

„Wotan trifft Parsifal“

Zur Phänomenologie und Therapie der narzißtischen Persönlichkeitsstörung

Lilo Tutsch

Im ersten Teil des Artikels werden Erscheinungsbild, Manifestationsformen, typische Phänomene der narzißtischen Dynamik sowie ätiopathogenetische Einflüsse auf die narzißtische Persönlichkeitsentwicklung anhand von Beispielen aus der therapeutischen Praxis beschrieben.

Im zweiten Kapitel werden auf diesem Hintergrund die störungsspezifischen therapeutischen Schritte und die Phasen einer existenzanalytischen Therapie vorgestellt.

Schlüsselwörter: Narzißmus, Erscheinungsbild, therapeutische Schritte

In the first part of this article the outer appearance, manifestations, characteristic phenomena of the narcissistic dynamics as well as aetiopathogenetic influences on the development of narcissistic personalities will be described with the help of two cases seen in psychotherapeutical practice.

In the second chapter and against this background the therapeutical steps indicated for this disorder as well as the phases of an existential-analytical therapy will be presented.

Key words: narcissism, phenomology, therapeutic steps

I. Einleitung

Wotan und Parsifal - Figuren denen wir in der Volsungasaga, dem Parsifal Epos des Wolfram von Eschenbach, in Chretiens Perceval oder in Richard Wagners Musikdramen (auf die ich mich einleitend beziehe) begegnen - tauchen assoziativ in mir auf, wenn ich mit narzißtischen Menschen bzw. mit dem Thema Narzißmus konfrontiert bin. Sie stehen symbolisch für das Unbedarfte, kindlich Naive, sozial Retardierte sowie das „Göttliche“ aber Unfreie der narzißtischen Persönlichkeit.

Parsifal ist der „reine Tor“, „thumb“ im Sinne von unerfahren. Jemand also, dem die Welt Vieles noch nicht „gesagt“ hat. Er wurde von seiner Mutter Herzeleide aus zwar verständlichen, aber deswegen nicht minder problematischen Motiven – sich das Leid weiterer Verluste geliebter Menschen zu ersparen – in idyllischer Weltabgeschiedenheit und damit unter Vermeidung angemessener sozialer Erfahrungen aufgezogen. Doch Welterfahrung läßt sich nicht vermeiden – Parsifal drängt es hinaus in die Welt. Sein Reifungsdefizit führt zu dementsprechend unangemessenem Verhalten: blutrünstig erschlägt er Ritter, weil das seine kindliche Vorstellung von Tapferkeit erfüllt, voller Stolz erlegt er den heiligen Schwan, weil ihm die Symbole und Gesetze von Gemeinschaften fremd sind usw. Er lernt die Welt kennen ohne ausgerüstet zu sein, sie zu erkennen und in ihrer Bedeutung zu verstehen. Die idyllische sektorisierte Welt, in der er aufgewachsen ist, hat nur eine reduzierte, einseitige Selbstentwicklung zugelassen. Seine Gefühle sind noch nicht zum Werkzeug des Dialoges mit der Welt gereift, er hört noch

nicht ihren intentionalen Charakter. So ist das Mitleid, das er beim Anblick der Qual des Gralskönigs Amfortas empfindet noch dumpf und sprachlos – psychosomatisch – „es krampft sich in ihm das Herz zusammen“ (Dahlhaus 1984, 209 ff).

Parsifal muß erst „welthellsichtig“ werden, muß durch die Begegnung mit dem Anderen verstehen, worum es geht und was er soll. Welthellsichtig wird er nicht einfach durch das Kennenlernen der Welt, sondern durch die liebende Begegnung mit den Menschen, letztendlich durch „der Liebe ersten Kuß“, den er von Kundry bekommt. Sie ist Symbol für das Urmütterliche, die Heilige, die Verführerin, die Schuldige und die Büsserin. Durch die Begegnung mit ihr, ihrer Liebe und ihrer Verführung findet er Zugang zu sich und zu seinem Gewissen, wird Parsifals Einfühlungsvermögen in sich und in Andere erweckt, es „gehen ihm die Augen auf“, jetzt erfährt er, wer er ist und versteht was er soll: „Durch Mitleid wissend“, erschließt sich ihm der Sinn und erst durch diese Begegnung kann er das Leid des Anderen erfassen und die „erlösende“ Frage an Amfortas stellen: Was fehlt dir?

Wie Parsifal so wirkt auch der Narzißt trotz aller Selbstherrlichkeit in seiner Entwicklung auf einer sehr frühen Stufe stehengeblieben. In kindlicher Manier und seinen unreifen Gefühlen, Impulsen und Vorstellungen folgend, ist auch er bemüht tapfer, großartig und der Stolz der „Eltern“ zu sein. Ohne Gefühl für die Angemessenheit seiner Taten und die Bedürfnisse des Anderen bleibt er in sich verhaftet, präsentiert er voller Hoffnung auf Lob und Bestätigung stolz seine Taten und bleibt dabei unfähig, sich zu öffnen auf das in ihm Aufkommende und aus der Welt an ihn Herankommende.

Diese Entwicklung behindert Wotan, die andere Struktur

im Wesen des Narzißten. Er ist *der* Gott. Sein oberster Wert ist die Vermehrung seines Besitzes und die Sicherung der Weltherrschaft. Dadurch verstrickt er sich in ein Netz von Verträgen, die wir symbolisch als den Preis seiner Macht und seiner ungelösten Konflikte sehen können. Sie machen ihn abhängig, zwingen ihn, sein Personsein und seinen authentischen Willen zu unterdrücken. Als Wotans Inkarnation begannen uns die verschiedenen unterdrückten und der Mächtigkeit geopfert Anteile des Wotan in Siegmund und Sieglinde als dem triebhaft inzestuösen, in Fricka als Vertreterin der Moral und der Gesetze, in Brünhilde als Inkarnation seines authentischen Willens und in Siegfried als Symbol seiner Freiheit. Da er seinen authentischen Willen und damit sein Personsein geopfert hat, verbleibt er im Spannungsfeld zwischen „Natur und Gesetz“, zwischen Es und Über-Ich, zwischen Abhängigkeit von der Macht und Sehnsucht nach Freiheit. So lebt Wotan in einer toten, aber heldenhaften Welt und in innerer Einsamkeit. Wotan weiß um seine Unfreiheit, wenn er Brünhilde zugesteht „Nur einer freie die Braut – der freier als ich der Gott“. Anders gesagt: er weiß, daß nur der Freie den authentischen Willen besitzen kann. Wotan ist in eine tragische Dialektik geraten, die Göttlichkeit ist gebunden an die Verträge, hält er sich nicht an die Verträge verliert er die Weltherrschaft, ist er nicht mehr mächtig und göttlich. Um diesem Dilemma zu entkommen entzieht er Siegfried, - also sich als dem freien Menschen - den göttlichen Schutz, denn Siegfried kann erst durch die Lösung der Verbindung zum Göttlichen frei werden, und beschließt weiters die Götterdämmerung als Aufgabe der Macht und der Weltherrschaft. Ob Wotan sich mit diesem Akt für ein neues Dasein, eine freiere Welt entscheidet oder resignativ in Hoffnungslosigkeit versinkt, ob alles zugrunde geht oder sich neu erschließt, bleibt offen, erinnert aber jedenfalls an eine typische Frage zur narzißtischen Langzeitperspektive: Führt die Einsicht in die Verfahrenheit der Situation zum Untergang oder liegt im Untergang der Anfang für ein authentisches Personsein?

