

**Die narzißtische Persönlichkeitsstörung  
Existenzanalytische Therapie - ein Fallbericht**

**Abschlußarbeit zur Ausbildung zur Psychotherapeutin  
in Existenzanalyse und Logotherapie**

**Ruth M. Kathan-Windisch**

[www.praxis-kathan-windisch.net](http://www.praxis-kathan-windisch.net)

Die vorliegende Arbeit „**Die narzißtische Persönlichkeitsstörung**“ wurde von der Autorin eigenständig, unter fachlicher Begleitung und ausschließlich auf der Grundlage der im Literaturverzeichnis angegebenen Literatur erstellt.

Eingereicht bei

DDr. Alfried Längle

Dr. Christian Probst

Dezember 1997

Überarbeitung 1999

„Spiegel: die die entströmte eigene Schönheit wiederschöpfen zurück in das eigene Antlitz“

Rainer Maria Rilke



## **Zusammenfassung**

Die vorliegende Arbeit hat das Ziel, strukturelle und psychodynamische Aspekte der narzißtischen Persönlichkeitsstörung darzustellen und deren Relevanz für die therapeutische Arbeit auf dem Hintergrund der biographischen Selbstsicht des Patienten und der biographischen Analyse aufzuzeigen. Im Unterschied zur psychoanalytischen Auffassung, wonach es sich vorwiegend um eine Störung der Mutter-Kind Dyade handelt, versteht die Existenzanalyse narzißtische Störungen als eine Beeinträchtigung der 3. Grundmotivation, die das Ja zur Person, das So-Sein-Können in Wertschätzung und Anerkennung der Person zum Inhalt hat. Aus Mangel eines Erlebens der Werthaftigkeit seines Selbst, verbunden mit Selbstzentriertheit, ist der Mensch bemüht, ein ideales Selbstbild aufrechtzuerhalten. Eine Infragestellung des idealen Selbstbildes bedeutet für den Narziß ein Aufbrechen von Angst und Berührung mit ferngehaltenem Leiden.

Schlüsselwörter: Existenzanalyse, Psychoanalyse, Narzißmus, Selbstwert, Selbstzentriertheit, Grundmotivationen, Person

## **Abstract**

The aim of this article is to describe structural and psychodynamic aspects of personality disorders relating to narcissism. Furthermore, based on patients' autobiographical view and its analysis their relevance for the therapeutic work will be shown. In contrast to the psychoanalytical view of narcissism, which is based on an impaired mother-child-relationship, the existential analysis describes narcissism related disorders as an impairment of the third fundamental motivation. This motivation describes the importance of "the affirmation of/to the person" in appreciation and acceptance of one's individual way of being and acting. Deficiency of worth of one's self combined with an egocentric manner leads to the requirement of an idealized ego. Threat of calling the idealised ego into question leads for the narcissist to uprising anxiety and confrontation with previous kept away sorrow.

Key words: existential analysis, psychoanalysis, narcissism., worth of one's self, self-centered, fundamental motivations, person

## **Inhaltsverzeichnis**

Abstract

Der Narzißmusbegriff bei Sigmund Freud	1
Beschreibung von narzißtischen Persönlichkeiten aus psychoanalytischer Sicht: Kernberg, Kohut, Wolff, Rosenfeld, Kinston, Grunberger, Green, Miller	2
Diagnosekriterien nach DSM – IV	6
Anthropologische Grundlagen der Existenzanalyse und deren Bedeutung für die Diagnose	7
Die narzißtische Persönlichkeitsstörung aus existenzanalytischer Sicht	8
Selbstwert	11
Fallbericht	
Beschreibung des Patienten	14
Biographische Selbstsicht	15
Biographische Analyse – Psychopathogenese	18
Die Therapie bei einer narzißtischen Persönlichkeitsstörung	
Was braucht der Patient?	21
Erstgespräch	22
Therapieverlauf	24
Kritische Anmerkungen zum Therapieverlauf	30
Literaturnachweis	
Bildnachweis	31

## **Der Narzißmusbegriff bei Sigmund Freud**

Der durch die psychoanalytische Tradition geprägte Narzißmusbegriff entstand in Anlehnung an die Sage von Narcissus, die die Liebe, die man dem Bild von sich selbst entgegenbringt, beschreibt.

Sigmund Freud spricht vom Begriff „Narzißmus“ erstmals 1910, womit er, basierend auf die Libidotheorie, die der Homosexualität zugrundeliegende Objektwahl zu erklären versucht. Er erwähnt darin, daß er den Ausdruck von Paul Näcke (1899) übernommen hat, der ihn verwendet, um eine Perversion zu beschreiben. P. Näcke erläutert darin Ansichten von H. Ellis, der 1898 in „Autoerotism, a psychological study“ ein perverses Verhalten mit der Sage von Narcissus in Verbindung bringt. Freud nimmt die Existenz einer sexuellen Entwicklungsstufe an, die zwischen Autoerotismus und Objektliebe liegt. In seiner Studie von 1914 „Zur Einführung des Narzißmus“ betont er den Aspekt der libidinösen Besetzung des Ichs.

Freud sieht in der „narzißtischen Neurose“ die Möglichkeit der Libido, durch Entzug der Besetzung vom Objekt, das Ich wiederzubesetzen. In der Weiterentwicklung verweist er auf ein Konstanzprinzip der libidinösen Energie, worin zwischen Ich-Libido und Objektlibido ein Gleichgewicht hergestellt wird: „Je mehr die eine verbraucht, desto mehr verarmt die andere“. In diesem Zusammenhang wird nicht mehr vom Narzißmus als einer Entwicklungsstufe gesprochen, sondern von einer Libidostauung, die auch durch Objektbesetzung nicht ganz aufgehoben wird. In seiner Arbeit „Trauer und Melancholie“ zeigt sich seine Auffassung, daß die Neurose Narzißmus eine „narzißtische Identifizierung“ mit dem Objekt darstellt. Selbst in der Psychose sieht er eine narzißtische Neurose. Durch die Ansicht, daß sich das Ich mit dem Bild des anderen identifiziert, „ist der Narzißmus nicht ein Zustand, dem jede intersubjektive Beziehung fehlt, sondern die Verinnerlichung einer Beziehung“. In Folge unterscheidet er einen primären und einen sekundären Narzißmus.

Der primäre Narzißmus ist ein erster, objektloser Zustand, der durch ein völliges Fehlen einer Beziehung zur Umgebung charakterisiert ist, durch ein Nicht - unterscheiden von Ich und Es. Das Kind nimmt sich selbst zum Liebesobjekt, bevor es äußere Objekte wählt; dies entspricht dem „Glauben des Kindes an die Allmacht seiner Gedanken“. Damit bezeichnet er eine streng „objektlosen“ oder „undifferenzierten“ Zustand, „ohne Spaltung zwischen einem Subjekt und einer Außenwelt“.

Darin zeigt sich Freuds ursprüngliche Ansicht, daß der Narzißmus eine notwendige Stufe in der Entwicklung ist, welche sich auf eine frühe Phase bezieht, die durch das Auftreten eines Ich - Umrisses und seine Besetzung mit Libido charakterisiert ist.

Jenen Narzißmus, der sich durch die nichtgelingende Identifizierung mit dem Ich des Anderen bildet, bezeichnet Freud nicht mehr als primären, sondern als sekundären Narzißmus. Daraus entwickelte die Psychoanalyse die Sichtweise, daß Autoerotismus und Narzißmus ident sind und sich der entwickelnde sekundäre Narzißmus durch die Libido, die dem Ich durch das Beibehalten der unspezifischen Objekt - Identifizierungen zufließt, ausbildet.

Freud bezieht sich in weiterer Folge auf Menschen, die ein starkes Bestreben zeigen, alles von ihrem Ich fernzuhalten, was es bedrohen könnte. Er beschreibt 1931 den „narzißtischen Charaktertypus“ als Menschen, der ganz auf Selbsterhaltung ausgerichtet ist, unabhängig und selbstsicher wirkt. Das Ich verfügt über ein hohes Maß an Aggression, die er auch auszudrücken bereit ist. Er imponiert den anderen als „Persönlichkeit“, dient ihnen gerne als Anhalt, übernimmt gerne Führungsrollen, kann zur Kulturentwicklung beitragen oder Bestehendes schädigen, bevorzugt „Lieben“ dem Geliebtwerden. (Freud, „Über libidinöse Typen“)

### **Beschreibung von narzißtischen Persönlichkeiten aus psychoanalytischer Sicht**

In der Weiterentwicklung der psychoanalytischen Tradition wurde von zahlreichen Autoren der Versuch unternommen, die verschiedenen Aspekte der narzißtischen Persönlichkeit deskriptiv - analytisch zu erfassen. Im folgenden Abschnitt werden gegenwärtige Sichtweisen und Auffassungen der Autoren Kernberg, Kohut, Rosenfeld, Kinston, Grunberger, Green und Miller vorgestellt.

Für KERNBERG sind die primären Merkmale narzißtischer Persönlichkeiten:

- ausgeprägte Beschäftigung mit sich selbst
- starker Ehrgeiz
- Grandiositätsvorstellungen
- außerordentliches Bedürfnis nach Anerkennung durch andere

Die Patienten können sich am Leben nur freuen, wenn sie von anderen bewundert werden und sich ihren großartigen Phantasien hingeben können. Kernberg sieht eine Koexistenz von Minderwertigkeitsgefühlen und Grandiositätsvorstellung, einer Gegenwart dauerhaften, intensiven Neides und der Abwehr gegen diesen Neid, insbesondere bestehend aus Entwertung, omnipotenter Kontrolle und narzißtischem Rückzug, was sich in Verachtung oder Geringschätzung anderen gegenüber, ängstlichem Anklammern oder sozialer Vermeidung jener Menschen, die heimlich bewundert werden, ausdrückt.

Weiters beschreibt er emotionale Flachheit, eingeschränkte Empathie und extreme Widersprüche im Selbstkonzept. Die Patienten zeichnen sich durch eine hohe Leistungsfähigkeit aus, die zum Erzielen von Bewunderung dient.

Bei Kernberg wird der pathologische Narzißmus mit der Beeinträchtigung der Fähigkeit zur stabilen Objektbeziehung charakterisiert. Eine ausgeprägte Frustration im Kontakt mit wichtigen früheren Objekten ist für die abwehrbedingte Genese narzißtischer Persönlichkeitsstörungen maßgebend. Nach Kernberg stellt die Spaltung so wie bei Borderline-Persönlichkeiten den Hauptabwehrmechanismus dar. Die Verleugnung der eigenen Grenzen führt besonders beim Älterwerden zu einer Krise.

KOHUT und WOLFF beschreiben 5 narzißtische Persönlichkeitstypen, von denen die ersten 3 als nicht pathologisch gewertet werden.

