

3	Scham	<b>EDITORIAL</b>
5	Klaus Sejkora: Narzissmus: das falsche und das wahre Selbst. Dynamik und Diagnose des pathologischen Narzissmus	<b>FOCUS</b>
20	Martha Hüsgen-Adler: Narzissmus und Gewalt	
36	Ingo Rath: Wiedergelesen: Bela Grunberger, Narziss und Anubis	<b>FORUM</b>
39	Ulrike Müller: Die Geschichte eines Scheiterns	<b>WERKSTATT</b>
51	Buchbesprechungen: F. Beuer & C. Schmidt-Lellek – Life-Coaching	<b>BUCHZEICHEN</b>
52	Georg Pernter – Spiritualität als Lebenskunst	
54	F. English & J. Karnath – Lebenscoaching	
57	Peter Raab: Heimkinder. Wie wirklich ist die gewesene Wirklichkeit?	<b>AUGENBLICK MAL</b>
60	Termine	

## Was ist Transaktionsanalyse?

Die Transaktionsanalyse ist eine Persönlichkeits- und Interaktionstheorie sowie ein analytisches Instrument für die Entwicklung von Organisationsstrukturen.

Ihr Ursprung ist eine tiefenpsychologisch orientierte Therapieschule, die von dem amerikanischen Psychiater Eric Berne in den 50er und 60er Jahren des 20. Jahrhunderts begründet wurde. Die transaktionsanalytische Theorie verbindet das tiefenpsychologische Fundament mit einem handlungsorientierten Ansatz. So sind TransaktionsanalytikerInnen in der Lage, individuelle sowie intersubjektive Entwicklungen und Interaktionsprozesse differenziert zu betrachten und zu erklären. Die Transaktionsanalyse eignet sich deshalb für die folgenden vier Arbeitsfelder:

1. Psychotherapie
2. Organisation
3. Beratung
4. Pädagogik

In allen vier Feldern stehen die individuelle Introspektion und die Analyse von Interaktionsstrukturen gleichberechtigt nebeneinander. Daraus können handlungsleitende Strategien entwickelt werden, die zur Strukturverbesserung in sozialen Systemen, zu vermehrter Kooperationsbereitschaft und Konfliktfähigkeit von Individuen, Gruppen und Organisationen führen.

Das Menschenbild der Transaktionsanalyse orientiert sich an der Eigenverantwortlichkeit und der Autonomie jedes Menschen. Für die transaktionsanalytische Arbeit bedeutet dies, dass: (1) TransaktionsanalytikerInnen mit ihren Klienten und Gesprächspartnern einen klaren, gegenseitigen Arbeitsvertrag eingehen; (2) Inhalt und Dauer der Arbeit von beiden Seiten bewusst mitbestimmt werden; (3) Ziel der Arbeit autonomes Denken, Fühlen und Verhalten ist; (4) Selbstreflexion und Selbsterkenntnis des Beratenen gefördert werden.

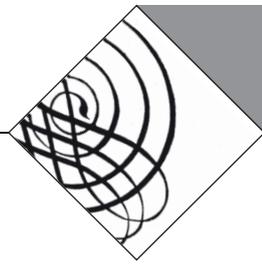
Dabei wird Fragen nachgegangen, wie

- Wer bin ich?
- Wo stehe ich zurzeit?
- Werde ich meiner beruflichen Rolle gerecht?
- Wie beeinflussen meine Muster aus der Vergangenheit mein aktuelles Denken, Fühlen und Verhalten?
- Was ist mein Weg?
- Wie möchte ich mein Verhalten und meine Beziehungsmuster verändern?

Die Transaktionsanalyse hilft, vergangene Erlebnisse zu bearbeiten und verborgene Ressourcen zu aktivieren, so dass der je Einzelne sich in der aktuellen Situation angemessen verhalten und eigenständig denken und fühlen kann.

Als Mitglieder der deutschen und internationalen Gesellschaften für Transaktionsanalyse sind TransaktionsanalytikerInnen ihren Ethikrichtlinien und Ausbildungsstandards verpflichtet.

Als TherapeutInnen, BeraterInnen, Coaches, SupervisorInnen, LehrerInnen und TrainerInnen unterstützen sie Einzelne und komplexe Systeme in ihrer Entwicklung.



## Scham

Liebe Leserin, lieber Leser!

Scham ist ein zentrales Gefühl von Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstruktur. Wobei dahingestellt sein soll, ob es sich um ein authentisches oder um ein Ersatzgefühl handelt.

Die Frage von Schein und Sein; von Selbst- und Fremdwahrnehmung, vom Wert, den der oder die Betroffene gerne hätte und den er oder sie sich selbst beimisst – diese gesamte Problematik zeigt sich jedes Mal, wenn die Person in eine Situation gerät, die für sie zum Schämen ist. „Was sehen die anderen, wenn sie mich sehen – d. h. wenn sie mich durchschauen? Können sie meinen Makel entdecken? Den Makel, den ich ganz bestimmt habe – meinen Unwert – meinen Liebesunwert (Wurmser) ...“

Wie brüchig erscheint das grandiose Gebäude, das so sorgfältig und mit so viel Anstrengung errichtet wurde und immer wieder aufs Neue errichtet wird.

So ist das Gefühl der Scham eng verknüpft mit dem Bedürfnis, sich zu zeigen und der Angst, gesehen zu werden. Eine paradoxe Situation, die nur gelöst, ja erlöst werden kann durch Vertrauen und Sich-Anvertrauen. Solange die Angst davor überwiegt, kann es nicht gelingen. Und sich anvertrauen kann der narzisstische Mensch nur, wenn die Angst, entblößt zu werden, nicht mehr überwiegt. Beinahe ein *circulus vitiosus*. Erst wenn die Überzeugung, dass der Blick der anderen ein wertender und kein liebender ist, aufgegeben werden kann, lässt sich dieser geschlossene Kreislauf durchbrechen.

Ulrike Müller



Das erste Heft in diesem Jahr ist einigen Aspekten der narzisstischen Persönlichkeitsstruktur gewidmet. Im Fokus finden wir zwei Arbeiten zum Thema: Klaus Sejkora zeigt anhand von Fallbeispielen, was die Hauptkriterien einer narzisstischen Struktur sind und wie damit im Übertragungs-, Gegenübertragungsgeschehen gearbeitet werden kann. Martha Hüsgen-Adler beschäftigt sich mit der Gewaltkomponente im narzisstischen Menschen und fragt nach dem innerpsychischen Woher der Gewaltbereitschaft und zeigt therapeutische Lösungsansätze auf.

In der Werkstatt berichte ich über eine gescheiterte Therapie mit einem narzisstisch gestörten Klienten, und Ingo Rath hat Grunberger – unter den Autoren, die sich mit Narzissmus beschäftigen, eher ein Außenseiter – wiedergelesen.

Die Auseinandersetzung mit dem Thema werden wir im Heft 1/2012 fortsetzen und uns dort eher mit den gesellschaftlichen Komponenten befassen.

Günther Mohr hat für uns mehrere Bücher aus dem Organisationsbereich besprochen. Peter Raab wird in diesem Jahr die Schlusskolumne für uns schreiben.

Ich wünsche Ihnen anregende Lektüre und wärmende Frühlingsempfindungen

*Ulrike Müller*



## Narzissmus: das falsche und das wahre Selbst<sup>1</sup>

Und jetzt – was werd ich denn jetzt machen  
mit all der Zeit, die mir noch zum Leben bleibt?  
Mit all den Menschen, die mir nichts sagen.  
Jetzt, wo du gegangen bist.  
All diese Nächte – wofür und für wen?  
Und noch ein Morgen, der kommt ohne Sinn.  
Mein Herz, es schlägt – für wen und wofür?  
Es schlägt zu fest, zu fest.  
Und jetzt – was werd' ich denn jetzt machen?  
In welches Nichts zerrinnt mein Leben jetzt?  
Die ganze Welt hast du mir hiergelassen,  
aber ohne dich ist diese Welt so klein.  
Ach, Freunde, seid jetzt nett zu mir.  
Ihr wisst genau, dass gar nichts hilft.  
Sogar Paris kriecht vor Langeweile.  
All seine Straßen öden mich an.  
Und jetzt – was werd' ich denn jetzt machen?  
Ich werd' lachen, um nicht mehr zu weinen.  
Die Nächte, die mir bleiben, werd' ich brennen  
und jeden neuen Morgen dann dich hassen.  
Und eines Abends dann, vor meinem Spiegelbild  
werd' ich es wissen, dass mein Weg zu Ende ist.  
Dann keine Blume mehr und keine Träne  
an diesem Abschiedstag.  
Ich habe wirklich nichts mehr hier zu tun.  
Ich habe wirklich nichts.<sup>2</sup>

### Dynamik und Diagnose des patho- logischen Narzissmus

#### **Klaus Sejkora**

(TTA-C) IST KLINISCHER  
PSYCHOLOGE, TRANSAKTIONS-  
ANALYTISCHER PSYCHO-  
THERAPEUT, SUPERVISOR,  
COACH UND TRAINER.



