

# Authentizitätstraining

## MTU Progetto Donna

München-Karlsfeld, den 12. 01.2011

von Dr. Cornelia Wolfgruber

Rhetorik & Management

### Definition: Authentizität

Von griechisch: authentikos = „echt“

Spätlateinisch: authenticus = „verbürgt“, „zuverlässig“ bedeutet Echtheit im Sinne von „als Original befunden“

Als authentisch gilt ein solcher Inhalt, wenn beide Aspekte der Wahrnehmung, unmittelbarer Schein und eigentliches Sein, in Übereinstimmung befunden werden.

(Quelle Internet: <http://de.wikipedia.org/wiki/Authentizit%C3%A4t> /Zugriff: 1.1.11)

In seinem Film „Serbis“ schildert der Neorealist Brillante Mendoza nur einen Tag aus dem Leben seiner Protagonisten.

Serbis, Trailer 2009, 1:32 Min.: <http://www.youtube.com/watch?v=H477uMlyi6E>

„Dabei räumt er selbst **profansten Alltagssituationen viel Platz** ein und erreicht so eine **Authentizität von atemberaubender Kraft.**“

### Wie Authentizität erfolgreich macht: ECHT kommt weiter

(Quelle: Zeitschrift FOCUS vom 15.11.2010)

"Menschen haben Erfolg,  
**wenn sie zu ihrer individuellen Persönlichkeit stehen.**

**Das Geheimnis:  
Sie sind natürlich, sympathisch und glaubwürdig."**

**Die Sehnsucht nach dem Authentischen vs.  
angepassten Perfektionismus, Focus 2:48 Min.**

Marilyn Monroe: Authentisch?

**Sie wird zu den archetypischen Sexsymbolen und Filmikonen des 20. Jahrhunderts gezählt.**

Ihr Vater bekannte sich nie zu seiner Tochter. Die berufstätige Mutter gab ihre Tochter für wenig Kostgeld zu fremden Nachbarn. Dort wurde das Kind übertrieben religiös erzogen. Norma Jeane Mortenson/Baker wuchs bei verschiedenen Pflegefamilien auf, u.a. 1935 im Waisenhaus. Im Alter von 16 Jahren wurde Norma Jeane 1942 verheiratet.

Ihre Mutter nannte sie nach der Schauspielerin Norma Talmadge

Norma spezialisierte sich rasch auf tränenreiche Melodramen und verdiente in den 1920ern \$ 25.000 plus Gewinnbeteiligung pro Film. Durch den Tonfilm wurde ihre Filmkarriere beendet. Mit dem legendären Zitat, dass sie zu reich zum Weitermachen sei, zog sich Norma Talmadge immer mehr in ihre eigene Welt aus Tabletten, Alkohol und Illusionen zurück...

## Ursprung und Gegenwart: Authentizität

**Welche Person bin ich geworden? Authentisch zu sein wird uns abgewöhnt:**

Wer als Kind zu früh ständig ermahnt und begrenzt wird, gewinnt nicht genügend Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

***„Wir werden als Originale geboren aber sterben als Kopien“  
(Edward Young)***

**So werden aus ängstlichen Kindern angepasste Erwachsene, denen ihr eigenes Selbst fremd ist:**

Der Zusammenhang von Erziehung und Persönlichkeitsbildung - SPRACHE und EMOTION

**Das Kind wird mit ca. 2 Jahren „sprachmächtig“, die Sprache ist jedoch noch emotional beherrscht**

Werte stehen bis zum Alter von 10-12 Jahren fest

**„Werte setzen ist nicht schwer, sie zu verändern dagegen sehr“**

## Transaktionsanalyse (TA) von Eric Berne (1910-1970)

**Studium der Medizin** an der McGill University

**1935 Promotion** mit einer Arbeit über Psychiatrie

**1941-43** Psychiater im New York Psychoanalytic Institute

**Fachberater für Psychiatrie** beim Generalarzt der US-Armee

**1947-56 Psychiater** im San Francisco Psychoanalytic Institute, Arbeitsgebiet Gruppentherapie

**Dozent** an der University of California Medical School

**Direktor** des San Francisco Social Psychiatry Seminar

**1964** erscheint sein Bestseller **„Games people play“** in Amerika, 1967 in Deutschland als **„Spiele der Erwachsenen“**

### Transaktionsanalyse (TA) von Eric Berne: Die 3 Ich-Zustände sind kommunikationsbestimmend

Entsprechend diesem Modell kann man sich wie folgt verhalten:

**fürsorglich oder kritisch: Eltern-Ich-Zustand**

**der Situation angemessen und logisch: Erwachsenen-Ich-Zustand**

**Natürlich, rebellisch oder angepasst: Kind-Ich-Zustand**

Oder: Der Mix aus **kritischem Eltern-Ich = Perfektionismus** und **angepasstem Kindheits-Ich =**

**Opportunismus** ergibt eine **Professionalität des Erwachsenen-Ichs**, die noch im 20. Jhd.

gefordert wurde, bzw. der Paradigmenwechsel ins 21. Jhd. lautet nun: der Mix aus **fürsorglichem**

**Eltern-Ich = Perfektion als Ideal** und **natürlichem Kindheits-Ich = Authentizität** ergibt das **der**

**Situation angemessen handelnde Erwachsenen-Ich = Souveränität.**

**Eric Berne in seinem Maserati, den er seinen *Mazeltov* - Viel Glück! - nannte, 1966 in San Francisco, he joked: "All 3 ego states bought the Mazeltov. The Child wanted it, the Adult needed it, and the Parent says drive carefully."**

## Gruppendiskussion:

Erziehung als Anpassungsprozess (20 Min.)

