmungsinhalten (Gegenständen oder Menschen, Ereignissen oder menschlichem Handeln), die den **Gegensatz von Schein und Sein** als Möglichkeit zu Täuschung und Fälschung voraussetzt. Als authentisch gilt ein solcher Inhalt, wenn **beide Aspekte der Wahrnehmung, unmittelbarer Schein und eigentliches Sein** [Hervorhebungen von mir] in Übereinstimmung befunden werden [...]“ (Wikipedia, 9.8.2022)

„Authentisch“ meint also so etwas wie „echt“, „wahrhaftig“, „richtig“. „Authentisch“ ist jemand, bei dem „eigentliches“ Sein und „unmittelbarer“ Schein übereinstimmen. Womit genau die Schwierigkeiten bei der Nutzung des Begriffes benannt sind: Er setzt voraus, dass es so etwas wie „Sein“ und „Schein“ gibt. Wenn ich einem anderen Menschen gegenüber trete, kann ich nur dessen „Schein“ wahrnehmen, ich sehe den anderen Menschen, wie er mir *erscheint*. Das ist die Basis für das phänomenologische Arbeiten in der Gestalttherapie.

Über mein „Sein“ kann ich nur selbst Auskunft geben. Nur ich kann über mich sagen, wie ich mich fühle oder erlebe (Sein). Und nur ich kann von mir sagen, ob ich mich anders ausdrücke (Schein) und ob ein Unterschied zwischen meinem Sein und meinem Schein besteht. Im Alltag dürften kleine Unterschiede zwischen meinem Sein und meinem Ausdruck normal sein. Im therapeutischen Kontext ist dann ein genaues Hinsehen wichtig. Menschen, die einen extremen Unterschied zwischen Sein und Schein leben, sind Schauspieler in Aktion. Die Schauspielerin spielt jemanden, tut so, als ob sie jemand anderes ist. Das Publikum soll durch ihr Schein auf das Sein eines anderen Menschen schließen.

Was ich hier kritisch beleuchten möchte, ist die Verwendung des Begriffs „authentisch“ für mein Gegenüber, die Verwendung, um einen anderen als authentisch oder nicht authentisch zu bewerten oder einzuschätzen.

Ich arbeite in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie und höre dort in den Visiten von den Ärzten, Therapeutinnen und vom Pflegepersonal immer wieder Sätze wie: „X ist nicht authentisch traurig“ oder „Y ist nicht authentisch fröhlich“. Das hat immer eine Konnotation von „falsch“ und „richtig“

¹ Ich beziehe mich im Folgenden auf den gestalttherapeutischen Kontext und nicht auf Alltagssituationen.
Hinweis: Ich verwende die Pronomen er/sie stets gleichwertig.

und macht klar, das der Therapeut ganz genau und besser weiß, was mit der Patientin los ist, als diese selbst. Er weiß sogar, wie die Patientin sein sollte: authentisch!

Im Kontakt mit einem anderen ist mir sein vermutetes Sein nicht zugänglich, ich kann darüber nur fantasieren. Und hier wird es problematisch: Das vermutete Sein wird oft als das Wahre betrachtet. Das wahre Sein, der Kern der Persönlichkeit, das wahre Selbst sind andere Metaphern dafür.

Ich nehme den anderen, sein Schein, seine Erscheinung, auf eine, meine ganz bestimmte Art und Weise wahr und habe eine Fantasie, was das (wahre) Sein des Anderen ist bzw. sein sollte. Dieses von mir vermutete Sein halte ich für das richtigere. Daraus leite ich die Feststellung ab, jemand sei authentisch oder nicht authentisch und leite daraus die Forderung „Sei authentisch!“ ab. Authentisch sein heißt dann: „Sei du selbst, passe dein Schein, deine Erscheinung an dein Sein an.“ Und nicht umgekehrt!

Diese Forderung nach „Sei du selbst“ wird ganz im Sinne der Selbstoptimierungsbewegung mit einem Heils- oder Erfolgsversprechen verbunden: Wenn du „selbst“ bist, bist du ein guter oder besserer Mensch!

Dieses Konzept von Authentizität hat zwei Problemstellen:

1. Die Unterscheidung von Sein und Schein

Es ist möglich, diese Unterscheidung nicht zu machen. Ich kann den anderen Menschen als eine phänomenologische Ganzheit betrachten, in dessen Ausdruck oder Schein Aspekte enthalten sein können, die mich irritieren. Statt eine Diskrepanz zwischen dem, wie der andere mir erscheint, und einem von mir fantasierten davon unterschiedlichen Sein bei ihm zu vermuten, kann ich gerade diese Irritation nutzen (ansprechen), um ihn zu einer Selbstaussage zu bringen. Dabei kann herauskommen, dass die andere sich gerade anders ausdrückt, als sie sich empfindet (*sie könnte sagen, dass sie gerade nicht authentisch ist*). Dieses Phänomen, diese Diskrepanz ist dann Figur im Gespräch mit dem anderen. Im Dialog mit dem anderen kann ich gerade diese Irritation, diesen Unterschied zwischen Ausdruck und Empfinden als authentisch betrachten. Der andere kann gerade nicht anders, der andere ist gerade in diesem Augenblick jemand, der einen Unterschied zwischen seinem Empfinden und seinem Ausdruck machen muss oder will. *Das* gilt es anzunehmen. Diese Diskrepanz *ist* der authentische Ausdruck des anderen! Es geht nicht darum, das Eine (das Sein, das Empfinden) über das andere (den Schein, Ausdruck) zu stellen. Diese Irritation, diese Diskrepanz ist der „wahre“ Ausdruck des anderen in diesem Moment. Der Begriff „authentisch“ ist dann eine Tautologie und damit überflüssig, wenn Sein und Schein, auch in ihrer eventuellen Diskrepanz, verstanden werden als Ausdruck des anderen, so wie er gerade ist.