1 Basierend auf einem Vortrag auf dem Psychotherapietag „Borderline und Narzissmus – Aspekte und Sichtweisen“, Institut INITA, Hannover, Februar 2010.

2 Übertragung ins Deutsche von Klaus Sejkora. Das Chanson „Et maintenant“ (Text: Pierre Delanoë) wurde von Gilbert Bécaud interpretiert.

Mit welchem Pathos beschreibt hier Gilbert Bécaud etwas ganz Alltägliches: Ein Mensch hat sich von einem anderen Menschen getrennt. Aber was löst das bei ihm aus! Da wird „gehasst“, „gebrannt“, „gelacht, um nicht zu weinen“, das Leben „zerrinnt ins Nichts“, alle anderen Menschen sind „gleichgültig“, sogar Paris „stirbt vor Langeweile“. Und es gibt für ihn „wirklich nichts mehr“, so allumfassend ist sein Leid, so tief ist seine Leere. Man wagt fast nicht, den Text auf Deutsch zu lesen, so peinlich wirken da die Theatralik, das Selbstmitleid, die Rührseligkeit, die Unechtheit.

*Niemals, niemals vorher  
ist einem Menschen  
solches Leid widerfahren  
wie mir.*

Genau so fühlt sich Narzissmus an: Niemals, niemals vorher ist einem Menschen solches Leid widerfahren wie mir, nichts, gar nichts kann diese Kränkung wieder heilen lassen, kein Gefühl ist zu übersteigert, zu pathetisch, um meiner einzigartigen Seelenqual Ausdruck zu verleihen. Ich habe jedes Recht, von wem auch immer zu verlangen, dass dieses Leid wieder gut werden muss. Ich selbst habe ganz sicher nichts falsch gemacht, mir widerfährt wieder einmal unfassbar tiefes Unrecht.

Das hört sich von außen unpassend an, übersteigert, unecht, peinlich, falsch. In seinem Inneren erlebt das der narzisstische Mensch als die einzige und berechnete Möglichkeit, er oder sie selbst zu sein: Ich kann gar nicht anders, als das zu denken, zu fühlen, zu tun, was ich gerade tue, denke und fühle. Es ist die einzige Möglichkeit in der gegebenen Situation. In der gegebenen *kränkenden* Situation, muss dazu ergänzt werden, denn: Nach all dem, was ich für den anderen Menschen getan habe, tut er oder sie mir das an. Ich habe alles gegeben, was ich konnte und hatte. Ist es da nicht mehr als begreifbar, wenn ich so verletzt bin? – Erlebte und befürchtete „Kränkung“ ist das ausschlaggebende Movens schlechthin in der Welt des narzisstischen Menschen. Das ausgewählte Chanson illustriert prototypisch die fünf Kriterien, die im Verhalten sichtbar und erlebbar werden, wenn wir von „pathologischem Narzissmus“ sprechen.

### **1. Die fünf Charakteristika des Narzissmus**

Es ist üblich geworden, bei jedem Anzeichen von Ich-Verliebtheit oder Eitelkeit schon von „Narzissmus“ oder einem „narzisstischen Menschen“ zu sprechen, das Wort hat Eingang in die All-



## FOCUS

tagssprache gefunden. In der klinischen Praxis geht es jedoch um tiefgreifende und schwerwiegende Persönlichkeitsstörungen, die ein Funktionieren im Sinne persönlicher und sozialer Normalität über weite Strecken sehr erschweren, wenn nicht verunmöglichen. Wenn alle fünf Charakteristika deutlich in Erscheinung treten, ist es wahrscheinlich, dass bei der betreffenden Person ein „falsches Selbst“ (Winnicott 2008, Masterson 1993, Kohut 1993) handlungsleitend ist – dass sie also in ihrer Echtheit, ihrer Autonomie und ihrer Wahlfreiheit entscheidend eingeschränkt ist. Erst dann sollte man tatsächlich die Diagnose „pathologischer Narzissmus“ mit den entsprechenden Behandlungsindikationen stellen.

*In der klinischen Praxis geht es jedoch um tiefgreifende und schwerwiegende Persönlichkeitsstörungen, die ein Funktionieren im Sinne persönlicher und sozialer Normalität über weite Strecken sehr erschweren, wenn nicht verunmöglichen.*

Natürlich gibt es Abstufungen in der Ausprägung des Narzissmus, deutlichere oder weniger deutliche Aspekte davon in vielen verschiedenen Störungsbildern. Das Verführerische am Narzissmus ist, dass er sich gerne so in den Vordergrund drängt, dass eine andere Psychodynamik leicht übersehen werden kann. Beispielsweise können eine reaktive Depression, eine heftige Trauerreaktion, eine Posttraumatische Belastungsstörung viele narzisstische Aspekte in sich tragen, ebenso eine Angstneurose; mit dem Unterschied, dass das Leiden des Menschen nicht ursächlich aus einem falschen Selbst herrührt. Das Selbst ist in diesen Fällen grundsätzlich echt und intakt, es kann Kränkungen und Verletzungen schlussendlich gesund verarbeiten. Das falsche Selbst jedoch kann das nicht. Weshalb das so ist, soll anhand der erwähnten fünf Punkte aufgezeigt werden.

Zu allererst finden wir eine große und fast ausschließliche Bezogenheit auf sich selbst. Die ganze Welt wird als etwas gesehen, das dazu da ist, für mein Wohlergehen zu sorgen, und wenn sie das nicht tut, ist dies als persönliche Gemeinheit mir gegenüber gemeint: Ganz Paris erfrecht sich, vom Leid des Ichs im Chanson nicht groß Notiz zu nehmen, all (!) seine Straßen – und das werden wohl einige Tausend sein – fühlen sich nicht dafür zuständig, ihn zu unterhalten und zu trösten. Das Wort „wir“ wird sich im Sprachschatz des narzisstischen Menschen kaum finden, es sei denn im Sinne einer Erweiterung des Ichs („Wir wollen doch nicht, dass meine Frau mich verlässt!“, bat mich einmal der Mann einer Patientin am Telefon.) Die Bezogenheit von Menschen auf

### 1.1 Bezogenheit auf sich selbst

einander, im Sinne eines dem Ich gleichwertigen Du, ist keine emotional wirklich erfassbare Kategorie, das Du steht nur im Dienste der Stärkung des eigenen Ich. „Du bist gegangen, ohne dich ist die Welt leer (genauer müsste es heißen: bin ich leer – aber schließlich bin ja ich die Welt)“.

### 1.2 Fehlen der Fähigkeit zur Selbstreflexion

Das zweite Charakteristikum des pathologischen Narzissmus ist das Fehlen der Fähigkeit zur Selbstreflexion. Schuld sind immer andere, einen persönlichen Anteil gibt es nicht, im Gegenteil: Der Gedanke an eigene Fehler wird als massive Bedrohung gesehen, auf die mit völligem Unverständnis und oft mit großer Aggression reagiert wird. Hören wir in dem Chanson von Bécaud auch nur eine Silbe der Selbstkritik? Könnte es sein, dass es mit dem Ich des Chansons vielleicht auch schwierig auszuhalten war? Dass es sich bereits zuvor so erpresserisch zeigte wie im Chanson dargestellt? Alternierend zu diesem völligen Zurückweisen eigener Mitverantwortung („Ich habe garantiert nichts falsch gemacht.“) gibt es die ebenso verallgemeinernde und ebenso wenig reflektierende Gegenvariante: „Ja, ich weiß, ich habe alles falsch gemacht, immer bin ich an allem schuld.“

### 1.3 Alles oder Nichts

Diese Ambivalenz zwischen ganz gut oder ganz böse ist auch das dritte Kennzeichen: „Narzissmus“ bedeutet Kompromisslosigkeit: Alles oder Nichts, schwarz oder weiß, wer nicht für mich ist, ist gegen mich. Grautöne, Nuancen, Relativierungen, Differenzierungen sind nicht die Sache des narzisstischen Menschen. So sieht er oder sie die Welt, so erlebt sie oder er andere Menschen. Aber auch sich selbst: Wenn du mich liebst, anerkennst, bewunderst, würdigst, dann bin auch ich ein wundervoller Mensch. Wenn du mir das entziehst, dann falle ich in die Leere (aber schuld daran bist du). Wie bei Bécaud „zerrinnt das Leben ins Nichts“ – aber dafür muss er die Frau, die ihm das angetan hat, auch „jeden Morgen hassen“. Trauern, loslassen, verabschieden; sehen, was in dieser zu Ende gegangenen Beziehung auch schön war, aus den eigenen Fehlern lernen – was für eine unendlich komplizierte Alternative! Mit einem so bedürftigen und schwachen Selbst – wie soll ich diesen steinigen Weg bewältigen?



