

ApsyB – Akademie psychologischer Berater  
Ausbildungsdauer: März 2015 bis Juli 2016

Facharbeit – Thema:

**Die narzisstische Persönlichkeitsstörung im Jugendalter  
Entstehung, Verlauf und Beratungsformen**

Verfasser: Silke Kleinfelder

Betreuer der Facharbeit: Sandra Neumayr

Bearbeitungszeitraum: 17. April 2016 bis 17. Juni 2016

Abgabetermin: 17. Juni 2016

Inhaltsverzeichnis	Seite
1. Einleitung	1
2. Was ist die narzisstische Persönlichkeitsstörung?	2
2.1. Allgemein	2
2.1.1. Mythos	2
2.1.2. Der gesunde Narzissmus	2
2.1.3. Die narzisstische Persönlichkeit	2
2.2. Nach der „ICD10 - Internationale Klassifikation psychischer Störungen“	3
2.3. Arten von Narzissmus - oder der männliche und weibliche Narzissmus	4
2.3.1. Der großartige Narzisst	4
2.3.1.1. Grandios aufgrund emotionaler Vernachlässigung	4
2.3.1.2. Grandios aufgrund Überbehütung und übertriebene Kontrolle	4
2.3.2. Der depressive Narzisst	4
2.3.3. Der männliche und weibliche Narzissmus	4
2.3.3.1. Der männliche Narzissmus	5
2.3.3.2. Der weibliche Narzissmus	5
3. Wie entsteht Narzissmus?	5
3.1. Entwicklung psychischer Störungen nach Freud	5
3.1.1. Psychosexuelle Entwicklung nach Freud	7
3.1.2. Entwicklung – „Es“-„Ich“-„Über-Ich“	7
3.2. Primärer und sekundärer Narzissmus	7
3.2.1. Der orale Charakter – der primäre Narzissmus	7
3.2.2. Der sekundäre Narzissmus	7
4. Eltern und Erziehung	8
4.1. Erziehung allgemein und Wertebilder	8
4.2. Eltern	9
4.3. Selbstgefühl	10
4.4. Selbstwertgefühl	11
4.5. Erziehungsstile	11
4.5.1. Autokratischer und autoritärer Erziehungsstil	11
4.5.1.1. Auswirkungen	12
4.5.1.2. Was empfindet das Kind dabei	12
4.5.2. Autoritativer und demokratischer Erziehungsstil	12
4.5.2.1. Auswirkungen	13
4.5.2.2. Was empfindet das Kind dabei	13
4.5.3. Egalitärer, permissiver und laissez fairer Erziehungsstil	13
4.5.3.1. Auswirkungen	13
4.5.3.2. Was empfindet das Kind dabei	14
4.5.4. Vernachlässigender Erziehungsstil	14
4.5.5. Überbehüteter und fordernder Erziehungsstil	14
4.6. Leistungsorientierung	14
4.6.1. Fehlende Selbstbegründung	15
4.6.2. Manipulationssystem	15
4.7. Auffälligkeiten	15
4.7.1. Schule	15
4.7.2. Adoleszenz	16

5. Beratungsformen und Herausforderungen im Umgang mit narzisstischen Persönlichkeiten in der Beratung	17
5.1. Allgemeine Ziele	17
5.2. Humanistische Beratung nach Carl Rogers	17
5.2.1. Spiegeln der Emotionen	19
5.2.2. Empathie fördern	20
5.3. Selbstkonzept	21
5.4. Umgang mit Kränkungen	22
5.5. Gruppenarbeit	23
6. Fazit	24
7. Erklärung	25
8. Quellenverzeichnis	26

## 1. Einleitung

In meinem beruflichen Umfeld, der Medienbranche, habe ich den subjektiven Eindruck, schon vielen narzisstischen Menschen begegnet zu sein waren es nun Chefs oder Kollegen. Der Begriff „Narzissmus“, aus der Psychologie stammend, ist allgemeingebräuchlich geworden. Nimmt die Anzahl der narzisstischen Persönlichkeiten tatsächlich zu? Wird diese Persönlichkeitsstörung gar genetisch vererbt und ist damit grundsätzlich unveränderbar? Oder gibt es im Laufe der Persönlichkeitsentwicklung eines Menschen Kriterien und Faktoren von außen, die wichtige Einflüsse auf diese Persönlichkeitsausprägung haben? „Persönlichkeitsstörungen sind Ausdruck komplexer psychosozialer und zwischenmenschlicher Krisen. Die Behandlung sollte unter Berücksichtigung dieser Faktoren erfolgen. (...)“ [1] Wie und wann prägt und entwickelt sich der Mensch zu einer narzisstischen Persönlichkeit bzw. welche Faktoren gibt es, die zur einer narzisstischen Persönlichkeit führen die ein späteres Zusammenarbeiten im Beruf oder ein Zusammenleben im Privaten beschwerlich und herausfordernd machen? Aktuelle Berichte und Artikel wie zum Beispiel in FAZ Online und SPIEGEL Online [2,3,4] zeigen, dass der Narzissmus schon längst ein gesellschaftliches Thema ist. Gibt man bei Google das Wort „Narzissmus“ ein, erhält man 483.000 Treffer<sup>1</sup>. Die verwandten Suchanfragen, die sich aus der Suchabfrage zeigen ergeben viele ähnliche Treffer wie „Narzissmus und Partnerschaft“ (88.000 Treffer<sup>1</sup>), „Narzissmus und Trennung“ (45.500 Treffer<sup>1</sup>), „Narzisstische Frauen“ (152.000 Treffer<sup>1</sup>), „Narzissmus Mann“ (256.000 Treffer<sup>1</sup>). Keine Persönlichkeitsverfärbung zeigt mehr Suchtreffer auf. Menschen, die diese Persönlichkeitsstörung oder Persönlichkeitsverfärbung entwickelt haben, werden später Beziehungen eingehen, werden später auch einen Beruf ergreifen, in dem sie mit andern Menschen interagieren. Die Anzahl der Menschen, die mit den Auswirkungen von narzisstischen Persönlichkeiten umgehen müssen und die Betroffenen selbst, die sich dadurch in kritischen und herausfordernden Lebenssituationen befinden und Hilfe in psychologischen Beratungsstellen und Praxen suchen werden, wird in den nächsten Jahren deutlich ansteigen.

Wie entsteht eine narzisstische Persönlichkeitsstörung? Ist es ein vererbtes, ein unveränderbares Schicksal oder gibt es Einflüsse der Umwelt welche diese Persönlichkeitsstörungen beeinflussen und veränderbar machen?

---

<sup>1</sup> Stand 01.05.2016 unter der Einstellung „München“ und der Ortung meiner IP-Adresse

## 2. Was ist die narzisstische Persönlichkeitsstörung?

### 2.1 Allgemein

#### 2.1.1 Mythos

Der Begriff Narzissmus leitet sich ab von der Sagengestalt des jungen Narziss (griech. Narkissos) aus der griechischen Mythenwelt. Er war der schöne und stolze Sohn des Flussgottes Kephissos und der Wassernymphe Leirioppe. In der wohl bekanntesten Fassung - von Ovid - gerät Narziss in eine Art Wahn: Er verliebt sich in sein Spiegelbild, das er im Wasser erkennt, und versucht verzweifelt, es zu greifen und festzuhalten. Am Ende stirbt der schöne Jüngling, da er sich nicht mehr von seinem eigenen Anblick im Wasser abwenden kann.

Im Mythos von Narziss finden sich bereits zentrale Aspekte, die für das Erscheinungsbild und die Entstehung des Narzissmus eine wichtige Rolle spielen. Mutter und Vater spielen nur zu Beginn der Sage eine Rolle. Sie wirken anscheinend ausschließlich an seiner Entstehung mit. In anderer Weise sind Kephissos und Leirioppe als Eltern nicht präsent. Weder Mutter noch Vater sind als Spiegel seines Selbst emotional anwesend. Daher fehlt Narziss jede Möglichkeit, sein wahres Selbst zu erkennen: sein Wesen und seine Fähigkeiten, aber auch seine Grenzen und zudem die Tatsache, dass seine Freiheit die Grenzen anderer berührt.

#### 2.1.2 Der gesunde Narzissmus

Der Begriff „Narzissmus“ in seiner allgemeinen positiven Form kennzeichnet einen Menschen mit gesunder Selbstwertschätzung. Dieser Mensch ist zudem gut in der Lage, relativ konstante positive wie negative zwischenmenschliche Beziehungen auszubilden.

#### 2.1.3 Die narzisstische Persönlichkeit

In einer negativen Form ist das Gegenteil impliziert: eine Störung der Beziehungsfähigkeit, die durch Selbstbezogenheit (eher Selbstsucht), eine hohe Empfindsamkeit gegenüber Einschätzungen durch andere und durch einen Mangel an Einfühlungsvermögen bestimmt ist. Der negative Narzissmus entwickelt sich in zwei entgegengesetzte Richtungen: als übermäßige Selbstliebe oder als mangelnde Selbstliebe.