Warum wir so berechenbar, langweilig und monoton im Laufe unseres Lebens werden: **Leben und Chaos vs. Sicherheit und Erstarrung?**

- 1) Was glauben Sie, ist wichtig für die Erziehung eines Kindes?
- 2) Wie sind Sie selbst erzogen worden: Mit welchen „Vorbildern“/ Vergleichen sind Sie aufgewachsen bzw. erziehen Sie Ihre Kinder?
- 3) Was für Strafen haben Sie erlebt / halten Sie für angemessen?
- 4) Haben Sie den Eindruck, dass Ihre Eltern bei Ihnen etwas „falsch“ gemacht haben?

## Zum Problem der Authentizität

Gerade weil Film bzw. Fotos Träume realisieren sollen, verlangt das Publikum nach Authentizität. Wenn allerdings die Authentizität zu stark wird, z.B. Pickel im Gesicht des Stars sichtbar werden, hört dieses Verlangen oftmals gleich wieder auf.

**Zur Authentizität gesellt sich also Illusion.**

Diese Mischung sollte nun menschlich durch ein gewisses Maß an Leiden angereichert werden, so dass es zur Identifikation kommt, wodurch wiederum Mitleiden und Sympathie entstehen.

Viele versuchen so "originell" wie möglich zu sein, um einen nach außen gerichteten „Echtheitsanspruch“ zu erfüllen bzw. etwas umzusetzen, von dem sie glauben, dass es gesellschaftlich gefordert wird.

**Denn es gab mal eine Vorlage...**

30.9.1941 Winston Churchill und das Victory-Zeichen – zum Zeichen seiner Siegesgewissheit während des 2. Weltkriegs .

Die mythischen Ursprünge: Im Hundertjährigen Krieg (1337–1453) soll den englischen Bogenschützen vor der Schlacht von Agincourt mit der Amputation ihrer Zeige- und Mittelfinger gedroht worden sein, falls sie in französische Gefangenschaft gerieten. Die siegreichen Schützen drückten ihren Spott dann später angeblich durch das V-Zeichen aus.

Es war der 14.3.1951, Albert Einsteins 72. Geburtstag: von Fotografen bedrängt, die ihn baten zu lächeln, kam das Kind in ihm zum Vorschein...

Hitchcock in Denkerpose – Marilyn wurde zur Vorlage ihrer eigenen Pose

Authentisch zu sein hatte für Marilyn Monroe damit eine ganz andere Bedeutung...

**Welche Puppe ist authentisch?**

Matroschka – das russische Puppen-Prinzip

Oder: Wie das Gesagte des Chefchefs unwirklicher wird, je öfter wir es weitergeben  
Möglicherweise strahlt das „Natürliche“ eine höhere Kraft aus: wenn ich aus Überzeugung handle, statt das Nachgebetete des Chefchefs zu **wiederholen**, dann fühlen die anderen eine originäre Kraft, die wiederum meine natürliche Autorität bestärkt, weil ich nicht aus der „Anforderungskette“ nachbete.

Wenn ich nur von oben „durchreiche“,

**dann heißt es höchstens: "Was plappert die/der denn für einen Sch..."**

Selbst wenn ich mich damit identifizieren kann, ist es erst mal nur nachgeplappert, außer: ich stelle jetzt die Authentizität her – in dem Moment, wo ich es weiterreiche!

**Und genau das ist es, womit wir uns hier im Authentizitätstraining beschäftigen.**

## Authentizität in der Rhetorik bedeutet:

Die Rhetorik verhandelt die Authentizitätsfrage auf der Ebene der rednerischen Aufführung. Hierbei handelt es sich um eine Inszenierung, die ihre Inszeniertheit verbergen und so einen Echtheits- bzw. Wirklichkeitseffekt erzeugen möchte.

Authentizität ist nicht als Eigenschaft, die einer Person einfach innewohnt, zu verstehen, sondern als Ergebnis eines Zuschreibungsprozesses, das auf die rednerische Absicht zurückzuführen ist.

**...dass wir unter natürlich „authentisch, nicht behauptet oder gespielt“ verstehen.**

**„Ich verspreche keine Tricks, denn darauf basiert natürliche Autorität nicht... Aber der Dreh- und Angelpunkt ist die Entwicklung unserer Persönlichkeit.“** (Julia Schöb, Bremen 2000)

## Method Acting, Lee Strasberg

Eine Methode, bei der die Künstler erstmals nicht aufgesetzt, sondern wie emotional betroffene reale Personen wirkten.