Wotan symbolisiert die tragische Abhängigkeit des Narzißten: Fixiertsein in der Großartigkeit und Mächtigkeit. Die Verbannung des authentischen Willens schließt sein „eigenes“ Leben und seine Lebendigkeit aus.

Parsifals Nachreifung und Wotans Aufgabe der Göttlichkeit als Weg zur Authentizität können wir als Leitmotiv für die Therapie der narzißtischen Persönlichkeit ansehen. Parsifal reift durch Begegnung und Konfrontation mit dem Leben. Wotan muß Abschied nehmen von der göttlichen Macht, muß seine „menschlichen“ Schwächen integrieren, um zu sich und zur Authentizität zu finden.

II. Pathologischer Narzißmus

Auf den ersten Blick

Herr A kommt zur Therapie wegen Problemen mit seiner hysterischen Freundin – er will sie heiraten, sie aber stößt ihn immer wieder zurück, grenzt ihn aus ihrem Leben aus, ent-

zieht sich, was wohl eindeutig mit ihrer hysterischen Struktur zusammenhängt. Er biete ihr so ziemlich alles, was sie sich wünscht, aber sie wisse das nicht zu schätzen. Er ist Chirurg, momentan etwas unter Druck, da er sich zweimal für ein Primariat beworben hatte, aber abgelehnt wurde – „naja die Neider und Intriganten“, es sollte ihn am besten gar nicht ärgern. Trotzdem verspüre er manchmal einen richtigen Haß auf diese Idioten.

Beiläufig bittet er mich, ihn mehr von der linken Seite anzusprechen, er sei auf dem rechten Ohr beinahe taub, meine Stimme sei doch ein wenig leise. Zudem ist er am linken Auge massiv kurzsichtig. Ich meine darin den eigentlichen Grund seines Kommens verstanden zu haben. Einfühlsam und vorsichtig frage ich daher, was diese Beeinträchtigung für seine operative Tätigkeit bedeute? „Kein Problem“ meint er ohne auch nur eine Regung zu zeigen.

Statt dessen erzählt er von seiner schönen Villa, die er extra für die zukünftige Familie gekauft hat, von seinem beruflichen Engagement – „die Kollegen sind ja unfähig“ - von seiner Mutter – „kein Problem, sie in ihre Schranken zu verweisen“ – er sei halt ihr Allerheiligstes, auch verständlich, sie habe ja sonst nichts in ihrem Leben. – Ob das für ihn ein Problem sei? – „Nein, nein, unwichtig!“

Leider sei ihm etwas passiert, was nicht in Ordnung sei – er habe seine Freundin geschlagen, es sei ihm „die Hand ausgerutscht“ – naja das hätte ihn schon erschreckt, aber sie sei halt so hysterisch gewesen, so wie sie überhaupt schwer zur Raison zu bringen sei, wenn sie sich aufregt. Selbstverständlich dürfe das nicht mehr geschehen. „Müßte in ein paar Stunden im Griff sein? Was meinen Sie?“ Eigentlich müßte ja seine Freundin in Therapie gehen, aber kein Problem, er übernehme das schon.

„Wenn Sie die Stunde dringend für jemand anderen brauchen, können Sie mir gerne absagen“, meint er zum Abschied jovial.

Schon in dieser kurzen Sequenz wird Wesentliches der narzißtischen Störung deutlich: mangelndes Vorhandensein eines inneren Problemempfindens und ein Erleben der Störung im Außen; Hervorhebung der eigenen Kompetenz und Größe, Unangemessenheit in der Beziehungsgestaltung.

Anders *Herr B*. Er kommt, weil seine Sekretärin meint, er müsse etwas tun und mich empfohlen hätte. Meine Frage, wofür oder wogegen er etwas tun müsse, bleibt unbeantwortet, auch die Frage, was *er* meine. Mal versuchen, wie Therapie sei, meint er. Mit großer Mühe und beinahe erleichtert finde ich einige Symptome wie mäßige Flugangst, obwohl diese „wohl eher mit seinem labilen Gleichgewichtsorgan zusammenhängt, also nicht wirklich ein Thema für unsere Therapie ist“, eine Spinnenphobie – immerhin ausgeprägt – „aber was soll’s, man lebt ja schließlich nicht in der Wildnis“. Schließlich teilt er mir dann doch mit, daß es ihm insgesamt schlecht geht – immer, aber was sei denn schon gut in der Welt und am Leben? – ja eher depressiv fühle er sich. Eigentlich wolle er sich nicht ändern, er will nur seine Ruhe haben, alleine sein in einer prächtigen Hotelhalle mit vielen anonymen Leuten oder an Deck eines Ozeandampfers sit-

zen und dahinfahren – leider sei es ihm nicht gelungen so reich zu werden, daß er sich das andauernd leisten könne.

Was sein Anliegen an mich sei?

Nichts Bestimmtes, vielleicht ein Versuch, seine depressive Stimmung zu verändern, obwohl er nicht glaube, daß daran etwas zu ändern sei – es war ja immer schon so. Vielleicht nur jemanden haben, der sich mit ihm beschäftige, ohne etwas von ihm zu verlangen, das habe er ganz gerne. Ich teile ihm mit, daß es selbstverständlich seine Sache sei, ob er aus unseren Gesprächen etwas brauchen könne oder verwenden würde. Ich verstehe seinen Auftrag so, daß wir uns vorerst gemeinsam auf die Suche nach etwaigen Fragestellungen und Themen begeben würden. „Ja gut, eine Stunde pro Woche fix, immer zur selben Zeit, dann geht sich noch die Zeitung und ein Frühstück im Café aus.“ – Ob er das gerne mag? – Nein, ist langweilig. – Weshalb er hingeht? – „Es ist vielleicht ein bißchen weniger langweilig als das meiste andere.“

Erst später gibt er preis, weshalb er wirklich gekommen war – er hatte trotz zunehmender Kontrolle seiner selbst und Distanziertheit zum Geschehen bei jeder Kleinigkeit Wutanfälle, die ihm entsetzlich peinlich waren – so etwas darf nicht passieren! Für ihn sei absolute Kontrolle und Souveränität das Wichtigste – lieber keine Kontakte als die Souveränität verlieren und peinlich *sein*.

Herr B will nichts Spezifisches von mir, nur „beschäftigen Sie sich mit mir, fragen Sie!“ – An dem, was dadurch für ihn sichtbar wurde, ließ er mich lange nicht teilnehmen. –

An diesem Beispiel zeigen sich weitere typisch narzißtische Phänomene: die rätselhaft bedeutungsvolle narzißtische *Un erreichbarkeit* und die *Diffusität* des Selbst- und Welterlebens, die den Narzißten und seine Anliegen lediglich stimmungsmäßig in einem präpersonalen Modus anwesend sein lassen.

