

Narzißtische Störungen

Narzißtische Persönlichkeit

Die „Narzißtische Persönlichkeit“ – Was ist das eigentlich?

..Ein Partner (oder eine Partnerin), mit dem (oder der) in vielen Bereichen sensible, differenzierte Gemeinsamkeit möglich ist, reagiert bei geringfügigen Zurückweisungen regelmäßig mit brutaler Gegenwehr. Jede freundschaftliche oder liebevolle Nähe wird dann infrage gestellt, das Gegenüber wird beschimpft oder körperlich bedroht. – Kurze Zeit später wird der Ausbruch geleugnet oder heruntergespielt: „Fang doch nicht wieder mit dem Thema an!“

..Oder jemand verhält sich den engsten Angehörigen gegenüber fast durchgängig abweisend, verächtlich und/oder gewalttätig. In der Außenwelt tritt derselbe Mensch charmant und hilfsbereit auf. Er ist allgemein beliebt und jeder Hinweis auf seine „andere Seite“ würde ungläubiges Kopfschütteln hervorrufen.

..Wieder andere Menschen sind in befremdlicher Perfektion unangreifbar. Keine Situation, in der sie nicht umgehend „das Sagen haben“, kein sachlicher Widerspruch, den sie hinnehmen würden. – Dieses offenbar dringliche Bedürfnis zu dominieren muß dabei nicht unbedingt „egoistisch“ oder „egozentrisch“ wirken. Gerade im Arbeitsleben können MitarbeiterInnen mit derartiger Neigung sehr erfolgreich sein. Nur entsteht bei anderen eventuell ein merkwürdiges Unbehagen: Was fühlt sie eigentlich? Ist er (oder sie) eigentlich nie unsicher? Macht ihm denn nichts irgendwas aus??

..Insbesondere Frauen neigen dazu, Bedürfnisse und Gefühle gegenüber den Wünschen anderer in so hohem Maße zurückzustellen, daß sie ihre eigenen Interessen kaum mehr wahrnehmen. Hier sind es eher die Betroffenen selbst, die über kurz oder lang hilflos unter dem Fehlen authentischer Beziehungen leiden – obwohl sie doch allen sozialen Anforderungen „perfekt“ genügen.

NARZISSTISCHE STÖRUNGEN / NARZISSTISCHE PERSÖNLICHKEIT

Wenn solche und ähnliche Erfahrungen (mit sich selbst oder mit Angehörigen/Freunden) zunehmend leidvoll und zerstörerisch werden, scheinbar ohne Ausweg, - dann könnte die Frage nach einer möglichen **Narzißtischen Persönlichkeitsstruktur** weiterführen.

Dabei gestehen sich oft zunächst Angehörige und FreundInnen ihre Hilflosigkeit, Überforderung und seelische Verletztheit ein.

Bedauerlicherweise ist der Begriff „*narzißtisch*“ für eine bestimmte ungünstige seelische Entwicklung in der Öffentlichkeit zumeist sehr einseitig mit abwertenden Vorstellungen verbunden. Narzißtische Persönlichkeiten werden pauschal beschrieben als „überheblich“, „egoistisch“ oder gar „verbrecherisch“. – Solche Zuschreibungen urteilen moralisch, ohne jede Kenntnis der individuellen Lebensgeschichte und machen es Betroffenen wie Angehörigen schwer, Unterstützung und Hilfe zu suchen.

Was sagen Psychotherapeuten dazu?

„*Narzißmus*“ ist zunächst ein Begriff für das gesunde Interesse an sich selbst. (Selbstwertgefühl, Selbstbewußtsein und Selbstverwirklichung gehören in diesen Zusammenhang.) - Durch ungünstige Entwicklungsbedingungen in der Kindheit kann der Aufbau dieses natürlichen Selbstgefühls in vielfältiger Weise gestört werden. (Die kindliche Entwicklung unterliegt einer Vielzahl von Einflüssen, deren Zusammenspiel nur ganz individuell geklärt werden kann. Pauschale Schuldzuweisungen an Eltern von Betroffenen sind in jedemfall unangemessen.)

Insbesondere drei Aspekte narzißtischer Fehlentwicklungen sind zur Grundlage von therapeutischen Konzepten geworden:

a) Kleinkinder entwickeln als natürliche seelische Struktur Vorstellungen und Phantasien von sich selbst als allmächtig und unbesiegbar. Daneben entstehen beim Kind Phantasien von der Vollkommenheit und Allmacht der Eltern. Aus diesen frühen Strukturen bilden sich im Laufe der Kindheit günstigenfalls Selbstwertgefühl bzw. innere Leitbilder zur weiteren Persönlichkeitsentwicklung.