Die Arbeit mit dem emotionalen Gedächtnis,

**Sense Memory** = sinnliche Erinnerung, führt dazu, dass der Schauspieler lernt, durch den Zugriff auf die eigene Erinnerung an persönlich erlebte Situationen, echte Gefühle auf der Bühne entstehen zu lassen.

**Strasbergs „Stuhlentspannung“ = Muskelentspannungstechnik nach Stanislawski:  
auf einem Stuhl sitzend, ca. 30 Min.**

Der Schauspieler sucht auf sinnliche Art, indem er aufmerksam alle erreichbaren Muskeln "durcharbeitet" nach Verspannungen und Blockaden und löst diese durch Bewegung, Anspannung und Entspannung auf.

Erlebnisse, die zur Verspannung geführt haben, werden bewusst und emotional sowie stimmlich ausagiert

Die Stuhlentspannung ist bei regelmäßiger Anwendung eine sehr wirkungsvolle Technik zur emotionalen und muskulären Entpanzerung des Erwachsenen.

0:09 *Schlechte Laune* – Giseles „Liegestuhlentspannung“ in GNTM:  
<http://www.youtube.com/watch?v=m3A-xeGVRvM>

1:53 Lachanfall – Hans-Rudolf Merz, Bundesrat Schweiz, wegen der Bündner Fleisch-Verordnung:  
<http://www.youtube.com/watch?v=E5agWxzWTsc&feature=&p=58AEF8FDEAE9947F&index=0&playnext=1>

**Authentizität hat immer mit lebendigen Gefühlen zu tun!**

## FRAKTALE

### Mathematische Monster

Wo liegt das Problem? Anfangs des 20. Jahrhunderts entdeckten einige Mathematiker Kurven, welche sich sehr seltsam verhalten. Das Bild oben zeigt die Kurve welche nach David Hilbert benannt ist. Man erzeugt diese Kurve mit Hilfe eines Iterationsprozesses.

**Selbstähnliche Objekte in der Mathematik** sind ein relativ neues Gebiet. Dies liegt vor allem daran, dass man viele dieser Strukturen nur mit Hilfe eines Computers sichtbar machen kann. (Quelle Internet: <http://www.natur-struktur.ch/fraktale/fractaledim.html> /Zugriff: 9.10.10)

**Definition:** Ein Objekt, sei das ein Baum oder eine geometrische Struktur, nennt man selbstähnlich, wenn ein Teil des Objektes nach einer Vergrößerung dem ursprünglichen Objekt ähnlich ist.

### **Die Entwicklung unserer Persönlichkeit und die Souveränität des Ichs**

Wie wir uns ständig wiederholen, aber trotzdem originell sein können?

Durch unsere natürlichen Gefühle – Wiederholbar, aber einzigartig

Liebst du mich? – ist Liebe ein Gefühl oder ein Bedürfnis?

**Marshall B. Rosenberg: Giraffe und Wolf, Kurzfilm 4:33 Min.:**

<http://www.youtube.com/watch?v=T0cdFOflTeA>

Wie der Wolf eine sehr gefährliche Frage stellt und die Giraffe viel zu schlau ist, um sie je zu beantworten...

Wie der Wolf von Liebe als Gefühl spricht, die Giraffe jedoch von Liebe als **Bedürfnis!**

### **Authentizität wechselt von Moment zu Moment und von Fall zu Fall**

Daher sind Gefühle ein Ausdruck tiefster Authentizität und sind in unserem natürlichem Kindheits-Ich verankert, werden von unserem perfektionistischen Eltern-Ich verpönt und können von unserem Erwachsenen-Ich in eine der Situation angemessene Handlung umgesetzt werden = Souveränität!

### **Supervision**

Der Pinguin ☺, Kurzfilm 3:26, Dr. med. Eckart von Hirschhausen:

<http://www.youtube.com/watch?v=Az7IJfNiSAs>

**„Andre gibt's genug – seien Sie Sie selbst!“**

Authentizität tragen wir in uns selbst

**„Der Mix aus Authentizität und Perfektion als Ideal ergibt Souveränität!“**

Stehen Sie zu sich wie der Pinguin – zu Land **und** zu Wasser!

## **Literaturhinweise**

**Berne, Eric:** Spiele der Erwachsenen, Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH, Reinbek bei Hamburg 1997 (= rororo Sachbuch 16735) / © Games People Play. Eric Berne, 1964

**Friedemann Schulz von Thun:** Miteinander reden Bd. 1: Störungen und Klärungen, Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbek bei Hamburg 1981

**Konstantin S. Stanislawski:** Stanislawski-Reader: Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst und an der Rolle. Ausgewählt und hrsg. von Bernd Stegemann, Henschel Verlag

**Cornelia Wolfgruber:** Sprechen Frauen anders als Männer? Weibliche Kommunikationsformen als Karriere-Killer oder Zukunftsweiser? und Männer haben Worte – Frauen haben Gesichter? Die Bestärkung von Rollenklischees durch innerpsychische Kommunikationsmuster in: sprechen 2002/3 Zum Download auf: [www.wolfgruber.com](http://www.wolfgruber.com)