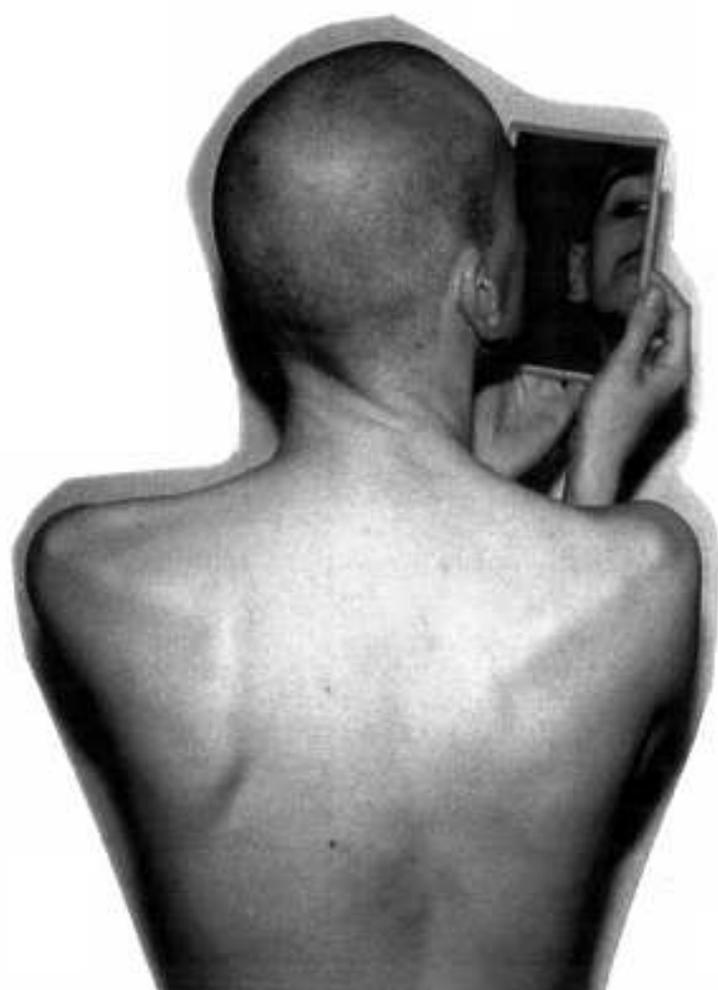
1. Die spiegelhungrige Persönlichkeit versucht ständig, sich darzustellen oder die Bewunderung von anderen herauszufordern, um so der inneren Überzeugung der eigenen Wertlosigkeit entgegenzuwirken.
2. Die idealhungrige Persönlichkeit sucht die Nähe zu Personen, die sie wegen ihres Prestiges, ihrer Macht, ihres Könnens bewundert und von denen sie Unterstützung erhalten kann.
3. Die alter-ego Persönlichkeit sucht eine Beziehung zu einer Person, die ihr sehr ähnlich ist und so auch ihr Selbst unterstützt.
4. Die fusionshungrige Persönlichkeit zeigt den großen Wunsch, andere zu kontrollieren.
5. Die kontaktscheue Persönlichkeit meidet soziale Kontakte, wodurch ihr enormes Bedürfnis nach anderen, das in ihnen Angst erweckt, verschleiert werden sollte.

ROSENFELD hebt bei der Beschreibung narzißtischer Objektbeziehungen die Omnipotenzgefühle, ein Vorherrschen der Identifikation und eine Abwehr gegen jegliche

Erkenntnis der Getrenntheit zwischen Selbst und Objekt hervor. Der Narziß benützt rücksichtslos die anderen, leugnet aber gleichzeitig jegliche Abhängigkeit von ihnen, denn: deren Anerkennung würde ja die Vulnerabilität gegenüber Liebe, Trennungserlebnissen und den Neid auf alles, was die anderen zu bieten haben, beinhalten. Die wünschenswerte Seite der anderen wird durch Identifikation als zum Selbst gehörend bezeichnet und abgelehnte Aspekte des eigenen Selbst auf andere projiziert. So kann ein idealisiertes Selbstbild aufrechterhalten und dessen Erschütterung bekämpft werden. Rosenfeld unterscheidet zwischen einer Idealisierung libidinöser Aspekte des Selbst und einer Idealisierung destruktiver Aspekte des Selbst:

- libidinöser Aspekt: Der Narziß glaubt, von jedem geliebt zu werden oder verweilt im Anspruch von jedem geliebt zu werden, weil er sich selbst als liebenswert sieht. Spricht sich ihm Güte zu, so fühlt er sich erniedrigt, so daß er sich durch Entwertung verteidigt oder den Kontakt unterbricht und vermeidet.
- destruktiver Aspekt: Solche Menschen zerstören die Liebe, die man ihnen entgegenbringt, um so ihre Überlegenheit aufrecht zu erhalten. In ihrer narzißtischen Selbstsicht identifizieren sie sich mit ihren omnipotenten Ansprüchen und verhindern dadurch bewußt und gezielt die Möglichkeit der Abhängigkeit.

KINSTON führt die Identitätsstörung, die Unsicherheitsgefühle und Selbstzweifel des Narzißten auf die Abwesenheit mütterlicher Zuwendung als authentische Erfahrung in der Kindheit zurück. Dadurch wird die innere Sicherheit geschwächt und verbunden mit dem Wunsch, das mütterliche Objekt zu kontrollieren, entwickelt sich eine erhöhte Vigilanz, eine gesteigerte Aufmerksamkeit der Umwelt gegenüber, sowie eine interpersonale Übersensibilität mit gleichzeitiger Abwehr gegen diese Zustände. Kinston sieht die scheinbare Gefügigkeit, das pathologische Omnipotenz erleben, die Unfähigkeit von anderen abhängig zu sein, sowie die scheinbar freigiebige Grandiosität als Folge der Tatsache, daß die Mutter das Kind für die eigenen Bedürfnisse benutzt hat.



GRUNBERGER ist der Auffassung, daß der Narziß mit einem Fötus zu vergleichen ist, der in einer scheinbar selbstgenügsamen, selbstvergessenen und parasitären Ökonomie lebt, in der er, ohne Gegenleistungen erbringen zu müssen, alles bekommt.

Er sieht im Leben des Narziß einen dauernden Konflikt zwischen dem Wunsch, diese Glückseligkeit zurückzugewinnen und der Notwendigkeit, von anderen emotional abhängig zu sein. Der Narziß sehnt sich stark nach bedingungsloser Verwöhnung durch seine Welt, nach Einzigartigkeit, Omnipotenz und unbegrenzter Autonomie. In seinem Wunsch nach Unverletzbarkeit, Unendlichkeit und Unsterblichkeit will er die Abhängigkeit von anderen nicht anerkennen.

GREEN spricht von 3 Bereichen, in denen sich der Narzißmus niederschlägt: im Körperlichen, im Intellektuellen, im Moralischen. In der ungebrochenen Aufmerksamkeit für die äußere Erscheinung, im Exhibitionismus und hypochondrischen Ängsten zeigt sich der körperliche Narzißmus.

Intellektuell sind Gefühle der Omnipotenz und die Tendenz, durch Kühnheit zu dominieren beschrieben.

Moralisch zeigt sich die Sehnsucht, rein zu sein, über den gewöhnlichen menschlichen Bedürfnissen zu stehen und von anderen unabhängig zu sein. Der moralische Narziß leidet unter der Scham angesichts seiner gewöhnlichen Bedürfnisse und versucht seine Objektbeziehungen verkümmern zu lassen, um seine infantile Megalomanie in einem Sich-selbst-genügen, einer weltblinden Selbstgenügsamkeit, wiederherzustellen.

Nach MILLER wurden narzißtische Personen nicht um ihrer Selbst willen geliebt, obwohl sie in ihrer Kindheit sehr nachsichtig behandelt wurden. Sie wurden von den Eltern als Substitut für fehlende Strukturen und zur eigenen Glorifizierung benutzt, ohne dabei jene empathische Akzeptanz zu erfahren, die zur Entfaltung eines authentischen Selbst beigetragen hätte. Durch die unter solchen Bedingungen erlebte Einsamkeit im Elternhaus entsteht die innere Isolation des Narziß. Die Kinder passen sich stark an die Bedürfnisse der Eltern an, was zu einem Verlust von affektiver Lebendigkeit und Spontaneität führt. Der Verlust des realen Selbst wird als depressiver Schmerz erlebt, der mit Grandiosität und einem Verhaften an äußerem Zuspruch einhergeht. Die erfahrene Bewunderung kann jedoch nicht als Ersatz für den Mangel an Liebe dienen.

## Diagnose nach DSM - IV: Narzißtische Persönlichkeitsstörung

Ein tiefgreifendes Muster von Großartigkeit (in Phantasie oder Verhalten), Bedürfnis nach Bewunderung und Mangel an Empathie. Der Beginn liegt im frühen Erwachsenenalter und zeigt sich in verschiedenen Situationen. Mindestens 5 der folgenden Kriterien müssen erfüllt sein:

- (1) hat ein grandioses Gefühl der eigenen Wichtigkeit (übertreibt z. B. die eigenen Leistungen und Talente; erwartet, ohne entsprechende Leistungen als überlegen anerkannt zu werden),
- (2) ist stark eingenommen von Phantasien grenzenlosen Erfolgs, Macht, Glanz, Schönheit oder idealer Liebe
- (3) glaubt von sich, „besonders“ und einzigartig zu sein und nur von anderen besonderen oder angesehenen Personen (oder Institutionen) verstanden zu werden oder nur mit diesen verkehren zu können,
- (4) verlangt nach übermäßiger Bewunderung,
- (5) legt ein Anspruchsdenken an den Tag, d. h. übertriebene Erwartungen an eine besonders bevorzugte Behandlung oder automatisches Eingehen auf die eigenen Erwartungen,
- (6) ist in zwischenmenschlichen Beziehungen ausbeuterisch, d. h. zieht Nutzen aus anderen, um die eigenen Ziele zu erreichen,
- (7) zeigt einen Mangel an Empathie; ist nicht willens, die Gefühle und Bedürfnisse anderer zu erkennen oder sich mit ihnen zu identifizieren
- (8) ist häufig neidisch auf andere oder glaubt, andere seien neidisch auf ihn/sie,
- (9) zeigt arrogante, überhebliche Verhaltensweisen oder Haltungen.

Im Unterschied zum DSM - IV , das als Kriterium „arrogante, überhebliche Haltungen“ anführt, findet sich im DSM - III- R ein anderes Kriterium: “reagiert auf Kritik mit Wut, Scham oder Demütigung (auch wenn dies nicht gezeigt wird)“. Dieser Aspekt der narzißtischen Persönlichkeitsstörung wird im DSM - IV unter dem Abschnitt „Zugehörige Merkmale und Störungen“ beschrieben:

Aufgrund der Verletzlichkeit des Selbstwertgefühls reagieren Menschen mit narzißtischer Persönlichkeitsstörung sehr empfindlich auf „Verletzungen“ durch Kritik oder Niederlagen. Kritik kann sie quälen und Gefühle der Erniedrigung, Degradierung, Wertlosigkeit und Leere auslösen. Darauf können sie mit Verachtung, Wut oder trotzigem Gegenangriffen reagieren.

