

Egomanie

Selbstsüchtige Narzissten erobern unsere Gesellschaft

Ganz gleich, ob wir die Tageszeitungen aufschlagen, Sachbücher lesen oder einer Rede zuhören: Überall werden die egozentrierte Gesellschaft und das Ich-bezogene Denken angeprangert. Doch nicht nur die Öffentlichkeit beschäftigt sich zunehmend mit dem Phänomen des „Um-sich-selbst-Kreisens“, auch im privaten Umfeld hört man häufiger Worte wie „Egoist“ oder „Egomane“, wenn man zu sehr auf sein eigenes Wohl schießt.

Der Narzisst

Gemeint ist dabei immer ein selbstsüchtiger Menschentyp, der inzwischen ein selbstverständlicher Teil unserer Gesellschaft geworden ist. Häufig haben Menschen mit narzisstischen Zügen Erfolg im Beruf und steigen in mächtige Positionen auf. Auch auf den roten Teppichen dieser Welt und auf Partys sind sie gern gesehene Gäste. Ihr einnehmendes, ausgesprochen charmantes Wesen macht sie nicht nur durchsetzungsstark, sondern lässt sie oft auch als glänzende Unterhalter erscheinen. Nicht immer muss Narzissmus krankhaft sein. Eine gesunde Portion davon hilft Menschen, besser mit Kritik umzugehen und sich Kränkungen nicht zu sehr zu Herzen zu nehmen.

Die dunkle Seite

Doch Narzissmus hat auch eine dunkle Seite. So gibt es Menschen, denen jedes Mittel recht ist, um Anerkennung zu bekommen und im Mittelpunkt zu stehen. Der Narzisst baut seine Welt allein auf Schein. Alles und jeden ordnet er seinem ureigenen Interesse, der Selbstdarstellung, unter. Verpflichtet fühlt er sich einzig seinem Ego. Lob und Anerkennung braucht er so sehr wie die Luft zum Atmen.

Der Narzissmus ist das Spiegelbild unserer individualistischen Gesellschaft, die ihre Selbstdarsteller immer selbstverständlicher feiert. Doch hinter der großartigen Fassade verbergen sich oft unsichere Menschen mit schwachem Selbstwert, die die Flucht nach vorne angetreten haben und ihre emotionalen Mängel durch die Bestätigung ihrer Bewunderer auszugleichen versuchen. Um Liebe oder Aufmerksamkeit zu erlangen und den eigenen Willen durchzusetzen, schreckt dieser Typus vor nichts zurück: er manipuliert, kontrolliert, täuscht, intrigiert, schikaniert oder verführt. Der Narzisst hält sich für allmächtig, beherrscht sein Metier




und sein Umfeld, das sich ganz nach seinen Bedürfnissen zu richten hat. Und genau das macht ihn so gefährlich.

In leitenden Positionen können Narzissten großen Schaden anrichten: von Ärzten und Krankenpflegern, die sich zu Richtern über Leben und Tod aufschwingen, bis hin zu korrupten Beamten. Pathologischer Narzissmus als Ursache von Verbrechen ist keine Seltenheit.

Die Liste der Straftaten, die auf eine narzisstische Persönlichkeitsstörung zurückzuführen sind, ist lang. Und ein Blick in die Geschichte zeigt, wozu pathologische Narzissten fähig sind: Sie reicht vom narzisstischen Sektenführer, der eine totale Kontrolle über das Leben der Gläubigen ausübt und seine Anhänger mit sich in den Tod reißt bis hin zu Diktatoren, wie Adolf Hitler und Josef Stalin, für die die Selbstinszenierung Mittel zum Zweck war.

