



SONNNTAG

MUNITION Die neue Aufrüstung am Planschbecken – Seite 3

TRADITION Kulinarische Sitten verüßen die Ferien – Seite 5

SONNTAG, 23. JULI 2017 / NR. 23 182

WWW.TAGESSPIEGEL.DE

SEITE 51



Foto: Black / Focus

Die Psychologin Bärbel Wardetzki ist Fachfrau in Sachen übersteigerte Selbstliebe. Warum das Phänomen so alt wie die Menschheit ist – und so schwer zu therapieren

INTERVIEW: BARBARA NOLTE
 FOTO: THILO RÜCKEIS

Frau Wardetzki, „Narzisst“ ist zur beliebten Beleidigung geworden. Der Publizist Josef Joffe hat sogar die militanten G-20-Gegner als „Narzisstin in der Pose des Umsturzes“ genannt. Ist das treffend?

Ich kenne keinen der Randalierer, also kann ich nichts über sie sagen. Der Begriff Narzissmus wird neuerdings aber nicht nur als Schimpfwort, sondern auch als Schmuck benutzt. Es gibt ja diesen Narzissmus-Test, der aus einer einzigen Frage besteht: Sind Sie ein Narzisst?

US-Forscher haben herausgefunden, dass man Narzissten einfach nach ihrer Selbsteinschätzung fragen müsse und damit zu denselben Ergebnissen komme wie durch umfangreiche Fragenkataloge.

Ein Mann, der diese Frage mit Ja beantwortet hatte, sagte letztes zu mir: „Ich bin ganz glücklich, Narzisst zu sein. Ich hab‘ ja viel davon.“

Silvio Berlusconi, Recep Tayyip Erdogan, Julian Assange, Paris Hilton, Kim Kardashian, Karl-Theodor zu Guttenberg, Tiger Woods, Peer Steinbrück, Theresa May – diese Menschen wurden schon als Narzissten bezeichnet. Reine Küchenpsychologie?

Als klinische Diagnose wäre das unseriös. In den USA gilt seit 1973 die Goldwater-Regel, eine Selbstverpflichtung des Psychologenverbandes, keine Bewertungen über den Gesundheitszustand öffentlicher Personen abzugeben. Bezeichnend ist, dass die Goldwater-Regel gerade gebrochen wurde. Zwei namhafte Psychologen haben über Trump in der „New York Times“ eine Gefahrenmeldung abgegeben. Sie sagten, die Situation sei zu gefährlich, um weiter zu schweigen. Ich fand das hervorragend.

Die Autoren bescheinigen ihrem Präsidenten „eine ernste emotionale Instabilität“, das Wort Größenwahn fiel. In deutschen Medien wurde Trump als Steigerungsform zu den vielen anderen Narzissten Supernarzisst genannt: vulgär, impulsiv, unberechenbar. Sehen Sie ihn auch so?

Bei Trump sind narzisstische Manöver und Verhaltensweisen offensichtlich. Zum Beispiel seine Kränkbarkeit, die in Kränkungswut umschlägt, oder seine kindliche Empfänglichkeit für Lob.

Woran erkennt man das?

Denken Sie an die Pressekonferenz, auf der Theresa May zu ihm sagte: „Ich gratuliere Ihnen zu Ihrem großartigen Sieg.“ Woraufhin Trump ins Publikum zwinkerte, seinen Schlips gerade rückte und über das ganze Gesicht strahlte. Dann drehte er auch noch das Mikro nach oben. Ich bin ein potenter Typ! Er war Wachs in Mays Händen.

Meinen Sie nicht, dass das vielleicht selbstironisch gemeint war?

Nein. Das war so offensichtlich, dass es schon peinlich gewesen ist. Letztens, beim Staatsbesuch in Paris, war der französische Präsident Emmanuel Macron übrigens so geschickt, immer wieder herauszustellen, was für ein wichtiger Partner Trump doch ist. Das hat dessen Selbstwertgefühl so erhöht, dass er sich vielleicht eher mit ins Boot holen lässt. Eine gute Strategie, wenn man etwas von Narzissten will. Trump war sichtlich geschmeichelt und wollte im Gegenzug Macron schmeicheln, indem er dessen Frau lobte: mit einem leider etwas plumpen Kompliment.