Als zentrales Motiv von narzisstischen Menschen wird das Bemühen angesehen, durch Leistung oder andere Zeichen von Erfolg beweisen zu müssen, dass sie etwas wert sind, da sie sonst keinerlei Existenzberechtigung haben. Die wichtigste und problematische Emotion

dieser Persönlichkeitsstruktur ist dabei die Scham. Diese Scham wird von vielen Klienten als existenziell erlebt und ist dabei ein völlig anderes Erlebnis als das, was man bei gesunden oder neurotischen Menschen als Scham bezeichnet. Während es bei letzteren lediglich als unangenehm erlebt wird, bei etwas „erwischt“ zu werden, von dem man glaubt, dass es nicht in Ordnung ist, möchten Menschen mit narzisstischer Scham tatsächlich in den Erdboden versinken. Sie haben das Gefühl, damit insgesamt nicht mehr in Ordnung zu sein.

Bei Klienten mit narzisstischen Störungen kann man davon ausgehen, dass es sich hierbei um einen früh erworbenen Abwehrmechanismus handelt. Dieser soll verhindern, dass niemand - auch und vor allem der Klient selbst - nicht merkt, welche schwache und bedürftige Person eigentlich hinter der Mauer steckt.

## 2.2 Nach der „ICD10 - Internationale Klassifikation psychischer Störungen“

### Narzisstische Persönlichkeitsstörung (F60.80)

Mindestens fünf der folgenden Kriterien müssen vorhanden sein:

- hat ein grandioses Verständnis der eigenen Wichtigkeit (übertreibt etwa Leistungen und Talente, erwartet ohne entsprechende Leistungen als überlegen anerkannt zu werden)
- ist stark eingenommen von Phantasien grenzenlosen Erfolgs, Macht, Brillanz, Schönheit oder idealer Liebe
- glaubt von sich, „besonders“ und einzigartig zu sein und nur von anderen besonderen oder
- hochgestellten Menschen (oder Institutionen) verstanden zu werden oder mit diesen verkehren zu müssen
- benötigt exzessive Bewunderung
- legt ein Anspruchsdenken an den Tag, d. h. hat übertriebene Erwartungen auf eine besonders günstige Behandlung oder automatisches Eingehen auf die eigenen Erwartungen
- ist in zwischenmenschlichen Beziehungen ausbeuterisch, d. h. zieht Nutzen aus anderen, um eigene Ziele zu erreichen
- zeigt einen Mangel an Empathie: ist nicht bereit, die Gefühle oder Bedürfnisse anderer zu erkennen/anzuerkennen oder sich mit ihnen zu identifizieren
- ist häufig neidisch auf andere oder glaubt, andere seien neidisch auf ihn
- zeigt arrogante, hochmütige Verhaltensweisen oder Ansichten [5]

## 2.3 Arten von Narzissmus – oder der männliche und weibliche Narzissmus

### 2.3.1 Der großartige Narzisst

Der großartige Narzisst entspricht der in ICD-10 beschriebenen Ausprägungen, die besonders von einer übertriebenen Vorstellung der eigenen Bedeutung und Größe gekennzeichnet ist.

#### 2.3.1.1 Grandios aufgrund emotionaler Vernachlässigung

Die Grandiosität ist eine Reaktion auf emotionale Vernachlässigung. Um dem Mangel an emotionaler Resonanz (liebevolles Spiegeln durch Bezugspersonen) in der Kindheit und der Abwertung seiner Selbst zu entkommen, hat sich der grandios fühlende Narzisst ein quasi unerreichbares und unverletzliches Idealbild seiner selbst erschaffen, welches er anstelle seines stark minderwertig fühlenden Selbst zu leben bemüht ist.

#### 2.3.1.2 Grandios aufgrund Überbehütung und übertriebener Kontrolle

Die Grandiosität als Reaktion auf Überbehütung und übertriebene Kontrolle ist ursächlich vom Betroffenen auf eine übertriebene Aufmerksamkeit und Überfürsorge seiner Bezugsperson erlebt worden. Der Betroffene musste keine Widerstände überwinden. Er wurde vor Frustration bewahrt und hat viele Bedürfnisse fast ungefragt erfüllt bekommen.

### 2.3.2 Der depressive Narzisst

Bei diesen Betroffenen herrscht die Minderwertigkeit vor. Die Großartigkeit besteht im Ausmaß seiner (selbst empfundenen) Minderwertigkeit. Der Betroffene hat übertriebene Vorstellungen von der eigenen Unbedeutsamkeit. Die Kindheitserinnerungen der mangelnden emotionalen Resonanz in Verbindung mit der Abwertung seiner Person sind hierbei vor- bzw. beherrschend. Bei dem depressiven Narzissten muss der Berater jedes Mal eine Depression abklären und in der Beratung darauf achten die Heilkunde nicht zu überschreiten. Bei Verdacht auf eine Depression, wertschätzend und empathisch mit Hinweis auf eine Blutwert-Untersuchung an einen Heilkundigen verweisen.

### 2.3.3 Der männliche und weibliche Narzissmus

Der narzisstischen Störung liegt ein instabiles Selbstwertgefühl zugrunde. Männer neigen eher dazu, die grandiose Seite zu zeigen, wohingegen bei Frauen eher die Minderwertigkeitsgefühle im Vordergrund stehen. Hierbei spielt auch die (Rollenbild-)

Erziehung in der Herkunftsfamilie eine grundlegende Rolle. Verallgemeinern kann man es nicht, denn es gibt auch Frauen, die einen eher männlichen Narzissmustyp zeigen und Männer, die sich eher weiblich-narzisstisch zeigen.

#### 2.3.3.1 Der männliche Narzissmus

Der männliche Narzissmus, betont die Grandiosität und entspricht eher einem männlichen Rollenbild. Die Betroffenen kämpfen stark um Anerkennung und Autonomie, sind eher distanzierte Beziehungsvermeider, unempathisch im Verhalten eher aggressiv, offen abwertend und überheblich. Sie zeigen sich zumeist als Täter bzw. Entscheider.

#### 2.3.3.2 Der weibliche Narzissmus

Der weibliche Narzissmus, der Co-Narzissmus, betont die Minderwertigkeit und entspricht eher einem weiblichen Rollenbild. Die Betroffenen erhoffen sich Anerkennung durch Überanpassung, Leistung und Attraktivität und führen mit ihren idealisierten Partnern symbiotische Beziehungen bis hin zur Übernahme der Gefühle und Gedanken des anderen. Ihre Aggressivität äußert sich meist passiver als beim männlichen Typus, häufiger in Form von Verweigerung, Trotz, Rückzug und innerer Abwertung. Die weiblichen Narzissten zweigen sich als das erduldeten Opfer.

Männlicher und weiblicher Narzissmus sind zwei Seiten derselben Medaille. Es sind stets beide Seiten vorhanden, aber die eine tritt dabei mehr zutage. Beziehungen bedeuten für Narzissten emotionalen Stress. Als Reaktion darauf verhalten sich die einen noch unnahbarer und aggressiver. Die anderen geben sich noch minderwertiger und hilfloser.

### 3. Wie entsteht Narzissmus?

#### 3.1 Entwicklung psychischer Störungen nach Freud

Freud betrachtete primär die Symptome psychischer Störungen, indem er die individuellen Eigenarten der Symptombildung, ihre lebensgeschichtliche Bedeutung und ihre Beziehungen zur psychischen Entwicklung seiner Patienten zu entschlüsseln versuchte. [1]

##### 3.1.2. Entwicklung – „Es“-„Ich“-„Über-Ich“

Freud definiert die Phasen der psychosexuellen Entwicklung durch die jeweiligen erogenen Körperzonen, über die die hauptsächliche Triebbefriedigung erfolgt. Freud vermutete, dass die Eigenarten wie z.B. Eigensinn, Ordnungsliebe, sogar die Zwangsstörung selbst Ausdruck der Abwehr psychosexueller Bedürfnisse infolge einer streng in Normen gefassten



Sauberkeitserziehung in den ersten Lebensjahren darstellen. Wird eine oder mehrere der Phasen (orale, anale, phallisch-ödpale Phase, Latenzzeit, Pubertät, genitales Primat) nicht vollständig abgeschlossen, kommt es zu einer (jeweiligen) Fixierung.

Das Es ist nach Freud die Grundlage des Seelenlebens. Dieses Es ist als Erstes da bei einem Menschen. Im Es sitzen die Empfindungen, Gefühle und Leidenschaften, die alle unbewusst sind. Die Empfindungen des Es beruhen wiederum auf den Trieben, welche rücksichtslos und umgehend befriedigt werden wollen. Der Einfluss der Außenwelt führt dazu, dass sich aus dem Es das Ich ausdifferenziert. Das Ich ist dann der Vertreter des Es gegenüber der Außenwelt. Das Ich ist somit der „vernünftige“ Vermittler zwischen dem Es und der Außenwelt. Das Ich wird vom Es beherrscht, obwohl das Ich meint, das Es zu kontrollieren. Das Es ist der Ort der Verdrängungen, z.B. von Vorstellungen die früher einmal im Ich vorhanden und auch bewusst waren, die dann aber vom Ich ins Es abgeschoben, verdrängt wurden und im Es unbewusst vorhanden sind. Durch den fortwährenden Verdrängungswiderstand des Ich werden sie gehindert, wieder in das Ich zurückzukehren und somit wieder bewusst zu werden. Aus dem Ich heraus entwickelt sich die dritte Instanz, das Über-Ich. Das Über-Ich steht durch die Identifizierung mit beiden Eltern am Ende der ödipalen Phase (ca. 5. Lebensjahr). Sehr vereinfacht dargestellt ist nach Freud bei narzisstischen Persönlichkeiten eine starke Ausprägung der Ich-Libido, also auf das Ich, die eigene Person bezogen, vorhanden.