Gesellschaftlicher Rückzug oder scheinbare Demut sind häufige Reaktionen, die die Großartigkeit verdecken oder schützen sollen.

Ihr maßloser Ehrgeiz kann zu großen Leistungen führen, doch durch ihre Überempfindlichkeit gegenüber Kritik oder Niederlagen kann diese Leistungsfähigkeit unterbrochen werden.

Gesellschaftlicher Rückzug, depressive Stimmung und Dysthyme Störung oder Major Depression können durch die anhaltenden Gefühle von Scham oder Demütigung und der damit verbundenen Selbstkritik einhergehen. Anhaltende Phasen von Großartigkeit können hingegen mit einer hypomanen Stimmung verbunden sein.

### **Anthropologische Grundlagen der Existenzanalyse und deren Bedeutung für die Diagnose**

Die zentralen Inhalte der existenzanalytischen Anthropologie sind Person und Existenz, wobei in der Existenzanalyse Person verstanden wird als ein Sich-selbst-Gegebensein, das Freie im Menschen, das, was Nein - sagen, opponieren, gegenübertreten kann. „Das ´grundsätzliche Vermögen zum Dialog´ (Buber 1973), befähigt die Person zum steten Austausch mit der Welt und zur Auseinandersetzung mit sich und der Welt. Der Mensch verwirklicht sein Personsein, indem er sich in Beziehung bringt zu sich selber und zur Welt (Längle 1993) . Erst durch das `Andere´ wird er „ganz“. Die personale Begegnung mit der Welt spiegelt sich im dialogischen Umgang mit Menschen, Dingen und Situationen wider und wird im Modell der Personalen Existenzanalyse (PEA, Längle 1993a) als Abfolge von 3 Teilaspekten gesehen:

emotionales Erleben	-	Eindruck
Verstehen	-	innere Stellungnahme
Antwortverhalten	-	Ausdruck

Ich bin der/die von der Welt Angefragte. Die Welt als Herausforderung und Aufgabe ruft mich zum Antwortgeben. Somit bedeutet Existenz ein in innerer und äußerer Abstimmung vollzogenes, daher vor dem eigenen Gewissen verantwortetes und auf dem Hintergrund der Möglichkeiten gestaltetes Leben. Erst in der Hingabe an eine andere Person oder eine Sache vollzieht der Mensch seine Existenz, indem er sich selbst transzendiert (Frankl, 1987).

Da Person als Dynamis, als dynamisches Offensein zur Welt, als Bewegt-Seiendes gesehen wird, schließt sich in der Frage, „Was bewegt den Menschen?“, die Grundfrage auf, „Wie kann die Person zur Existenz gelangen?“

In den personalen Grundmotivationen ist der motivationstheoretische Ansatz, daß der Mensch in 4 Grundbedingungen eingebunden ist, gefaßt:

1. Grundmotivation: Sicherung der Existenz - im Dasein - können
2. Grundmotivation: Erfahrung des Lebens als Wert - im Wertsein- mögen
3. Grundmotivation: Selbstwert - im Selbstsein- dürfen
4. Grundmotivation: Sinnhaftigkeit des Lebensvollzug - im Sinnvolles- wollen

Die Grundmotivationen beinhalten ein vierfaches Ja:  
zur Welt, zum Leben, zur Person, zur Anfrage der Welt.

Die Fragen „Was bewegt den Menschen?“, im pathologischen Geschehen: „Worunter leidet der Mensch?“, bilden das Zentrum der Diagnostik und stehen im Dialog mit der Frage: „Was braucht die Person, um zu einem erfüllten Leben zu gelangen?“, die dem therapeutischen Vorgehen die Richtung weisen (Luss, Freitag, Längle u.a.: Diagnostik in EA u. LT, in Vorbereitung, 1997).

### **Die narzißtische Persönlichkeitsstörung aus existenzanalytischer Sicht**

Narzißmus ist neben Hysterie und Borderline eine der 3. Grundmotivation zugeordnete Störung: Das Spüren des Eigenen, des Persönlichen, ist beeinträchtigt. Die Person darf nicht sich selbst sein, wodurch die Entwicklung des Selbstwerterlebens behindert wird.

Bei einer Persönlichkeitsstörung sind jedoch auch die erste und die zweite Grundmotivation beeinträchtigt: Auf der ersten Ebene ist die Angst vor der Tatsächlichkeit, das Nicht-annehmen-können von Realitäten und Bedingtheiten des Lebens gegeben, auf der zweiten Ebene das mangelnde Wertfühlen für sich, das Grundwerterleben gestört.

Im Vordergrund steht die Beschäftigung mit sich selbst. Da der Narziß einerseits einem überhöhten Selbstwert, einem Idealbild, das er von sich hat, entsprechen will, sich im Spiegel der anderen stets zu gefallen sucht und dieses Idealbild durch andere bestätigt sehen möchte, ist er abhängig von den anderen. Er selbst negiert jedoch diese Abhängigkeit, da er niemand anderen brauchen will. Er vermeint ja, sich selbst zu genügen, er will alles selber machen. Andererseits steht hinter dieser Überhöhung des Selbstwerts, hinter dieser zur Schau getragenen Großartigkeit eine große Selbstunsicherheit. Da er sich selbst nur mögen kann, wenn er sein „Größenselbst“ lebt, ist er bestrebt, Kritik und das Erleben von Unvermögen von sich fernzuhalten. Weil er die eigenen Schwächen nicht wahrnimmt und diese daher nicht integriert werden konnten, leugnet er sie: Er kann sie nicht zugeben, nicht dazustehen, denn dann würde er vor sich nicht mehr bestehen können. Der Narziß fürchtet den Verlust des Ansehens, wenn er nicht dem Ideal entspricht. Er hat Angst vor dem Fall ins Gewöhnliche, daß ihm das, womit er sich identifiziert - seine Größe - zusammenbricht (1. Grundmotivation, Längle).

Das „Schwache“ an sich kann er nicht aushalten, er läßt sich deshalb in seinen „Schwächen“ allein, so wie auch er darin abgewertet und alleingelassen wurde. Hier wird verständlich, daß er Einsamkeit und Verlassenheitsgefühle fürchtet und kennt. Die Angst vor dem Verlassenwerden ist evident. Sich in Beziehungen auf Distanz halten, bis hin zur Haltung: Ich brauche niemanden, ich vermag alles alleine, bilden den Versuch, jenseits des erlebten Schmerzes seine Würde zu wahren. Durch die eigene Überhöhung lauert ständig der „Fall auf den Boden der schlichten Tatsächlichkeit“, die vermeintlich nicht auszuhalten ist (Längle 1997: Existenzanalyse der Angst).

Um die eigene Größe aufrechterhalten zu können, baut er - begleitet von Neidgefühlen - auf Abwertungen der anderen auf. Er ist geübt im beurteilenden Denken, erfährt die anderen als Rivalen, wenn sie etwas besser können. Da der eigene Vorteil über das eigene Befinden geht, betont er die Funktionalität, übergeht sich dabei selbst in Verausgabung oder verliert sich im Aktivismus. Davon erhofft er sich Anerkennung, Lob und Wertschätzung in einem Ausmaß, das die Erfüllung seiner Erwartungen unbefriedigt bleiben läßt. Er verkennt jedoch den Grund für das zurückbleibende, unbefriedigende Gefühl des Mangels - das zugrundeliegende fehlende Gefühl für Werthafes, so auch seines eigenen Wertes (2. Grundmotivation, Längle).

Der Narziß glaubt, sich selbst sehr nahe zu sein, lebt in ständiger Berührung zu sich. Im Eigentlichen hat er - außer für die positiv selektierten Seiten seines Selbsts - kein Erleben. Bei Auftauchen von Spannungen, wenn Kritik an ihm geübt wird, taucht eine große Angst vor Verletzung auf, die er durch seine ihm immanente Wut übergeht. Das überhöhte Selbstbild kann er nur aufrechterhalten, da er keine Selbstdistanzierung ausübt, im Sinne kritischer Selbstwahrnehmung. Von seinen eigenen Gefühlen hält er sich im Grunde fern und lebt in fühlloser Distanz zu sich. Er spürt sich nicht und hält sich eigene Gefühle vom Leib. Die Distanz nützt er jedoch nicht, um sich in den Blick zu bekommen, sondern um sich zu schützen und seine Unversehrtheit zu bewahren. Weil er sich nicht spürt, ist er hilflos und verloren.

Eine narzißtische Persönlichkeit zeichnet sich durch Leistungsorientiertheit, den Willen Großartiges zu vollbringen, aus, um gegenüber den Mitmenschen ihre Stellung behaupten zu können. Aus ihrer emotionalen Distanz zu sich hat sie kein Erleben für die eigene Leistung, ist daher orientiert an anderen, erbringt und erledigt Aufgaben, um vor den anderen in ihrer Größe gesehen zu werden. Eigene Bedürfnisse, die nicht den Charakter des Besonderen haben (z.B. schnelle Autos fahren), werden als hinderliche, lästige, die Freiheit eingrenzende Vorbedingungen für das „eigentliche Leben“ gesehen und damit auch abgewertet (Längle 1997).

In Beziehungen ist der Narziß auf seinen Vorteil bedacht, zeigt im allgemeinen wenig Empathie, wenig Personales, weiß jedoch um die Wirkungen seiner Beurteilungen, die er zielgerichtet einsetzt. Narzißtische Beziehungen beinhalten eine versteckte Form von Mißbrauch; da ihm die Gefühle und dadurch der Zugang zur Welt der Werte fehlt, delegiert er das Heben der Emotionalität an andere. Er versteht zwar die Emotionalität und richtet auch sein Verhalten danach aus, ist aber dennoch nicht in der Lage mitzufühlen. Das verhindert, daß er wirklich Liebe, Schmerz, Betroffenheit und deren Bedeutung empfinden kann.

Erst gravierende Veränderungen ihrer Lebensumstände, wie z.B. Pensionierung, Verlust des Arbeitsplatzes, Trennung des Ehepartners können einsichtserzwingenden Charakter bekommen, wodurch jene Strukturen zusammenbrechen können, die das überhöhte Selbst stützten, was Depression auslösen kann.

## Selbstwert

In der Begriffsbestimmung des Selbst gelangen unterschiedliche Definitionen zur Geltung. Hegenbart beschreibt im „Wörterbuch der Philosophie“: Selbst ist der Kern der Persönlichkeit und seine Erscheinungsform, wie sie im eigenen Bewußtsein und Erleben widergespiegelt wird. Der Begriff ist gegenüber „Ich“, „Person“ und „Persönlichkeit“ nicht scharf abgegrenzt, doch hat er meist reflexive Bedeutung. (Hegenbart, 1984)

Frankl schreibt: „Im Gegensatz zum faktischen Ich ist das Selbst ein fakultatives. Es repräsentiert den Inbegriff der Möglichkeiten des Ich. Diese Möglichkeiten sind solche der Sinnerfüllung und Wertverwirklichung, ... Wer einen Menschen um diese Möglichkeiten betrügt, beraubt ihn des Selbst als des Spielraums, in dem das Ich atmet.“ (Frankl, 1990, S. 266).