Er sagte, sie sei „gut in Form“. Häufig schießen notorische Narzissten über das Ziel hinaus. In ihrer Hemmungslosigkeit sind sie anderen suspekt, auch beim ehemaligen Bertelsmann-Chef Thomas Middelhoff war das so. Doch da besteht ein Missverhältnis: Alle finden sie peinlich, und sie kommen trotzdem weiter nach oben. Gibt es so was wie eine Schauderfaszination für diese überbordenden Selbstdarsteller?

Sie leben etwas für uns aus.

Die Abgrenzung von ihnen ist unterhaltsam, weil sie Lasterobjekte sind?

Das glaube ich auch wieder nicht. Doch sie glitzern, verführen uns, sie gut zu finden. Die trauen sich was und werden zur Projektionsfläche für Feigere. Der Psychoanalytiker Jürg Willi hat für Paarbeziehungen den Begriff des Komplementärnarzissmus geprägt. Komplementärnarzissten wollen ein idealisiertes Selbst bei anderen entlehnen, die sie für grandios halten. Mit diesem Mechanismus lässt sich politische Gefolgschaft erklären.

Zum Beispiel?

Nehmen Sie Martin Schulz und die SPD. Die Partei war am Boden, und jetzt sollte der Retter kom-



„Narzisst glitzern, sie verführen uns“

BÄRBEL WARDETZKI, 65,

studierte Psychologie und Pädagogik in München und machte anschließend eine Ausbildung zur Gestalttherapeutin. In der psychosomatischen Klinik in Bad Grönenbach, wo sie seit 1983 angestellt war, arbeitete sie mit Bulimikerinnen. Dabei stieß sie darauf, dass Frauen, die unter der Essstörung litten, oft narzisstische Persönlichkeitsmerkmale aufwiesen. In ihrer Doktorarbeit entwickelte sie das Konzept eines weiblichen Narzissmus, der sich vom herkömmlichen Bild unterscheidet. Anfang der 90er machte sie sich als Psychotherapeutin und Coach mit einer Praxis in München selbstständig. Sie ist außerdem Sachbuchautorin. Im Europa-Verlag ist gerade „Narzissmus, Verführung und Macht in Politik und Gesellschaft“ erschienen.



Narziss und sein Spiegelbild Foto: Imago

men und ihr Selbstwertgefühl steigern. Als die Genossen Schulz mit 100 Prozent zum Vorsitzenden wählten, hatte ich schon so eine Befürchtung. Solche Hypes enden häufig im Absturz.

Sie beschäftigen sich bereits seit Anfang der 80er Jahre mit Narzissmus. Durch die Arbeit mit bulimischen Frauen fing alles an. Dass beides zusammenhängt, denkt man zunächst gar nicht.

Ich war auch überrascht. Damals ist Bulimie als Diagnose entwickelt worden. Vorher konnten Frauen nicht benennen, worunter sie litten. Sie hielten sich für gierige, völlig abartige Menschen. Sie strömten in Scharen in die Kliniken, und wir fragten uns: Was machen wir jetzt mit denen? Es gab ja noch nichts. Da kam ich drauf ...

... dass es bei dieser Essstörung gar nicht unbedingt um Nahrungsaufnahme geht?

Das Essen wird eingesetzt, um die narzisstische Struktur aufrechtzuerhalten. Nach dem Motto: Nur wenn ich schlank bin, bin ich auch liebenswert. Wenig zu essen, fällt mir aber schwer. Also kotze ich heimlich, dann kann ich attraktiv sein und positive Rückmeldungen bekommen.

Seit den 80ern hat sich die Zahl der amerikanischen Studenten mit narzisstischen Auffälligkeiten auf 25 Prozent verdoppelt. Sieben Prozent der Deutschen weisen angeblich eine narzisstische Persönlichkeitsstörung auf.