Die narzisstische Persönlichkeitsstörung

Nach außen hin zeigen Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung ein übertriebenes Selbstwertgefühl, überschätzen ihre eigenen Fähigkeiten und Talente und erwarten von ihrem sozialen Umfeld grenzenlose Beachtung und Bewunderung. Unentwegt sind sie mit ihren Fantasien von Erfolg, Macht, Glanz, Schönheit oder idealer Liebe beschäftigt. Häufig nutzen sie zwischenmenschliche Beziehungen aus, um mithilfe anderer die eigenen Ziele zu erreichen. Tatsächlich ist der Narzisst aber nicht – wie die Geschichte von Narziss aus der griechischen Mythologie vermuten lässt – voller Selbstverliebtheit, sondern das Gegenteil ist der Fall. Er hat in Wahrheit ein äußerst geringes Selbstwertgefühl, was sehr häufig auf heftige Kränkungen und Demütigungen in der Kindheit zurückzuführen ist. Diese kompensiert er durch die übertriebene Einschätzung der eigenen Wichtigkeit und dem großen Wunsch nach Bewun-



Selbstkritik und kritische Selbstreflexion sind für Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung bedrohlich, da sie die mühsam aufgebaute, großartige Fassade infrage stellen

derung. Wird seine kunstvoll aufgebaute Fassade durch andere Menschen hinterfragt und kritisiert, kann sie leicht in sich zusammenfallen. Narzissten sind leicht angreifbar und reagieren auf Kritik mit Wut, Scham und Verzweiflung, auch wenn sie dies oft nicht zeigen.

Therapie für die narzisstische Persönlichkeitsstörung

Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung bedürfen einer psychotherapeutischen Behandlung. Häufig jedoch fehlt es ihnen an Krankheitseinsicht. Schon das Angebot von Hilfe betrachten sie als Kränkung. Selten sucht ein Narzisst einen Therapeuten auf, weil er das Gefühl hat, dass mit ihm etwas nicht stimmt. Selbstkritik und kritische Selbstreflexion sind für diese Menschen bedrohlich, da sie die mühsam aufgebaute, großartige Fassade infrage stellen. Erst wenn die Betroffenen depressiv oder drogenabhängig werden oder einen Suizidversuch hinter sich haben und ihnen kein anderer Weg mehr bleibt, begeben sie sich in Therapie.

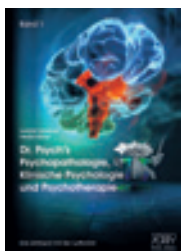
Welches „Heilmittel“ gibt es für die egozentrierte Gesellschaft?

Die Therapie ist einfach, obwohl sie nicht so recht in die geld-, macht- und statusorientierte Gesellschaft passen will: Bescheidenheit. Bescheidenheit ist eine Lebenseinstellung, die bei all dem Überfluss und dem ständigen Bedürfnis nach Konsum und individueller Verwirklichung nahezu in Vergessenheit geraten ist. Hier geht es nicht darum, eigene Bedürfnisse, sprich das eigene Ego, zu befriedigen. Bescheidenheit zu praktizieren bedeutet, etwas wiederzuentdecken: Verzicht, Zurückhaltung, Respekt, Mäßigung in der Selbstinszenierung und eine veränderte Selbstwahrnehmung. Es geht darum, sich selbst nicht mehr so wichtig nehmen und die Überzeugung, der Nabel der Welt zu sein, infrage zu stellen.

Papst Franziskus hat die Zeichen der Zeit längst erkannt: Kaum einer prägt das Bild der vielzitierten „neuen Bescheidenheit“ so sehr wie er. Der Papst fährt Bus oder Bahn, lässt seinen Dienstwagen stehen, geht zu Fuß vom Gästehaus des Vatikans zum Petersdom, trägt seine alten Schuhe und lehnt die Pelzstola, die Päpste all die Jahrhunderte vor ihm getragen haben, ab. Vielleicht ist er auch deshalb zur Leitfigur für all jene geworden, die es satt haben, in einer Gesellschaft zu leben, die sich selbst bis zur Unkenntlichkeit inszeniert und in der Egoismus, Gier und Misstrauen an der Tagesordnung sind.

Bei der Suche nach Antworten auf die Frage, was im Leben wirklich zählt, hilft uns möglicherweise der Ratschlag des französischen Philosophen Michel Foucault, den der im letzten Jahr verstorbene Frank Schirrmacher an den Anfang seines klugen Buches „EGO“ gestellt hat: „Wir sollten nicht zu entdecken versuchen, wer wir sind, sondern was wir uns weigern zu sein.“

Sandra Maxeiner, Hedda Rühle



Buchtip

Sandra Maxeiner • Hedda Rühle
Dr. Psych's Psychopathologie, Klinische Psychologie und Psychotherapie,
Jerry Media Verlag 2014, 2 Bände mit je 944 Seiten, 59,95 € pro Band