Aus existenzanalytischer Sicht liegt der Schwerpunkt der therapeutischen Arbeit auf der Ebene der 3. Grundmotivation (Längle), in der sich für die Person die Frage eröffnet „Darf ich so sein wie ich bin?“, deren zustimmende Beantwortung die Entwicklung des Selbstwerts bedingt.

In der Einmaligkeit und Einzigartigkeit personalen Seins erlebt der Mensch im Abgrenzen des Eigenen vom anderen die Spannung zwischen dem Besonderen und dem Abgesonderten, seine Andersartigkeit und „potentielle Einsamkeit“. Das Eigene impliziert ein Bezugnehmen auf eine Grenzziehung zum Anderen, ein Grenzziehen vom Individuellen zum Allgemeinen.

Abgrenzen stellt ein akhaftes Bemühen dar in Form eines Prozesses zum Auffinden des Eigenen. Was ich nicht will, mein Nein, hilft die Grenze zu finden, jedoch das was ich will, mein gefundenes Ja, zeigt das Eigene und ermöglicht erst personale Begegnung. Grenzen ziehen und Zeigen des Eigenen birgt in sich die Gefahr verletzt zu werden und zu verletzen, isoliert zu werden, nicht bestehen zu können, sich zu irren, beschämt zu werden. Im Zeigen des Eigenen zeige ich meine Verletzlichkeit, mache ich mich verletzbar (vgl. Längle, Seminar 1997).

In der Entwicklung des Selbstwerts liegt das subjektive Gefühl des Werts der eigenen Person und die Einstellung zu ihr auf der Basis der Selbst- und Fremdeinschätzung des eigenen

Könnens, der Beziehungs- und Erlebnisfähigkeit, der Zustimmung zur eigenen Art des Erlebens und der Weise des Verhaltens und Handelns (Längle 1996). Dieser Prozeß ist ein Geschehen, das den Menschen ein Leben lang begleitet. Auf Grund der Fähigkeit der Selbstdistanzierung sind wir in der Lage, uns selbst und der Welt gegenüberzutreten zu können, was uns ermöglicht, uns frei zu uns selbst verhalten zu können.

Das Zu-sich-selber-stehen-Können in der je eigenen Art wird einerseits induziert durch personale Begegnungen, in denen die Person

- angesehen wird, Beachtung
- Stellungnahmen,
- Wertschätzung und anerkennende Beurteilung erfährt.

Andererseits bedarf es jedoch einer Abstimmung und Zustimmung durch mich, indem ich mir selbst begegne.

*So dir im Auge wundersam*

*Sah ich mich selbst entstehen.* (Friedrich Hebbel)

Jeder Mensch bedarf der Beachtung, der Aufmerksamkeit durch den Anderen, indem seine Bedürfnisse, Entscheidungen, Wünsche, Anliegen und sein Handeln gesehen werden. Beachtet- und Gesehenwerden erfahre ich vom Gegenüber in respektvoller Distanz, aus der heraus er sich in Offenheit ansprechen läßt von dem, was ihm von mir entgegenkommt.

Gerechtigkeit widerfährt dem Menschen, wenn das Angesehene in seiner Bedeutung, in seinem Gewicht anerkannt wird. Die Stellungnahme des Gegenübers wird dann als gerecht erlebt, wenn die Beurteilung mir gemäß ist, d.h. wenn die Bedeutung die etwas für mich hat, mein Bemühen, meine Absicht, mein Anliegen, meine jeweiligen Möglichkeiten und mein Vermögen berücksichtigt werden – bei ablehnender wie bei zustimmender Stellungnahme.

Weiters bedarf der Mensch Erfahrungen der Wertschätzung, des aufrichtigen Respekts und der persönlichen Anerkennung des Eigenen durch ein Du. Zu spüren, daß meine Art und Weise des Seins und Verhaltens grundsätzlich als gut und richtig anerkannt wird, daß mein zutiefst Eigenes, mein Schöpfen aus meinen Tiefen in den Augen des Gegenübers geschätzt wird, bildet einen Nährboden zur Entfaltung und Stärkung des Selbstwerts.

Ohne mich selbst in den Blick zu kriegen, ohne eigene Stellungnahme und Beurteilung bleibt mein Selbstwert jedoch diffus, werde ich unersättlich im Gesehenwerden. Im Narzißmus wird die bestehende Unsicherheit bei der Einschätzung von sich selbst aufrechterhalten, da ein offenes Hinschauen und Annehmen des sich Zeigenden vermieden wird.

Was braucht es, um sich selbst begegnen zu können und zu einer Selbsteinschätzung in innerer Abstimmung mit sich zu gelangen?

Um mich selbst in den Blick zu bekommen, um zu sehen was mich bewegt, was ich empfinde, wie ich umgehe, wie ich bin ... muß ich mich an-sehen. In der Selbstwahrnehmung kann ich sehen worum es geht, kann ich beachten, was sich da zeigt. Das erfordert, daß ich in Distanz zu mir trete – jedoch nicht im Modus der Abwendung sondern mit der Intention der Zuwendung zu mir. Dies kann geschehen durch ein bewußtes Sich-Herausnehmen aus dem Alltagsfluß, durch Pausen, durch Innehalten und auf mich wirken lassen und indem ich mit mir ins Gespräch komme in einem inneren Dialog.

Mir gerecht werden bedeutet nun, das was sich zeigt ernst zu nehmen, indem ich Beziehung aufnehme zum eigenen Erleben, Fühlen, Denken, Handeln und die Bedeutung erspüre, die das Wahrgenommene für mich hat: „Was sagt es mir?“.

Auf dieser Basis kann ich zu einer Stellungnahme und Selbsteinschätzung gelangen. Ich bin gefragt nach dem Urteil über mich, wo ich Stellung beziehe aus meiner Tiefe heraus: Ist es richtig? Stimmt es mit mir und meinen Wertbezügen überein? Führt das Denken und Handeln in eine Richtung hin zum Guten? Ist es gerechtfertigt vor mir und vor den anderen?

Im Aufnehmen dieser Spur zu mir, zu meinem Gespür, kommt es zu einem Prozeß der Abstimmung mit mir. Es entsteht eine innere Auseinandersetzung, ein Oszillieren, bis ich stehen bleiben kann – dort, wo es stimmt - und ich mich dazustellen kann.

Sich beurteilen und zu sich stehen können führt zur Ich-Stärkung. Die Bezugnahme auf die innere Stimmigkeit ist der Keimpunkt der Authentizität, wo ich spüre „Das bin wirklich ich“, da spricht mein Gewissen aus der Tiefe meiner Person.

Auf der Suche nach einer Antwort auf die Fragen: „Was halte ich von dem was ich tue? Was kann ich schätzen und was nicht?“ sind wir ganz auf unser eigenes Gespür bezogen und in Abstimmung mit unserem Gewissen. Die eigenen Stellungnahmen und die Selbsteinschätzung erwachsen somit aus einem Ort größter Intimität (vgl. Längle, Seminare 1996 - 98).

In der Therapie ist eine Arbeit an der Einstellung zu sich selbst in erklärender begegnender Weise und ein Bearbeiten von Verletzungen in den Bereichen: Intimität, Scham, Achtung, Respektiertsein und Würde nötig.

Aus den erfahrenen Grenzüberschreitungen durch Mißachtung, Übergehen, Abwertung, Verhöhnung, Überforderungen u.ä. erwachsen Probleme in der Abgrenzung zu anderen, was - in der Wiederholung von „Tradiertem“ - Ausdruck findet in den copings:

- auf Distanz gehen, vom Leibe halten in Form von: Zynismus, Weggehen, Trotz, sich Rechtfertigen, schnippisch reagieren, witzeln, ...
- Aktivismus, Funktionieren: Dinge erledigen in Formalismus, abhaken, Leisten zur eigenen Legitimation und Rechtfertigung
- Totstellreflex: Splitting - übergehen und ausblenden, was schmerzt, leugnen, Dissoziation
- Aggression: unwillige Wut, Ärger, alles seinem Willen unterwerfen (Dominanz)  
Vorwürfe, Beschuldigungen, Verletzen in Übergriffen, Eindringlichkeit

und zu Vereinsamung, innerer Leere, Sozialängsten sowie zu histrionischen, narzißtischen, antisozialen und paranoiden Persönlichkeitsstörungen führen kann.

## **Fallbericht**

Nach den theoretischen Grundsatzüberlegungen aus existenzanalytischer Sicht wird in dem folgenden Fallbeispiel die Arbeit mit einem Patienten mit narzißtischer Persönlichkeitsstörung beschrieben. Am praktischen Beispiel soll erfahrbar werden, wie durch die Arbeit an den Grundmotivationen, in phänomenologischem Schauen und unter Verwendung der PEA (Personale Existenzanalyse, Längle), der Patient zu einem erfüllteren Leben finden kann.

## **Beschreibung des Patienten**

Herr G. (40 J.), ein schlanker, mittelgroßer, dunkelblonder Mann mit kurzgeschnittenem Haar und suchendem Blick, wendet seine hinter vergrößerten Brillengläsern liegenden Augen meist ab. Mit kräftigem Händedruck, hinter dem Unsicherheit und der Wunsch nach Distanzhalten zu spüren sind, setzt er sich meist leicht abgewendet mir gegenüber, als würde er geschützt, skeptisch und abwartend der Dinge harren, die im Gespräch thematisiert werden. Er spricht langsam und gewählt, gebiert jedes Wort unter der Anstrengung der Kontrolle, ob es auch wohlgeformt genug ist und läßt keine spontanen Äußerungen zu. Wenn er einfach erzählen kann, fällt es ihm leichter, den inneren Faden zu halten. Bei Anfragen jedoch scheint ihm dieser Faden abzureißen und er kommt stockend in Verwirrung. Seine Sprache ist stark intellektuell gefärbt und wenig emotional.

### **Biografische Selbstsicht**

Herr G. wuchs als zweitältestes Kind mit 3 Geschwistern auf. Den Vater, der sich zum Bauunternehmer emporgearbeitet hat und jetzt in Pension ist, beschreibt er als kühl, ja kalt, bestimmend und richtend. Die Mutter ist emotional wärmer, aber immer im Schatten des Vaters stehend, wenn es um eigene Meinung ging. Er erlebte sie „ständig nörgelnd und immer Negatives und Bedenkliches sehend“.