Überhaupt: Wer ist die Frau, die dem Ich im Chanson das angehen hat? Diese so im Übermaß geliebte und begehrte Person, deren Weggang sein Leben so leer macht – wie sieht sie aus, was denkt, fühlt, tut sie, wie kleidet sie sich, worüber lacht oder weint sie? Wir erfahren absolut nichts über sie, in uns entsteht nicht das geringste Vorstellungsbild eines anderen Menschen. Der Grund dafür liegt in der geringen Fähigkeit zur Empathie, die wir als viertes Charakteristikum der narzisstischen Persönlichkeit diagnostizieren können. Und damit ist nicht gemeint, dass es nicht immer einfach ist, sich in andere hineinzusetzen, nein, es geht um viel mehr. Dem narzisstischen Menschen ist es nahezu gänzlich fremd und kaum nachvollziehbar, dass andere Menschen Empfindungen, Motive, Wünsche, Ziele, Hoffnungen und Kränkungen kennen, vor allem aber, dass sie von ihm oder ihr getrennte Menschen mit einem eigenen Leben und einer eigenen Persönlichkeit sind.

FOCUS

#### **1.4 Mangelnde Fähigkeit zur Empathie**

Und fünftens: Narzisstische Menschen sind extrem leicht kränkbar. Es dreht sich fast alles um die Kränkungen, die ihnen zugefügt wurden, zugefügt werden könnten und sicher noch zugefügt werden. Das Entscheidende, das Pathologische dabei ist nicht so sehr die Empfindsamkeit an sich, sondern die Tatsache, dass die erlebten Kränkungen niemals verziehen werden. Sie können gar nicht verziehen werden – dazu wären Empathie und das Bewusstsein über ein echtes und leidensfähiges Selbst erforderlich.

#### **1.5 Extrem leichte Kränkbarkeit**

Strukturanalytisch gesprochen kann man sagen, dass der narzisstisch gestörte Mensch weitgehend aus entwicklungspsychologisch sehr früh fixierten Kind-Ichzuständen denkt, fühlt und handelt, grob gesprochen etwa als Ein- bis Zweijährige(r). Der Erwachsenen-Ichzustand ist nur sehr rudimentär vorhanden, eher übernimmt das Er1 (Er im K) dessen Aufgaben.

Der erste Indikator für die klinische Diagnose ist das Verhalten eines Patienten oder einer Patientin; sie wird gewissermaßen aus der beobachtenden Position heraus gestellt (Verhaltensdiagnose). In einem zweiten diagnostischen Schritt verlasse ich diese eher neutrale Rolle, gehe unmittelbar in die soziale Beziehung mit der

Person und befasse mich mit den Impulsen, Emotionen, Assoziationen, Intuitionen, die sie in mir auslöst. Jedes klinische Erscheinungsbild ruft eigene und spezifische Reaktionen beim therapeutischen Gegenüber hervor, die so helfen können, die Verhaltensdiagnose zu erhärten (soziale Diagnose, Analyse der Gegenübertragung).

### Vignette

*Frau B. kommt mit ihrem Lebensgefährten in meine psychotherapeutische Praxis. Auf meine übliche Gesprächseröffnung – der Wunsch, die beiden mögen separat erzählen, was sie denn zu mir führe – ergreift sie unmittelbar und ohne Zögern das Wort:*

*Frau B.: „Mir ist wichtig, dass er endlich versteht, wie schwer ich es mit ihm habe und dass Sie ihm dabei helfen. Ich wünsche mir, dass er beziehungsfähig wird und mich endlich wirklich lieben kann. Wir haben uns entschlossen, zu Ihnen zu kommen, damit ich in unserer Beziehung endlich glücklich werde.“*

*Das Pronomen „wir“  
kommt nur als Erweiterung  
des Ich vor.*

Frau B. ist ganz auf sich bezogen: Ihr Partner, den sie nur in der dritten Person („er“) titulierte – weder bekommt er einen Namen noch redet sie ihn direkt an –, soll sich für sie verändern, er soll sie verstehen und „wirklich“ lieben. Das Pronomen „wir“ kommt nur als Erweiterung des Ich vor: „Wir kommen, damit ich glücklich werde“, sagt sie. Auch ich als Psychotherapeut soll diesem Zweck dienen: Mit meiner Hilfe soll ihr Lebensgefährte befähigt werden, sie glücklich zu machen.

*Th.: „Das hört sich für mich danach an, dass Sie sich wünschen, in Ihrer Beziehung besser verstanden zu werden.“*

Gewissermaßen als diagnostischen Test habe ich eine leichte Redefinition ihrer Aussage vorgenommen: Ihr absolutes „So ist es, das muss er tun“ habe ich abgeschwächt zu einem subjektiven „wünschen, besser verstanden zu werden“. Damit will ich herausfinden, wie bereit sie ist, sich selbst zu relativieren.

*Frau B. (lächelt melancholisch): „Ach Gott, verstanden fühlen ... Es würde ja schon genügen, wenn er begreifen würde, dass ich auch ein Mensch mit Gefühlen bin. Aber das ist mit dem Georg wohl nicht zu machen. Was ich schon alles versucht habe, im*



*Guten wie im Bösen, und immer, wenn ich glaube, jetzt bemüht er sich wirklich, dann tut er mir wieder so weh, das können Sie sich nicht vorstellen.“*

*Th.: „Wie zum Beispiel?“*

*B.: „Gerade gestern, da ist es mir nicht so gut gegangen, die Kinder waren wieder extrem anstrengend. Und was macht er? Kommt wieder erst um neun nach Hause, obwohl er doch versprochen hat, dass es nicht später als halb neun sein wird. Und dann sagt er, ich soll nicht aus einer Mücke einen Elefanten machen!“*

Nicht immer, aber oft zeigen sich narzisstische Persönlichkeitsmuster rasch und prototypisch. Nach kaum fünf Minuten haben wir die Selbstbezogenheit, den Mangel an Selbstreflexion, das „Schwarz oder Weiß“, die geringe Empathie und die hohe Kränkbarkeit gesehen.

*Th.: „Diese halbe Stunde Verspätung ist für Sie eine unerträgliche Verletzung?“*

*B. (scharf): „Glauben Sie mir vielleicht nicht?“*

*Th.: „Ich möchte gerne verstehen, wie Sie empfinden, Frau B.“*

*B. (mit zittriger Stimme): „Ja, das ist für mich eine solche Rücksichtslosigkeit, dass ich es einfach nicht mehr aushalte! Aber es sind eben nicht seine Kinder, und um die braucht er sich nicht zu scheren! (beginnt zu weinen) Aber ich habe es satt, dass ich ein Niemand bin und jeder mich herumschubst!“*

Diese ersten Minuten der ersten Sitzung haben in mir bereits erstaunlich intensive und erstaunlich widersprüchliche Emotionen ausgelöst.

Menschen übertragen unbewusst frühe Beziehungsmuster und Beziehungserfahrungen in die Gegenwart. Dieser Vorgang hat einen doppelten Zweck: Er soll uns helfen, verdrängtes traumatisches Geschehen nicht erinnern zu müssen, steht also im Dienst der Abwehr. Und er hält die Hoffnung am Leben, dass heute endlich etwas gut werden kann, indem es wiederholt wird. „Die unbewussten Regungen wollen nicht erinnert werden, [...] sondern sie streben danach, sich zu reproduzieren“ (Freud 1912, S. 491). – An was ich mich nicht erinnern will, muss ich wiederholen. Und so

## 2. Einige Überlegungen zur Dynamik von Übertragung und Gegenübertragung

erleben Menschen ihre Lebensgefährten, ihre Vorgesetzten und Arbeitskollegen beispielsweise ganz genau so abweisend, so kalt, so angsteinflößend und so verständnislos wie seinerzeit den Vater. Und sie erleben sich dabei ebenso klein und hilflos wie damals. An die Stelle der Auseinandersetzung mit der Erinnerung an demütigende Beziehungserfahrungen treten die Auseinandersetzungen im Hier und Jetzt.

Menschen wollen (unbewusst), dass ihr Gegenüber in die alten Muster passt, dass es ihnen die Beziehungserfahrung bestätigt, die sie von vorneherein erwarteten. Es entsteht also gewissermaßen ein Sog: Ohne dass es dem Mitakteur bewusst wird, steigt er auf das Spielangebot ein, im Falle des Narzissten wird er auch so kalt, so verständnislos, so angsteinflößend; die Psychoanalytiker sprechen vom Wiederholungszwang.

Noch heftiger und gleichsam unverfälschter als im Alltag tritt dieses Phänomen von Übertragung und Gegenübertragung in der Psychotherapie auf (Sejkora 1991, 1992, 1993a, 1993b, 1999, 2010). Dort aber kann es zu einem wertvollen Schlüssel zur inneren Dynamik des Patienten/der Patientin und ihren/seinen traumatisierenden Beziehungserfahrungen werden. Es kann sehr hilfreich sein, diesen Sog anhand der so ausgelösten eigenen Impulse und Gefühle wahrzunehmen (ohne ihnen natürlich nachzugeben) und von daher diagnostische Rückschlüsse ziehen zu können. Indem der Therapeut dazu tendiert, kalt, verständnislos, angsteinflößend zu werden, kann er diagnostisch beispielsweise den frühen Ursprung einer Angstneurose erahnen.

