

Narzissmus

1 Die Einordnung des Begriffes

Narzissmus, narzisstisch – Begriffe, die im Alltag immer wieder Verwendung finden, um Menschen zu beschreiben, die auffallend selbstbezogen sind. Betrachtet man die Geschichte des Begriffs Narzissmus, stellt man fest, dass sie weitaus komplexer ist, als die recht oberflächliche Verwendung im Alltag vermuten lässt. Dieser Artikel will einen Überblick über die Begriffsgeschichte des Narzissmus innerhalb der Psychologie und Psychotherapie vermitteln. Er steht in einer Reihe von Artikeln der EFA-Stiftung, die sich mit dem psychologischen Phänomen des Narzissmus oder vielmehr der narzisstischen Störung auf individueller Ebene wie auch auf gesellschaftlicher Ebene auseinandersetzen möchte. Als Stiftung interessiert uns die Frage, wodurch narzisstische Züge sich herausbilden. Was trägt die Erziehung dazu bei und wodurch wird eine ganze Gesellschaft anfällig, narzisstischen Personen Führungspositionen und die Meinungsführerschaft zu überlassen.

2 Begrifflichkeit¹

Der Begriff Narzissmus ist in den verschiedenen Fachrichtungen mehrdeutig, in denen er verwendet wird. Selbst in der Psychologie und Psychoanalyse werden mit ihm unterschiedliche Konzepte und Vorstellungen assoziiert. Verwendung findet der Begriff in folgenden Gebieten: in der Psychiatrie, der Psychoanalyse, der Sozialwissenschaft, Kulturwissenschaft, Literatur, Philosophie und den Sexualwissenschaften.

Im Alltagsverständnis wird der Begriff Narzissmus meist so verwendet, dass er das Verhalten eines Menschen beschreibt, der selbstverliebt ist oder sich und die eigene Bedeutung überschätzt.

3 Geschichte

Seinen Ursprung hat der Begriff in einer Geschichte aus der griechischen Mythologie. Sie wurde von Ovid in seinen „Metamorphosen“ erzählt. In dieser Geschichte wird der Jüngling Narziss mit Selbstliebe bestraft, weil er die Liebe einer Frau verschmähte.

Der Begriff „Narzissmus“ wurde einem breiteren Publikum vor allem durch Freuds Psychoanalyse und seiner Beschreibung des Narzissmus bekannt, aber auch durch die Publikationen der Frankfurter Schule.

4 Unterschiedliche Bedeutungen des Begriffs

Es gibt zwei Bedeutungen des Begriffs, die besonders prägend waren und sind: Zum einen das Verständnis, dass es sich beim Narzissmus um eine Entwicklungsstufe des Menschen handelt, die jeder zu durchlaufen hat. Es handelt sich also um ein „normales“ Phänomen.

Das andere Verständnis, das sich stark unterscheidet, wird in der Diagnostik verwendet und bezeichnet eine Fehlentwicklung. In dieser Fehlentwicklung richtet ein Mensch seine Libido auf sich selbst, statt auf einen anderen Menschen. Das führt in der weiteren Entwicklung dazu, dass das geringe Selbstwertge-

¹ Dieser Artikel speist sich in Inhalt und Struktur aus dem Wikipedia-Artikel über Narzissmus. Stand 2.11.2016 Die Ausführungen über Alice Millers Verständnis des Narzissmus sind eigenständig ergänzt.

fühl dieser Person durch eine überzogene Einschätzung der eigenen Wichtigkeit und Bedeutung und dem Wunsch nach Bewunderung und Anerkennung ausgeglichen wird. Nach diesem Verständnis ist der Narzissmus eine Entwicklungsphase, die überwunden werden muss.

Im Verlauf der Jahrzehnte nach Freud erfuhr der Begriff Narzissmus weitere Veränderungen und Unterscheidungen. Der Psychologe Heinz Kohut verstand unter Narzissmus nicht mehr nur eine Entwicklungsphase, die durchlaufen und überwunden werden musste, sondern schrieb dem Narzissmus eine wichtige Rolle im Erwachsenenalter zu. Durch den Narzissmus würde das Selbst stabilisiert werden.