Nach einer Hypothese von HEINZ KOHUT handelt es sich bei der Narzißtischen Persönlichkeitsstruktur um ein teilweises Weiterbestehen jener frühkindlichen Strukturen.

Psychotherapie, die sich an diesem Konzept orientiert (analytische Selbstpsychologie), unterstützt die Betroffenen beim **Weiterwachsen des ‚steckengebliebenen‘ Narzißmus** hin zu altersgemäßen (erwachsenen) Formen.

NARZISSTISCHE STÖRUNGEN / NARZISSTISCHE PERSÖNLICHKEIT

b) Demgegenüber betont eine auf OTTO F.KERNBERG zurückgehende Hypothese die Nähe der Narzißtischen Persönlichkeit zur Borderline-Persönlichkeitsstruktur.

Narzißtische Wut (als Folge schwerwiegend unbefriedigender Entwicklungsbedingungen in der Kindheit) einerseits und idealisierte Aspekte der gegenwärtigen Realität andererseits existieren strikt getrennt; sie bleiben voneinander abgespalten und werden wechselseitig ausgelebt. Psychotherapie, die sich auf Otto Kernberg bezieht (klassische Psychoanalyse), legt einen Schwerpunkt auf die **Überwindung der** in der kindlichen Vergangenheit begründeten **Aufspaltung von Empfindungen**.

(Differenzierend und weiterführend vgl. auch von Gertrude & Rubin BLANCK: Ich-Psychologie II. Psychoanalytische Entwicklungspsychologie. – Setzt fundierte Fachkenntnisse voraus.)

c) Aus der therapeutischen Arbeit mit eßgestörten Frauen entwickelte die Psychologin BÄRBEL WARDETZKI ein besonderes Verständnis für die Narzißtische Persönlichkeitsstruktur auf der Grundlage der **gesellschaftlichen Frauenrolle**. So versuchen insbesondere Frauen, durch gute Leistungen, Perfektionismus und Attraktivität einem (gesellschaftlichen) Idealbild zu entsprechen. Bei Kränkung, Zurückweisung oder Kritik werden sie schnell unsicher und fühlen sich ungeliebt. In Beziehungen entsteht wechselseitig die Angst, verlassen zu werden bzw. die Angst, vereinnahmt zu werden.

Wardetzkis Ansatz orientiert sich wesentlich an der Tiefenpsychologischen Transaktionsanalyse. Unter den Blickwinkeln **Selbstbild**, **Beziehungsanalyse** und **Lebensgestaltung** können unangemessene und leidvolle Muster der Sozialisation therapeutisch durchgearbeitet und verändert werden – natürlich auch bei Männern.

(BÄRBEL WARDETZKI: Weiblicher Narzißmus. Der Hunger nach Anerkennung - Für Betroffene und Profis geeignet.)

Die Betroffenen brauchen Hilfe!

Menschen mit Narzißtischer Persönlichkeit haben keinen „schlechten Charakter“, aber sie haben bisher nicht lernen können, angemessen umzugehen mit dem Verhältnis zwischen ihrem eigenen Wert (Selbstwert) und dem Wert anderer.

Menschen mit Narzißtischer Persönlichkeit sind in innerster Seele unsicher, sie fühlen sich der Umwelt hilflos ausgeliefert – aber sie haben gelernt, alle seelischen Kräfte in den Aufbau einer „Schutzmauer“ zu investieren, die fast um jeden Preis aufrechterhalten wird. Dabei können aufgrund der individuellen Lebensgeschichte ganz unterschiedliche soziale Momente als existenziell bedrohlich empfunden werden. Ebenso bekommen verschiedenste Mechanismen Schutzfunktion, z.B. perfektionistisches Funktionieren im Arbeitsleben bzw. im

NARZISSTISCHE STÖRUNGEN / NARZISSTISCHE PERSÖNLICHKEIT

Haushalt – oder Verbalattacken und Wutausbrüche – oder eine besonders stilisierte Selbstdarstellung (Kleidung, Make-up, Verhalten, Sprache) – oder soziale Grenzüberschreitungen und unsoziales/egoistisches Verhalten – oder intellektuelle Überlegenheit und Besserwisserei – oder besonders unterdrückerische Formen des sogenannten ‚Helfer-Syndroms‘ – oder körperliche Gewalt – oder eine herausragende öffentliche Funktion.

Das Perfektionieren der Schutzmechanismen bildet eine Art ‚Charakterpanzer‘ und verstärkt bei den Betroffenen im Laufe des Lebens ihre soziale Isolation. Die emotionale Leere nimmt zu, das hilflose, nach wie vor unaufgearbeitete Leid führt jedoch nur zu den immergleichen Abgrenzungsversuchen.. – und zu weiterer Zerstörung echter sozialer Kontakt.