Ich persönlich pflege mir meine Gegenübertragungsreaktionen während des Gesprächs zu notieren, durchaus unzensiert. Das erlaubt mir, mich ihrer bewusst zu werden und sie dosiert auf die eine oder andere Weise in die Psychotherapie einzubringen.

*Vignette –  
Gegenübertragungs-  
reaktionen*

Zu Beginn, bei der Begrüßung, bin ich positiv beeindruckt von einer sympathischen und attraktiven Frau, die mir warmherzig im Kontakt erscheint, und ich bin gespannt auf die Sitzung. Der Mann, der mit ihr kommt, scheint eher in ihrem Schlepptau zu segeln, er wirkt blässlich und uninteressant. Ich bin überrascht von



dieser meiner spontanen bewertenden Reaktion, mit der ich meine Neutralität und Äquidistanz zu den beiden Teilen des Paares unterlaufe, bevor wir auch nur im Behandlungsraum sitzen.

Als sie dann zu sprechen beginnt („*Mir ist es wichtig, dass er endlich verstehen soll, wie schwer ich es mit ihm habe, und dass Sie ihm dabei helfen.*“), ändert sich die positive Gegenübertragung schlagartig. Ich spüre Ärgerlichkeit und Ungeduld. Auf meinem Notizblock steht: „Glaubt sie wirklich, dass ich darauf einsteige?“ Die Selbstverständlichkeit, mit der sie ihren Partner und mich in ihr System, ihr Weltbild einbaut, löst Distanziertheit bei mir aus. Am liebsten wäre ich belehrend und würde Dinge sagen wie: „Glauben Sie nicht, dass Ihr Partner es auch mit Ihnen schwer haben könnte?“ Oder „Sie missverstehen anscheinend, um was es in einer Paartherapie geht!“

Ihre nächsten Aussagen – der Wunsch, ihr Partner möge doch sehen, dass sie auch ein Mensch ist und sie nicht unausgesetzt verletzen – verstärken meine innere Distanziertheit, aber der Ärger weicht eher einem Anflug von Ironie. Meine Notizen vermerken: „Große Kränkung!! Eine halbe Stunde! Falsches Selbst – Narzissmus!“

Und dann gibt es noch einen Wechsel. Ihr Satz „*Aber ich habe es satt, dass ich ein Niemand bin und jeder mich herumschubst!*“ lässt mich weich werden und ihre tiefe Verletztheit hinter ihrer Ichbezogenheit ahnen. Die notierte Frage „Schmerz ansprechen – Empathie?“ beantworte ich mir gleich selbst mit: „Viel zu früh!“

In solchen Situationen bin ich froh, dass ich doch schon seit 27 Jahren psychotherapeutisch arbeite. Ansonsten hätten mich diese meine inneren Schwankungen vermutlich ratlos gemacht, ich hätte die ambivalenten Gefühle entweder beiseitegeschoben und mich intensiv (und vergeblich) um Neutralität und Objektivität bemüht oder – noch weniger konstruktiv – wäre womöglich den jeweiligen Impulsen gefolgt und hätte mir sehr bald (nicht ganz zu Unrecht) anhören müssen, dass auch ich nicht imstande sei, Frau B. zu verstehen. So aber helfen mir diese spontanen Reaktionen, mein diagnostisches Verständnis zu erweitern.

*Drei Aspekte in meiner  
Gegenübertragung*

Drei Aspekte finden sich in meiner Gegenübertragung:  
• eine Ambivalenz zwischen Sympathie und Antipathie,  
• ein Gefühl der Unechtheit und der Peinlichkeit,  
• und schließlich, überraschend plötzlich, eine empathische Be-  
rührtheit.

Alle drei sind Hinweise darauf, dass wir es tatsächlich mit einer narzisstischen Persönlichkeit zu tun haben.

### 3. „Falsches“ und „wahres“ Selbst

An dieser Stelle wird es Zeit, auf die Begriffe „falsches“ und „wahres“ Selbst einzugehen. Der Ursprung des von Freud geprägten Terminus „Narzissmus“ ist bekannt: Der Jüngling Narcissos aus der griechischen Sage verliebt sich so sehr in sein eigenes Spiegelbild im Wasser, dass er sich nicht davon lösen, es aber auch nicht erreichen kann. Bei dem Versuch, es zu küssen, ertrinkt er.

Genau so ist der narzisstische Mensch – oder eigentlich der narzisstisch verletzte Mensch – in sich selbst gefangen: gefangen von der Sehnsucht, geliebt zu werden und doch unerreichbar für diese Liebe. Weil niemand sie/ihn wirklich liebt, versucht er/sie, sich diese Liebe selbst zu geben. Aber es ist immer nur das eigene Spiegelbild, nie die Liebe in den Augen eines anderen Menschen.

Die Psychoanalytikerin Margaret Mahler hat die berührende Formulierung geprägt, dass ein Kind, um sich wirklich geliebt fühlen zu können, sich „in den Augen seiner Mutter wiederfinden“ müsse (Mahler, Pine & Bergman 1984). Die Mutter (und andere wichtige Bezugspersonen) fungieren als Spiegel, in dem der kleine Mensch sich erkennen und so zu seiner Identität finden kann. Dieser kleine Mensch ist in seiner kindlichen Unschuld überzeugt von der Makellosigkeit des eigenen Ich und will in dieser Vollkommenheit bedingungslos und absolut geliebt werden. Wenn dieser primäre, entwicklungspsychologisch gesunde und normale Narzissmus mit seinem unendlichen Bedürfnis nach Liebe auf eine Mutter, einen Vater trifft, die nicht bereit oder nicht fähig dazu sind, diese bedingungslose Liebe zu geben; wenn Eltern das Kind als Mittel zum Zweck der Erfüllung eigener (narzisstischer) Bedürfnisse missbrauchen; wenn sie, statt dem Kind ein Spiegel zu



sein, sich selbst in ihm spiegeln wollen – dann sprechen wir von „narzisstischer Kränkung“ oder exakter von einer „narzisstischen Wunde“.

Herr L. wurde im Alter von sechs Jahren ins Kinderheim gebracht, wo er blieb, bis er 15 war. Grund dafür war, dass seine Mutter einen anderen Mann heiratete, der an ihrem Sohn nicht interessiert war.

### Vignette

Herr Z. musste seiner Mutter im Alter von acht Jahren an der Leiche seines eben am Herzinfarkt verstorbenen Vaters mit erhobener Hand schwören, immer bei ihr zu bleiben und ihr nie Kummer zu bereiten.

Wo das Spiegeln misslingt, kann keine Selbstliebe wachsen. Stattdessen empfinden die Betroffenen eine tiefe innere Leere, die alles sinnlos erscheinen lässt – diese Sinnleere, die Bécaud am Ende seines Chansons als das ultimativ Letzte stehen lässt: „*Ich habe wirklich nichts mehr hier zu tun. Ich habe wirklich nichts.*“

Anstelle eines sich allmählich differenzierenden und relativierenden Selbst ist der narzisstisch gekränkte Mensch gezwungen, in der Anpassung an die Erwartungen des Gegenübers ein falsches Selbst zu entwickeln. „Wenn das, was ich bin, zu viel oder zu wenig ist, wenn ich zu viel oder zu wenig Energie habe oder zu sexuell oder nicht sexuell genug bin, zu stimulierend oder nicht stimulierend, zu frühreif oder zu langsam, zu unabhängig oder nicht unabhängig genug ..., dann kann ich mich nicht frei selbst verwirklichen. Das ist die narzisstische Kränkung. Der Versuch des Kindes, so zu sein, wie die Umwelt es haben möchte, ist das falsche Selbst“ (Johnson 1988, S. 56). Strukturanalytisch gedacht: Das Elternintroyekt (EL1) ist im Wesentlichen aus ihrem Kind-Ichzustand aktiv.

*Der Versuch des Kindes, so zu sein, wie die Umwelt es haben möchte, ist das falsche Selbst.*

Da sie gelernt haben, sich den Vorstellungen ihres Gegenübers anzupassen, ein den jeweiligen Wünschen entsprechendes falsches Selbst zu präsentieren, entwickeln Menschen mit einer narzisstischen Problematik eine hohe Intuition dafür, was von ihnen erwartet wird. Das lässt sie oft charmant, sympathisch, manchmal

*Menschen mit einer narzisstischen Problematik können sich intuitiv den Vorstellungen ihres Gegenübers anpassen.*

sogar beeindruckend charismatisch erscheinen (bei nicht wenigen Menschen des öffentlichen und des veröffentlichten Lebens zu beobachten). Dieser Aspekt findet sich wieder in meiner anfänglich positiven Gegenübertragungsreaktion auf Frau B.: Sie hat ein instinktives Gespür dafür, wie sie sich im Erstkontakt mit einem Psychotherapeuten geben muss, um einen positiven Eindruck zu machen. Der Therapeut reagiert auf das präsentierte falsche Selbst, sodass für einige Minuten eine Kollusion zwischen Klientin und Therapeut entsteht.