Da die Bedürfnisse und Interessen des Kindes und die seiner Bezugspersonen (Eltern) zwangsläufig irgendwann in der Erziehung kollidieren, muss das Ich auch noch andere Funktionen erfüllen. Nämlich den Ausgleich herstellen zu den Anforderungen aus dem sozialerzieherischen Umfeld. Tauchen in der Erziehung für das Kind ungünstige Umstände auf, ist das Kind gezwungen, eigene Bedürfnisse zurückzustellen, abzuwehren oder zu unterdrücken (unter anderem Abwehrmechanismen), um sich Angst, Strafe und Enttäuschung möglichst zu ersparen. Freud hat den Begriff Narzissmus seit 1909 benutzt und ihn in seine Libido-Theorie eingearbeitet. Seine elementare Arbeit hierzu „Zur Einführung des Narzissmus“ publizierte er 1914. Freud unterschied zwischen einem primären und einem sekundären Narzissmus. Er erklärte sich psychische Erkrankungen so, dass die Betroffenen in der frühen Kindheit eine Fixierung auf den primären Narzissmus erlitten haben und später auf diese Phase regredieren, also einen Abwehrmechanismus (Regression) entwickeln. Abgewehrt wird hierbei ein Trieb-Impuls mit dem Ziel der Angstbewältigung. Dabei erfolgt ein zeitweiliger Rückzug auf eine frühere Stufe der Persönlichkeitsentwicklung mit einfacheren, primitiveren Reaktionen. Dieser Vorgang der Abwehr erfolgt überwiegend unbewusst.

## 3.2 Primärer und sekundärer Narzissmus

### 3.2.1 Der orale Charakter – der primäre Narzissmus

Den „primären Narzissmus“ sah Freud dadurch gekennzeichnet, dass alle Menschen in der oralen Phase einen Zustand durchlaufen. Das Kind fühlt sich mit der Mutter als eins und der Unterschied zwischen Subjekt (dem Selbst) und Objekt (der Mutter) ist noch nicht vollzogen. Seine sexuelle Energie (Libido) richtet das Kind daher ausschließlich auf sich selbst. Der orale Charakter ist narzisstisch, also nur an sich selbst interessiert, ohne andere Menschen als eigenständige Wesen wahrzunehmen. Andere werden nur unter dem Gesichtspunkt betrachtet, was sie geben (z.B. füttern) können. Personen mit oralem Charakter wollen ständig etwas von den anderen, bescheiden bittend oder aggressiv fordernd.

### 3.2.2 Der sekundäre Narzissmus

Als „sekundärer Narzissmus“ bezeichnete Freud einen Narzissmus, der sich erst in späteren Lebensphasen manifestiert. Und zwar, nachdem der Mensch die Fusion von Subjekt und Objekt bereits überwunden hat. Beim sekundären Narzissmus zieht der Mensch die sexuelle Energie von äußeren Objekten ab und richtet die Libido erneut auf sich selbst. Dieser Zustand tritt besonders nach enttäuschter Liebe und nach Kränkungen des Selbstwertgefühls auf, ist ein wichtiges und unverzichtbares Element in der Persönlichkeitsreife jedes Menschen und ermöglicht unter anderem die Ausbildung eines Ich-Ideals. Narzisstische Menschen haben ein eher impliziertes, also ein unbewusst niedriges Selbstwertgefühl mit der Kern-Emotion der Scham, während ihr explizites, also bewusstes Selbstwertgefühl von überheblichem Stolz geprägt ist. Diese Konstellation wird als doppelte Selbstwertregulation bezeichnet.

Die Entstehung des Idealbilds hängt nach Freuds Auffassung vor allem von den emotionalen Versagungen der Eltern zusammen, die für das Kind ein kompensatorisches Selbstbild notwendig machen. Dieses kompensierte Selbstbild ist, die narzisstische Selbstzufriedenheit wiederherzustellen. Wo das Ich mit sich selbst nicht zufrieden ist, kann es doch Befriedigung aus seinem Ideal ziehen. [1] Das Ich-Ideal ist in fortwährender „Pufferfunktion“ mit dem Real-Ich. Dies stellt keinen einmaligen seelischen Akt dar, der mit der Ideal-Entstehung abgeschlossen ist. Es entsteht durch das Ich-Ideal eine Dynamik zwischen dem Subjekt und seinem Ideal.

Freud bestimmt das Selbstgefühl als ein Phänomen, das sich aus einem Rest des kindlichen Narzissmus, aus Idealerfüllung und befriedigenden Objektbeziehungen zusammensetzt. Die

Ich-Ideal / Über-Ich-Struktur stellt eine wichtige innere Koordinate für das Selbstgefühl dar. Die Regulierung des Selbstwertgefühls ist für das psychische Wohlbefinden von Bedeutung.

Die vorherrschenden Abwehrmechanismen bei narzisstischen Persönlichkeitsstörungen sind unter anderem die „Kompensation“ (Leistung): Einen Fehler gemacht zu haben, eine Schwäche gezeigt zu haben, eine geringere Leistung als die anderen zu erbringen, ist für narzisstische Menschen unerträglich. Jede Schwäche, und sei sie auch noch so klein, kann zu einem Einbruch ihres grandiosen Selbst führen. Ein weiterer Punkt ist die „Idealisierung“: Im Kontrast zu ihrem eigenen negativen Selbstschema sehen sie andere Menschen übertrieben positiv und idealisieren einen anderen Menschen. Die Betroffenen versuchen sich mit dem anderen Menschen zu assoziieren, um an deren Erfolg und Persönlichkeit teilhaben zu können. Somit erleben narzisstische Menschen andere Menschen entweder als unterlegen und unwichtig oder als bedrohlich und übermächtig. Die „Projektion“: Grundlegend ist hierbei die Abwertung anderer Menschen. Diesen werden die negativen Eigenschaften zugesprochen bzw. an ihnen erlebt, welche die Betroffenen an sich selbst nicht wahrnehmen oder wahrhaben wollen. Bei der „Regression“, die zur Stabilisierung des Selbstwertgefühls dient, zieht sich der Betroffene in eine kindliche Entwicklungsstufe zurück. Zum Beispiel Flucht in Krankheit, Rückzug oder Trotz.

#### 4. Eltern und Erziehung

##### 4.1 Erziehung allgemein und Wertebilder

„Ziel der Erziehung ist es, den Zögling in die Lage zu versetzen, die Anforderungen, die das Leben an ihn stellt, selbst bewältigen zu können. Ist dieses Ziel erreicht, löst sich die erzieherische Beziehung auf und kann als normale zwischenmenschliche Beziehung weitergeführt werden.“ [6]

Für Kinder sind die in der Kindheit vermittelten Werte ein Leben lang prägend. Die Erziehung und die Umwelt erzeugen schon von klein auf eine bestimmte Grundeinstellung, die bestimmt was man im Leben schätzt und als wichtig empfindet. Neben den materiellen Werten, wie Geld und individuellem Besitz eines Menschen sind immaterielle Werte weitaus bedeutender. Also die Vorstellungen die innerhalb einer sozialen Gruppe von Menschen oder die innerhalb einer Gesellschaft als erstrebenswert und wünschenswert angesehen werden. Die immateriellen Werte geben die Anstöße, die Menschen zu bestimmten Verhalten bewegen und ihnen einen Sinn im Leben geben. Es gibt die geistigen Werte (z.B. Wissen, Weisheit und Disziplin), die sittlichen Werte (z.B. Treue und Ehrlichkeit), die religiösen Werte (z.B. Toleranz) und privaten Werte (z.B. Höflichkeit, Taktgefühl, Rücksichtnahme). Werte

helfen Kindern sich in der Welt zurechtzufinden und richtige Entscheidungen zu treffen. Eltern sind Vorbilder für Ihre Kinder, daher sollten sie ihnen die wichtigen Werte und das richtige Verhalten vorleben. Dadurch können Kinder Vertrauen in sich und ihre Umwelt aufbauen.