Die Psychologin Alice Miller verbindet mit diesem Begriff eine positive Eigenschaft des Menschen. In ihrem Fall hat Narzissmus erst einmal nichts mit einer Störung zu tun, sondern ist die gesunde Fähigkeit, die ein Mensch besitzt, wenn er seinen Interessen nachgehen und sie verfolgen kann. Eine Störung entsteht erst dann, wenn diese Entwicklung in der Kindheit nicht zugelassen wurde, weil seine Gefühle und Bedürfnisse nicht wahrgenommen wurden. Diese Unterdrückung kann sich im Erwachsenenalter in Form von Depression oder in Gefühlen der überzogenen Wichtigkeit und Bedeutung äußern.

Im Folgenden soll die Begriffsgeschichte des Narzissmus in einigen Bereichen skizziert werden.

5 Tiefenpsychologie und Narzissmus

5.1 Der Begriff des Narzissmus bei Freud

Sigmund Freud benutzte den Begriff seit 1909. Er veröffentlichte 1914 eine Arbeit mit dem Titel „Zur Einführung des Narzissmus“. Freud führte die Unterscheidung zwischen primärem und sekundärem Narzissmus ein.

Der primäre Narzissmus versteht Freud als einen Zustand, den alle Menschen in ihrer frühen Kindheit in einer bestimmten Entwicklungsphase erleben. Typisch für diese Phase ist es, dass sich das Kind mit der Mutter noch als eine Einheit erlebt und nicht zwischen sich und der Mutter unterscheidet. Es gibt also noch keine Trennung zwischen Subjekt (Kind) und Objekt (Mutter). Die sexuelle Energie, die das Kind empfindet, erstreckt sich deshalb auf sich selbst.

Der sekundäre Narzissmus wird bei Freud so verstanden, dass er erst später in Erscheinung tritt. Die Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt hat längst stattgefunden. Gekennzeichnet ist der sekundäre Narzissmus dadurch, dass er seine Libido von anderen Objekten zurückzieht und wieder ausschließlich auf sich selbst richtet. Nach Freuds Auffassung tritt dieses Phänomen hauptsächlich dann in Erscheinung, wenn der Selbstwert gekränkt oder Liebe enttäuscht wurde. Dieser Zustand ist in der Reifung der Persönlichkeit ein wesentliches Element und trägt dazu bei, dass sich ein Ich-Ideal entwickeln kann.

In der Rezeption Freuds ist es bis heute unklar, ob Freud Narzissmus als eine wichtige zu durchlaufende Phase in der menschlichen Entwicklung und Reifung betrachtete oder ob er darin eine Fehlentwicklung sah.

5.2 Der Narzissmus bei Ferenczi

Wo Freud den primären Narzissmus als Phase verstand, die durchlaufen und irgendwann überwunden werden musste, sah Sándor Ferenczi diesen als einen Urgrund, in dem das Ich überhaupt erst entsteht und bei dem die Libido der Sehnsucht nach der vorgeburtlichen Einheit, Verschmelzung und Inkorporation unterworfen wird. Wesentliches Merkmal der Libido-Theorie Freuds waren die Konflikte innerhalb der Psyche eines Menschen. Bei Ferenczi wird dieser Konflikt nicht mehr innerpsychisch angesiedelt, sondern zwischen der Person und seiner Umwelt.

Ferenczi ist deshalb auch in der Begriffsgeschichte des Narzissmus von Bedeutung, weil er der Erste war, der den Narzissmus auch zu einer Störung umdeutete und dafür Umweltbedingungen verantwortlich machte.

