

## **BIST DU SO WIE DU BIST ODER ETWA NICHT GANZ DICHT?**

Letzteres gilt als Beschimpfung. Männer sind vor allem im Umgang mit dem ganzen Informationsmüll, der jeden Tag auf uns eindrischt, selten wirklich dicht oder zumindest gefiltert, leider umgeben sie dafür im Wahrnehmen von Regungen, Gefühlen, Unpässlichkeiten, Schmerzen teilweise dickste Betonmauern.

In therapeutischen Gesprächen gilt es oft als erstes, diese Dichtigkeit in Bezug auf die Selbstwahrnehmung aufzulockern, um Situationen oder gar Probleme zu verstehen. Diese Verslossenheit führt oft dazu, dass die Männer nicht mehr sich selbst sind. Weltberühmt wurde ein Cartoon von Peter Steiner:

„On the Internet, nobody knows you're a dog“, 1993 erschienen im New Yorker. Niemand weiss, ob hinter dem Bildschirm ein Mensch oder ein Hund sitzt. Die cyberutopistische Phantasie, in der digitalen Welt nicht mehr authentisch sein zu müssen, verhindert Authentizität auch mehr und mehr in der realen Welt. Trotz oder gerade wegen Facebook? „Having two identities is a lack of integrity“, so Mark Zuckerberg in seiner Biographie „The Facebook Effekt.“

Aber: Bleibt Authentizität im Job nicht oft ein Lippenbekenntnis? Zumindest wird es auf die Minimalforderung beschränkt: Nicht direkt zu lügen. Der Psychotherapeut Bernd Sprenger rät seinen berufsüberlasteten Patienten, da vermeintliche Schwächen taktisch von (auch innerbetrieblichen) Konkurrenten ausgenutzt werden können, zu *selektiver* Authentizität: Nicht lügen, aber trotzdem die innersten Überzeugungen und Gefühle schützen. Im Job muss man nicht alles erzählen. Auf den einfachsten Nenner bringt es der ehrenwerte EU-Kommissionspräsident Jean-Claude Juncker:

„Wenn es ernst wird, müssen wir lügen.“\*\*

Die Zukunft gehört No-thenticity oder Identity Management: „Wir werden nicht mehr versuchen, „wir selbst“ zu sein. Vielleicht hat es dieses reine Selbst auch nie gegeben. Stattdessen werden wir lernen, unsere verschiedenen Identitäten souverän zu managen,“ schreiben Janine Seitz, Cornelia Kelber und Anja Kirig in der aktuellen Ausgabe von *Trend update*.

Früher landete man dafür unter der Diagnose „akute Schizophrenie“ mit einem fürsorglichen Freiheitsentzug in der Klinik, dort gab's dann auch schon mal die Jacke und eine Unmenge Haldol. Fortschritt hat immer verschiedene Fazetten.

(\*\* Jean-Claude Juncker hat ein dunkles Credo: „Nichts sollte in der Öffentlichkeit geschehen. Wir sollten in der Euro-Gruppe im Geheimen diskutieren.“ Zum Wohle des Euros macht einer seiner obersten Hüter gern mal das Licht aus: „Die Dinge müssen geheim und im Dunkeln getan werden“, verriet der Chef der Euro-Gruppe über die Euro-Krise einem verblüfften Brüsseler Publikum unlängst bei einer Preisverleihung. Und scheute auch nicht vor dem Bekenntnis zurück: „Wenn es ernst wird, müssen wir lügen.“ Quelle FOCUS 19/2011 vom 9.5.2011)

Voranzeige: **ReInvention**: *Deine Standortbestimmung, um so vieles zu erkennen, damit du nicht mehr lügen musst, wenn es ernst wird....:-))*

Das neue 12 wöchige Coaching-Programm von Dr. med. Marco Caimi, ab Juli 2015 in der Männerpraxis