Es gibt immer mehr narzisstische Spielwiesen. Was meine Generation ihrem Tagebuch anvertraut hat, wird heute in die Welt posaunt. Bei Facebook geht es darum, möglichst viele Likes zu bekommen. Sein Tun darauf auszurichten, andere zu beeindrucken, ist eine narzisstische Verhaltensweise. Der Begriff Narzissmus eignet sich heute mehr dazu, Gesellschaftsprozesse zu beschreiben als ein Krankheitsbild. Der Befund „Narzisstische Persönlichkeitsstörung“ steht in manchen Diag-

nostikbüchern nicht mehr, weil die Trennschärfe zur antisozialen Persönlichkeit und zur Psychopathie nicht eindeutig ist.

Psychopathen können sich gar nicht in andere Menschen einfühlen.

Narzisst können das zwar, sind aber nur bereit dazu, wenn es ihren eigenen Zielen dient.

Wie würden Sie Narzissmus umgangssprachlich beschreiben: als Selbstverliebtheit?

Ja, nicht zu verwechseln mit Selbstliebe, die das ganze Wesen mit seinen Stärken und Schwächen umfasst. Selbstverliebtheit bezieht sich nur auf das Positive. Deshalb werden Narzissten selbstbewusst, sie sind es aber nicht wirklich. Die machen uns was vor. Wie Trump, der behauptet: Ich kann Präsident, und es doch nicht kann.

Blenden klingt wie vorsätzliche Täuschung. Nun scheint es so, als ob Trump das durchaus glaubt.

Diese Menschen blenden sich und die anderen. Ein narzisstischer Prozess ist die Identifikation mit einer positiven Maske oder mit einem übergroßen Ich, das nicht geerdet, sondern drübergestülpt ist.

Wie nimmt dieser Prozess seinen Anfang?

Narzissmus beruht unter anderem darauf, dass ein Kind, wenn es auf die Welt kommt, nicht dem Bild entspricht, das sich die Eltern vorher gemacht haben. Entweder sagen die Eltern: Spannend! Dann kann das Kind seine eigene Identität entwickeln. Andernfalls wird es eine Fassade aufbauen, mit der es die Liebe bekommt, die es braucht. Mit dem „falschen Selbst“, wie man in der Psychologie sagt, wird so ein Mensch in Beziehungen immer Angst haben: Hoffentlich sieht der andere nicht mein wahres Ich, weil das nicht gefragt ist.

Wahr und falsch – in den Geisteswissenschaften wird diese Kategorisierung angezweifelt, zugunsten von Sichtweisen.

„Falsches Selbst“ ist nicht als Beurteilung gemeint. Die Betroffenen haben das Gefühl: Ich bin gar nicht so, wie ich mich nach außen zeige.

Sigmund Freud unterschied zwischen primärem Narzissmus, dem normalen Seelenzustand jedes Säuglings, der völlig auf sich selbst bezogen sei. Sekundärer Narzissmus sei eine seelische Störung älterer Menschen, die in den frühkindlichen, egozentrischen Zustand zurückfielen, um ein verunsichertes Selbstwertgefühl zu bekämpfen.

Das sehe ich genauso. In der kindlichen Entwicklung gibt es eine narzisstische Hochphase zwischen dem zweiten und vierten Jahr, wenn das Kind anfängt, die Welt zu erobern und sich irrsinnig toll dabei findet. Das Kind braucht in der Phase Begrenzung. Wenn ich diesem Kind sage, es sei das Größte, wird es völlig abrauschen.

Noch mal kurz zur Liste vom Anfang: Peer Steinbrück und Paris Hilton haben also einiges gemeinsam, Silvio Berlusconi und Theresa May ...

... Narzissmus äußert sich verschieden. Berlusconi ist der Beau. Er hat die italienische Seele vertreten, ist sehr sexuell orientiert. Das kommt häufig bei den mächtigen, narzisstischen Männern vor: Macht ist gleich Potenz.

Tiger Woods, der Golfer, führte ein Doppelleben, in dem er Orgien feierte.

Er hat vor allem ein Suchtproblem. Psychoanalytiker glauben, dass Narzissmus und Sucht zusammengehören. Was einem Menschen in sich selbst fehlt, wird durch die Sucht kompensiert.