Dieses falsche Selbst ist höchst fragil: Spürt der narzisstisch verwundete Mensch, dass sie (er) nicht in dem Ausmaß auf die begeisterte Anteilnahme stößt, die er (oder sie) sich wünscht, dann bröckelt die Fassade. Dahinter wird dann eine überempfindliche, latent aggressive und oft als übertrieben, unecht und theatralisch empfundene Person sichtbar. Dementsprechend wechselt die Gegenübertragungsreaktion rasch zu Ärger, Ablehnung und Distanziertheit, zu einem Gefühl, da sei etwas Unechtes, Unpassendes im Gange, etwas, das darauf hinauslaufen würde, selbst benützt zu werden.

Wenn wir also die fünf erwähnten diagnostischen Signale im Verhalten eines Menschen beobachten können – Selbstbezogenheit, schwache Selbstreflexionsfähigkeit, Hang zum Schwarz-Weiß-Denken, wenig Empathiefähigkeit und hohe Kränkbarkeit – und wenn wir in unserer Gegenübertragung, der sozialen Diagnose, Ambivalenz und ein wiederkehrendes Gefühl der Unechtheit feststellen, dann können wir mit einiger Wahrscheinlichkeit davon ausgehen, dass uns eine Person mit narzisstischen Problemen gegenüber sitzt.

Nicht immer zeigt sich eine narzisstische Struktur so schnell und spektakulär wie in meinem Beispiel, nicht immer ist die Diagnose so rasch und ziemlich zweifelsfrei möglich. Dazu ist das falsche Selbst oft zu feinfühlig, zu sehr imstande, die wirklichen Brüche und Defizite in der Persönlichkeit zu verbergen. Die Diagnose wird meist länger brauchen und eher ein prozessuales als ein punktuell Geschehen sein.



## FOCUS

Zum Abschluss noch einige Gedanken zur Behandlung des pathologischen Narzissmus: Patienten und Patientinnen mit narzisstischen Problemen werden uns in der Psychotherapie viele Nüsse zu knacken geben. Sie werden sich gekränkt fühlen, von uns und von den Menschen in ihrem Berufs- und Privatleben. Sie werden die immer gleichen Themen mit der immer gleichen Empörung schildern und sie werden in ihre immer gleichen Mechanismen der Ambivalenz zwischen Anziehen und Wegstoßen verfallen (auch und gerade uns gegenüber). Sie werden uns von ihrer Lebensgeschichte wegziehen, wo sie nur können, und sie werden sich standhaft weigern, Emotionen zu ihren traumatisierenden Erfahrungen zu entwickeln.

Wir als Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sind es, die hinter all dieser hochkomplexen Abwehr dieses unendliche Loch, das vor langer Zeit durch die narzisstische Kränkung in die Seele des Kindes gerissen wurde, mit unserer Empathie erahnen und erfüllen müssen. Letztlich ist die Behandlung des falschen Selbst ein langwieriger Prozess der Trauer über all das, was dem Menschen in seinem Leben angetan und um all das, was ihm oder ihr vorenthalten wurde. Als Frau B. sagte: „Aber ich habe es satt, dass ich ein Niemand bin und jeder mich herumschubst!“, spürte ich überraschend schnell Mitgefühl mit ihr. Dies war die empathische Reaktion auf die tiefe narzisstische Wunde. Dies ist die Voraussetzung, dass die Therapie gelingen kann. Dabei werden wir zum Spiegel, unsere Augen sind es, in denen unser Gegenüber sich emotional wiederfinden und in seinem oder ihrem Selbst bestätigt werden kann. Wenn ich mich auf die therapeutische Reise mit einem Menschen mit narzisstischer Persönlichkeit einlasse, weiß ich, dass ich bereit sein muss, mit ihr oder ihm durch seine/ihre ganz persönliche Hölle zu gehen. Indem ich ihr oder ihm dann mein Mitgefühl für dieses tiefe Leid zurückspiegele, kann die Person sich und ihr wahres Selbst in der Beziehung mit mir finden und die narzisstische Betrachtung des eigenen Spiegelbildes aufgeben.

Viel später in der Psychotherapie von Frau B. sagte sie den Satz, den ich seither immer wieder in Psychotherapien verwende und den ich auch schon vorher angedeutet habe: „Dort, wo andere Menschen eine Mutter haben, dort ist bei mir nur eine große Leere.“

### 4. Behandlung des pathologischen Narzissmus

*Patienten und Patientinnen mit narzisstischen Problemen werden uns in der Psychotherapie viele Nüsse zu knacken geben.*

*Wenn ich mich auf die therapeutische Reise mit einem Menschen mit narzisstischer Persönlichkeit einlasse, weiß ich, dass ich bereit sein muss, mit ihr oder ihm durch seine/ihre ganz persönliche Hölle zu gehen.*

Das falsche Selbst soll helfen, diese Leere zu überdecken und dafür zu sorgen, dass sie endlich gefüllt wird. Im Akzeptieren dieses Nichts, im Trauern um all das, was war und um das, was niemals sein durfte, wird allmählich das wahre, das echte Selbst sichtbar. Ein verletztes und zutiefst gekränktes, aber eines, das alle Verletzungen überstanden und ertragen hat, ein Ich, das sich all dessen bewusst sein darf und das auf sich selbst stolz sein kann.

*Frau B.: „Heute Morgen habe ich mich lange im Spiegel angesehen, ganz ungeschminkt, so, wie ich aus dem Bett gekommen bin. Was für traurige Augen sind das, habe ich mir gedacht, was für ein trauriges Mädchen bin ich doch. ‚Was für ein liebes Mädchen bist du‘, hab ich dann zu mir gesagt, aber keiner hat das gesehen. Und dann hab ich so sehr weinen müssen – und hab mir gedacht, was das Leben doch für ein merkwürdiges Ding ist. Aber es ist mein Leben, und ich will es genauso haben, wie es ist!“*

---

## Zusammenfassung

Fünf im Verhalten erfahrbare Kriterien für pathologischen Narzissmus werden herausgearbeitet: Selbstbezogenheit, schwache Selbstreflexionsfähigkeit, wenig Differenzierung (Schwarz-Weiß-Denken), geringe Empathie und extreme Kränkbarkeit.

Die spezifischen Besonderheiten der sozialen Diagnose als Analyse von Übertragung und Gegenübertragung in der Arbeit mit Menschen mit narzisstischer Problematik werden anhand eines Fallbeispiels aufgezeigt (Ambivalenz aus Sympathie und Distanziertheit, Empathie).

Anhand der inneren Dynamik der Entwicklung der narzisstischen Persönlichkeit durch Herausbildung eines falschen Selbst werden die psychotherapeutischen Behandlungsimplicationen umrissen. Wesentlicher Faktor dabei ist die Mit-Leidens-Fähigkeit des/der Psychotherapeutin.



FOCUS

Summary

Five behaviorally visible criteria according pathological narcissism are pointed out: self-involvement, low ability to reflect one-self, low ability to differentiate (black or white thinking); low empathy and extreme vulnerability.

Specifics of social diagnosis as analysis of transference and countertransference are demonstrated in a case example (ambivalence between sympathy and distance, empathy).

Implications on psychotherapeutic treatment are worked out referring to the inner dynamic of the development of the narcissistic personality as building a false self. The psychotherapist's ability to co-suffer is pointed as the crucial issue.

- Freud, S. (1912): *Zur Dynamik der Übertragung*. In: *Werkausgabe in 2 Bänden*, Hg.: A. Freud & I. Grubrich-Simitis, Bd. 1 1978, S. 485–492. Fischer, Frankfurt/M.
- Johnson, S.M. (1988): *Der narzisstische Persönlichkeitsstil*. Ed. *Humanistische Psychologie*, Köln.
- Kohut, H. (1993): *Auf der Suche nach dem Selbst*. *Kohuts Seminare zur Selbstpsychologie*. Hg.: M. Elson. Pfeiffer, München.
- Mahler, M.S.; Pine, F. & Bergman, A. (1984): *Die psychische Geburt des Menschen*. *Symbiose und Individuation*. Fischer, Frankfurt/ M.
- Masterson, J.F. (1993): *Die Sehnsucht nach dem wahren Selbst*. Klett-Cotta, Stuttgart..
- Sejkora, K. (1991): *Therapieverlauf, Therapieplanung und therapeutische Beziehung*. In: Sell, M. (1991): *Geschichte und Transaktionsanalyse*. *Symposium „Zehn Jahre INITA“*. Eigenverlag, Hannover.
- Winnicott, D.W. (2008): *Von der Kinderheilkunde zur Psychoanalyse*. *Psychosozial-Verlag, Gießen*.

