



Wenn man authentisch ist, gefällt man anderen automatisch...

Hamburg, 30. September 2016. ...sagt Konstantin Wecker. Wirklich? Immer?
„Ich bin halt wie ich bin – privat und auch im Beruf!“, hört man des Öfteren. „Wenn ich mir diese oder jene Verhaltensweise aneigne, dann verbiege ich mich, wirke nicht mehr echt.“

Natürlich ist es schön, die eigene Individualität authentisch leben zu können, sich transparent zu verhalten und Emotionen zu zeigen. Manche verwenden diese Ansicht jedoch, um schonungslos ihre Meinung zu äußern: „Meine Kollegen kennen mich doch und können damit umgehen!“ Ihre miserable Affektkontrolle deklarieren sie als authentisch. Klarheit ist keine Abwesenheit von Menschlichkeit! Wer stets seinem Unmut Luft macht oder seine Emotionalität ungebremst auslebt, zeigt zwar sein wahres Ich: dem Miteinander ist das allerdings nicht förderlich.

Für viele Menschen dient „Authentizität“ als Entschuldigung für ein Verharren in der Komfortzone – im Gewohnten. Sie verbauen sich damit die Chancen, ihre Persönlichkeit zu entwickeln. Denn die ist kein zementierter Zustand. Dass sich erwachsene Menschen nicht mehr ändern können, ist ein Irrglaube.

Authentizität ist heutzutage in aller Munde und ein hohes Gut. Authentizität das Schlüsselwort für unsere Einzigartigkeit. Ganz echt zu sein führt allerdings nicht immer zum Ziel. Je statischer die Persönlichkeit eines Menschen ist, warnen Psychologen, umso schwerer wird er es finden, sich an neue Umstände anzupassen – und umso stressanfälliger wird er sein. Manchmal ist es vorteilhaft, wenn man sich ganz bewusst anders verhält, als es der eigenen Persönlichkeit entspricht. Durch das Angewöhnen neuer Verhaltensmuster und das erkennbare positive Feedback von außen stabilisiert sich auch die Selbstsicherheit.

Jeder „erfolgreich Weiterentwickelte“ muss dann auch bereit sein, andere Meinungen zu ertragen und Menschen mit Ecken und Kanten vielleicht sogar als Bereicherung zu sehen. Gerade jetzt ist im Internet zu beobachten, wie unreflektierte, authentische aber niveaulose Ansichten zur Flüchtlingsproblematik verbreitet werden. Das beweist geistige Unreife.

Im Alltag fallen wir zudem gerne auf die Rapporttechniken unseres Gesprächspartners herein: angepasste Körpersprache, gleiche Ausdrucksweise ... Verhält er sich unseren Vorstellungen entsprechend, empfinden wir ihn als vertrauenswürdig und authentisch, obwohl er nur eine Rolle spielt. Oder geht vermeintlich weniger Gefahr von ihm/ihr aus, sobald Sympathie ins Spiel kommt? Authentizität und Professionalität schließen sich nicht aus, denn strategisches Denken ist im Berufsumfeld notwendig. Wir leben in einer Welt, die Anpassbarkeit verlangt.



Etikette Trainer International

Wie ist man authentisch?

Selbstreflektion ermöglicht es, unsere Motive, Stärken und unsere individuellen Bedürfnisse unverschleiert zu erkennen. Erst dann kann man seinen eigenen Weg gehen.

Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit: Wer seine rosarote Brille zur Selbstbetrachtung gegen eine mit Klarscheiben eintauscht, wird auch seine negativen Seiten erkennen und unangenehmes Feedback akzeptieren.

Der Mut zur Wahrheit – auch zu einem klaren NEIN, ist für unser Gegenüber immer auch ein Vertrauensbeweis.

Wenn alles einander konsequent entspricht – das Wertesystem, die optische Hülle, Umgangsformen, Sprache und Taten – dann sind wir glaubwürdig. Denn Authentizität ist etwas Ganzheitliches.

"Wenn man authentisch ist, gefällt man anderen automatisch." *Konstantin Wecker*
Ja – aber nur, wenn man authentisch zu der eigenen momentanen Stimmung ist – authentisch zu seinen Werten, seinen Zielen.

Zeichen: 3.494 Zeichen inklusive Leerzeichen

Redaktion: TAKT & STIL, Susanne Helbach-Grosser, Imme Vogelsang, iv-imagetraining

ETI: Etikette Trainer International

ETI ist ein Zusammenschluss von internationalen Etikette Trainern, die gesellschaftliche Entwicklungen diskutieren, mit traditionellen Formen vergleichen und gegebenenfalls neue Standards setzen. Diese Empfehlungen werden in Seminaren, Pressegesprächen und Veröffentlichungen transportiert. Alle Mitglieder haben eine qualifizierte Ausbildung im Bereich Umgangsformen, Hotellerie, Gastronomie oder Protokoll und bilden sich ständig weiter. Dieses Netzwerk von Spezialisten steht für Aktualität, Kompetenz und Qualität.