Die Familie war durch den Beruf des Vaters im Heimatort angesehen, was sich auch in einer Sonderrolle des Sohnes in der Schulzeit zeigte. Zwar genoß er das Prestige, jedoch wurden unter Hinweis auf die Leistungen seines Vaters, der sich so eine Karriere erarbeitet hatte, auch besondere Leistungen von ihm erwartet.

Herr G. war bis in die Pubertät ein dicker Junge mit dicker Brille und „unmöglicher Frisur“, worunter er sehr litt. Damals wurde eine Schilddrüsenfunktionsstörung behandelt. Über diese Zeit, an die er sich nicht gerne erinnert und die jetzt nicht mehr viel Bedeutung hat, meint er: „Ein Armin G. hat in diesem Prinzipientum keinen Platz. Wie man mich zum Kirchgang hergerichtet hat - ich fühlte mich eingekerkert in unentrinnbaren Umständen, bekam nie die Brille, die ich wollte, nicht die Frisur, die mir gefiel, unentrinnbar der Knute ausgesetzt. Ich konnte nicht entrinnen aus Umständen, die mich mißachteten. Es war schwer - die Ohnmacht, daß mit einem etwas angestellt wird, was man nicht will. Eine Äußerung von einem selbst war nicht akzeptabel, eine persönliche Äußerung war nicht erwünscht und nicht gefragt.“

Schon damals sah er sich in zwei Rollen:

- der humorvolle Unterhalter, Draufgänger, der sich durch freche, zynische, selbstironische Art hervortat, der besondere Außenseiter, originell und bewundert
- der Depressive, der sich selbst nicht mag, am Rande der Gruppe steht und wegen seines Aussehens ausgelacht wurde, was auch im Umgang mit Mädchen verunsicherte.

Herr G. sah sich in dieser Zeit ohnmächtig ausgeliefert. Der Vater war eine starre Autorität, wodurch die gemeinsamen Mittagessen immer wieder zu einem Verhör und Aburteilen von eigenen Standpunkten und Aktivitäten wurde. In der Pubertät entwickelten sich dem Vater gegenüber starke Haßgefühle, denen er in mehrmonatigem Nicht-mehr-mit-ihm-Sprechen Ausdruck gab. Der Vater war wie eine Wand, gegen die nicht anzukommen war. „Geliebt“ wurde er für seine Leistungen und wenn er „schön Geige spielte“. In der Schule kränkte es ihn sehr, daß ein anderer die erste Geige spielte, wo er selbst doch besser war.

Wenn er seiner unkonventionellen Art, sich mit der Gitarre oder der Geige auszudrücken, nachging, wurde dies abgewertet, wenn er voll Freude eine Bastelarbeit zeigte, wurde er darauf verwiesen, lieber etwas Gescheites zu machen und für die Schule zu lernen. Kam er mit einem Zeugnis mit lauter Einsern und einem Zweier nach Hause fragte der Vater: Ist der Zweier nötig? Erzählte er von Problemen mit den Lehrern, wurde immer den Lehrern Recht gegeben. Es verstärkte sich immer mehr der Eindruck, daß seine Meinung und seine Bedürfnisse nichts Wert waren. Was er leistete, genügte nicht, um die Anerkennung der Eltern zu erhalten. Darauf reagierte er zunehmend mit Rückzug und Schweigen. Das, was ihm wichtig war, begann er heimlich zu tun. Er spielte „seine Musik“ im Freundeskreis und legte auf schulische Leistung immer weniger Wert. Durch viele Aktivitäten außerhalb der Familie suchte er Bestätigung und Anerkennung. Die Natur und die Musik wurden seine Rückzugsgebiete.

Wenn er etwas bekommen sollte, was ihm lieb war, war dies meist an eine Bedingung geknüpft, wie z.B.: aufhören mit Nägelkauen. Wenn ihm der Vater einen Ferienjob beschaffte, war dies an die Bedingung geknüpft, daß er sich die Haare schneiden ließ: „Sich entscheiden hieß abwägen, was weniger Nachteile bringt.“ Er erlebte die bürgerliche Familientradition voller Normen und der Orientierung danach, wie man von anderen Menschen beurteilt wird.

Nach der Matura begann er in der Stadt ein vom Vater finanziertes Studium in Geschichte und Philosophie, das er neben politischen Aktivitäten und vielfältigen Tätigkeiten im Kulturbereich

4 Jahre durchzog. Als ihn seine feste Freundin, mit der er 6 Jahre zusammen war, die jedoch in einem entfernten Ort lebte, plötzlich wegen seines Freundes verließ, brach für ihn eine Welt zusammen. Er glaubte, nicht normal zu sein, da das Verlassenwerden eine massive Krise auslöste und er im Vergleich mit den anderen glaubte, diese könnten damit besser umgehen als er. Er erklärte es sich, indem er glaubte manisch-depressiv zu sein, was ihn animierte nach außen hin „cool“ zu wirken.

In diese Zeit fiel der „inoffizielle“ Abbruch seines Studiums und er begann mit einem Musikstudium. Als er dem Vater dies nach 2 Jahren offenbarte, tolerierte dieser dies nicht und „drehte den Geldhahn ab“. Da er nicht mehr finanziell unterstützt wurde und eine wichtige Prüfung in einem Instrumentalfach nicht beim ersten Mal bestand, brach er das Studium ab und gründete mit drei Freunden eine Firma. Dort arbeitete er mehr als 10 Jahre mit gutem Verdienst. Wie schon zur Schulzeit erlebte er sich auch in dieser Arbeitsgruppe als am Rande stehend.

Einige Jahre hatte er nach dem Verlust der Freundin keine Beziehung, lernte dann eine Frau kennen, die in einer anderen Stadt studierte. In einer Zeit, in der sie sich auseinandergelebt hatten, betrog er sie mit einer Frau, zu der zwar nur ein kurzes Verhältnis bestand, durch die er aber zum Vater seines nun 9-jährigen Sohnes wurde. Die Beziehung zum Sohn bedeutet ihm viel und regelmäßiger Kontakt zu ihm ist ihm wichtig. Als er Vater wurde, ging die frühere Beziehung ganz auseinander.

Vor 7 Jahren lernte er wieder eine Freundin kennen, die ihn jedoch immer wieder betrog. Er reagierte auf die auftretenden Konflikte mit Rückzug und Schweigen, konnte sich jedoch vorerst nicht trennen, mied aus Verlustangst die Konfrontation, da er das Alleinsein nicht aushielt. Als er wegen einer Genitaloperation im Krankenhaus lag, „dämmerte ihm“, daß sie ihn wieder mit einem gemeinsamen Freund betrog und er beendete die Beziehung. Diese Trennung führte wieder zu massiver depressiver Gemüthsstimmung und der Einsicht, ein verpfushtes, sinnloses Leben zu führen, in privatem und beruflichem Bereich. Denn inzwischen hatte er in der Firma aufgehört und arbeitete 3 Jahre als freier, schlecht bezahlter Mitarbeiter in einer Kunstorganisation mit, was er trotz Arbeitslosigkeit als seinen Beruf sah. Dies brachte ihn aber ständig in Geldnot. Außerdem entstanden zunehmend Autoritätsprobleme.

Herr G. wurde, nachdem er die Ambulanz in der Psychiatrie aufgesucht hatte, von einem Freund motiviert, eine Therapie zu beginnen. Die Therapie begann er in der Zeit nach der

Trennung von seiner damaligen Freundin und in einer ungeklärten, unbefriedigenden beruflichen Situation in der Kunstorganisation stehend.

Gleich nach der Trennung suchte er wieder eine Beziehung zu einer Frau, die in einer entfernt gelegenen Stadt lebt. Seit dem Verlassen der Kunstorganisation ein Jahr nach Therapiebeginn, in der er seine Fähigkeiten zur Organisation von Kunstprojekten nützen konnte, ist Herr G. auf Arbeitssuche. Inzwischen sandte er schon über 120 Bewerbungen ab, schlug auch Angebote aus, und verdient sich durch „Hilfsarbeiten“ im Bekanntenkreis das Notwendigste zur Notstandshilfe dazu. Als Ziel nennt er nun, mit seiner Freundin zusammenzuziehen, was finanziell jedoch nur möglich ist, wenn er dort eine Arbeit gefunden hat und der Konflikt, von seinem Sohn weiter entfernt zu leben, gelöst ist. Um die Beziehung zu seiner Freundin zu fördern, der gegenüber er sich minderwertig fühlt, setzt er seine organisatorischen Fähigkeiten ein und unterstützt sie dadurch in ihrer Arbeit.

### **Biographische Analyse - Psychopathogenese**

Die Lebensgeschichte von Herrn G. eröffnet einen Blick auf die erlittenen Lebenserfahrungen und die sich daran entwickelnden Haltungen dem Leben gegenüber sowie der Umgangsformen mit sich selbst und den anderen. Auf jeder Ebene der Grundmotivationen ist eine Beeinträchtigung der Existenzialität sichtbar:

Den Vater erlebte er in der Kindheit als eine starre, richtende Autorität, dessen mittäglichen Verhören er unentrinnbar ausgesetzt war. Im Erleben, daß es unmöglich ist, die eigene Sichtweise einzubringen, seinem Standpunkt Gehör zu verschaffen, selbst wenn er seine Meinung mit dem Lexikon zu beweisen versuchte, um Recht zu bekommen, fühlte er sich übergangen und ohnmächtig. Er litt darunter, keinen Raum zu haben für sein Eigenes und durch seine erlebte Bedeutungslosigkeit spürte er die Mißachtung seiner Person als Minderwertigkeit.

In Folge führte dieses kontinuierliche Nicht-ernst-genommen-Werden zur Verunsicherung gegenüber Autoritäten, die ihm etwas bedeuteten und zu denen er Beziehung suchte sowie zum mangelnden Erleben der Bedeutung seines Eigenen. Um den Schmerz dieses Übergangenwerdens und Ungeliebtseins nicht mehr spüren zu müssen, vermied er die Konfrontation und ein Sich-einbringen, versuchte durch Flucht und heimliche Aktivitäten

dieser Situation des Ausgeliefert-seins zu entkommen. In der Pubertät empfand er seinem Vater gegenüber einen starken Haß, den er aus Furcht vor ihm nicht zu zeigen vermochte.

Raum fand er „draußen“, in der Natur, in der Musik - worin er gerne für sich alleine blieb, da ihm dadurch die Eltern nicht zu nahe treten konnten.