Literatur

---

## Narzissmus und Gewalt

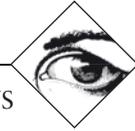
### **Martha Hüsgen-Adler**

TSTA, FACHÄRZTIN FÜR  
PSYCHOTHERAPIE UND  
PSYCHOSOMATIK



Wer bin ich in einer sozialen Welt, deren Grundriss sich unter Bedingungen der Individualisierung, Pluralisierung und Globalisierung verändert? Sich in einer solchen Welt individuell oder kollektiv in einer berechenbaren, geordneten und verlässlichen Weise dauerhaft verorten zu können, erweist sich als schwierig bis unmöglich. „Wir erleben, erleiden und erdulden eine Beschleunigung und Verdichtung in den Alltagswelten, die zu dem Grundgefühl beitragen, getrieben zu sein, nichts auslassen zu dürfen“ (Keupp 2010). Immer auf dem Sprung sein zu müssen, keine Zeit zu vergeuden und Umwege als Ressourcenvergeudung zu betrachten. Verkürzte Schulzeiten, Verschulung des Studiums, (um den jung-dynamischen „Arbeitskraftunternehmer“ möglichst schnell in die Berufswelt zu transportieren) oder die Reduktion der Lebensphasen, in denen man als produktives Mitglied der Gesellschaft gelten kann, erhöhen permanent den Beschleunigungsdruck.

Es wird die Erwartung an uns gestellt, ein „unternehmerisches Selbst“ (Bröckling 2007) zu werden, das sein Leben als eine Abfolge von Projekten sieht und angeht, die mit klugem Ressourceneinsatz optimal organisiert werden müssen. Auch staatliches Handeln, nicht zuletzt im Bereich der Sozialpolitik, setzt immer stärker auf das individuelle Risikomanagement anstelle von kollektiver Daseinsvorsorge. Ich bin für meine Gesundheit, für meine Fitness, für meine Passung in die Anforderungen der Wissensgesellschaft selbst zuständig – auch für mein Scheitern.



Eine Deregulierung von Rollenschemata durchzieht unser Leben, die einerseits als Gewinn an selbstbestimmter Lebensgestaltung verstanden wird, die aber andererseits in die Alltagswelten eine Unsicherheit hineinträgt, die nicht immer leicht akzeptiert und ertragen werden kann. Die Erfahrung der allenthalben erlebten Ent-Traditionalisierung ist nicht selten ein Antrieb für die Suche nach Verortung in fundamentalistischen Weltbildern.

Dieser Herausforderung, selbstbestimmt und selbstwirksam eigene Wege in einer so komplex gewordenen Gesellschaft gehen zu können, sind allerdings viele Menschen nicht gewachsen. Zeitdiagnosen entwickelter westlicher Gesellschaften sind sich seit geraumer Zeit in einem einig: Süchte, Perversionen, Borderline-Strukturen, Bindungsprobleme, narzisstische Störungen haben zugenommen – bei einem Rückgang der klassischen Psychoneurosen. (Reiche 1991) Es hat eine Verschiebung stattgefunden von den sog. „reifen“ neurotischen Konflikten zu sog. „frühen“ Störungen. Genetisch geht es, wenn man diesen Interpretationen glauben darf, um einen generellen Bedeutungsverlust der familialen Dreiecks-Beziehung gegenüber der Mutter-Kind-Dyade. Psychodynamisch geht es um Schwierigkeiten, sich aus symbiotischen Verstrickungen zu lösen, um eine weitgehende Regression von der ödipalen auf die präödipale Ebene, von der Ebene der Objektbeziehung auf die narzisstische Ebene. Die vorherrschenden psychopathologischen Muster haben sich nicht nur symptomatisch, sondern auch ätiologisch verändert, sie werden nicht länger als Ausdruck von Triebkonflikten, sondern als diffuse Ich- oder Selbststörungen interpretiert. Diese Zeitdiagnosen haben einen Kernbefund: Nicht mehr Sexualität, sondern Identität sei das seelische Hauptproblem unserer Zeit (Altmeyer 2002). Fragen wie „Wer bin ich eigentlich und wer will ich sein – in einer Welt, die mir keine klaren Verhaltensregeln, keine vorgegebene Biografie, keine eindeutige berufliche Perspektive, keine gesicherte Zukunft mehr bietet?“, bewegen den Menschen.

Diese Frage findet ihre erste Antwort in der „narzisstischen Urzene“ (Winnicott 1995). Der Blick der Mutter gibt dem Säugling eine erste Ahnung davon, wer er ist. Er schaut sie an und spürt in ihrem Gesicht, wie sie ihn sieht. Das wäre der Geburtsakt des Selbst, eine reflexive Bewegung, nämlich vom Subjekt zum Objekt

*Dieser Herausforderung, selbstbestimmt und selbstwirksam eigene Wege in einer so komplex gewordenen Gesellschaft gehen zu können, sind allerdings viele Menschen nicht gewachsen.*

*Die anderen sind der Spiegel, in dem wir unser Selbstbild reflexiv erwerben und unser Selbstwertgefühl regulieren.*

und wieder zurück, die wir als identitätsstiftende Spiegelung greifen können. Eine solche Bewegung liegt auch dem Narzissmus zugrunde, der von dieser Urszene seinen Ausgang zu nehmen scheint. „Die anderen sind der Spiegel, in dem wir unser Selbstbild reflexiv erwerben und unser Selbstwertgefühl regulieren, ihnen gilt der unbewusste Blick in der Erwartung von Echo oder Spiegelwirkung. Wir betrachten dabei insgeheim den anderen, wie er uns betrachtet und reagieren auf das, was wir sehen, vermuten oder fantasieren. Aber wir behaupten zugleich auch die Unabhängigkeit von der Welt und schützen uns vor der schmerzhaften Erfahrung von Abhängigkeit, der wir im Wunsch nach Anerkennung doch unbewusst Tribut zollen“ (Altmeyer 2002).

Der Aggression und Gewalt kommt dabei durchaus eine narzisstische Funktion im gesunden Sinne zu. Der Gewalt liegt immer auch die Suche nach dem lebensnotwendigen Objekt zugrunde. Das kindliche Ich will und muss sich absichern, indem es das lebensnotwendige Objekt unter allen Umständen für sich zu bewahren und zu erhalten sucht (Trimborn 2002, S. 14). Zerstörerisch ist die narzisstische Tendenz des „unter allen Umständen“ mit der ihr innewohnenden Absolutheit. Die Gewalt wird umso heftiger und ungerichteter ausfallen, je gefährdeter sich das noch unreife Selbst erlebt. Die Suche nach dem Objekt entwickelt sich dann zur Tendenz, das Objekt zu beherrschen und unter Kontrolle zu bekommen, also sich dessen zu bemächtigen. Hinter der Gewalt verbirgt sich aber immer die verzweifelte Suche nach einem sicheren Objekt.

### **Gewalt als Ausdruck missglückter narzisstischer Regulation**

Gewalt ist also eine Regulationsmöglichkeit des Narzissmus. „Eine der Aufgaben der narzisstischen Eigenregulation besteht darin, Selbstzufriedenheit zu erreichen unter gegebenen Umständen“ (Winker 2002, S. 33). Was aber, wenn wir nicht so reich, nicht so schön, nicht so mächtig, nicht so angesehen sind, wie wir es gerne wären? Wie kann man unter diesen Umständen Selbstzufriedenheit erreichen? Ein Versagen der narzisstischen Selbstregulation, eine „Krise des Narzissmus“ also, hat Henseler (1976) als Ursache für den Suizid beschrieben, der ja Gewalt ist gegen die eigene Person. Genauso kann sich die Gewalt aber gegen andere Objekte richten, sofern diese als Ursache der narzisstischen Krise



## FOCUS

betrachtet und angeschuldigt werden. Gewalt ist so oft das letzte Mittel, nachdem alle anderen versagt haben, um zu einer, wenn auch nur vorübergehenden Befriedigung zu kommen. Im Symbiosekonzept der Transaktionsanalyse wird Gewalt gegen sich oder andere als Ausdruck eines passiven Verhaltens gesehen, das dazu dienen soll, eine symbiotische Beziehung herzustellen oder aufrechtzuerhalten (Schiff 1971).

Außer dieser aus der Not entstandenen narzisstischen Gewaltäußerung gibt es auch die bewusste und gewollte Identifizierung mit der Gewaltanwendung. Sie ist zu verstehen als fest etablierte Abwehr gegen die tatsächliche oder gefürchtete Schwäche des narzisstischen Gleichgewichts. Diese Dynamik findet sich vor allem bei gewaltbereiten Ideologien. Ein Grund für brachiale Gewaltanwendung kann der Drang sein, sich von einem zunehmend starken inneren Druck zu befreien, der von unerträglichen oder unüberwindlichen Kränkungen herrührt und aus ihnen entstanden ist. Beispiele dafür finden sich später in meinen Ausführungen zum Amoklauf und zu Selbstmordattentätern.