Dieser **tragische Teufelskreis** kann überwunden werden wohl nur durch die beharrliche Aufklärung von Betroffenen und Angehörigen darüber, daß es sich bei der Narzißtischen Persönlichkeitsstörung nicht um einen „moralischen Defekt“ handelt, sondern um eine psychische Fehlentwicklung, - und über die Möglichkeiten zu therapeutischer Hilfe.

Bei fehlendem Problembewußtsein entwickeln Betroffene gegenüber PartnerInnen und eigenen Kindern im Laufe der Jahre oft massiv unterdrückerische Tendenzen. In Verbindung mit der sozial angepaßten Fassade führt diese Dynamik zu gravierenden psychosozialen Schädigungen. Insbesondere Kinder sind solchen oft traumatisierenden Erfahrungen hilflos ausgeliefert, zumal sie selbst Mitarbeitern von Erziehungsberatungsstellen oder Psychiatern die ‚andere Seite‘ der Mutter oder des Vaters kaum glaubhaft machen können!

Eine Variante solcher familiären Dysfunktionalität ist die massiv grenzüberschreitende und entmündigende Überversorgung von Angehörigen (meist Kindern) durch Betroffene mit Narzißtischer Persönlichkeit. In Verbindung mit dieser aggressiven Form des sogenannten ‚Helfer-Syndroms‘ (SCHMIDBAUER, NORWOOD) stehen im allgemeinen schwerwiegendste Ablösungsprobleme sowohl bei den Betroffenen mit Narzißtischer Persönlichkeit als auch bei den Opfern der unterdrückerischen Überbehütung.

(Zu beiden Varianten vgl. H. E. RICHTER: ‚Eltern, Kind und Neurose‘ sowie von S. FORWARD: ‚Vergiftete Kindheit‘ und von H.-J. MAAZ: ‚Der Lilith-Komplex. Die dunklen Seiten der Mütterlichkeit‘ – Die Bücher sind für Betroffene und Profis geeignet.)

Schwerpunkt: Seelische Abhängigkeiten !

Für die Betroffenen ist es oft außerordentlich schwer, ihre eigene innere Verletzlichkeit und Hilflosigkeit überhaupt wahrzunehmen.

Zudem leben Narzißtische Persönlichkeiten meist in seelischen Abhängigkeitsverhältnissen mit Angehörigen. Dann liegt ein nötiger erster Schritt darin, daß **alle** Beteiligten sich auf ihre **Selbstverantwortlichkeit für ihr eigenes Leben** besinnen.

Eltern von Menschen mit Narzißtischer Persönlichkeit sind im allgemeinen gefangen in der hilflosen Frage: ‚Was haben wir falsch gemacht?‘ – Selbstverantwortlichkeit bedeutet hier, daß Eltern **für sich selbst** beratende oder therapeutische Hilfe in Anspruch nehmen, um sich und ihr Verhalten besser verstehen zu lernen.

Die Abhängigkeit des Betroffenen von Bestätigung und Fürsorge durch die Umwelt hat Suchtcharakter! –

Wie in allen Abhängigkeitsbeziehungen müssen sich Angehörige täglich neu um eine Gratwanderung bemühen:

- Solidarität und Unterstützung hin zu selbstverantwortlicher Weiterentwicklung des Betroffenen: *Ja!*
- Abhängigmachende Übernahme von Verantwortung für den andern: *Nein!*

Um therapeutische Hilfe wirklich zur eigenen Weiterentwicklung nutzen zu können, müssen Menschen mit Narzißtischer Persönlichkeit konsequent Verantwortung übernehmen **für den unsicheren, angstvollen und hilfebedürftigen Anteil in sich**. Andernfalls würde auch jeder therapeutische Kontakt nur die bisherigen Schutzmauern (also das „falsche Selbst“) bestärken, hinter denen das individuelle „wahre Selbst“ mehr und mehr verkümmert.

Angehörige und Freunde sollten Momente ihrer Ko-Abhängigkeit erkennen und lernen, sich ihrerseits (bei aller Solidarität und Zuneigung) **abzugrenzen** von unangemessenen Forderungen nach Zuwendung, Bestätigung und Unterstützung. **Inbesondere Kinder müssen geschützt werden von destruktiven Verhaltensweisen erwachsener Angehöriger mit Narzißtischer Persönlichkeit!**

Problembewußtsein beim Betroffenen wie bei Angehörigen, ein entsprechend erfahrener oder zumindest motivierter Therapeut sowie die konsequente Kooperation aller Beteiligten sind Voraussetzungen, unter denen psychotherapeutische Hilfe möglich wird. (Unter www.narzissmus.net ist eine virtuelle Selbsthilfegruppe zu finden, die auch für Angehörige nützlich sein kann.)

Stand: August 2009