Diese Schutzreaktion verfestigte sich in Situationen, wo er eine „emotionale Abhängigkeit“ spürte, bei Menschen, die ihm etwas bedeuteten - am Arbeitsplatz, in den Beziehungen zu Frauen - wo es ihm nicht möglich war seine Bedürfnisse wahrzunehmen und ihnen so viel Bedeutung beizumessen, um sich auch dafür einzusetzen. Er spürte zwar die Kränkung, die Verletzung, was Ärger hervorrief, konnte jedoch primär nur im Modus des Rückzugs damit umgehen. „Ich war ein großer Schweiger.... ein Stein, der die Fähigkeit hat, zu leiden.“

Durch die nörgelnde Mutter erlebte er eine ständige Atmosphäre der Abwertung. Auch wenn er sie wärmer und näher erlebte, so spürte er sie doch zu wenig in ihrer eigenen Stellungnahme, da sie sich an der Meinung der anderen orientierte, darin jedoch wenig personale Begegnung lag. In der Pubertät versuchte er ihre Nähe zu gewinnen, indem er sie provozierte oder aufs Gröbste beschimpfte. Er wollte sie spüren, indem sie Stellung nimmt, was sie jedoch an den Vater delegierte. So traf er in ihr kein richtiges Gegenüber an, sondern lief ins Leere. Der Mangel an personaler Begegnung und der Möglichkeit zu konstruktiven Auseinandersetzungen, wo das Eigene im Miteinander lebendig sein kann, erschwerten ihm, ein Gefühl für sich als Person zu entwickeln.

Bedingungslose Liebe konnte er in seiner Kindheit nicht erfahren, ein sich Angenommen- und Wertgeschätztfühlen in seinem So-Sein blieb ihm versagt. Ein Weg, um die Zuneigung der Eltern zu erreichen, war das Erbringen von erwünschten Leistungen. Zwar wurde er dafür gelobt, doch auch hier machte er häufig die Erfahrung, daß dies für Anerkanntwerden nicht ausreicht. Um seiner Selbst willen wurde er nicht geliebt. Aus dem mangelnden Erleben des Werts seines Tuns resultierte eine Abwertung der eigenen Leistung vor sich selbst: „Was mir leicht geht, ist zuwenig, ja nichts Wert. Es ist ja nichts Besonderes, wenn ich einem Freund helfe, seine Möbel zu renovieren“. Seine fehlende Werterfahrung und mangelndes Werterleben bedingten ein Sich-selbst-im-Stich-Lassen, so daß er seine Begabungen im sprachlichen und musikalischen Bereich nicht pflegte und davon leichtfertig Abstand nahm.

Den aufkeimenden Gefühlen einer Rechtlosigkeit setzte er konträr eine Anspruchshaltung gegenüber. Gestützt auf die Funktionalität der familiären Beziehungen und das soziale Erleben, etwas Besonderes zu sein, bildete sich eine Gegenkraft zu seinen Minderwertigkeitsgefühlen, die sich in der Haltung zeigte: Das steht mir eigentlich zu; ich habe es nicht nötig, mir das gefallen zu lassen; die Dinge sollen sich ohne meine Anstrengung für mich klären und ich brauche auch keine Verantwortung für irgend etwas zu übernehmen. Die Nichterfüllung seiner Erwartungen erweckten in ihm Ärger und Zorn, wodurch er entweder das Gegenüber abwertet, dabei fordernd und schroff wird oder sich gekränkt schweigend zurückzieht.

Nur von ihm als großartig Bewertetes, kaum zu Erreichendes, hat Bedeutung, da er sich dadurch von anderen Menschen abhebt. Ein Leben in Unsterblichkeit, Schmerzfreiheit und immerwährendes Geliebtwerden würde seinen Wünschen gerecht werden und ihm das Annehmen der Bedingtheit des Lebens ersparen. In seinen Größenphantasien auf der Ebene der Leistung, kreist der Inhalt seiner Vorstellungen um eine künstlerische Karriere, in der er den anderen seine Größe und Bedeutung demonstrieren wird, wofür er geschätzt und geliebt wird.

Das aus dem Bemühen um Anerkennung und Wertschätzung entsprungene Entsprechewollen, die Art, sich den Wünschen der Eltern anzupassen, beeinflusst in dominierender Weise seine intimen Beziehungen. Auch hier tradierte er den Tauschhandel Leistung gegen Wertschätzung, indem er für Zuneigungen Gegenleistungen erbrachte. Selbst Beteuerungen der jetzigen Freundin, daß für ihre Liebe seine Funktionalität nicht von ausschlaggebender Bedeutung ist, können ihn in der Tiefe nicht erreichen. Er vertraut ihren Zusagen nicht, da die Skepsis gegenüber dem Gefühl seines eigenen Wertes dies verhindern. Je mehr Nähe er in seiner Beziehung erlebt, umso stärker sieht er sich mit Unwertgefühlen konfrontiert, was ihn zur Distanz treibt und immer wieder Trennungen begründete.

Als eine Form der Zuwendung zu sich selbst findet sich häufiges heimliches Masturbieren, welches er seit seiner Jugend neben seinen Beziehungen, begleitet von Schuldgefühlen, aufrecht erhielt. In seinen jeweiligen Phantasien erregen ihn dann jene Frauen, mit denen er in Konflikt steht oder die für ihn unerreichbar sind. Dies geschieht aus einer Gestimmtheit, in der er sich klein, einsam und minderwertig vorkommt.

Die Angst vor dem Verlassenwerden bringt ihn dazu, sich selbst zu übergehen und seine Bedürfnisse zurückzunehmen oder zu verheimlichen. Seine Sehnsucht nach Beständigkeit und

Treue wertet er mit Argumenten der Unbedeutsamkeit solcher Bedürfnisse wegen deren „Kleinbürgerlichkeit“ ab.

Durch die Erfahrungen der Unerwünschtheit seiner Gefühle und Bedürfnisse festigte sich einerseits in seiner Jugend die Überzeugung, daß diese etwas relativ Subjektives darstellen, die anderen nicht zu zeigen sind und ihn dadurch kühl und unnahbar erscheinen lassen sollen und andererseits begründen sie den Anspruch, ebenso ihn bewegende und schmerzhaft Gegebenheiten „cool“ wegstecken zu können. Um weitere Unwerkerfahrungen, Frustrationserleben und Schuldhaftigkeit nicht spüren zu müssen, beschäftigte er sich mit der Kontrolle seiner Emotionen, was durch den Mangel an Differenzierung seiner Gefühle zu einer stetigen Zunahme seiner Verunsicherung führte. Dies findet seinen Ausdruck in einem betont gewählten und verlangsamten Sprachstil. Anfragen nach der Emotionalität führten in der Regel zu Sprachlosigkeit, begleitet vom Gefühl der Verwirrung.

## **Die Therapie bei einer narzißtischen Persönlichkeitsstörung**

### **Was braucht der Patient?**

Ausgehend von der Tatsache, daß der Narziß zu sich und seinem So - sein in der Welt wenig stehen kann, geht es in der Therapie um die Verwirklichung seines Personseins.

Um existentiell leben zu können, ist es für ihn von großer Bedeutung, einen Zugang zur eigenen Emotionalität zu finden. Über das Spüren, daß eine Handlung von ihm etwas bewirkt, daß sein Tun Bedeutung, „Gewicht“ hat, wird die Beziehungsaufnahme zu sich und zu anderen, ein Wahrnehmen seiner Empfindungen ermöglicht. Er braucht Erfahrungen, die ihn im Wahren des Eigenen und im Fühlen von dessen Bedeutung, in den Austausch bringen mit der Welt. Dies begründet das Werterleben, das die Spannung zwischen seinen Minderwertigkeitsgefühlen und deren Vermeidung durch Splitting und der Kompensation durch ein phantasiertes Größenselbst überbrückt.

Im therapeutischen Gespräch erweist sich der kognitive Modus des Erklärens als unbedingte Voraussetzung, weil der Narziß verstehen, sowie Erarbeitetes und Erkanntes selbst angehen will. Da er bei zuviel Konfrontation auf der Copingebene verharrt, benötigt er viel Raum.

Das Heben des Eindrucks delegiert er an andere, was sich therapeutisch insofern nützen läßt, indem ihm in Substitution eigener Eindrücke Inhalte angeboten werden, was behutsam ein Bergen der abgespalteten Emotionen ermöglicht.

Der Schwerpunkt der therapeutischen Arbeit liegt zu Beginn auf der Ebene der 3. Grundmotivation, im Bergen von Eigenem und dessen Abgrenzung, um in Folge die bei Persönlichkeitsstörungen tieferliegende Problematik auch auf der Ebene der 2. und 1. Grundmotivation zu erhellen und zu bearbeiten.

## **Erstgespräch**

Herr G. kam vor 2 ½ Jahren, durch seinen Freund animiert, in einem Erschöpfungszustand in die erste Therapiestunde. Als Ursache seiner depressiven Gemüthsstimmung, die sich in Freudlosigkeit, Antriebslosigkeit, Lustlosigkeit, Einschlafstörungen und Appetitlosigkeit niederschlug, gab er die Trennung von seiner damaligen Freundin und die unbefriedigende Situation, als Arbeitsloser in einer Kulturinstitution mitzuarbeiten, an. Die Aktivitätslähmung war besonders an den Wochenenden stark spürbar, wenn er alleine war. Er bezeichnete sich als Beziehungssüchtiger, der nicht allein sein kann.

„Es ist ein Energieaufwand, mich zu freuen. Ich bin unfähig mich aufzuraffen, etwas zu tun. Etwas für mich zu tun ist mir keine Freude. Es ist erst etwas Wert, wenn ich es für andere tue...“

In einem kurzen biographischen Abriß berichtete er nüchtern von den vielen Dingen, die er in seinem Leben schon angefangen hatte, für etwas Neues wieder aufgab und daß er in Gruppen oft am Rande stand. Die Erfahrung, von der Ex-Freundin, mit der er mehr als 4 Jahre eine Beziehung hatte, öfters betrogen worden zu sein, hinterließ den Eindruck „nicht geliebt worden zu sein. Wenn ich psychisch stärker gewesen wäre, hätte ich schon früher den Hut drauf geworfen, aber ich habe geschwiegen.“ Mit Beschimpfungen in stereotypen Sätzen versuchte er zu Hause seiner Wut, die sich in Zittern und Anspannung zeigte, Luft zu verschaffen, was er

alkoholisiert am Telefon auch ausführte und sich im Nachhinein dafür schämte. Er trennte sich von ihr, nachdem sie ihn wieder - diesmal mit einem Freund und angesehenen Maler – betrogen hatte.

Auf ihn hatte er keinen Zorn, sondern bewunderte ihn für seine Bekanntheit, seine Leistungen und verstand, daß sich seine Freundin in ihn verliebte. Darin zeigte sich schon seine Haltung, daß Geliebtwerden durch Leistung und Ansehen erworben werden kann und wie minderwertig er sich im Vergleich mit anderen vorkommt, da er diesen gesellschaftlichen Status nicht hat, ein verpfushtes, sinnloses Leben führt. „Ich war Kindermädchen für ihre Tochter ... ich fühle mich hintergangen - dazu bin ich gut genug! Ungerechtigkeiten gegenüber bin ich sehr empfindlich. Ich empfinde andere als egoistisch, wenn sie nicht das für mich tun, was ich für sie tue.“

In der Kulturinstitution, in der er arbeitete, klagte er, daß der Chef für ihn keine Zeit hätte einen Anstellungsantrag zu unterschreiben. „Dann setze ich den Vertrag halt selbst auf und unterschreibe ihn selbst“, ist seine trotzig Antwort. Konkrete Schritte, für sich einzutreten und die Situation zu klären, unternahm er jedoch kaum. Es zeigte sich darin seine Erwartungshaltung: „Die anderen werden es schon für mich richten“, seine Verletzbarkeit im Übergangwerden und seine Probleme im Umgang mit Autoritäten.