Hinter dem Schein – Bedürftigkeit und Angst

Narzißten wirken hinter ihrer aufdringlichen bzw. undurchdringlichen Vordergründigkeit meist liebenswert kindlich, naiv und bedürftig, ja seltsamerweise schutzbedürftig und mehr oder weniger unverhohlen angewiesen auf die Reaktion anderer auf sie.

So wartet Herr A z.B. nach nahezu jedem Satz auf irgendein Zeichen meiner Anerkennung und Bestätigung seiner Hypothesen. Er ist an erweiternden, ergänzenden oder differenzierenden Anmerkungen meinerseits nicht wirklich interessiert, übergeht sie oder wertet sie auch ab. Er braucht *Bestätigung*, um sich wohl zu fühlen. Eigene Bedürfnisse oder Wünsche kann er nicht direkt formulieren: So ruft er mich z. B. zwischen unseren vereinbarten Terminen an – „er sei früher aus dem OP gekommen, ob ich vielleicht Zeit und Lust hätte auf ein Therapiestündchen?“ Sein Ton ist keineswegs anzüglich, eher von verwundernder Selbstverständlichkeit und bei genauerem Hinhören bemüht, sein Bedürfnis nach Hilfe und die Angst vor Ablehnung seines Wunsches zu verbergen. „Nein, geht nicht? Na macht ja nichts, ist ja nichts Dringendes, wäre nur auf dem Weg gelegen. Vielleicht nur eine kurze Frage, wenn ich sie schon an der Leitung habe ... meine Freun-

din hat mich gestern sozusagen gekündigt ...“.

Anders bei Herrn B. Seine bedürftige Seite lebt sehr im Verborgenen:

Er kommt wie meistens zu spät, ich nütze die Zeit, um die Post zu holen und öffne daher auf sein Klingeln nicht sofort. Ich sehe ihn durch die Glasscheibe der Hauseingangstüre. Er sieht nicht, daß ich auf dem Weg bin, ihm zu öffnen. Angst, ja Panik treten in sein Gesicht. Er zerfällt förmlich, wirkt aufgelöst, drückt mehrmals hintereinander die Klingel, immer hektischer. Ich öffne die Türe, er erschrickt, reißt sich zusammen und sagt dann in seiner gewohnt distanzierten Manier, mit dem Blick auf die Post: „Übermäßig viel Post für eine Praxis – eine wichtige Frau!“ Es ist ihm eine offensichtliche Genugtuung und Freude, „so eine wichtige“ Therapeutin zu haben, und er ist völlig wiederhergestellt. Bedürftigkeit, Angst und vermeintliche Schwächen sind nicht nur vor anderen, sondern auch vor sich selbst verborgen bzw. werden nicht eingestanden, so daß die Beziehung zu sich in dieser Hinsicht nicht vorhanden erscheint.

„Offensichtlich“ oder „verborgen“ narzißtisch: Manifestationsformen

Zwei unterschiedliche Manifestationsformen zeigen sich in diesen beiden Beispielen. Herr A ist „offensichtlich“ narzißtisch. Er gehört dem „lauten“, eher exhibitionistischen Typus an, selbstdarstellerisch in seiner Großartigkeit und Bestätigung einfordernd. Alles, was seine Großartigkeit trübt, wird nur nebenbei gestreift – scheint als Problem gar nicht bewußt zu sein, sicher aber nicht von Interesse.

Herr B. dagegen gehört dem stillen, eher autistoiden Typus an. Seine Großartigkeit bedarf keiner Worte – oder hat noch keine Worte. Sein Leben am Vollkommenheitspol ist ungesicherter, er kann seine Vollkommenheit nur durch Distanz und Kontaktlosigkeit aufrechterhalten. Bei kleinster Störung dieser ozeanischen Harmonie kommen Selbstzweifel und Minderwertigkeit auf, so daß der stille Typus nur in symbiotischer Berührungslosigkeit Stabilität findet. Die Vollkommenheit blüht beziehungslos und unkontrolliert in der Phantasie oder lebt in der grandiosen Kontrolle, Kultivierung und Vervollkommnung untilgbarer Mängel zum besonderen Typus „äußerst seltsamer Kauz – noch nie dagewesen“ – „haben Sie mehrere solche Narren wie mich in Therapie“?

Bei Herrn A finden wir auch Borderline- und histrionische Anteile, während Herr B mehr schizoide Anteile aufweist. Da sich eine der Hauptauffälligkeiten des Narzißten – Beziehungslosigkeit, mangelnde Offenheit und Einfühlungsvermögen für andere Personen – in antisozialen Tendenzen niederschlägt, finden wir diese auch bei beiden Manifestationsformen.

Näher betrachtet

Im Gespräch fällt auf, daß die Welt nur *selbstbezüglich* gesehen und erlebt wird. Lediglich die *eigenen* Beiträge zur Interaktion werden erzählt, jene der anderen bleiben vage oder erscheinen unbedeutend. Trotz Großartigkeit und Imponier-

gehabe kommt leicht *Langeweile und Leere* auf, dreht sich doch das Gespräch bevorzugt um alles, was Erfolg und Beifall brachte. Selbst bei hoher Intelligenz fällt die *Neigung zu Allgemeinplätzen* auf. Es entsteht meist kein *Dialog*; ist alles Bedeutende berichtet, wird das Gespräch oft mit der Bemerkung, welch ein „nettes Gespräch“ das war, beendet. *Kindlicher Charme* kompensiert nur vorübergehend den mangelnden *Humor* (Humor als die Kehrseite der Erhabenheit und als Fähigkeit zur Selbstironie ist nicht des Narzißten Stärke). Misanthropische Abwertung – „fröhlich sind doch nur die Dummen“ – oder scheinbar blendende Laune drücken die *Stimmung* und können die allgegenwärtige Leere nicht vertreiben.

Was den Anderen betrifft ...

Dem Narzißten ist ein *Mangel an Gefühl für angemessene Proportionen* in sozialen Situationen eigen, woraus häufig *peinliche* oder *anzügliche* Situationen entstehen. Z.B. betrachtet Herr F. ungeniert, wie ich angezogen bin. Er stellt fest, daß ich Söckchen und keine Strumpfhosen unter meiner Jean trage, ohne auch nur das geringste Gefühl für die Unangemessenheit und Distanzlosigkeit seiner Feststellung zu empfinden. Auf meine Frage, weshalb ihn das beschäftigt, meint er wiederum nicht ganz passend: „Na ja, meine Frau findet Söckchen unmöglich. – Ich werde ihr sagen, daß das unnötig ist.“ Dieses uneinfühlsame Zu-nahe-Treten, verbunden mit einer darin ausgesprochenen Aufwertung der Bedeutung der Therapeutin, sowie der fehlenden eigenen Stellungnahme bewirkt im Gegenüber eine Mischung aus Ärger über die Anzüglichkeit und sich wichtig fühlen.

Der narzißtische Beziehungsmodus läßt sich bis in das körperliche Verhalten hinein verfolgen: auf die Zehen steigen, anrumpeln, sich rücksichtslos Platz verschaffen, so als ob der andere gar nicht da wäre, wechselt mit galanter Aufmerksamkeit.