#### 4.2. Eltern

Eine narzisstische Persönlichkeitsstörung ist Folge einer Erziehung durch empathielose, emotional eigennützige Eltern, die ihrem Kind ihre ungeteilte Aufmerksamkeit, wenn überhaupt, nur dann schenken, wenn dies ihren eigenen Bedürfnissen entspricht und es sich ihren Wünschen und Vorstellungen unterordnet. Ein solches Kind bekommt zwar durchaus gesagt oder gezeigt, dass man stolz auf es sei, aber selten bis niemals, dass es geliebt wird, dass die Eltern froh sind, dass es existiert oder dass es ein wertvoller Mensch ist. Um das Trauma der erlittenen Zurückweisung abzumildern, entwickelt das Kind ein falsches Selbst, in dem es sich für besser, unverletzlicher, stärker, hübscher, interessanter oder klüger hält und ausgibt als es eigentlich ist. Das negative Selbstbild, das das abgelehnte Kind von sich selbst hat, wird verdrängt, „abgespalten“, und hinterlässt einerseits ein Gefühl von Scham und Leere, andererseits einen unstillbaren Hunger nach Bewunderung und Anerkennung. Da das missachtete Kind aber auf die Zuwendung der Eltern angewiesen ist und sein Überleben von ihnen abhängt, wird es nach der Phase des depressiven Rückzugs nun alles tun, um ihnen zu gefallen. Es wird versuchen, ihren Anforderungen gerecht zu werden, nur noch die Gefühle, Interessen und Wünsche zeigen, die „gefragt“, also erlaubt sind, es den Eltern, von denen es abhängig ist, um jeden Preis rechtmachen wollen. Mit der Zeit entwickelt das Kind ein Selbstbild, das nicht ihm entspricht. Es ist ein „falsches Selbst“ entstanden, eine Maske, Fassade oder Hülle. Das „falsche Selbst“ ist ein Überlebensmechanismus aus der Kindheit. Kinder können nur dann ein grundsätzlich positives Selbstbild verinnerlichen, wenn sie während der Kindheit emotional ausreichend „gesättigt“ wurden. Menschen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen haben jedoch keine gesunde Persönlichkeitsentwicklung erlebt, sondern ein negatives Selbstbild verinnerlicht. Da sie in der Kindheit emotional nicht annähernd gesättigt wurden, hungern sie weiterhin nach Liebe, Anerkennung und Zuwendung. Die Betroffenen wachsen oft in einer nach außen hin perfekt wirkenden Herkunftsfamilie auf. Die Beziehung zur Mutter ist allerdings oft gestört. Die Mutter kann ihr Kind nicht so annehmen wie es ist, sondern sie versucht es zu manipulieren oder sie vernachlässigt es emotional. Kinder werden z.B.

– übermäßig gelobt, auch wenn ihre Leistungen nur durchschnittlich waren

- von ihren Eltern vernachlässigt, die sich zwar gut um sich, aber schlecht um ihr Kind kümmern
- die Eltern hatten selbst Eltern, die eine überhöhte, aber unsichere Selbstachtung aufweisen und ahmen diese nach
- die Eltern hatten Eltern, die sich für ihr Kind nur in Abhängigkeit von dessen Fähigkeiten interessierten, sodass das Kind, versucht, die Aufmerksamkeit und das Wohlwollen der Mutter auf sich zu ziehen, indem es ausschließlich seine Leistungen und Vorzüge präsentiert

#### 4.3 Selbstgefühl

Das gesunde Selbstgefühl entsteht im Kind, wenn seine Eltern es für seine Erfolge loben, die es durch seine Stärken und seinen Mut erreicht hat, und es bei seinen Niederlagen helfen, aufmuntern und unterstützen. Durch das Vorbild der Eltern, die ihr Kind und auch sich selbst mit ihren Stärken und Schwächen akzeptierten, lernt das Kind, sich selbst und andere ebenfalls mit ihren Stärken und Schwächen anzunehmen und zu mögen. Das Kind erhält somit ein realistisches Bild von sich und anderen, das frei von Idealisierung und Abwertung ist.

Aufgrund ihres schwach entwickelten Selbstgefühls haben die narzisstischen Menschen nicht die normale Identitätskrise in der Pubertät durchlaufen, stattdessen besteht bei ihnen eine gewisse Identitätsdiffusion. Hauptsächlich mangelt es den Betroffenen an der Fähigkeit, sich selbst und andere zu reflektieren. Durch die anezogene Überanpassung stellen sie ihre Eigenheiten hinter die Wünsche der Umwelt, da sie glauben, nur durch Leistung und Anpassung anerkannt und beachtet zu werden. Diese leistungsabhängige Anerkennung wenden sie später auch auf ihre Mitmenschen an: Wer Leistung erbringt, wird idealisiert, wer Schwäche zeigt (z.B. Gefühle, Interessen, Wünsche, die finanzielle, berufliche und gesellschaftliche Nachteile mit sich bringen) wird abgewertet. Wenn ein Mensch keinen wirklichen Zugang mehr zu den eigenen Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen hat, geht dies auf Kosten seines Selbstgefühls, er ist sich selbst entfremdet. Wer sich selbst nicht kennt, seine Gefühle und Bedürfnisse nicht anerkennt, kann keine echte Selbstliebe entwickeln.

#### 4.4 Selbstwertgefühl

Das gesunde Selbstwertgefühl entwickelt sich im Kind, wenn die Mutter ihr Kind in seinem ihm eigenen Wesen liebt und annimmt, uneigennützig auf seine Bedürfnisse eingeht und nicht ihre eigenen Erwartungen und Ängste auf das Kind überträgt. Das Kind liebt und akzeptiert sich selbst in dem Maße, in dem seine Mutter es liebt und akzeptiert. Die ideale Mutterliebe ist bedingungslos, ohne Anforderungen oder Erwartungen.

Wenn das Kind Gefühle der Freude, Zorn, Angst und Unsicherheit äußern darf, ohne von den Eltern ignoriert oder dafür bestraft zu werden, wenn seine Bedürfnisse erfüllt werden, wenn es ernst genommen und als Mensch respektiert wird. Beispielsweise auch um seine Meinung gefragt und gehört wird. Die Eltern sollten dabei nah und erreichbar sein und ihr Kind nicht dazu zwingen, ständig übertreiben zu müssen, um ihre Aufmerksamkeit zu gewinnen. Dann kann das Kind Selbstsicherheit und ein gutes Selbstwertgefühl entwickeln.

Menschen mit einer narzisstischen Störung wurden in der Kindheit nicht satt – sie sind emotional hungrig geblieben. Sie sind in Teilen ihrer seelischen Entwicklung auf der Stufe eines Kleinkindes stehengeblieben und sind wie dieses Kleinkind stark auf das Empfangen von Gefühlen und Leistungen angewiesen. In ihrer Kindheit haben narzisstische Menschen sich angewöhnt, sich anzupassen und Leistung zu erbringen, damit ihr dringendstes emotionales Bedürfnis, das Gefühl wichtig und liebenswert zu sein, von anderen befriedigt wird. Diese Strategien wenden sie auch im Erwachsenenalter an. Eltern haben eine große Verantwortung und sollten Mut zur Erziehung haben.

#### 4.5 Erziehungsstile

##### 4.5.1 Autokratischer und autoritärer Erziehungsstil

Der autokratische Erziehungsstil: Bei diesem Erziehungsstil wird vom Erziehenden ein hohes Maß an Autorität ausgeübt. Selbstständigkeit und Eigeninitiative des Zöglings werden nicht berücksichtigt bzw. unterdrückt. Der Erzieher gibt detailliert vor. [6] Der autoritäre Erziehungsstil: Vorrangiges Erziehungsmittel sind Belohnung und Bestrafung. Der Erzieher ist stark kontrollierend. Unerwünschtes Verhalten wird hart, auch physisch, bestraft. Strenge Regeln des Erziehers dürfen nicht hinterfragt werden. Der Zögling gewinnt kaum Einsicht, da Strafe für Fehlverhalten nicht argumentiert wird. Fehlverhalten wird in der Regel nur gegenüber Erzieher unterlassen. [6]

#### 4.5.1.1 Auswirkungen

Das Kind erlernt keine Selbständigkeit, es wird zum Objekt der Eltern. Die Entwicklung eines geringen Selbstwertgefühls ist sehr wahrscheinlich. Die Aufmerksamkeit des Kindes wird sehr stark mit den hohen Erwartungen der Eltern gekoppelt. Die kommunikativen Fähigkeiten des Kindes leiden darunter. Auch die Austragung von Konflikten bzw. die Lösung von Konflikten und Problemen erlernt das Kind nicht. Die Kinder neigen zu aggressivem Verhalten, um Aufmerksamkeit für ihre missachteten Bedürfnisse zu provozieren. Das Kind erhält keine emotionale Unterstützung von den Eltern. Das ist der Nährboden für narzisstische Persönlichkeitsstörungen!

#### 4.5.1.2 Was empfindet das Kind dabei?

Das Kind vermisst Geborgenheit. Somit kann es kein Vertrauen aufbauen. Das Kind wird eigene Bedürfnisse und Gefühle verleugnen und sich von sich selbst entfremden. Diese Entfremdung führt zu inneren Spannungen und Zerrissenheit. Falls das Kind später nicht lernt, damit umzugehen, wird es die ständige Unzufriedenheit mit sich in der Umwelt ausleben. Das Kind ist sehr verunsichert ob seines eigenen Werts und der eigenen Bedürfnisse. Es ist sehr wahrscheinlich, dass es später wieder unter autoritären Einfluss gerät und dort das was es als Kind gelernt hat – also die Anpassung und Unterordnung – zu leben.