5.3 Der Narzissmusbegriff und die analytische Psychologie

Einer der Schüler Freuds war C. G. Jung, dessen Schüler, Erich Neumann, dem Narzissmus-Begriff weitere Änderungen hinzufügte. Neumann sprach von der uroborischen Phase. Das war für ihn die Phase des primären Narzissmus, vor der Trennung von Subjekt und Objekt, in der das Selbst alles und alles das Selbst sei. Diese Phase ist für Neumann aber nicht beziehungslos (weil es kein Objekt gibt), sondern stellt die Urbeziehung zwischen Kind und Mutter dar. Auf Basis dieser Phase kann überhaupt erst jede weitere Entwicklung geschehen. Neumann kritisierte Freuds Narzissmusbegriff, weil Freud den primären Narzissmus unter anderem auch mit dem Begriff der Macht verbunden hatte.

5.4 Der Narzissmusbegriff und die spätere Psychoanalyse

Nach Auffassung Michael Balints stellt der primäre Narzissmus das Bedürfnis des Säuglings dar, geliebt zu werden. Zum sekundären Narzissmus oder einer Form aktiver Objektliebe komme es erst durch die Frustration der Liebe. Die aktive Form der Objektliebe erlernt das Kind, um selbst wieder Liebe zu erfahren.

Sein Augenmerk legte Balint vor allem auf die Störungen in der Entwicklung zwischen Mutter und Kind, die zu einem Mangel führen können. Die Meidung menschlicher Nähe oder aber das übersteigerte Suchen von Nähe können Ausdruck dieses Mangels sein.

Bei Jean Laplanche und Jean-Bertrand Pontalis kann der Narzissmus dann gelingen, wenn in einer bestimmten Phase der Reifung die narzisstische Libido auf einen realen Anderen als Vorbild übertragen wird. Was dann den Narzissmus letztlich ausmacht, ist die liebende Ergreifung des Subjekts durch dieses Bild. Der typische Narzisst hat kein Selbst, auf das sich seine Liebe richtet, sondern nur in der Spiegelung seiner Grandiosität durch den Anderen entsteht so etwas wie ein Selbst.

5.5 Der Narzissmusbegriff und die Objektbeziehungstheorie

Für die Begründerin der Objektbeziehungstheorie, Melanie Klein, gibt es nicht den Zustand, in der der Säugling sich mit der Mutter oder seiner Umgebung eins fühlt. Ihrer Ansicht nach bestehen von Anfang an Objektbeziehungen. Von Narzissmus sprach sie dort, wo Freud von „sekundärem Narzissmus“ sprach,

also dann, wenn man sich von äußeren Beziehungen zurückzieht und sich mit einem idealisierten (d. h. nur vorgestellten) inneren Objekt identifiziert.

5.6 Der Narzissmusbegriff und die Ich-Psychologie

1950 führte Heinz Hartmann in die Psychoanalyse neben den freudschen Konzepten des Ich, Über-Ich und Es noch den Terminus des „Selbst“ ein. Das Selbst ist eine Unterinstanz des Ich. Es beinhaltet alle Bilder, Vorstellungen und Erinnerungen, die man von der eigenen Person hat, d. h. alle Selbstrepräsentanten. Gemäß der Theorien Hartmanns kann das Selbst vom Ich geliebt werden, also durch das Ich libidinös besetzt werden. Für Hartmann besteht eben darin der Narzissmus.

5.7 Der Narzissmusbegriff und die Selbstpsychologie

1971 und 1977 nahm Heinz Kohut den Begriff des Selbst in seine Überlegungen mit auf. Die Grundbedürfnisse eines Kindes bestehen seiner Meinung nach darin, dass jedes Kind das Bedürfnis hat, dass seine Eltern auf es reagieren, es spiegeln und bestätigen. Außerdem möchte sich das Kind von seinen Eltern eine idealisierte Vorstellung machen und sich zugehörig fühlen. Nach Kohut nimmt der Narzissmus krankhafte Züge an, wenn die Reaktionsfähigkeit der Eltern auf das Kind chronisch unzureichend ist oder das Kind in seinen Grundbedürfnissen chronisch frustriert wird.