Der Andere wird vorwiegend zur „Verproviantierung“ (Kernberg 1988) benutzt. Eifrig, ja gierig wird die bespiegelnde und bestätigende Umwelt einverleibt, und andererseits Kritisches und Trennendes vernichtet bzw. fallengelassen. Idealisierung zwecks Teilhabe am Großartigen und Verleugnung der Unterschiedlichkeit des Anderen vermitteln dem Gegenüber nach möglicherweise anfänglichem Genuß sehr schnell das Gefühl, lediglich als Objekt der Selbsterhaltung benutzt zu werden.

Beziehungslosigkeit, Bestätigungssucht und innere Leere machen die promiskuöse Neigung des Narzißten verständlich. Sie verlangt nach Vielfalt, Vielzahl und Hochschwelligkeit der Reize.

Leben in der ewigen Gegenwart

Obwohl die narzißtische Gier so sehr auf Empfangen eingestellt ist, ist die Befriedigung durch Zuwendung, Erfolg, Beifall rasch verschwunden – das Erhaltene verblaßt schnell und fällt ins Leere, inneres Leben akkumuliert nicht. Erfahrungen hinterlassen kaum Spuren – ein Leben in der *ewigen Gegenwart*. „Das Größenselbst bleibt allein und in einer merkwürdig zeitlosen Welt von sich wiederholenden Zyklen aus

Wünschen, zeitweiliger Idealisierung, gieriger Einverleibung und dem Verschwinden von Nachschub aufgrund von Zerstörung, Enttäuschung und Abwertung.“ Das Vergehen der Zeit und das Altern verkörpern eine äußere Situation, die ihn auf bestürzende Weise überwältigt, „ohne Vorbereitung auf die mit der Zeit erfolgenden Veränderungen“ (Kernberg 1988).

Der Narzißt lebt von der Hand in den Mund. Was an Bestätigung ankommt, ist die der Situation vampirös extrahierte Vollkommenheitsgarantie und nicht die Realität, sodaß diese auch nicht zur Vergangenheit und zur Geschichte sedimentieren kann. Was verständlich macht, dass „nichts“ übrigbleibt.

Meiner vorsichtigen Hypothese nach manifestiert sich diese Vergangenheitslosigkeit auch „neuronal“ in überhöhter Vergeßlichkeit und häufig im Alter durch einen rascheren dementiellen „Fortschritt“.

Pseudojugendlichkeit

Oft spiegelt sich diese Geschichtslosigkeit und innere Leere in der eigentümlichen, anhaltenden Jugendlichkeit narzißtischer Patienten – als ob die Zeit sie unberührt gelassen hätte. Demgemäß werden z. B. Altersunterschiede nicht wahrgenommen und das eigene körperliche Altern nicht bemerkt; das Selbstbild bleibt makellos und vollkommen.

Herr D. z. B. findet es eine Zumutung, daß eine Frau, „so wie die aussieht“, meinen könne, er interessiere sich für sie. Herr D. ist übrigens selbst keineswegs mit einem besonders attraktiven Körper gesegnet, wodurch seine an sich befremdliche Aussage eine peinliche Note erhält.

Einsamkeit und Pseudounabhängigkeit

Die Vergangenheitslosigkeit und ausschließliche Beziehung zum Größenselbstbild manifestiert sich als Erleben von *Einsamkeit*, *Leere* sowie *Pseudounabhängigkeit*. Im Alleinsein tritt Langeweile und Hunger nach Resonanz durch andere auf, denn es fehlt dem Narzißten an Ganzheit. Trotz allem fühlt er sich unabhängig und lebt in dem Gefühl, niemanden wirklich zu brauchen, hat eher das Gefühl, daß der Welt etwas verloren geht, „wenn er nicht in ihr glänzt“. Auch hier kann er seinen Mangel nur in der Außenprojektion erleben.

So war Herr A. z.B., als ihn seine Partnerin verlassen hatte, offensichtlich in einem jämmerlichen Zustand. Angesprochen auf sein Befinden wandelte sich seine Weinerlichkeit in eine völlig kühle Fassade und er meinte: „Ach wissen sie, um sie ist mir ehrlich gesagt gar nicht leid, aber sie war so schön und alle haben mich um sie beneidet. Ich weiß, ich bin ein schlechter Mensch, wenn ich das sage“, setzt er nicht ohne Stolz hinzu.

Alles Übel kommt von außen ... Schuld sind die Anderen

Entsprechend der Reinhaltung des narzißtischen Selbstbildes sind an unangenehmen Gefühlen und nicht Gelingenem jedenfalls die anderen schuld. Ist ein eigenes Versagen unübersehbar, so wendet sich die Wut in Selbstdestruktivität (z.B. sich mit der Faust an den Kopf schlagen; vernichtende Beschuldigungen und Selbstabwertungen; kleinkindhaftes,

zorniges aufstampfen; kippen in die grandiose Unfähigkeit, „zu nichts fähig zu sein“, sind einige Beispiele)

Keine Leistung ohne Beifall

Auch der Leistungsbereich untersteht dem narzißtischen Regime: das Interesse an der Sache ist jedenfalls nachrangig. Wichtig ist, wie das Können und die Fähigkeiten *ankommen*. Leistungsfähig ist der Narzißt daher nur, wenn Beifall durch die Umwelt winkt. Ansonsten dominiert die Leistungshemmung sowie die Freud- und Lustlosigkeit.

Nicht selten bzw. je nach Begabung finden wir eine Selbstüberschätzung der eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen. Großartige Leistungen, die z. T. wenig Realitätscharakter haben, werden berichtet, Selbstverständliches wird überdimensioniert hervorgehoben etc ...

Moral ohne Ethos

Auffallend ist auch die Diskrepanz zwischen der Idealisierung von hehren Wertsystemen und ehrwürdigen Prinzipien und einer ausgeprägten antisozialen Tendenz. Der Narzißt hat seine *eigene Moral* – voller Ideale und Prinzipien und dennoch ohne persönlichen Ethos. Das Festhalten an primitiven Idealen konstruiert einen Ehrenkodex, der zur Scheinmoral verkümmert.

Größe und Wichtigkeit

Frau E. hatte in ihrer Phantasie die Vorstellung, die beste aller Diplomandinnen zu sein und ob ihres Wissens hervorgehoben zu werden und dem Prüfer so aufzufallen, daß er ihr eine Stelle anbieten würde und sie zu seiner engsten Mitarbeiterin machen würde. Ihr Einsatz reichte „nur“ zu einem guten Abschluß, ohne daß ihre Arbeit besonders hervorgehoben wurde. Obwohl ihr bewußt war, daß sie den letzten Teil ihrer Arbeit ohne Sorgfalt geschrieben hatte, hing sie ihren Träumen nach und war über das Ergebnis dermaßen enttäuscht, daß sie ihr Diplom weder feiern, noch irgendeine Freude, Entlastung oder Zufriedenheit verspüren konnte und das Gefühl hatte, ihre Diplomarbeit nie wieder anschauen zu wollen. Am liebsten würde ich noch einmal antreten. - Wird die Größenphantasie nicht Realität, so ist alles Erreichte nichts wert.

Haß und Neid

Die narzißtische Kränkung wandelt sich schnell zum Haß, womit das innerlich empfundene Vernichtungsgefühl zum Vernichtungsschlag nach außen gerät. Wer anders ist, wird schnell zum Feind. Neidgefühle auf alle, die mehr Anerkennung, Aufmerksamkeit oder Erfolg haben, zeugen von der großen Bedrohtheit im Selbstwertgefühl: ist der Narzißt nicht der Beste, so ist er gar nichts.