#### 4.5.2 Autoritativer und demokratischer Erziehungsstil

Der autoritative Erziehungsstil: Bei diesem Erziehungsstil geht es um Vermittlungen klarer Regeln, die Grenzen werden klar aufgezeigt. Fehlverhalten wird argumentiert und sanktioniert. Strafe in engem Sinnzusammenhang zum Fehlverhalten und als Wiedergutmachung. Person des Kindes wird geliebt und verstanden. [6] Der demokratische Erziehungsstil ist ähnlich dem autoritativen Erziehungsstil. Betonung liegt beim demokratischen Erziehungsstil jedoch auf Absprache bezüglich Erziehungsmaßnahme. Regeln und Grenzen werden zwischen Erzieher und Zögling ausgehandelt und mit jedem Entwicklungsschritt erneuert. Die Erziehungsmaßnahme ist für beide Parteien transparent. Der Zögling wird als ernstzunehmender Partner angesehen, der mit zunehmendem Alter immer selbstständiger und eigenverantwortlicher handeln soll. [6]

#### 4.5.2.1 Auswirkungen

Das Kind erlebt emotionale Nähe, aber es lernt auch seine Grenzen kennen. Die Sanktionierungen werden dem Kind altersgerecht erklärt, sodass es ein Verständnis und auch ein Vertrauen entwickeln kann. Das Kind erfährt einen respektvollen Umgang. Es besteht kaum eine Wahrscheinlichkeit zur Ausprägung einer narzisstischen Persönlichkeit, wenn die Eltern den demokratischen Erziehungsstil nicht missbrauchen hinsichtlich des Zeitpunktes des Erziehungsstils. Der Erziehungsstil macht erst ab der Pubertät Sinn, davor angewendet, kann er durchaus zu narzisstischen Persönlichkeiten führen, denn Grenzen und Regeln auszuhandeln, ist für ein Kleinkind nicht möglich, es ist überfordert.

#### 4.5.2.2 Was empfindet das Kind dabei?

Das Kind erlebt einen respektvollen Umgang mit viel emotionaler Nähe und fühlt sich sicher mit sich selbst, es kann ein gesundes und starkes Selbstwertgefühl entwickeln. Es fühlt sich auch sicher und bestärkt im Umgang mit seinen Gefühlen und Bedürfnissen.

#### 4.5.3 Egalitärer, permissiver und laissez faire Erziehungsstil

Der egalitäre Erziehungsstil: Erzieher und Zögling sind gleichberechtigte Partner. Die Rechte und Pflichten beider Parteien sind gleich. Die Meinung des Zöglings hat das gleiche Gewicht wie die des Erziehers. [6] Der permissive Erziehungsstil ist kennzeichnend durch hohe Toleranz gegenüber Zögling in Bezug auf alle seine Verhaltensweisen. Kontrolle wird weitgehend vermieden. Bestrafung erfolgt nicht. [6] Steigerung des permissiven Stils ist der laissez faire Erziehungsstil: Erziehung wird als nicht legitime Maßnahme gegenüber Kindern angesehen. Zielgerichtete Anweisungen unterbleiben. [6]

#### 4.5.3.1 Auswirkungen

Die Kinder sind es nicht gewohnt, Grenzen außerhalb Ihres Elternhauses einzuhalten. Sie haben keine Übung im Umgang mit Regeln. Das Kind erhält durch seine Eltern keine Lenkung, es wird aber im Gegenzug von dem Kind sehr viel Eigeninitiative gefordert. Hilfe muss das Kind einfordern, wenn es welche benötigt. Bedürfnisse muss es artikulieren, dazu muss es aber erst die geistige Reife besitzen. Das Selbstwertgefühl von Kindern, die im Laissez faire erzogen werden, ist gering.



#### 4.5.3.2 Was empfindet das Kind dabei?

Das Kind ist sich selbst überlassen. Dies kann zu Überforderungen bei den Kindern führen. Die Kinder sind hilflos und ungeübt im Setzen von eigenen Grenzen.

#### 4.5.4 Vernachlässigender Erziehungsstil

Eltern sind nicht kontrollierend. Erzieher sind emotional distanziert. Erzieher fühlen sich dem Kind nicht verpflichtet, investieren kaum Zeit und Anstrengung. [6]

#### 4.5.5 Überbehüteter und fordernder Erziehungsstil

Eltern die diesen Erziehungsstil praktizieren werden auch als „Helikopter-Eltern“ bezeichnet. Die Erziehenden lassen die Kinder nicht aus den Augen aus Angst, ihnen könnte etwas zustoßen. Das Kind steht unter ständiger Kontrolle. Eltern wissen, was für das Kind am besten, was gut für es ist. Das Kind bekommt Liebe und körperliche Zuneigung im Übermaß, ob es das will oder nicht.

Kinder überbehütender und sehr fordernder Eltern können wegen der großen Hoffnungen und Erwartungen der Eltern ein narzisstisch gestörtes Selbstbild entwickeln. Diese Kinder gewöhnen sich daran, sich ihre Zuneigung durch erbrachte Leistung und Anpassung zu „verdienen“. In der Familie bemühen sie sich darum, immerzu im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu stehen, zeigen aber auf der anderen Seite keine Dankbarkeit und empfinden darüberhinaus keine tiefe familiäre Verbundenheit. Liebe und Dankbarkeit, für die man nichts Besonderes leisten muss, sondern einfach geschenkt bekommt, haben sie nicht kennen gelernt.

#### 4.6. Leistungsorientierung

In unserer Gesellschaft erhält man am ehesten und am leichtesten Anerkennung für Leistung und leistungsbezogene Erfolge. Somit lernen die (meisten) Personen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen, sich durch Leistung Anerkennung zu verschaffen. Diese Art der Anerkennung birgt jedoch eine Reihe von Nachteilen. Die Person ist mit ihrem Verhalten extrinsisch motiviert bzw ausgerichtet. Sie ist nicht eigentlich leistungsmotiviert, sie ist anerkennungsmotiviert. Eltern fangen an, das Kind ernst zu nehmen, Eltern räumen aufgrund von Leistungen Privilegien ein, Eltern geben mit Leistungen des Kindes an. Die

Betroffenen tun immer etwas, um von außen etwas zu erhalten. Die Folge ist, dass die Personen keine interne Standards<sup>2</sup> für ihr Handeln entwickeln.

#### 4.6.1 Fehlende Selbstbekräftigung

Da narzisstischen Menschen keine internalen Standards aufweisen, sind sie kaum auf eigene Leistungen stolz. Stolz ist aber ein wesentliches Gefühl, das ein Selbst-Schema authentisch anfüllt. Sie haben auch kaum selbst den Eindruck, etwas gut gemacht zu haben, sie sind kaum in der Lage, sich selbst zu loben oder anzuerkennen. Somit können sie selbst nur wenig zum Aufbau ihres Selbstschemas beitragen und sind auf Feedback von außen angewiesen. Manche Betroffene haben auch eine intrinsische Komponente: viele Aspekte von bestimmten Leistungen machen Spaß, sind interessant und herausfordernd. Die narzisstischen Menschen können aber meist nicht auseinander halten, welche Aspekte der Leistung ihnen wirklich Spaß machen, sie befriedigen und angenehm sind, und welche Aspekte der Leistungen der Befriedigung eines fremden Motivs dienen.

#### 4.6.2 Manipulations-System

Eine Person, die Leistungen erbringt und Erfolge erzielt, ohne leistungsmotiviert zu sein und ohne interne Standards aufzuweisen, also die Leistung nur tut, um Anerkennung zu erhalten, ist darauf aus, diese Erfolge und Ergebnisse auf jede nur erdenkliche Weise zu erzielen. Im Grunde zählt nur der vorzuweisende Erfolg – wie dieser erzielt wird, ist zweitrangig. Dadurch kann sich ein Manipulations-System bilden, denn die Person kann mit der Zeit herausfinden, dass sie andere für sich einsetzen kann, zum Beispiel um etwas für sie zu erledigen, um ihr Arbeit abzunehmen, um ihr den Rücken freizuhalten.

### 4.7 Auffälligkeiten

#### 4.7.1 Schule

Je schwerer die narzisstische Ausprägung ist, desto früher macht sie sich bemerkbar. Schulkinder mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen haben wahrscheinlich zu Hause und in der Schule erhebliche Beziehungsprobleme. Statt normaler Freundschaften entwickeln sie eine Tendenz zu Exklusivbeziehungen, die im Zeichen von Dominanz und Unterwerfung stehen; Größenfantasien werden inszeniert, im Elternhaus wird eine omnipotente Kontrolle ausgeübt, und Beziehungen, in denen das Kind nicht dominant sein darf oder nicht im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit steht, werden nicht toleriert. Die Fähigkeit

---

<sup>2</sup> Teile der Selbstorientierung [1]

zu Gegenseitigkeit, Dankbarkeit und nicht narzisstisch belohnender Objektbeziehung fehlen ihnen vollständig. Ein wesentliches Kennzeichen des grandiosen Selbstgefühls kann sich bei Kindern in schulischen Leistungen widerspiegeln. Zum Beispiel im völligen Versagen, wenn sie nicht sofort Erfolg haben, was auf einen Mangel an Durchhaltevermögen und Zielstrebigkeit zurückgeführt werden kann. Sehr typisch ist ein Alles-oder-nichts-Gesetz, das bedeutet, sie haben entweder sehr gute oder sehr schlechte Noten.

Signifikantes Schulversagen ist häufig ein dominantes Symptom. Diesen narzisstischen Jugendlichen fällt es schwer von anderen oder aus Büchern zu lernen, denn das steht im Widerspruch zu ihrer Fantasie, alles Wissen käme aus ihnen selbst oder aus der mühelosen Aufnahme des Wissens mit dem sie in Berührung kommen. Es gibt sehr begabte narzisstische Jugendliche. Hierbei ist es wahrscheinlich, dass diese so lange gute Schüler sind, wie sie sich nicht anstrengen müssen. Oft zeigen diese jungen Menschen hervorragende Leistungen in Fächern, in denen sie ohne Mühe Klassenbeste sind, versagen aber nahezu vollständig dort, wo sie dies nicht ohne Mühe und Anstrengung sind, sondern sich anstrengen müssen. Eine solche Anstrengung (unbewusster Neid) wird als Beleidigung für den eigenen Selbstwert erlebt. Die Abwertung der Fächer, in denen sie nicht gut sind, führt zu einem Teufelskreis von Schulversagen.