Ist Theresa May mit ihrer strengen, uncharismatischen Art nicht falsch auf der Liste?

Nein. Man sagt ihr nach, sie sei ein Racheengel: Sie zahlt es jedem heim, der etwas gegen sie gesagt oder getan hat. Außerdem fällt mir an ihr auf, dass ihr Kopf beim Laufen immer zwei Kilometer weiter ist als der Rest des Körpers. Ihr konnte es nicht schnell genug gehen, mehr Macht zu bekommen. Deshalb hatte sie die Neuwahlen ausgerufen. Ihre Größenfantasie hat sie von hinten eingeholt.

Wer ist das Gegenteil vom Narzissten?

Der Depressive. Menschen, die darunter leiden, ziehen sich zurück und sind passiv. Narzissmus ist dagegen eine sehr konstruktive Art, mit Selbstwertproblemen umzugehen, und sie passt gut in unsere Gesellschaft, die auf Karriere, Fortkommen und Reichtum angelegt ist.

Klatschblätter bilden diese Selbstdarsteller ab und vervielfältigen das Rollenmodell dadurch.

Narzissmus hat viel mit Bildern davon zu tun, wie wir zu sein haben. Narziss schaut ja auch in den Teich, sieht sein Bild und erreicht es nicht. Die Sage ist 2000 Jahre alt.

Der größte Narzisst der Weltgeschichte?

Wenn die Geschichtsschreibung stimmt: Louis XIV, der Sonnenkönig. Letat, c'est moi.

Gehört nicht zum Berufsprofil eines absolutistischen Herrschers, dass er – unabhängig von der jeweiligen Persönlichkeit – den Staat verkörpert und seine Herrschaft durch Symbole festigt?

Die Rollenerwartung färbt auf die Persönlichkeit eines Menschen ab: Macht macht narzisstisch.

Personenkult wird darüber hinaus oft als Herrschaftsinstrument eingesetzt.

Pomp, Show, exzentrisches Auftreten sind Varianten narzisstischer Machtdarstellung. Das kann Menschen verführen. Verführung heißt, eine Person gewaltlos so zu manipulieren, dass sie etwas tut, was sie eigentlich nicht tun wollte. Zu dieser Hingabe werden wir bewegt, wenn jemand um unsere Gunst buhlt und dadurch unser Selbstbild stärkt. Dafür verzeihen wir auf unsere Selbstbestimmung. Kürzlich las ich, dass elf Prozent der Bundesbürger sich einen Führer mit einer starken Hand wünschen. Man muss sich immer bewusst sein: Narzissmus ist ein interaktives Geschehen.

Eine Autorin der Zeitschrift „New Yorker“ schrieb über Menschen, die auf der Suche nach „toxic persons“, also anderen, die schlecht für sie sind, ihre Umgebung scannen.

Das scheint mir amerikanisch zu sein. Wichtig ist, dass wir einen Sinn für narzisstische Prozesse bekommen, damit wir uns nicht in schädliche Abhängigkeiten begeben.

Wie therapiert man Narzissten? Ein Kollege von Ihnen schrieb, es dauere zwei Jahre.

Es kommt auf den Grad der Beeinträchtigung an. Das Hauptproblem ist, dass sich viele nicht einlassen wollen. Oder wenn, dann ist das so ein Pseudo-einlassen – die Therapie im „falschen Selbst“ machen.

Als Patienten sind Narzissten eine verrufene Gruppe.

Weil sie oft weit weg sind vom Leid. Ihnen geht's gut, nur die Umgebung leidet ...

... dann müssen diese Patienten in die Therapie gezwungen werden?

Nein, das würde gar nichts bringen. Sie müssen selbst erfahren, dass ihr System nicht funktioniert. Das passiert, wenn ihre Frau sie verlässt, wenn sie ihren Job verlieren oder das schöne Auto gegen den Baum fahren. Wenn die narzisstischen Stabilisatoren wegbrechen, bekommen sie mitunter eine Idee davon, dass etwas nicht stimmt.