Alles und nichts

Das ob der Beziehungslosigkeit undifferenzierte Welterleben impliziert den Verlust der Wertewelt und des Interesses an etwas anderem als dem eigenen Glanz, sodaß der Narzißt sich nur noch im Korsett der Allgemeinplätze und Generalisierungen aufhalten kann. Dies zeigt sich auch in der verall-

gemeinernden Begrifflichkeit („alles, niemals, nichts, man ...“) und im Erleben der inneren Leere und Nichtigkeit.

Die Aufrechterhaltung des „narzißtischen Gleichgewichts“

Die „Technik“ der Aufrechterhaltung des narzißtischen Gleichgewichts ist die *Differenzintoleranz* nach innen und außen – manifest als

1. Sucht nach absoluter Harmonie,
2. Hunger nach Bestätigung und
3. Leben in der Ferne.

Dem „*Narzißmuswarnsystem*“ bei Gefährdung des Selbstwertgefühles gehören weiters an: *Hypochondrismen* (als übersteigerte körperliche Aufmerksamkeit auf körperliche Befindungsstörungen), *Kritikempfindlichkeit*, die selektiv auf *Bestätigung* ausgerichtete Interaktion, der *Haß* gegen alles Störende und die *Depression*, die alles, was schmerzt, in die Empfindungslosigkeit einhüllt.

Die *Fragilität* dieser Bemühungen ist evident. Das Gerüst bricht leicht, bekommt Lücken und das Unvollkommene bricht durch. Innere Gefühllosigkeit und Leere, durchzogen mit nagenden Selbstzweifeln bei jeglicher Infragestellung, führen zu erneuter, hektisch erregter Suche nach Ausgleich und Befriedigung. Damit bleibt das Leben ausgespart, das Ich bleibt retardiert und kann sich im Leben nicht erfahren. Der grandiose Anteil in der Persönlichkeit wird durch die Machenschaften zur Erhaltung seiner Göttlichkeit immer verstrickter. *Stellungnahmen und Werte* als „Brückenköpfe“ der Existenz fehlen. Es gibt kein „Du“ und keine personale Entwicklung.

- Wie kommt es dazu?

Überlegungen zur Ätiopathogenese

Die Entstehung des narzißtischen Selbst mit seinem Größenpol, der ständig vom Gegenspieler, dem Nichtigkeitspol bedroht wird, weist häufig neben den m.E. nicht zu vernachlässigenden *konstitutionellen* Gegebenheiten drei typische Grundkonstellationen in der psychischen Genese auf, die jeweils in einer gewaltsamen Vernichtung oder „sanfteren Erstickung“ der Selbstanteile bestehen, die der Vollkommenheit nicht entsprechen. Diese werden dissoziiert und bedrohen - angesprochen durch Kritik von außen – den Selbstwert.

1. Abschätzige, abwertende, verhöhnende *Beurteilungen*, oft gepaart mit *Vergleichen*, bei denen eine andere Person idealisiert als Vorbild hingestellt wird; bei gleichzeitiger Heraushebung dessen, was einer Anerkennung würdig sei an anderen Personen;
2. Verunsicherung durch *kritiklose Idealisierung* und Verleugnung aller Schwächen;
3. *Fernhalten der leidvollen Welt* aus der Symbiose und Harmonie mit der meist depressiven, unglücklichen Mutter, die sich durch ihr Kind eine heilere Welt schafft und Probleme und Konflikte des Kindes nicht wahrnimmt bzw. aufkommen läßt.

Verhöhnung, Verherrlichung und possessive Verwöhnung

führen zur Entwicklung eines fragilen Selbstwertgefühles und zu einem zum Größenpol verschobenen Selbstbild.

Die Selbstentwicklung läßt nur das Vollkommene zu; der Makel, das Gewöhnliche und das Leid bleiben auf der Strecke. So entsteht eine rigide Teil-Identität, die gegen minimale Verunsicherungen empfindlich ist. Mit fortschreitendem Alter, Vitalitätsverlust und reduzierten sozialen Möglichkeiten wird es schwieriger, die Fassade und das Korsett aufrechtzuerhalten. Das Abgespaltene greift unter dem Deckmantel der Kritik anderer den Selbstwert an und führt zu immer heftigeren und hilfloseren kompensatorischen Bemühungen, die im Alter oft in eine tiefe Depression, Verbitterung oder auch in ein sozial desolates Zustandsbild führen.

III. Grundzüge der Therapie

1. „Basso continuo“ der Therapie: Ernst nehmen und Wertschätzung als Grundhaltung in der Therapie

Die Haltung des Therapeuten entspricht in der Existenzanalyse den existentiellen Grundbedürfnissen (Längle 1992) nach Schutz, Raum, Halt; Beziehung, Zeit, Nähe (Empathie); Achtung, Gerechtigkeit und Wertschätzung sowie Offenheit für die „ankünftige“ Innen- und Außenwelt der Klienten. Je nach aktueller Notwendigkeit und Entwicklungsstand des Patienten ist das eine oder andere zu forcieren.

Darüber hinaus können wir aber bei jedem Zustandsbild einen „Basso continuo“ notieren: im Falle der narzißtischen Störung ist das die Selbstfindung und selbstwertfördernde Ernsthaftigkeit, Wertschätzung und Achtung, sowie die Achtsamkeit für die scheinbar unbedeutenden Dinge und die leisen Nebentöne. In den Anfängen gilt es, diese mit einem leicht narzißtischen Anstrich zu versehen, damit der Betroffene überhaupt die Bereitschaft zur Auseinandersetzung und zum Dialog hervorbringen kann: Die Achtung braucht einen Hauch von Hochachtung, die Wertschätzung einen Schuß Verehrung, die Konfrontation einen würdevollen Anschlag und das Durchschnittliche ein entsprechendes Gewicht.

Diese Haltung in der Begegnung ist der Rahmen und die Voraussetzung für die Beziehungsaufnahme des Narzißten zu sich selbst und damit Nachreifung des Selbst. Diese wiederum ist Voraussetzung um das Personsein in der Tiefe seiner selbst zu verankern.

2. „Niemand da“ - Wie sollen wir in Bewegung kommen?

Um in eine Veränderungsbewegung zu kommen, soll die Therapie in der ersten Phase ressourcenorientiert Zuwachs und Erweiterung des Selbstseins fördern, ohne die defensiven Strukturen (Kohut 1976) anzugreifen oder gar dagegen zu arbeiten.

Die erste Phase der Therapie mit narzißtischen Patienten besteht meines Erachtens aus drei Grundbewegungen:

- a) die *Person* durch die narzißtischen Allgemeinplätze und Generalisierungen hindurch *suchen* und damit *Begegnung* ermöglichen,

- b) *defensive* (überdeckende) *Strukturen annehmen*, aushalten und entlasten,
- c) *kompensierende Strukturen stärken* (Fähigkeiten erweitern und fördern).

ad a) Suchen

Die Suchphase ist vor allem dort eine Herausforderung, wo der Narziß nur eine atmosphärische Bestätigung und Ergänzung seiner Selbst sucht, ein Echo ohne Worte. Hier ist es schwierig, überhaupt zu einem Thema bzw. in ein Gespräch zu kommen. Aufgrund der inneren Leere entziehen sich die greifbaren Inhalte.