#### 4.7.2 Adoleszenz

In der normalen Identitätskrise, die während der Adoleszenz auftritt, spiegelt sich die Wucht der rasch erfolgenden körperlichen und seelischen Veränderungen in der Pubertät wider: das Gefühl der inneren Verwirrung beim Auftreten starker sexueller Impulse sowie der damit im Widerspruch stehende Druck, damit sinnvoll umzugehen. Erschwerend kommt hinzu, dass sich noch eine ständig vertiefende Kluft bildet zwischen Selbstwahrnehmung des Jugendlichen und der Art, wie er von seinem familiären Umfeld wahrgenommen wird. Die Identitätskrise in der Adoleszenz beruht auf der ausgeprägten Diskrepanz zwischen den rasch wechselnden Selbstkonzepten des Jugendlichen und der Art und Weise, wie andere Menschen ihn wahrnehmen. Die Identitätsdiffusion hat ihren Ursprung darin, dass das Selbstkonzept und das Konzept wichtiger Bezugspersonen nicht integriert sind.

Auffälligkeiten, die erst in der Adoleszenz auftreten, sind weniger schwer als solche, bei der die Diagnose bereits in der Kindheit gestellt wird. Aber hier sind die Fälle wiederum schwerer als Auffälligkeiten, deren Symptomatik im frühen Erwachsenenalter auftritt und sich darin zeigt, dass der Betroffene nicht zu einer intimen Liebebeziehung fähig ist, sowie in einem Zusammenbruch beim Studium oder bei der Arbeit. Betroffene mit narzisstischen

Persönlichkeitsstörungen bringen wenig Empathie für andere Menschen auf. In ihren Beziehungen ist bewusster oder unbewusster Neid das dominante Gefühl, sie entwerten andere Menschen und zerstören symbolisch das, was sie von anderen erhalten, sie verhalten sich ausbeuterisch und gierig, legen ein Anspruchsdenken an den Tag, sind unfähig zu reifer Abhängigkeit und sind unfähig, sich auf Freundschaften einzulassen oder sich loyal zu verhalten. Die Jugendlichen zeigen egozentrisches Verhalten und übertriebenen Selbstbezug, sie halten sich für überlegen und sind rücksichtslos. Auffallend ist die Diskrepanz zwischen großen Ambitionen und beschränkten Fähigkeiten. Sie sind übermäßig abhängig von Bewunderung, die andere ihnen zollen, zeigen aber wenig oder gar keine Dankbarkeit gegenüber denen, von denen sie abhängig sind. Ihr emotionales Leben und ihre Selbsterfahrung sind flach, was häufig in einem Gefühl von Leere, Langeweile und Hunger nach Stimulierung zum Ausdruck kommt.

## 5. Beratungsformen und Herausforderungen im Umgang mit narzisstischen Persönlichkeiten in der Beratung

### 5.1 Allgemeine Ziele

Ziel sollte es in der Beratung sein, den Betroffenen eine differenzierte Sicht auf sich selbst und auf andere Menschen näher zu bringen. Ein vorherrschendes Motiv bei narzisstischen Persönlichkeitsstörungen ist Anerkennung. Ein weiteres zentrales Ziel der beraterischen Arbeit besteht in der Stabilisierung des Selbstwertgefühls. Weiterhin sollten die Betroffenen lernen, einen Zugang zu ihren Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen zu bekommen.

### 5.2. Humanistische Beratung nach Car Rogers

Der Berater sollte nun versuchen möglichst gut das Vertrauen aufzubauen, damit der Klient sich traut, auch seine negativen Seiten zu zeigen, und spüren kann, dass er auch dann Anerkennung und Wertschätzung erhält wenn er Schwäche zeigt. Nach Rogers ist die Begegnung mit positiver Wertschätzung, Echtheit und Empathie ein wichtiger Baustein für die Entwicklung und Verbesserung des Selbstwertgefühls. Ziel ist es den Betroffenen zu spiegeln und ihm Zugang zu seinen Emotionen zu verschaffen. Positive Rückmeldungen kennt der Klient, aber negative Rückmeldungen bzw. Rückmeldungen, die er für negativ hält, können sehr schnell an den Kern seines anfänglich noch geschwächten Selbstwertgefühls stoßen. Er fühlt sich dann abgewertet und hilflos. Schwäche zeigen bedeutet für ihn, dass er abgewertet wird. Klienten mit solchen Annahmen sind bemüht, sich nicht „in die Karten schauen zu lassen“, sie werden nur ungern persönliche Informationen preisgeben.

Der Berater sollte dem Betroffenen den Eindruck vermitteln, dass er auch ohne besondere Leistung als Person angenommen wird. Der Berater kann dies durch eine generelle Haltung von Akzeptanz vermitteln: In der humanistischen Beratungsform stellt der Berater seine Bewertungen, Ziele und Überzeugungen zurück und nimmt den Klienten an wie er ist. Empathisch und wertschätzend begegnet der Berater dem Klienten von Anfang an mit Respekt. Der Klient muss sich diesen nicht verdienen, sondern er erhält ihn schon vorab. Der Klient muss sich nicht als etwas Besonderes darstellen, um akzeptiert zu werden. Der Klient erhält somit einen „Beziehungsvorschuss“. Der Berater versucht den Klienten in dessen Bezugsrahmen zu verstehen. Der Berater ist gespannt und neugierig darauf, was er vom Klienten erfährt.

Der Berater sollte sich systematisch positive Aspekte des Betroffenen verdeutlichen, wie zum Beispiel Ressourcen, Fähigkeiten, Leistungen, um sich die Möglichkeit zu verschaffen, den Klienten in diesen Aspekten systematisch zu bestätigen. Die Betroffenen zeigen oft ein hohes Maß an frustrierten Anerkennungsmotiven. Die Vergegenwärtigung der positiven Aspekte des Betroffenen ist dann sehr hilfreich im weiteren Beratungsprozess. Dies kann beispielsweise sein:

- der Berater kann den Klienten für Fähigkeiten und Leistungen loben: Er kann sagen, dass er bestimmte Leistungen bemerkenswert findet, dass ein Klient gewisse Entscheidungen trifft, dass er in der Beratung viel über sich reflektiert
- der Berater kann deutlich machen, dass er wahrnimmt, dass der Klient sich besondere Ressourcen und Anerkennungen erworben hat, z.B. eine gute (schulische oder studentische) Ausbildung erwirbt oder erworben hat, bestimmte sportliche Leistungen erworben hat, die mit viel Disziplin verbunden sind
- der Berater kann deutlich machen, dass er wahrnimmt, dass der Klient von vielen Personen respektiert, bewundert und anerkannt wird, dass er sich das alles erarbeitet und verdient hat
- der Berater kann den Klienten positiv definieren, indem er hervorhebt, was er am Klienten gut und normal findet, indem er Defizite und Schwächen normalisiert
- der Berater kann den Klienten für besondere Leistungen im Beratungsprozess loben, dafür dass der Klient sich intensiv mit sich selbst auseinandersetzt, dass er intensiv reflektiert und dass er motiviert ist an sich zu arbeiten

Diese Rückmeldungen vermitteln dem Klienten ein Gefühl des Angenommen-Seins und stärken sein Vertrauen in den Berater.

### 5.2.1 Spiegeln der Emotionen

Der Mangel an liebevoller Spiegelung von Emotionen ist eine sehr zentrale narzisstische Verletzung und ist damit die Ursache für die Entwicklung zur narzisstischen Persönlichkeit. Mangels der liebevollen Fremdreifektion konnte der Narzisst im Laufe seiner Entwicklung kein stabiles Selbstbild entwickeln und auch nicht die Fähigkeit zur liebevollen und realistischen Selbstreflektion erlernen. Die Betroffenen können sich durchaus beobachten, reflektieren und auch eine Bewertung dieser Beobachtung abgeben bzw. treffen. Doch ohne die Stabilität im Selbst und ohne wirkliches Einfühlen in sich selbst bleibt seine Selbstwahrnehmung kognitiv verzerrt.

In der Beratung kommen nach Carl Rogers alle Formen des Spiegels [8] in Betracht. Der Berater wiederholt durch das Spiegeln die inneren Prozesse des Klienten und macht sie ihm dadurch bewusst. Der Klient kann sich quasi zeitverzögert von außen betrachten. Der Berater dient hierbei als Model [8], das Spiegeln wie die Beratung selbst, erfolgen daher echt, wertschätzend und empathisch. Das Spiegeln erstreckt sich auf mehrere Bereiche bzw. Wahrnehmungsebenen, wie zum Beispiel Denkinhalte (Glaubenssätze), sprachliche Äußerungen („Es geht mir blendend“ – jemanden blenden, indem man sich blendend verhält). Gerade das Spiegeln der Sprachmuster, welche die Überzeugungen des Klienten zeigen, und oft in Polaritäten eingeteilt sind wie Gut oder Böse, Opfer oder Täter, richtig oder falsch, kann in der Beratung schnell und leicht in eine Art Machtkampf über den Inhalt führen. Dies stellt eine große Herausforderung in der Beratung dar. Da die Betroffenen es gewohnt sind, sich zu messen bzw. in Ihrer Grandiosität bestätigt zu werden. Der Berater sollte hier die Bewertungen des Klienten wiederholen, ihnen aber inhaltlich nicht folgen.