*Im Symbiosekonzept der Transaktionsanalyse wird Gewalt gegen sich oder andere als Ausdruck eines passiven Verhaltens gesehen, das dazu dienen soll, eine symbiotische Beziehung herzustellen oder aufrechtzuerhalten.*

Winker (2002) betont die Bedeutung des Gewaltverzichts durch Delegation der Gewalt an den Staat. Gewalt geschieht in einem soziokulturellen Umfeld, und das Funktionieren einer sozialen, staatlichen und kulturellen Umwelt setzt den Verzicht gerade auf das ungehinderte Ausleben narzisstischer Bedürfnisse voraus. Um ein Gemeinwesen zu etablieren, um es aufrechtzuerhalten und sein Funktionieren zu ermöglichen, verzichtet der Einzelne in gewissem Umfang auf seine narzisstischen Strebungen, also auf die gewalttätige Durchsetzung dieser Strebungen. Er gibt diese Möglichkeit der Gewalt an den Staat ab, wo diese Gewalt sich dann in kontrollierter Weise in Form von Gesetzen und Verordnungen niederschlägt. Winker bezieht sich hier auf die Vorstellungen von Sigmund Freud über das Entstehen der Kultur, dass sie nämlich aufgrund eines Triebverzichts zustande kommt. Immer muss das einzelne Individuum ein Stück weit auf seine narzisstischen Wünsche verzichten, soweit sie nur mit Gewalt durchgesetzt werden könnten, um das Recht der anderen Individuen zu achten.

## Gewalt, Kultur und Religion

*Um ein Gemeinwesen zu etablieren, um es aufrechtzuerhalten und sein Funktionieren zu ermöglichen, verzichtet der Einzelne in gewissem Umfang auf seine narzisstischen Strebungen.*

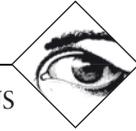
*Gnade, Unfehlbarkeit, Auserwähltsein, ewige Wahrheit, unerschütterliche Gewissheit sind denn auch die Begriffe, die wir immer im Bereich des Religiösen und teilweise auch bei den Ideologien finden.*

Während im staatlichen Bereich das Autoritäre mehr oder weniger deutlich zutage tritt, geschieht das im religiösen und ideologischen Bereich oft indirekt und im Verborgenen. Der Wahrheitsanspruch einer Religion oder einer Ideologie birgt in sich immer eine Neigung zur Intoleranz und damit auch zur Gewalt. Die geschichtlichen Beispiele dafür brauchen hier und heute nicht ausgeführt zu werden. Religiöse Vorschriften z. B. kommen nicht als Zustimmung der Vielen zustande, sondern sie werden hergeleitet von einem göttlichen Willen. Zwar wird von vielen religiösen Gemeinschaften auch das Ideal der Toleranz vertreten, aber es ist nicht zu übersehen, dass hier fast immer eine Aporie besteht in dem Sinne, als das Recht des Einzelnen auf eine eigene Meinung dem Anspruch auf Allgemeingültigkeit der vorgelegten und verkündeten Dogmen widerspricht. Die Beziehung zum Narzissmus wird deutlich in der Herleitung der religiösen Vorschriften aus einem göttlichen Willen, der eben nur dieser speziellen Religion in besonderer Weise als ein Akt der Gnade und Bevorzugung kundgetan wurde. Gnade, Unfehlbarkeit, Auserwähltsein, ewige Wahrheit, unerschütterliche Gewissheit sind denn auch die Begriffe, die wir immer im Bereich des Religiösen und teilweise auch bei den Ideologien finden. Dies zusammen mit einem allwissenden und allmächtigen Gott, den die Religion sich zu eigen macht, weist hin auf die narzisstische Grundstruktur. Die Gefahr von Intoleranz und Gewalt ist die logische Folge dieser absoluten Ansprüche. Je demokratischer eine Religion ist, je mehr sie auf besondere Auserwähltheit, auf besonderes Wissen, auf besondere Eingebungen, auf besondere Gnade verzichtet, umso toleranter kann sie sein und umso weniger wird sie zu Gewalt neigen.

Im Folgenden werde ich in Anlehnung an Trimborn (2002) versuchen, den „narzisstischen Kernkomplex“ (Glasser 1990) und die daraus resultierende Gewaltdynamik näher zu beschreiben.

### Der narzisstische Kernkomplex

1. Aufgrund einer nur ungenügenden Befriedigung seiner symbiotischen und narzisstischen Bedürfnisse bleibt das Kind der Sehnsucht nach einer Symbiose mit der idealisierten Mutter verhaftet, nach erfüllender Sättigung, Sicherheit und narzisstischer Befriedigung.



2. Diese Symbiose allerdings weckt die Angst, vollständig in der Mutter aufzugehen und damit das eigene Selbst zu vernichten (Annihilierung).
3. Als Abwehrreaktion erfolgt nun ein narzisstischer Rückzug mit dem Ziel der Selbstsicherung, was aber wiederum zu Ängsten vor Verlassenheit und Desintegration führt. Um nicht länger die Isolierung, die Depression und den Mangel an Selbstachtung zu erleben, wird der Wunsch nach Befriedigung, Sicherheit und Gehaltenwerden stärker. Die dabei aber massiver andrängenden Aggressionen drohen die annihilierende Mutter zu vernichten, was wiederum zu stärksten Ängsten vor dem totalen Verlust führt. Diese beiden Phänomene konkurrieren miteinander, und so kann die Aggression auch gegen das eigene Selbst gewendet werden.

Der Wunsch nach symbiotischer Verschmelzung geht also einher mit der Angst vor der emotionalen Nähe, da diese wie ein Ausgeliefertsein erlebt wird, das jede Fluchtmöglichkeit ausschließt. Die narzisstische Störung zeichnet sich dadurch aus, dass jede Beziehung als Bedrohung erlebt wird, dass jede emotional bedeutsame Beziehung die zentrale Bedrohung ist.

*Die narzisstische Störung zeichnet sich dadurch aus, dass jede Beziehung als Bedrohung erlebt wird, dass jede emotional bedeutsame Beziehung die zentrale Bedrohung ist.*

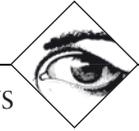
Glasser unterscheidet aus psychoanalytischer Sicht zwei Typen von Gewalt: die selbsterhaltende und die sadomasochistische Gewalt. Die selbsterhaltende Gewalt wird als eine basale, plötzliche und substanzielle Antwort auf jede Bedrohung der psychischen Homöostase mit dem Ziel heraufbeschworen, diese Gefahr zu beseitigen. Gefahren dieser Art können durch innere Ereignisse provoziert werden, so durch einen Identitätsverlust infolge innerer Konfusion, durch Gefühle von Desintegration, durch die Überwältigung durch ein annihilierendes inneres Objekt, durch ein quälendes, tyrannisch-sadistisches Über-Ich usw. Diese inneren Bedrohungen können auf eine andere Person externalisiert werden, die dann Ziel der Gewalt wird. Bei Selbstverletzungen und Suizid werden Teile des Körpers als äußere Objekte erlebt. Dabei sind Angst und Aggression zwei Aspekte einer einzigen Reaktion, die sich als Gewalt manifestiert. Bei der selbsterhaltenden Gewalt hat im Augenblick des Gewaltaktes das Objekt keinerlei Bedeutung außer der der Gefahr. Es geht allein um den Selbsterhalt, andere Beweggründe spielen dabei keine Rolle. Auch ist die Antwort

*Bei der selbsterhaltenden Gewalt hat im Augenblick des Gewaltaktes das Objekt keinerlei Bedeutung außer der der Gefahr.*

des Objekts ohne jede Bedeutung. Anders ist das bei der sadomasochistischen Gewalt, wo die Reaktion des Objekts wesentlich ist. Es muss als leidend wahrgenommen werden. Diese Gewalt dient der Selbstversicherung und der Selbsterhöhung durch Beherrschung und sadistische Unterdrückung des Objekts bis hin zur Perversion. Während die sadomasochistische Gewalt kalkuliert und geplant ist, kann die selbsterhaltende Gewalt eruptiv und überschießend sein, insbesondere wenn das Individuum sich primitiven Ängsten der Annihilierung – also seiner Vernichtung und Auslöschung – und Verlassenheit ausgesetzt erlebt.

**Trauma als Ursache  
narzisstischer Störungen  
und narzisstische  
Identifizierung als  
Abwehr des Traumas**

Trimborn (2002) betont die Auswirkungen früher traumatisierter Erfahrungen für die Entwicklung narzisstischer Störungen. Wenn von den frühen signifikanten Objekten eine traumatische Gewalt ausgeht, dann muss die kindliche Psyche auf verschiedene primitive Reaktionsweisen zurückgreifen. Traumatische Gewalt kann sich dadurch ausdrücken, dass das Objekt dem unreifen Selbst für seine Entwicklung nicht zur Verfügung steht. Traumatische Gewalt kann sich darin ausdrücken, dass das unreife Selbst von den Bedürfnissen des Objekts überwältigt wird und das Objekt dadurch die Bedürfnisse des Kindes nach Anerkennung und Autonomie zerstört. Je mehr das Kind versucht, sein schwaches Selbst zu sichern, umso mehr versucht es, das Objekt zu werden, weil dieses Teil der Selbststruktur ist. Mit der exzessiven oder fusionierenden Identifizierung wird die Symbiose mit dem Objekt aufrechterhalten. Die traumatischen Gefahren von Hilflosigkeit, Demütigung, nicht integrierbarer Erregung verbunden mit Beschämung, Kontrollverlust und namenloser Angst werden dadurch zu bewältigen versucht. Die vorzeitige schmerzhaft Trennung und die damit traumatisch erlebte Abhängigkeit werden verleugnet. Das traumatisierte Ich sucht durch die exzessive Identifikation mit dem Objekt und mit einer „Regression auf den harmonischen Primärzustand“ (Henseler 1976, S. 467) das Trauma ungeschehen zu machen. „Der Prozess der Identifikation und Separation wird durch das Phantasma der Inkorporation oder globalen Identifikation ersetzt“ (Trimborn 2002, S. 19). Im Gegensatz zur Neurose, die in und an der Ambivalenz arbeitet, schafft die narzisstisch fusionierende Identifikation auf diese Weise die Ambivalenz und den Konflikt ab. Zusammen mit der Ambivalenz



## FOCUS

wird auch das Ich aus dem Weg geschafft, so Racamier (1982, S. 44). Damit ist der entscheidende Punkt benannt, der mit einer fusionierenden Identifizierung einhergeht, da diese eine Entwicklungsstörung der Separation und Individuation induziert. Das Ich schafft sich aus dem Weg, indem es jedes eigene Begehren zugunsten eines Objekts aufgibt. Darüber hinaus beraubt sich das Subjekt eines hilfreichen Objekts, indem es das Objekt mittels omnipotenter Kontrolle manipulieren, gefügig machen muss und es zu beherrschen sucht. Oder es bleibt gerade in totaler Opposition und einem Negativismus an eine primäre Objektbeziehung fixiert.