Ein Beispiel: Die Stunden im ersten Jahr der Therapie mit Herrn B spielten sich immer wieder gleich ab. Herr B kommt knapp bis zu spät, reicht mir mit halb geschlossenen Augen und von Ferne die Hand zum Gruße, geht leicht schlafwandlerisch zum Sofa, kuschelt sich hinein, schließt die Augen ganz: das war's.

Ich versuche in unterschiedlicher Weise mit ihm Kontakt aufzunehmen. Zum Beispiel frage ich, ob es etwas gibt, worüber er heute sprechen möchte:

B: Nichts, gibt nichts, na nichts halt ..., nichts Besonderes ... Oder ich warte – Herr B richtet sich dann nach einer Weile auf mit den Worten:

Na, fragen Sie mich, es geht ja um mich...

Th.: Gibt es etwas, wozu ich Sie fragen soll?

B: Na, etwas, Sie sind ja die Therapeutin.

Th.: Könnten Sie vielleicht zurückschauen, was Sie diese Woche getan haben und wie das für Sie war? Dann können wir herausfinden, was Sie beschäftigt oder was davon wichtig war.

Es wäre nicht zielführend, Herrn B. weiter aufzufordern, selber nach einem Thema zu suchen, was für ihn wichtig wäre, was ihn bewegt, oder was ihn beschäftigt. Er findet nichts, was seinen Ansprüchen genügt, ein Problem zu sein, daher kommt auch nichts von ihm. Was er sucht, ist eine atmosphärische und stimmungsmäßige Entlastung. Er fühlt sich wohl, wenn da jemand ist, in dessen Gegenwart er sich gut fühlt – erst wenn diese narzißtische Harmonie hergestellt ist, kann im Scannen des Alltags etwas von seinem Leben und Erleben auftauchen.

Ziel dieser ersten Phase ist es, den Patienten überhaupt in Beziehung zu dem zu bringen, was da ist, und damit einen kleinen Schritt über die Herstellung des narzisstisch-ozeanischen Wohlgefühles (Balint 1981) hinauszugehen. Eine Problembearbeitung oder vertiefte Auseinandersetzung ist noch nicht zu erwarten.

In dieser ersten Zeit gibt es kaum Kontinuität in der Arbeit. Herr B kann sich nie an das Thema vom vorigen Mal und eventuelle Erkenntnisse, die er daraus gewonnen hat, erinnern. Er behält noch nichts bei sich – alles lebt nur im Wiederhall der Gegenwart des Anderen. Auch hier ist es wichtig zu suchen.

So fragt Herr B. häufig:

„Wovon haben wir das letzte Mal gesprochen? Ich erinnere mich nicht. Sagen Sie es mir, Sie wissen es doch! -

Haben Sie es nicht notiert...“?

Th.: Wir werden gemeinsam den Anschluß suchen und die Spur aufnehmen. Erinnern *Sie* sich an irgend e t w a s , vielleicht an ein Gefühl, an eine Situation, an ein Stichwort...

Wenn Herr B sich in dieser ersten Zeit überhaupt aktiv mit etwas beschäftigt, dann mit meiner Gegenwart, meist mit meinem Äußeren, z.B. ob er mich heute therapieren soll, weil ich blaß aussehe, oder ob mein Lippenstift paßt etc. Ich versuche mit Geduld zu suchen, was es ist, was ihn zu diesen Themen führt und ob und weshalb es für ihn wichtig sei. Ich habe den Eindruck, daß Herr B sich seiner Anzüglichkeit nicht bewußt ist. Er hat eher kein Gefühl, was passend ist. Die Konfrontation mit dem „Unpassenden“ wäre zu früh, Herr B würde sich auf seine narzißtische Erhabenheit zurückziehen und es als „unwichtig“ abtun oder einfach brav lernen es zu lassen.

ad b) Defensive (überdeckende) Strukturen annehmen

Herr C kommt in einer Lebenssituation zur Therapie, in der sein narzißtisches Selbsterleben an den negativen Pol gekippt ist - in die grandiose Katastrophe. Er fühlt sich „schwer depressiv, völlig unfähig, irgendetwas in Angriff zu nehmen – alles ist aus, mir sind die Augen aufgegangen, ich habe mir mein ganzes Leben etwas vorgemacht, es gibt keine Möglichkeit mehr, es bleibt mir nur noch, mich umzubringen.“

Jeder Versuch zu überlegen, ob die objektiv nicht so schlechte, nach seinem Empfinden jedoch völlig verfahrenende Situation zu entflechten sei, wird von Herrn C mit einem milden aber bestimmten Hinweis abgewiesen. Seine lieben Freunde hätten dergleichen auch schon mit ihm besprochen, das sei ja sehr lieb und ganz reizend, aber die Tragweite des Ganzen wäre dadurch nicht erfaßt. Natürlich könne das niemand wirklich einschätzen, woher denn auch. Gott sei Dank hat Herr C auch mit mir Geduld. Herr C spricht leise, bedeutungsvoll, und ich bemerke, daß es schwer ist, Fakten seiner Lebenssituation zu erfragen. Herr C braucht jetzt den narzißtischen Schutz der grandiosen Katastrophe, ansonsten würde ihn die Trauer und Angst über das „verlebte“ Leben zu sehr einholen. Ich bestätige ihm daher, ganz im narzißtischen Modus verbleibend, daß das wirklich eine ganz schwierige Phase in seinem Leben sei und sicherlich nicht leicht zu verändern, ja daß es eine große menschliche Leistung sei, sie auszuhalten.

Herr C kommt erst in Bewegung, als ich ihm nicht zu beweisen versuche, daß sein grandioses Elend ganz realistisch betrachtet zu ändern sei, sondern indem ich sein grandioses Elend ernst nehme und die Leistung, die er im Aus- und Durchhalten beweist, beachte. Erst durch diese narzißtische Stärkung gelingt es, in eine Auseinandersetzung zum Thema zu kommen.

ad c) kompensierende Strukturen (Fähigkeiten) stärken

Herr A will mit seiner Freundin endlich zusammenziehen, entkräftet kontinuierlich ihre Gegenargumente, indem er diese auf das Konto ihrer histrionischen Unverbindlichkeit und ihrer Unfähigkeit, sich zu entscheiden, abbucht.

A: Das ist doch nicht normal, *sie* sollte Therapie machen. Darrenne ich gegen Mauern. Das gibt es doch gar nicht ...

Th.: Vielleicht ist es wichtig, um nicht immer gegen Mauern zu rennen und irgendwann entkräftet aufzugeben, diesen Argumenten und Ängsten Gehör zu geben, ihrer Freundin zuzuhören und genauer nachzufragen? Vielleicht würden Sie dann auch genauer erfahren, was es ist, was ihre Freundin da ängstigt, und dann besser wissen, was Sie beitragen können zu einer Veränderung des Problems.