Weiterhin erstreckt sich das Spiegeln über den Wahrnehmungsbereich der Stimme (Sprechtempo, Lautstärke, Tonlage). Gerade über die Stimme transportieren sich unbewusst die Emotionen. Eng mit der Stimme sind auch die Wahrnehmungsbereiche der Mimik und der Körperhaltung verbunden. Sehr vieles geschieht auch hierbei unbewusst. Emotionen finden eine unmittelbare Entsprechung in der Körpersprache, die oft nur kurz andauert und meist unbewusst bleibt. Der Berater sollte diese körperlichen Ausdrücke wahrnehmen und als eine autonome Botschaft ernst nehmen. Auch die Körperwahrnehmung ist eine wichtige (Sinnes-)Wahrnehmung, die es in der Beratung zu spiegeln gilt, um dem Betroffenen diese bewusst zu machen. Narzissten nehmen ihren Körper nur selten bewusst wahr. Die Signale

von Erschöpfung, Schwindel und Schmerz zum Beispiel, welche dem Körper Grenzen aufzeigen, lehnen narzisstische Persönlichkeiten ab und übergehen diese. Sie glauben, dass sie das innerkörperliche Geschehen kontrollieren und ihren Körper mit seinen Fähigkeiten, Ressourcen, Schwachstellen und Grenzen bezwingen können. Sie haben diese Wahrnehmung zum Körper abgespalten. Das Spiegeln bietet die Chance, sich und das sehr ursprüngliche Empfinden wieder bewusst wahrzunehmen.

Einen wichtigen Bereich des Spiegeln stellt das Spiegeln der Gefühle dar. Es ist zugleich eine der herausforderndsten Aufgaben mitunter auch deshalb, weil es dem Spiegeln sehr nahe kommt, wie es das Kind von den Eltern benötigt, um sich selbst zu erkennen. Hier ist die Gefahr, dass man in der Beratung in der Transaktionsanalyse in die Eltern-/ Erzieher-Ebene rutscht, während der Klient in die Kind-Ebene gedrängt wird. Die Beratung muss aber für beide auf der Erwachsenen-Ebene stattfinden können. Beim Spiegeln der Gefühle geht es in der Beratung darum, die inneren Prozesse zu erkennen und zu benennen. Alles in allem sind viele kleine Schritte in einem Beratungsprozess nötig, die zu dem gesamten und großen Fortschritt führen.

#### 5.2.2. Empathie fördern

Können in der Beratung im Spiegeln der Gefühle Fortschritte wahrgenommen werden, kann der Berater den nächsten kleinen Schritt gehen und das wahrgenommene Empfinden um einen Augenblick verlängern und vertiefen. Falls der Betroffene sich darauf einlässt, ohne sich hinter seiner „grandiosen“ Maske zu verstecken, kann der Berater anbieten, das Bedürfnis hinter dem Gefühl zu entdecken. Dies aber nur im ersten Schritt, denn in der Beratung sollte der Berater das Fühlen des Klienten unterstützen und dann darauf dann vertrauen, dass dieser das innewohnende Bedürfnis und die inhaltliche Lösung selbst finden kann.

Hat der Berater keine Echtheit, Wertschätzung und Empathie in der Beratung mit dem Klienten, „ist es nur eine Methode die er anwendet, die zum Misserfolg verurteilt ist“ [8] und der Klient wird sich weiterhin verschließen. Um die Empathie zu fördern, muss der Berater sich einbringen. Idealerweise in der jeweils höchsten Stufe der beraterischen Verbalisierung von persönlichen emotionalen Erlebnissen des Klienten (beraterische Wirksamkeit), der höchsten Stufe der Echtheit sowie der höchsten Stufe der positiven Wertschätzung [8]. Der Berater gibt Einblick in sein inneres Erleben und ermöglicht dem Klienten, Eindenken und Einfühlen miteinander zu verknüpfen.

### 5.3 Selbstkonzept

Unter dem Selbstkonzept bzw. dem Selbstbild versteht man die Wahrnehmung und das Wissen um die eigene Person. Das Selbstbild entsteht sowohl durch die Selbstbeobachtung der eigenen Erlebnisse und des eigenen Handelns als auch durch die verschiedenen Formen der Beurteilungen durch Andere (Lob, Strafe, Tadel und Lohn). [1] Zum Selbstbild und Selbstkonzept gehört das Wissen über persönliche Eigenschaften, Fähigkeiten, Vorlieben, Gefühle und Verhalten. Narzisstische Personen wissen nicht, wer sie eigentlich sind, wenn es ihnen nicht durch andere Menschen vermittelt wird, ihr Selbstkonzept ist diffus. Der Berater sollte sich systematisch positive Aspekte des Betroffenen verdeutlichen, wie zum Beispiel Ressourcen, Fähigkeiten, Leistungen, um sich die Möglichkeit zu verschaffen, den Klienten in diesen Aspekten systematisch zu bestätigen. Hierbei sollte der Berater aber darauf achten, keine Verstärker zu setzen. Auch die Auflösung oder Veränderung von dysfunktionalen Denkmustern kann in der Beratung aufgezeigt werden. Zum Beispiel bei dem Gefühl des Betroffenen, ständig gut sein zu müssen, um von anderen akzeptiert und wertgeschätzt zu werden.

Der übermäßige Wunsch nach Anerkennung bei narzisstischen Persönlichkeiten kann sich im Beratungsalltag in vielfältigen Facetten zeigen. Oft beginnt es schon bei der Terminvereinbarung. Eine narzisstische Persönlichkeit macht nur einen Termin beim „Chef“ oder der „Chefin“. In der Beratung kann es unter anderem sein, dass der Klient auf jede Erzählung und Ausführung mit einer übertrumpfenden Erzählung aus seiner Erlebniswelt erwidert. Eine weitere denkbare Situation in der Beratung wäre, dass der Klient seine enorme Begabungen beschreibt, es besteht jedoch eine Kluft zwischen der Beschreibung und der Realität. In diesem Fall sollte der Berater jeweils versuchen, keine entsprechenden Verstärker zu setzen und zum Beispiel auf die übertriebenen und übertrumpfenden Bemerkungen bewusst nicht einzugehen. Im Laufe der verhaltensbezogenen Beratung kann hinsichtlich des Realitätsbezugs auch mit kognitiven Umstruktierungen mit Hilfe sokratischen Fragestellungen gearbeitet werden, um die Stärkung der Eigenverantwortlichkeit und die Förderung des selbstständigen Denkens und die geringere Manipulierbarkeit zu manifestieren und zu fördern.

In einer Beratungssituation bei einer depressiven narzisstischen Persönlichkeiten hingegen kann der Wunsch nach Anerkennung auch ein Überforderungsthema sein. Der Klient möchte z.B. jedoch die Situation nicht ändern oder eine Änderung herbeiführen, da sonst die Anerkennung wegfallen würde. Symptome wie Erschöpfungszustände, Antriebslosigkeit, anhaltende Frustration, traurige Verstimmungen und Schlafstörungen können hier häufig



vorkommen bis hin zu einer Burnout-Entwicklung. In diesen Beratungssituationen muss immer wieder die Abgrenzung zur Heilkunde, also zu einer möglichen Depression, abgeklärt werden und dann an einen Heilkundigen verwiesen werden.

Narzisstische Persönlichkeiten sind nicht sehr kritikfähig. Mangelnde Kritikfähigkeit macht den Umgang mit Autoritäten schwer. In der Beratung sollte man sehr wertschätzend agieren, um die Gefühle der Unsicherheit und Verletzlichkeit nicht zu verstärken. Gleichzeitig gilt es jedoch klarer und konsequenter Handlungen bezüglich Einhaltung von Regeln und Grenzen gegenüber dem Klienten.

#### 5.4 Umgang mit Kränkungen

Narzisstische Persönlichkeiten beziehen Reaktionen aus Ihrem Umfeld auf sich und gleichen so ständig die vermeintlichen Bilder der anderen mit ihrem eigenen Ideal ab. Die narzisstische Persönlichkeit kreist aufgrund ihres brüchigen Selbstwertgefühls und mangelnden Selbstbewusstseins ständig um sich.

Schulz von Thuns „Vier-Seiten-Modell“ kann narzisstisch reagierenden Menschen neue Perspektiven eröffnen. Das Modell unterscheidet vier Ebenen einer Nachricht [9]:

- die Sachebene (worüber ich informieren)
- die Beziehungsebene (das, was ich über dich sage)
- die Selbstoffenbarungsebene (das sage ich über mich)
- die Appellebene (was ich bei dir erreichen möchte) [9]

In diesen vier Ebenen werden Botschaften gesendet, aber auch verstanden. Narzisstisch geprägte Persönlichkeiten haben weniger die Fähigkeit, über das Selbstoffenbarungsohr eine Botschaft zu senden bzw. wahrzunehmen. Aufgrund ihrer nicht gut ausgeprägten Empathie für andere kann die narzisstische Persönlichkeit den Anteil einer Botschaft nicht gut wahrnehmen, der etwas über den Sender aussagt (das sage ich über mich). Stattdessen ist das Spezialisieren des Beziehungsanteils (das sage ich über mich) und des Appellanteils (was ich bei dir erreichen möchte) einer Botschaft sehr stark ausgeprägt. Ständig mit dem Beziehungsohr und dem Appellohr die Bewertungen, Anforderungen und Wünsche der anderen zu hören, ist ein großer Druck. Zudem fördert dies gleichzeitig das übersteigerte Größenselbst einer narzisstischen Persönlichkeit, welches dadurch im Mittelpunkt des Geschehens steht.