„Verzicht ist etwas Gutes“, so habe er es in seiner Erziehung erfahren, seinem Sohn, der ihm viel bedeutet, möchte er das jedoch „nicht aufladen“.

Was er im Erstgespräch an Problembereichen einbrachte, führte in der folgenden Therapie zur Bearbeitung folgender Themenbereiche:

- Trennung von der damaligen Freundin
- Abgrenzen am Arbeitsplatz, Umgang mit Autoritäten
- Biographische Arbeit: Beziehung zu Eltern
- Arbeitssuche
- Pflegen eigener Fähigkeiten und Sich - üben im Alleinsein
- Beziehung zu Frauen
- Beziehung zum Sohn
- Umgang mit Aggressionen

## **Therapieverlauf:**

Die Therapie erstreckte sich bisher über einen Zeitraum von 2 ½ Jahren, mit einer Frequenz von wöchentlichen oder 14-tägigen Einzeltherapiestunden. Herr G. war verlässlich, meist pünktlich und kam gerne zu den Gesprächen.

Herr G. hatte in seinem Leben wenig Raum, das was ihn bewegt, freut und belastet, zum Ausdruck zu bringen und wenig Übung im Einbringen von Eigenem im Leben.

Die erste Zeit der Therapie war getragen von einem raumgebenden Erzählenlassen, empathischen Mitgehen und Verstehenwollen im Beschreibenlassen von Situationen, was ihm Halt gab, das Vertrauen und die zunehmende Offenheit im Zeigen der von ihm selbst abgelehnten Aspekte seiner Persönlichkeit ermöglichte. Über das Beschreiben und Annehmen von Realitäten, über die eigene Stellungnahme dazu und das Erarbeiten von Ausdrucksmöglichkeiten, wie Eigenes ins Leben gebracht werden kann, gelang allmählich ein Zugang zur eigenen Emotionalität, was sich in einer zunehmend depressiven Gestimmtheit, parallel zur wachsenden Annahme und Wertschätzung seiner selbst, niederschlägt.

Zu Beginn lag der inhaltliche Schwerpunkt primär beim Erzählen über die Trennungserfahrung mit seiner damaligen Freundin und der stützenden Arbeit am situativen Geschehen in der Kulturinstitution, wo sich sein starkes Bemühen um Anerkanntwerden („Ich bleibe 3 Tage weg, damit er sieht, wie ich fehle und wieviel ich arbeite.“) zeigte. Im Versuch, ihm zustehendes Geld und benötigte Unterlagen einzufordern, erlebte er lähmende Ohnmacht, Zittern und Angst vor Ablehnung und Zurückweisung. Das Übergangen- und ungerechtfertigt Benützt-werden (... in unwirschem Ton wurde ich zum Kaffeemachen aufgefordert...) löste Ärger in ihm aus. Herr G. lebte in der Haltung: Es steht mir zu, nicht so übergangen zu werden, aber ich kann nichts dagegen tun! Mit Hilfe der PEA bearbeitete ich diese konkreten Situationen, in denen es um Abgrenzung und Eintreten für Eigenes ging:

- Beschreiben der Situation
- Heben der Emotion: sich im Nicht-wertgeschätz-Fühlen klein und minderwertig erleben, was Ärger auslöst, als Antwort auf ein inneres: So nicht mit mir!.

- **Stellungnahme:** Was hält er von seinem Umgang mit seinem Ärger (schlucken, widerwillig Kaffee machen). Es ist nicht gut, mich mit meinem Ärger zu übergehen.
- **Ausdruck:** Wie sollte er handeln, daß es für ihn stimmig ist? Ist es möglich, was er tun will? (Angstkongfrontation: Was könnte passieren? Könnte er es aushalten?). Im Durchspielen verschiedener Möglichkeiten erweiterte er seinen Handlungsspielraum.

In der gemachten Erfahrung, sich für seine Bedürfnisse einsetzen zu können, gelang gelebte Beziehungsaufnahme zu sich und wurde seine Haltung: `Ich warte, bis mir die anderen entgegenkommen.` um das Erleben: `Ich spüre, daß eine Handlung von mir etwas bewirkt, der Mitarbeiter behandelt mich nun freundlicher` bereichert. Dies motivierte ihn, auch dem Chef aktiver entgegenzutreten und die dabei erlebte Angst vor Abwertung immer wieder zu überwinden. Somit wurde das vertraute Erleben von aufgetauter Wut und darauf folgender Ohnmacht und Resignation durch neue Handlungsmöglichkeiten erweitert. Die tiefliegende Verunsicherung, ob er in Konfrontation ein Recht auf seine eigenen Bedürfnisse und Werte habe, blieb jedoch weiterhin bestehen und verhinderte oft ein Eintreten für sich.

Das Schätzen seiner Fähigkeiten im Organisieren von kulturellen Veranstaltungen fiel Herrn G. vorerst schwer. Einerseits erschienen ihm seine Tätigkeiten und Fähigkeiten bedeutungslos, gemessen an seinen Vorstellungen, wie ein gelungenes Leben mit Karriere ausschauen sollte, andererseits litt er daran, daß die anderen seine Fähigkeiten nicht sahen und wertschätzten. Im Aufzeigen dieses „Widerspruchs“ erkannte er die Notwendigkeit, selbst erleben zu können, welche Bedeutung seine Fähigkeiten für ihn haben. Durch diese Selbsteinschätzung wurde ein Zugang zum Selbstwert eröffnet.

Zunehmend trat über das Verstehen-Wollen seines Umgangs mit Autoritäten in Situationen, in denen er für sich eintreten wollte, die biographische Annäherung und Aufarbeitung seiner Beziehung zum Vater in den Vordergrund. War er der Aufarbeitung der Entwicklungsgeschichte gegenüber zuerst skeptisch eingestellt und wollte sie fernhalten ..., „das liegt doch schon so lange zurück. Ich will nicht meinen Eltern die Schuld an meiner jetzigen Misere geben“..., war er immer mehr bereit, sein Erleben in den Situationen, in denen er sich mißachtet, übergangen, nicht wertgeschätzt sah, zuzulassen. Er spürte, wie er darin in Verwirrung und Verunsicherung geriet, ihm seine Gefühle „vor der Mauer der Kälte des Vaters“ immer wieder verloren gingen oder er ihnen mißtraute: „Es wird mir unklar, ob ich das

so empfunden habe, ob ich nur ein Versager bin, das Falsche spüre, überempfindlich bin. Eigentlich haben mich meine Eltern geliebt und eh alles getan. Ich werde unsicher.“ Er merkte, wie er sich dabei selbst im Stich ließ und mußte immer wieder prüfen, wie die Situation wirklich gewesen ist. Für seinen Vater begann er Mitleid zu empfinden und erklärte sich seine Kälte u.a. durch den Selbstmord des Großvaters, was in der Familie ein Tabu war. „Es ist eine verdeckte Wärme, eine Hintergrundstrahlung bei meinem Vater da, die nicht zum Ausdruck kommt.“ Ein Umstand, den er an sich auch wahrnahm. Es wurde ihm klar, daß er die Spannung zwischen guten und bösen Eltern nicht aushielt, daß er einerseits Wut andererseits Bewunderung für seinen Vater empfand und seine Nähe und Anerkennung immer noch suchte.

Es anzunehmen, daß er in seiner Kindheit nicht erfahren konnte, daß es gut ist, so wie er ist, fiel sehr schwer: „Es geht um etwas Bedrohliches. Man könnte darüber traurig oder wütend sein. Ich finde schwer einen Zugang zu meinen Gefühlen, vermeide Schmerz zu empfinden.“ Langsam wuchs durch seine Stellungnahmen die Bereitschaft, seinen Schmerz nicht mehr vermeiden zu wollen. Ein leises Gefühl der Trauer über die nicht erfahrene Anerkennung seitens des Vaters konnte er spüren, als er von seinem Vater vor kurzem um einen Rat gebeten wurde, sich darin wertgeschätzt sah und ihn der Schmerz über den erlebten Mangel in der Kindheit berührte.

Parallel dazu war lange Zeit die stützende Begleitung bei der Arbeitsuche im Vordergrund, die seine Anspruchshaltung, Entscheidungsschwäche und das Schwanken zwischen der Angst, den Anforderungen nicht gewachsen zu sein und dem Überhöhen seiner Bedeutung und dem Abwerten der Stelle, um seine Unsicherheiten zu übergehen, zeigte:

„Ich weiß nicht, ob ich dieser Arbeit gewachsen bin.“

„Wenn es sich ergibt, ist es ganz toll, aber es hat sich offenbart, daß ich nichts Einzigartiges, Tolles, Karrierewürdiges verliere, wenn sie mich nicht nehmen. Wenn sie mich haben wollen, werden sie schon wissen warum. Sie müßten mehr froh sein über mich, als ich über den Job.“

Diese Thematik war gekennzeichnet von einem zähen Ringen, seine Motivation zur Arbeitssuche klar herauszuarbeiten, ihn bei Enttäuschungen über wiederholte Absagen zu stärken und seine, die Arbeitssuche hindernden, Einstellungen aufzuzeigen. Diese Phase endete, nachdem er ein Angebot ausgeschlagen hatte, mit der Vereinbarung, daß die Arbeitssuche nun nicht mehr Thema der Therapie ist, sondern er im Wissen um die Bedeutung,

eine Arbeit zu finden, dies eigenverantwortlich weiterbetreiben wird, was inzwischen zu über 120 Bewerbungen geführt hat.

Dadurch eröffnete sich mehr Raum für das Vertiefen der Thematik:

- Pflegen von eigenen Fähigkeiten: Er begann wieder ein Instrument zu spielen, was er deshalb jahrelang vernachlässigt hatte, da er ja doch kein großer Musiker mehr werden wird.
- Sich im Allein-Sein üben und den Wert, für sich etwas Gutes zu tun, erkennen und pflegen: auch alleine gut frühstücken (nicht nur ein „Nervengiftfrühstück“), Sport betreiben, wandern gehen. Dies gelang ihm jedoch kaum, da er im Allein-Sein mit dem Gefühl der eigenen Wertlosigkeit, mit der Erkenntnis, daß er nicht genau weiß, was er im Leben will und wie wenig Entschiedenenes und Verantwortetes es in seinem bisherigen Leben gab, konfrontiert war und dies zu meiden versuchte. In Konfrontation und Heben seiner Stellungnahme, wuchs zunehmend die Bereitschaft, es immer wieder zu versuchen.