Auf diese Annahmen Kohuts reagierte Otto F. Kernberg in den 1970er Jahren mit seiner Annahme, dass es sich beim Narzissmus um eine schwerwiegende Fehlentwicklung handeln würde. Die Ursache für diesen Narzissmus sah er nicht wie Kohut in den Frustrationen und Entbehrungen des Kindes, sondern darin, dass es von der Mutter als narzisstisches Objekt benutzt und missbraucht wird.

6 Die narzisstische Versorgung

Menschen, die eine narzisstische Persönlichkeitsstörung haben, benutzen häufig Personen in ihrem engsten Umfeld dazu, ihr eigenes angeschlagenes Selbstwertgefühl zu regulieren. Diese Personen können auf die Dauer emotional missbraucht werden. Mit der narzisstischen Versorgung ist die Bewunderung und Unterstützung gemeint, die Narzissten von ihrer Umgebung einfordern. Die Personen in ihrem Umfeld werden nach reinen Nützlichkeitsabwägungen behandelt.

7 Alice Miller und die Entstehung der narzisstischen Störung

Die Schweizerische Autorin und Psychologin Alice Miller (1923-2010) hat in ihrem Buch „Das Drama des begabten Kindes“ eine eigene Theorie für die Entstehung narzisstischer Störungen entwickelt. Sie geht davon aus, dass jedes Kind das Bedürfnis hat, mit seinen Gefühlen, Ausdrücken, Bedürfnissen und Empfindungen beachtet und ernst genommen zu werden. Wenn Eltern diesen Ausdrücken Achtung entgegenbringen, kann das Kind die Auflösung der symbiotischen Beziehung mit der Mutter gut vollziehen und lernt autonom zu handeln. Das Kind kann dadurch ein gesundes Selbstempfinden entwickeln. Laut Miller besitzen Kinder die Fähigkeit, die Bedürfnisse ihrer Eltern intuitiv zu erspüren und auf diese zu reagieren. Hat nun ein Kind Eltern, die selbst sehr bedürftig sind, weil sie selbst nie die Erfahrung gemacht haben, ganz verstanden und ernst genommen zu werden, werden diese Eltern dazu neigen, ihre Kinder dazu zu benutzen, ihre eigenen unerfüllten Bedürfnisse zu stillen. Das Kind reagiert und befriedigt

digt die Bedürfnisse der Eltern oder eines Elternteils. Es weiß, dass es sich dadurch die Liebe und Aufmerksamkeit der Eltern sichern kann. Gelingt dem Kind, die Bedürfnisse der Eltern zu befriedigen, wird in ihm die Tendenz verstärkt, sich immer weiter anzupassen und die Bedürfnisse der anderen zu erspüren, aber die eigenen zu vernachlässigen. „Das wahre Selbst kann sich nicht entwickeln und differenzieren, weil es nicht gelebt werden kann.“² Diese Vernachlässigung der eigenen Gefühle und Empfindungen und die Anpassung an die Eltern bezeichnet Miller als Selbstverlust. In ihrer Theorie des Narzissmus spricht sie auch davon, dass das Kind eine „Als-ob-Persönlichkeit“ entwickelt.

„Was geschieht, wenn die Mutter nicht imstande ist, ihrem Kind zu helfen? Was geschieht, wenn sie nicht nur nicht in der Lage ist, die Bedürfnisse ihres Kindes zu erraten und zu erfüllen, sondern selbst bedürftig ist, was sehr häufig vorkommt? Dann wird sie unbewusst mit Hilfe ihres Kindes ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen suchen. Das schließt eine affektive Bindung nicht aus. Aber es fehlen dieser ausbeuterischen Beziehung zum Kind lebenswichtige Komponenten wie Verlässlichkeit, Kontinuität und Konstanz, es fehlt ihr vor allem der Raum, in dem das Kind seine Gefühle, seine Empfindungen erleben könnte. Das Kind entwickelt dann etwas, das die Mutter braucht und das ihm im Moment zwar das Leben (die „Liebe“ der Mutter oder des Vaters) rettet, aber es eventuell lebenslang daran hindert, es selbst zu sein.“³

7.1 Depression und Grandiosität als Folgen des Selbstverlusts

Für Miller sind die Folgen des in der Kindheit erlittenen Selbstverlusts die Grandiosität und die Depression. Beides sind Erscheinungen ein und desselben Phänomens.