Beim Appellanteil unterscheiden sich die grandiosen Narzissten, welche einen Angriff auf ihre Autonomie wännen, vom depressiven Narzissten. Der depressiv fühlende Narzisst reagiert eher wie ferngesteuert und kommt dem „gehörten Appell“ nach. Narzisstische Klienten profitieren daher davon, ein Bewusstsein für den Selbstoffenbarungsanteil (das sage ich über mich) einer Botschaft zu entwickeln. Der Berater spiegelt auch hierbei dem Klienten die Botschaft (beispielsweise „Ich höre, Sie sind genervt!“ – „Ich interessiere mich für Sie.“ „Ich interessiere mich, was in Ihnen vorgeht...“.(...) „...dass ich sehe und ernst nehme, dass Sie genervt sind“.[9])

Ein Mensch mit narzisstischen Strukturen hat ein tiefes Bedürfnis nach ehrlicher, bedingungsfreier und erlebter Begegnung. Aber gleichzeitig verunsichert ihn genau diese Begegnung, die er nicht kennt und nicht erkennen kann. Von Emotionen „überwältigt“ zu werden und in dem Moment ohne seinen aufgebauten Schutz (Maske, Fassade) dazustehen, ist für einen kontrollierten narzisstischen Menschen eine ungewohnte und erschreckende Erfahrung, die seinen am Anfang noch brüchigen Selbstwert gefährden. Menschen mit narzisstischen Zügen haben gelernt, Beziehungen über Macht zu gestalten. Weil es Ihnen an Möglichkeiten fehlt, einem anderen auf Augenhöhe zu begegnen, wird jede Beziehung in Über-/Unterordnungsinteraktionen gestaltet. Die darunterliegende Unsicherheit, Unwissenheit oder Bedürftigkeit kann nicht offengelegt werden. Diese gewohnten Machtstrukturen kommen auch in den Beratungsverläufen zutage. Narzissten leugnen häufig ihren eigenen Anteil an Problemen und ihre Verantwortung für die Lösungsfindung. Sie erwarten, dass die anderen sich ändern. Auch dies kann sich in einer Beratung zeigen, indem der Berater die Verantwortung des Ziels vom Klienten übertragen bekommt welches beispielsweise auch recht banal geäußert werden kann „machen Sie mal...!“.

## 5.5 Gruppenarbeit

Bei einem Betroffenen kann eine Gruppenarbeit sehr hilfreich sein. Die Komponenten Kooperationsbereitschaft, Rücksichtnahme und Empathie können hierbei geschult, vertieft oder erlernt werden. Für alle beraterischen Tätigkeiten ist zudem das Maß der Integration des Über-Ichs wichtig. Ein weiterer Faktor ist die Qualität der Objektbeziehungen des Betroffenen, also z.B.: Kann er in Werte investieren, die jenseits des Eigeninteresses liegen und keine unmittelbare Befriedigung seiner narzisstischen Bedürfnisse bringen? Zeigt er Interesse an seinem Studium oder der Schule, an Kunst und Kultur? Kann er sich beispielsweise für eine Ideologie einsetzen?

Normal integrierte Identitäten verfügen über Fähigkeiten, in Werte wie Verpflichtungen gegenüber Freunden, Loyalität, Aufrichtigkeit, Interesse an Sport, Musik oder Politik, den Erfolg der Gruppe, der sie angehören oder ihrer speziellen sozialen Gruppe zu investieren. Ein auffälliger Mangel dessen ist bei Betroffenen der Identitätsdiffusion zu finden. Sie investieren nicht in Wertesysteme, wobei aber kein antisoziales Verhalten vorliegt.

## 6. Fazit

Die narzisstische Persönlichkeit ist kein unveränderliches Schicksal und wird nicht mit dem Erbgut weitergegeben. Einen sehr großen und entscheidenden Einfluss auf die Entwicklung haben die Bezugspersonen (Eltern), die jeweiligen sozialen Interaktionen der Eltern sowie die Fähigkeiten zur Reflektion der eigenen Person und ihr Mut zur Erziehung. Bei der narzisstischen Persönlichkeitsstörung ist also von einem umfassenden Zusammenwirken von psychosozialen und insbesondere umweltbezogenen Faktoren auszugehen

## 7. Erklärung

„Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Hausarbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Die Stellen der Hausarbeit, die anderen Quellen im Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen wurden, sind durch Angaben der Herkunft kenntlich gemacht. Dies gilt auch für Zeichnungen, Skizzen, bildliche Darstellungen sowie für Quellen aus dem Internet.“

München, den 17.06.2016 – Silke Kleinfelder

## 8. Quellenverzeichnis

- Barnow, S. (2008). *Persönlichkeitsstörungen: Ursachen und Behandlung* (1. Auflage Ausg.). Bern, CH: Hans Huber.
- Frommknecht-Hitzler. (1994). *Die Bedeutung von Idealisierung und Idealbildung für das Selbstgefühl*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2008). *Psychologie* (18. Auflage Ausg.). München: Pearson Education Deutschland.
- Kernberg, O. F. (2006). *Narzißmus, Aggression und Selbstzerstörung*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Kernberg, O. F. (1996). *Narzißstische Persönlichkeitsstörungen*. Stuttgart: Schattauer Verlagsgesellschaft mbH.
- Kernberg, O. F., & Hartmann, H.-P. (2009). *Narzissmus Grundlagen - Störungsbilder - Therapie*. Stuttgart, D: Schattauer.
- Maaz, H.-J. (2015). *Die narzisstische Gesellschaft - Ein Psychogramm* (4. Auflage Ausg.). München, D: dtv Verlagsgesellschaft.
- Neumayr, S. (2015). *Seminar: Die psychoanalytische Persönlichkeitstheorie* (1.0 Ausg.). München, D: ApsyB-Akademie psychogogischer Berater.
- Neumayr, S. (2015). *Seminar: Kognitive Entwicklung* (1.0 Ausg.). München, D: ApsyB-Akademie psychogogischer Berater.
- Nissen, G. (2004). *Psychische Störungen im Kindesalter und ihre Prognose*. Stuttgart: Schattauer GmbH.
- Pädagogik, O. L. (kein Datum). *www.lexikon.stangl.eu*. Abgerufen am 03. 05 2016 von Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik: <http://lexikon.stangl.eu/12088/ich-ideal/>
- Rotmann, J. M. (2000). *Über Freuds "Zur Einführung des Narzißmus"*. (J. Sandler, Hrsg.) Friedrich Frommann Verlag.
- Sachse, R. (2002). *Histrionische und Narzisstische Persönlichkeitsstörungen*. Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Sachse, R. (2010). *Persönlichkeitsstörungen verstehen* (10. Auflage Ausg.). Köln: Psychiatrie Verlag.
- Schneider, P., Strassberg, D., Knellessen, O., & Passett, P. (1994). *Freud-Deutung*. Tübingen: edition diskord.
- Trautmann, R. D. (2004). *Verhaltenstherapie bei Persönlichkeitsstörungen und problematischen Persönlichkeitsstilen*. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- [1] Dorsch. (2004). *Psychologisches Wörterbuch* (14. völlig überarbeitet und erweiterte Auflage Ausg.). (H. Häcker, & K.-H. Stapf, Hrsg.) Bern, CH: Hans Huber.
- [2] Giammarco, F. (26. 05 2015). *www.faz.net*. Abgerufen am 06.05 2016 von <http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/narzissmus-bei-kindern-entsteht-durch-die-eltern-13596312.html>

- [3] Hummel, K. (20. 04 2016). *www.faz.net*. Abgerufen am 05. 06 2016 von <http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/menschen/viele-kinder-werden-narzissen-14169998.html>
- [4] Patalog, F. (10. März 2015). *www.spiegel.de*. Abgerufen am 05. Juni 2016 von <http://www.spiegel.de/schulspiegel/narzissmus-wie-kinder-egoistisch-werden-a-1022601.html>
- [5] H.Dilling, W.Mombour, & Schmidt, M. (2014). *Internationale Klassifikation psychischer Störungen, ICD-10 V (F) Klinisch-diagnostische Leitlinien* (9. Auflage Ausg.). Bern, CH: Hans Huber.
- [6] Neumayr, S. (2015). *Seminar: Pädagogische Psychologie* (1.0 Ausg.). München, D: ApsyB-Akademie psychologischer Berater.
- [7] Fiedler, P. (2007). *Persönlichkeitsstörungen* (6. Auflage, vollständig überarbeitete Auflage Ausg.) Weinheim, Basel, CH: Beltz Verlag.
- [8] Neumayr, S. (2015). *Seminar: Humanismus – Carl Rogers* (1.0 Ausg.). München, D: ApsyB-Akademie psychologischer Berater.
- [9] Thun, F. S. *Miteinander reden 1 – Störungen und Klärungen: Allgemeine Psychologie der Kommunikation*. Stuttgart, 1981: rororo.