Daß er ein Gefangener seiner Ansprüche war, die ihm ein Wertschätzen von tatsächlichen Fähigkeiten verhinderte und die Enttäuschung über sein Dem-Idealbild-nicht-Entsprechen zur Folge hat, wurde ihm beim Bearbeiten folgender Begebenheit klar, was in der weiteren Therapie ein Symbolbild für diesen Umgang mit sich selbst blieb - das Bergsteigen:

Er erkannte, daß er den Anspruch hatte, ohne Schwierigkeiten auf einen Berg steigen zu müssen, so wie er es früher von sich gewohnt war, sich verunsichert und minderwertig vorkam, wenn er nah dran war aufzugeben, und er diese „Schwäche“ schwer aushielt. In der Tatsache, daß er doch Schritt für Schritt vorwärts kam, trotz zögerlichen Vorankommens den Gipfel erreichte und er doch die Fähigkeit hatte, durchzuhalten und die Schwierigkeiten zu meistern, konnte er nun Qualitäten sehen.

In der Thematik „Beziehung zu Frauen“ arbeitete ich an folgenden Schwerpunkten, die ein Bewußtwerden seiner Bedürfnisse, ein dazu Stehen und sich dafür Einsetzen zum Ziel hatte. Das Erleben seines Unwertgefühls und die daraus resultierenden Folgen waren hier besonders deutlich zu erkennen:

- überhöhte Erwartung nach „ewigem Verschmelzen“ versus der Sehnsucht, durch die Freundin zu spüren bekommen, daß „es gut ist, wie ich bin“, verbunden mit der Erkenntnis,

daß er dies auch selbst spüren muß, da ihm die Freundin die - als Folge des Nicht-spüren-Könnens - auftuende Leere nicht füllen kann.

- die darin liegende Abhängigkeit von Bestätigung und Anerkennung, die ihn doch nicht zu erfüllen vermochte.
- seine aus Erfahrung aufgebaute Haltung: Liebe gegen Leistung
- die Gefahr, sich immer wieder selbst zu übergehen, sich den Bedürfnissen der Freundin anzupassen und Konfrontationen aus dem Weg zu gehen, aus Angst die Beziehung zu verlieren
- seine quälende Eifersucht, hervorgerufen durch Verunsicherung und Minderwertigkeitsgefühle, die ihn sich mit anderen Männern vergleichen und diese abwerten ließ
- die Angst vor Nähe

Es entwickelte sich in der Beziehung zur jetzigen Freundin zunehmend die Bereitschaft, sich nicht nur zurückzuziehen, wenn er sich unverstanden fühlte, sondern mit ihr darüber zu sprechen. Durch eine „Realitätskorrektur“ lernte er zu unterscheiden zwischen Gefühlen, die eine Antwort auf die gegenwärtige Situation waren und auftauchenden Ängsten als Folge früherer Erfahrungen, die seine ganze Aufmerksamkeit in Anspruch nahmen. Dies trug dazu bei, daß er sich z. B. bei ihm „überschwemmenden“ Eifersuchtsgefühlen mehr auf die erlebten Erfahrungen mit seiner jetzigen Freundin verlassen konnte und er das Ausmaß seines Mißtrauens und seiner Ängste auf Erfahrungen des Betrogen- und Verlassenwerdens in früheren Beziehungen gegründet sah.

Er verstand seine Angst vor Nähe - trotz Sehnsucht danach - als Vermeidung des Unwörterlebens.

„Ich bin mir nicht sicher, ob ich liebenswert bin. Ich kann den Versicherungen von M., daß sie mich liebt, nicht glauben. .... Für eine losere Freundschaft genügt es, attraktiv zu sein, je größer die Tiefe der Beziehung, je größer die Angst, daß es zu Ende gehen könnte. Für die wahre Liebe reicht es nicht, wie ich bin, kommt dann aus mir als Echo.“...

„Wenn ich jemanden sehr mag, dann kann ich sicherlich nicht genügen. Wozu mit M. zusammenziehen, es ist eh aussichtslos, lieber auf Distanz bleiben. Zwar versichert sie mir ihre Liebe, obwohl ich nichts zu bieten habe. Aber sie irrt sich, weil sie nicht sieht, was dahinter ist. Ich könnte ihr schaden, ihr Unglück bringen, weil ich sie geblendet habe, indem ich ihr etwas

zeigte, was gar nicht zutrifft. Sie hätte sich etwas Besseres verdient, sie ist ein so lieber Mensch“, was ihn zum Weinen brachte.

In der inneren Beziehungsaufnahme, in der Zuwendung zu sich selber, wird langsam die Basis geschaffen, sich von seinen eigenen Unwerterfahrungen berühren zu lassen, den Wert der jetzigen Beziehung für ihn zu spüren und die zunehmend aufkeimenden Gefühle von Wut, Trauer, Verzweiflung, Schmerz annehmen zu wollen.

Die Beziehung zum Sohn war für Herrn G. die ganzen Jahre hindurch die konstanteste. Für ihn wollte er noch leben, als ihm die Lebensfreude schwand, ihm gegenüber verspürte er Verbindlichkeit und die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, für ihn wollte er sich Zeit nehmen und kam in einen Gewissenskonflikt, daß er ihn vernachlässige und die Beziehung verlieren könnte, wenn er zur jetzigen Freundin ziehen würde. Auch wenn er in der Beziehung zum Sohn nicht im Moment spüren konnte, was er am Zusammensein mit ihm so mag, und es erst im Nachhinein, im Beschreibenlassen der schönen Erlebnisse, gehoben werden konnte, so wußte er doch immer, daß er ihm wertvoll war. Er vermeinte auch ihm gegenüber als ungenügend dazustehen und hatte Angst, der Sohn könnte ihn nicht mehr mögen. Aus der zunehmend erlebten Nähe wuchs auch das Vertrauen, daß die Beziehung zu ihm nahe bleibt, auch wenn er wegzieht und den Kontakt regelmäßig aufrechterhält. Durch die Bedürfnisse seines Sohnes trat er eigenen Verletzungen aus der Kindheit gegenüber. Bei gemeinsamen Urlauben bei seinen Eltern wollte er ihn davor bewahren, dieselben belastenden Erfahrungen zu erdulden, wie er es selbst früher erlebt hatte, und stellte sich immer wieder schützend dazwischen.

Durch das wachsende Vertrauen, die zunehmende Offenheit und die Erfahrung, wie er sich im Zeigen und Aussprechen von Emotionen selbst näher kam, vermochte er sich allmählich auch jenen Gefühlen zuzuwenden, für die er sich schämte, was Ausdruck zunehmenden Annehmens seines So-Seins ist. Seine starken Aggressionen schlugen sich in Träumen nieder, in denen er seinen Ohnmachtsgefühlen durch blindwütige, vernichtende Handlungen entkommen konnte und zeigen sich in seinen aggressiven sexuellen Phantasien. Kampf und Vernichtung des Gegners sind hier die Antwort auf die Erfahrung von mangelndem Schutz, Raum und Angenommen-sein.

Die Eröffnung dieser Themenbereiche wird voraussichtlich die Ebene der ersten Grundmotivation, das „Da-sein können“ erschließen.

## **Kritische Anmerkungen zum Therapieverlauf**

In der therapeutischen Arbeit mit Herrn G. war ich erstmals konfrontiert mit einer narzißtischen Persönlichkeitsstörung.

Mein Fasziniert-Sein von der Bilderwelt und dem sprachlichen Ausdruck von Herrn G. zu Beginn der Therapie war für die Vertrauensbildung und das Sich-angenommen-Fühlen des Patienten letztlich unterstützend, verleitete mich jedoch dazu, die Präsentationsthemen nicht zu hinterfragen und seine Emotionalität als geklärt anzunehmen. Seine Anspruchshaltung wurde rasch auch in der Therapie spürbar, nachdem ich zu merken begann, wie ich für ihn Lösungsmöglichkeiten suchte, die er in distanzierterem Zurücklehnen auf sich wirken ließ. Durch das Ansprechen dieser Problematik, die im Bild des „Zuschauers im Lehnstuhl“ gefaßt wurde, thematisierte sich erstmals seine Haltung der Erwartung, die Herr G. zu Lasten der Eigenverantwortlichkeit bestehen lassen wollte. Durch diese Konkretion wurde es möglich, motivierende Aspekte in die Therapie einzubringen und Lebensthematiken aufzugreifen.

Neben den Gefahren, die Ansprüchlichkeit und hohe Verletzbarkeit für solche Therapien beinhalten, gelang es doch, die anthropologische Fähigkeit der Selbstdistanzierung zu fördern und sowohl emotional wie inhaltlich Gesplittetes aufzunehmen und in einen noch andauernden Prozeß zu integrieren.

## Literaturnachweis

- Buber, Martin: Das dialogische Prinzip  
Verlag Lambert Schneider, Heidelberg 1984
- Frankl, Viktor: Ärztliche Seelsorge, 4.Auflage, Fischer-Verlag 1987  
Der leidende Mensch, Serie Piper, München, Zürich 1990
- Freud, Sigmund: Gesammelte Werke: Zur Einführung des Narzißmus, 1914  
Über libidinöse Typen, Gesamtregister: Narzißmus
- Hegenbart, Reiner: Wörterbuch der Philosophie, Humboldt, München, 1984
- Kernberg, Otto F. (Hrsg.): Narzistische Persönlichkeitsstörungen  
Verlag Schattauer, Stuttgart 1996
- Längle, Alfried: Existenzanalyse der Angst 1997
- Die personalen Grundmotivationen - Mitschrift aus  
Fortbildungsseminaren: Sommereben 1996, Ilz ,Trahütten 1997
- Narzißmus – Seminar Mitschrift  
Mitschriften aus der Grundkursausbildung
- Selbstwert - Nachtrag aus der Seminar Mitschrift St. Georgen a.L.  
1998
- Laplanche, J., Pontalis, J. B.: Das Vokabular der Psychoanalyse  
Suhrkamp tb Wissenschaft 7, Frankfurt a. M., 9. Aufl. 1989
- Luss, K., Freitag, P., Längle, A. u.a.: Diagnostik in Existenzanalyse und Logotherapie, 1997
- Miller, Alice: Das Drama des begabten Kindes, suhrkamp tb 950,  
Frankfurt a. M. 1979
- Rilke, Rainer Maria: Duineser Elegien  
In: Werke in sechs Bdn, 2. Bd.  
Insel Verlag , Frankfurt a. M., 2. Aufl. 1982
- Saß, H., Wittchen, H. U. Zaudig, M.: DSM - IV: Diagnostisches und Statistisches Manual  
Psychischer Störungen, 4. Auflage,  
Verlag Hogrefe Göttingen, Bern, Seattle 1996
- © Bildnachweis: „ICH“, Fotografie von Ruth M. Kathan, 1997  
„o.T“, Teil einer Arbeit des Künstlers Siggie Hofer,  
1997