Die Therapie in dieser ersten Phase steht unter dem Motto „mit dem narzißtischen Wind segeln“, d.h. durch Annahme der narzißtischen Größe und mittels Aufnahme des narzißtischen Ehrgeizes Kompetenzen zu erweitern. Das ermöglicht Neuerfahrungen im Umgang mit sich und anderen, die als Vorteil und Erleichterung in Beziehungen erlebt werden. Dabei darf das narzißtische Selbst nicht oder nur sehr wohlwollend, beinahe en passant, in Frage gestellt werden. Ansonsten würde Nichtigkeitsangst und Scham überhand nehmen und die narzißtische Abwehr verstärken.

3. Parsifal wächst heran - Nachreifung des kindlichen Anteils

Über diese drei Zugänge kommt es i. A. durch die Wiederholung mit der Zeit zu einem Strukturzuwachs (Längle 2002), und damit zu mehr Offenheit und Interesse für die Auseinandersetzung mit sich und mit anderen. Es ist wichtig, das Größenselbst auch weiterhin nicht „anzukratzen“, da die damit verbundene Bedrohung lediglich die Ich-Struktur schwächen und die narzißtische Regulation stärken würde. Die Therapie würde dadurch im Widerstand und der Verstärkung der Tendenz, sich narzißtisch zu bestätigen, stillstehen.

Nun geht es darum, den Blick auf das retardierte Kind im Narzißten zu lenken. Seine unerfahrenen, ängstlichen, oft verzagten, verletzten und gekränkten Seiten sollen mit der Welt in Berührung kommen, sollen gezeigt werden dürfen. Das Wichtige daran ist, daß er erfährt, daß seine kindlichen Anteile nicht - so wie er es tut - als Mangel gering geschätzt werden, sondern sachlich und selbstverständlich aufgegriffen werden.

Ist in der vorigen Phase der narzißtische Modus Motor für die Neuerfahrungen, so ist es jetzt mehr die „Neugier des Kindes“.

4. „Wotans Crisis“: von der Selbstherrlichkeit zur Selbstkritik

Die gewonnene Beziehung zu sich und auch zu anderen bringt aber auch das *Versäumte und Verfehlt* in den Blick. Dies führt meist zu einer kritischen Phase in der Therapie. Es wird die innere und äußere Leere deutlich, in der der Narzißt lebt. Die Großartigkeit „hat Federn gelassen“, und die Einsamkeit, die mit dem narzißtischen Selbstbild einhergeht, wird erlebbar. Der Schock über das Versäumte, Verwirkte, Ver-

schuldete verstärken die Depression und können sogar in die Suizidalität führen.

Die Gefahr dieser Krise liegt darin, ins narzißtische Größen-selbst zurückzuflüchten und zu bemerken, daß die narzißtische Fassade nicht mehr lückenlos herstellbar ist. Die Chance liegt darin, über das Annehmen und Aushalten der Depression zu sich zu finden. Das erfordert das Betrauern der Verluste und das Aushalten des damit verbundenen Schmerzes.

Ein Beispiel:

B: Es geht mir immer schlechter, aber Sie müssen ja wissen, was Sie tun ...

Th.: Was ist schlechter?

B: Daß ich mich immer besser kennenlerne, und das ist kein Vergnügen. Es greift meinen Selbstwert an und nimmt mir meinen Antrieb, wenn ich mir nichts mehr vormachen kann. Meine mühsam gebastelten, souveränen Rollen fallen, ich bin kein komischer Kauz mehr, sondern ... ein nichtssagender Mensch, unbedeutend, unattraktiv, ich mag mich nicht, ohne Besonderheit, ohne Witz – mäßiger Durchschnitt ...

Th.: Ein nichtssagender Mensch – ist das das, was Sie von sich wirklich wahrnehmen, oder ist das nur ein abwertendes Urteil über sich, weil Sie Ihre Vorstellung von dem, was Sie sein müßten, nicht erfüllen?

B: Ja, natürlich bin ich in manchen Bereichen ganz gut, beruflich zum Beispiel, aber ich bin wie viele andere auch.

Th.: Wenn Sie das so sehen, welche Gefühle sind da in Ihnen?

B: Trauer, Verzweiflung, auch Resignation. Ich habe ein geborgtes Lebensgefühl verloren, das mir wenigstens fallweise vorgegaukelt hat, daß ich ein besonderer Typ bin und alles beherrsche und kontrolliere ... Jetzt bleibt mir gar nichts mehr.

Th.: ... von diesem Typen –

B: Jetzt bleibe nur noch ich – und mich mag ich nicht.

Th.: Was spüren Sie, wenn Sie so von sich sprechen?

B: Hm – zwei Gefühle, einerseits will ich noch eins drauflegen, mich runtermachen, wegwerfen, fertig machen ... andererseits bin ich erschrocken darüber.

Th.: - und in diesem Erschrocken-Sein - was taucht da in Ihnen auf? Was fühlen Sie da für sich?

B: (...) fast so etwas wie: ich muß mich schützen, ein wenig Zuneigung. Aber dann kommt gleich wieder diese überhebliche, abschätzige Stimme in mir, die mich runtermacht: „Schau Dich doch an, Du bist eine lächerliche Figur!“

Th.: Was fühlen Sie, wenn diese Stimme so spricht?

B: Es kränkt, tut weh ...

Ob sich die Crisis in eine Chance wendet, liegt daran, ob es gelingt, auf die „andere Seite der Beziehung zu sich zu kommen“ - von der Seite der Abwertung der Schwächen, der Mittelmäßigkeit etc. beziehungsweise der Überhöhung zur mitfühlenden Zugewandtheit.

5. „Götterdämmerung“ – Abschied vom Narzißmus

Erst wenn es gelingt, Mitgefühl für sich zu entwickeln, kann die Großartigkeit mehr und mehr verabschiedet werden.

Herr B ist sich näher gekommen und kann den Schmerz fühlen, wenn er mit sich so gnadenlos verfährt und so vieles unterdrückt. Der „Reflex“, sich in die Großartigkeit zu retten, hat sich zur Sehnsucht nach ihr gewandelt. Seine in Ansätzen gewonnene Authentizität ist aus mangelnder Geschichte noch nicht gewichtig genug, um ein ausreichendes Gegengewicht zur Wunschphantasie zu sein. So gilt es in dieser Phase, das grandiose Selbst in den kritischen Blick zu nehmen und auf dem Boden der gewonnenen Beziehung zu sich „anzukratzen“, vor allem aber die mit der Aufrechterhaltung des grandiosen Selbst verbundene Unfreiheit erlebbar zu machen. Damit kann der Abschied vom Größenselbst und die Beziehung zu sich auch von der Seite der narzißtischen Regulation her gestärkt werden.

In der Therapie von Herrn B. kam uns dabei James Bond zu Hilfe.

Herr B sprach mal wieder von Filmen – er kannte sich da gut aus. Beiläufig erwähnt er:

Ich mag James Bond Filme – phantastisch!

Th.: Was ist es, was Sie da mögen?

B: Er ist einfach so unverschämt großartig.

Th.: Was ist großartig?

B: Er kann alles, alle Frauen liegen ihm zu Füßen, er macht alles mit Leichtigkeit und in großer Überlegenheit, hat absolute Kontrolle über alles.

Th.: Jemand, der absolut perfekt ist ...

B: Toll, unerreichbar, niemand hat die Chance ihn zu gefährden oder an ihn heranzureichen ...