Der in der Kindheit sich seiner selbst beraubte Mensch wird als Erwachsener Formen der Grandiosität entwickeln, so Miller. Die Grandiosität hat die Funktion, den tiefen Schmerz darüber abzuwehren, dass das eigene Selbst in der Kindheit verleugnet werden musste, um die Liebe der Eltern zu erhalten.

Der Grandiose braucht die Bewunderung der anderen Menschen und er bewundert sich selbst für bestimmte Eigenschaften: seine Schönheit, sein Wissen, Leistungen etc. Für ihn ist Liebe mit Bewunderung gleichzusetzen. Der Grandiose ist aber nicht frei, weil er immerzu von der Bewunderung der anderen abhängig ist. Bestimmte Eigenschaften und vor allem auch Leistungen bilden für ihn die Grundlage der Bewunderung. Bleiben diese Leistungen aus oder kommt es zum Verlust dieser Eigenschaften, bricht das Selbstwertgefühl des Grandiosen in sich zusammen und er kann in eine Depression verfallen.

Die Depression tritt also auf, wenn die Grandiosität zusammenbricht. Oder wenn die Bewunderung durch andere Menschen, das Gespiegeltwerden durch andere Menschen, ausbleibt. Die Depression ist in ihrem Kern ein Signal des Selbstverlusts. Sie weist darauf hin, dass in der Kindheit Gefühlsreaktionen und Empfindungen verleugnet wurden, weil man sich ängstlich an die Bedürfnisse der Eltern anpasste, um deren Liebe nicht zu verlieren und sie glücklich zu machen. Viele der auf diese Weise in der Kindheit verwundeten Menschen passen sich im Erwachsenenalter an, um Liebe zu bekommen.

² Miller, Alice. Das Drama des begabten Kindes und die Suche nach dem wahren Selbst. Eine Um- und Fortschreibung. Frankfurt am Main, 1994. S. 70

³ Miller, S. 101.

Die drohende Depression kann der Grandiose auch dadurch abwehren, dass er sich einen stark depressiven Partner sucht, um den er sich kümmern und den er beschützen kann. Dadurch fühlt er sich stark, weil er in dem Glauben lebt, unentbehrlich zu sein.

Laut Miller können die Verhaltensmuster der Grandiosität und der Depression nur überwunden werden, wenn man beginnt, die Wunden und Schmerzen der Kindheit bewusst zuzulassen und zu betrauern. Erst dadurch wird es gelingen, dass die Wunden vernarben können.

7.2 Gemeinsamkeiten zwischen Grandiosität und Depression

Miller zählt folgende Gemeinsamkeiten zwischen der Grandiosität und der Depression auf:

„Folgende können wir beobachten:

1. ein falsches Selbst, das zum Verlust des wahren Selbst geführt hat;
2. die Brüchigkeit der Selbstachtung, die nicht in der Sicherheit über das eigene Fühlen und Wollen, sondern in der Möglichkeit, das falsche Selbst zu realisieren, wurzelt;
3. Perfektionismus;
4. Verleugnung der verachteten Gefühle;
5. ausbeuterische Beziehungen;
6. große Angst vor Liebesverlust, deshalb große Anpassungsbereitschaft;
7. abgespaltene Aggressionen;
8. Anfälligkeit für Kränkungen;
9. Anfälligkeit für Scham- und Schuldgefühle;
10. Ruhelosigkeit.“⁴

⁴ Miller, S. 112 f.