Th.: Könnte auch langweilig sein. Profil hat man doch nur, wenn es auch Unebenheiten gibt?

B: Hm, interessanter Einwurf. Aber ganz ehrlich, ich wäre gerne wie James Bond.

Th.: Was wäre dann besser?

B: Ich müßte nicht immer Angst haben, ob ich das kann oder nicht kann. Das Schlimmste ist: Ich will, aber kann nicht, ich verliere meine Souveränität ...

Th.: In welchen Situationen bräuchten Sie von James Bond Verstärkung?

An dieser Stelle geht es darum, die Sehnsucht nach Überlegenheit und Besonderheit in die Konkretion seines Alltags zu heben und zu sehen, wo er sich selber beistehen kann und etwas verbessern bzw. die Trauer und den Schmerz zuzulassen, der mit seiner „Durchschnittlichkeit“ verbunden ist.

Aus dieser thematischen Eingangssituation ergeben sich zwei Richtungen des weiteren Vorgehens:

1. Die Aufnahme der Beziehung zu seinen (vermeintlichen) Schwächen und dem damit verbundenen Schmerz – sich ansehen und annehmen in den abgelehnten und dissoziier-

ten Anteilen;

2. Die „kritische“ Beleuchtung von der „Kostenseite“ her im Bewusstsein, welchen Preis die Wünsche, unverletzbar, unkränkbar und großartig zu sein, haben.

Über diesen Weg kommt Herr B langsam an die Beziehungslosigkeit und mangelnde Geborgenheit, die in diesem Ideal liegen, heran und kann sich so zunehmend von diesem Ideal distanzieren.

Eine weitere Etappe auf diesem Weg ist dann das Heben dessen, worum es ihm in diesen Wünschen geht: um Beziehung, Nähe und Achtung.

Jetzt ist es auch möglich und an der Zeit, sich den Ursachen seiner Selbstverborgenheit zuzuwenden und den Schmerz aus der Tiefe seiner Lebensgeschichte zu heben. Es geht darum, die Kränkungen ob seiner Körperlichkeit, die Weltferne des Elternhauses, die unglückliche Mutter, die vielen Verwandten, die im KZ umgekommen sind und all das, was er vordem nicht als Problem erlebt hatte, was „halt so war“ zu betrauern. Es gilt als diese Verzweiflung und diesen Schmerz aufkommen zu lassen und damit die verletzten, wunden Anteile seiner selbst zu integrieren.

6. Die Prognose - realistisch betrachtet

Kernberg (1988) schreibt, daß narzißtische Menschen keine Einsicht in eine Notwendigkeit der Veränderung haben, wenn sie nicht durch den Druck der Symptomatik oder ihrer Umwelt gezwungen sind, sich auseinanderzusetzen. So stehen sie oft im höheren Lebensalter vor den Trümmern ihres Lebens. Wenn die Kraft der Herrlichkeit nachläßt, wenn niemand mehr die Geschichten hören will und sie beruflich nicht mehr wichtig sind, verbleiben sie in ihrer Pseudowelt, klagen über die Schlechtigkeit und Undankbarkeit der Welt und können sich nicht eingestehen, daß sie etwas dazu beigetragen oder etwas falsch gemacht haben.

Therapeutisch ist die Prognose umso besser, je mehr das narzißtische Größenselbst Schwankungen unterworfen ist und je mehr affektive Anteile da sind. Schlecht ist die Prognose dort, wo die Projektion und die Schuldzuweisungen lückenlos sind bzw. dominieren. Kernberg weist darauf hin, daß die Therapie narzißtischer Persönlichkeitsstörungen erst dort greift, wo es schon eine Reihe leidvoller Erfahrungen gibt. Es dürfen aber auch nicht zu viele sein, da dann die Verbitterung den Patienten wieder verschließt. Er sieht im Alter von Ende vierzig, anfang fünfzig die günstigste Zeit für Veränderung, weil hier narzißtische Befriedigungen (über Schönheit, Erfolg etc.) abnehmen, was zu Selbstwahrnehmung zwingt (vgl. Kernberg 1988).

Aus dem Praxisalltag gesprochen ist es schon ein Erfolg, wenn sich die authentische Person neben bzw. in der narzißtischen Konfiguration entwickelt und diese kritisch wahrnehmen kann und damit abschwächt. Schon dieser Schritt braucht in der Therapie der narzißtischen Persönlichkeitsstörung meist mehrere Jahre.

IV Zum Abschluß

Kehren wir noch einmal zurück zu den beiden Titelfiguren:

Parsifal muß durch die *Begegnung* mit der Welt *reifen*. Seine Aufgabe ist es, das naive Lustprinzip und die kindlich narzißtische Tapferkeit in ein reiferes Personsein zu entwickeln, ein Personsein, das zu Selbsttranszendenz und ein den intentionalen Gefühlen folgendem Erleben und Verhalten fähig ist. So erst kann Parsifal seine Bestimmung leben.

Wotan muß den *Preis* seiner Herrlichkeit *spüren*, um er selbst zu werden. Wotan braucht Parsifal, den kindlich neugierigen, der noch nicht von großartiger Macht verdorben ist, damit er sich auf eine Veränderung einlassen kann.

Gelingt es Wotan Parsifal zu treffen, dann müssen Brünhilde & Co vielleicht doch nicht sterben.

Anders gesagt: Das Aufgeben der narzisstischen Abwehr braucht die Reifung der Person und die Erfahrung, daß es gut ist „echt“ zu sein.

Literatur:

- Balint M. (1981) Die Urformen der Liebe und die Technik der Psychoanalyse. Frankfurt, Berlin, Wien: Klett-Cotta
Dahlhaus C. (1996) Richard Wagners Musikdramen. Stuttgart: Reclam
Kernberg O. (1988) Innere Welt und äußere Realität. Frankfurt, Berlin, Wien: Klett-Cotta
Kohut H. (1976) Narzissmus. Frankfurt am Main: Suhrkamp
Längle A. (1992) Was bewegt den Menschen? Die existentielle Motivation der Person. Referat bei der Tagung der GLE am 3.4. 1992 in Zug, veröffentlicht in: Existenzanalyse 16, 3, 1999, 18-29
Längle A (2002) Die grandiose Einsamkeit. Narzißmus als anthropologisch-existenzielles Phänomen. In: Existenzanalyse 19, 2+3, 12-24

Anschrift der Verfasserin:

Dr. Lilo Tutsch
Einwanggasse 23/11
A-1140 Wien
lilo.tutsch@existenzanalyse.org

GLE-Shop

Tonbänder zu den Vorträgen

Audio-Kassetten zum Narzissmus-Kongress der GLE

Narzisstische Krise und Suizidalität aus klinischer Sicht

Reinhold Fartacek

Der Tanz auf dem Dachfirst

Serge Sulz

Wotan trifft Parsifal

Liselotte Tutsch

Abschied vom Narzissmus?

Heribert Wahl

Spotlights

Bozuk, Heitger, Jaeger-Gerlach

Jede Kassette zum Preis von Euro 8,- zuzgl. Versandkosten

Bestellungen an:

GLE-Int, Eduard Sueß Gasse 10, A-1150 Wien

e-mail: gle@existenzanalyse.org