*Das Ich schafft sich aus dem Weg, indem es jedes eigene Begehren zugunsten eines Objekts aufgibt.*

Die daraus resultierende Unfähigkeit, in sich selbst zu wurzeln, ruft zerstörerisches und böses Verhalten hervor. In sich selbst zu wurzeln heißt, Subjekt der eigenen Emotionen und Wünsche zu sein. Die Unfähigkeit, in sich selbst zu wurzeln, bedeutet, worauf Gruen (1987) warnend hinweist, einen Verrat an sich selbst. Daraus folgen Hass und Selbsthass. Menschen mit einer narzisstischen Struktur sind nicht Subjekt ihrer Emotionen, auch wenn sie darauf bestehen, ja gerade weil sie auf einer Autarkie bestehen.

*Menschen mit einer narzisstischen Struktur sind nicht Subjekt ihrer Emotionen.*

Trimborn (2002) stellt dar, wie sich als Folge dieser narzisstischen Identifizierungen und der damit einhergehenden unvollständigen Selbstrepräsentation pathologische Organisationen ausbilden, um die archaischen Ängste des Kernkomplexes zu binden. Er unterscheidet drei Grundstrukturen:

1. Solange mithilfe dieser Abwehr immer noch ein Objekt gesucht wird, liegen hysterische, sadomasochistische und suchtartige Objektbeziehungen vor. Die Gewalt der Borderline-Struktur bestehe vor allem in der Tendenz, das Objekt durch omnipotente Kontrolle mittels exzessiver, projektiver Identifikation und Spaltung zwischen guten und bösen Objekten und Selbstanteilen zu beherrschen.
2. Die pathologischen Organisationen, wie sie z. B. von Steiner (1998) beschrieben werden, zeichnen sich durch ein schizoides Rückzugsverhalten aus, mithilfe dessen das Subjekt jeden emotional bedeutsamen Objektbezug zu meiden trachte. Hier müsse die Gewalt vor allem in dem Versuch gesehen werden, eine scheinbare Autonomie und Autarkie zu leben, d. h. jede Abhängigkeit muss geleugnet werden. Paradigmatisch kann man hier auf die Magersucht verweisen.

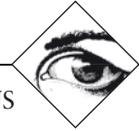
3. Eine weitere Abwehrstruktur zeichne sich aus durch eine noch radikalere Gewalt, durch Verneinung, Verleugnung und Verwerfung müsse das Objekt vernichtet werden.

Alle drei Formen narzisstischer Abwehrorganisationen bleiben jedoch an ihr Gegenüber gebunden, weil sie das Objekt in ihrem Sinne festzuhalten und zu kontrollieren bzw. zu vernichten suchen. In dieser gewaltsamen Blockierung der Individuation und Separation besteht die grundlegende Gewalt narzisstischer Störungen, mit der das Trauma gebannt werden soll.

### Narzisstische Störungen bei Jugendlichen

*Auch hier ist der Akt der Gewalt ein ohnmächtiger Versuch, z. B. das Gefühl von vorangegangener Selbsterniedrigung auszugleichen.*

Immer wieder entbrennt die Diskussion über die zunehmende Gewaltbereitschaft von Kindern und Jugendlichen. Die Kriminalstatistik zeigt, dass sich die Kinder- und Jugendlichen-Kriminalität in den letzten Jahren um über ein Drittel nach oben entwickelt hat (Wetzels & Pfeiffer 1997). Das Problem der Kinder, die aggressives Verhalten zeigen und zu Gewalt neigen, lässt sich als Selbstregulationsstörung beschreiben. Die eigene Gewaltausübung dient in den meisten Fällen der Erhaltung des Selbst im Sinne der „self-preservative violence“, wie sie Glasser (1998) beschrieben hat. Auch hier ist der Akt der Gewalt ein ohnmächtiger Versuch, z. B. das Gefühl von vorangegangener Selbsterniedrigung auszugleichen. Diese gefährdeten Kinder weisen meistens Entwicklungsdefizite auf, die auf der Verhaltensebene als mangelnde Impulskontrolle, Schwierigkeiten im Umgang mit Ärger und Wut und als Empathiemangel zu charakterisieren sind. Der Empathiemangel der Kinder zeigt sich in der Schwierigkeit, sich in die Gefühle, Ängste und auch die Schmerzen anderer Kinder einfühlen zu können. Anderen Kindern Schmerz zuzufügen oder Gewalt anzutun wird deshalb nicht als Schuld erlebt. Narzisstische Störungen entwickeln sich aus einem Zusammenspiel von angeborenen Temperamentfaktoren und einer ungünstigen Eltern-Kind-Interaktion. Zum einen ist es oft ein wenig steuerndes elterliches Erziehungsverhalten, wobei dem Kind immer wieder vermittelt wird, dass es etwas Besonderes ist. Es werden wenige Grenzen gesetzt, die Kinder bekommen ein grandioses, aber unrealistisches Selbstbild. Da dieses Selbstbild nicht auf realistischen Leistungen beruht, bleibt das Kind abhängig von äußerer Bestätigung, es bleibt auf ein „Selbstobjekt“ angewiesen.



## FOCUS

Es können aber auch unangemessene Anforderungen der Eltern sein, die die Kompetenzen des Kindes übersteigen, sodass dieses zur Abwehr von daraus resultierenden Insuffizienzgefühlen Größenfantasien entwickelt. Besonders dramatisch in ihren Auswirkungen sind chaotische Beziehungserfahrungen, die sich aus hoch ambivalentem Verhalten und einem inkonsistenten Erziehungsstil der Eltern ergeben. So z. B., wenn die Eltern ihre Kinder einerseits kalt und abweisend behandeln, sie aber andererseits in anderen Kontexten idealisieren, sodass sich die Kinder innerlich in diese bewunderten Aspekte des Selbst zurückziehen. Diese werden als ihr reales Selbstbild wahrgenommen, während negative, von den Eltern nicht geschätzte Aspekte des Selbst abgespalten und dafür in andere projiziert werden.

*Besonders dramatisch in ihren Auswirkungen sind chaotische Beziehungserfahrungen, die sich aus hoch ambivalentem Verhalten und einem inkonsistenten Erziehungsstil der Eltern ergeben.*

Wie schon zuvor dargelegt, ist das Kernkonstrukt narzisstischer Störungen die Störung der Selbstwertregulation, die mit Größenfantasien bei gleichzeitig erhöhter Kränkbarkeit einhergeht. So ist auch bei Jugendlichen mit narzisstischen Störungen von dem Vorliegen eines fragilen und aufgeblähten Selbstbildes, das typischerweise mit einem Gefühl der Grandiosität sowie einem Bedürfnis nach Bewunderung und einem Mangel an Empathie einhergeht, auszugehen. Die Grandiosität spiegelt sich wider in einer völligen Überschätzung eigener Fähigkeiten und in unrealistischen Fantasien von Macht, Erfolg, Schönheit, Unverletzlichkeit und Einzigartigkeit. Das Bedürfnis nach Bewunderung und der Empathiemangel zeigen sich in der Beziehung zu Gleichaltrigen, die durch ihren instrumentalisierten Charakter gekennzeichnet sind. Beziehungen dienen primär der Befriedigung eigener Bedürfnisse und werden solange aufrechterhalten, wie der andere als Quelle narzisstischer Zufuhr und Bewunderung dient. Dabei führen Ängste vor Abhängigkeit und vor negativen Reaktionen Gleichaltriger sowie Neidgefühle zu einem distanzierten und überheblichen Umgang mit anderen, was eine weitere Entfremdung begünstigt. Kommt es dann zu einer Zurückweisung, reagieren diese Jugendlichen häufig sehr aggressiv. Andererseits findet sich eine verstärkte Neigung zur Identifikation mit anderen, die als stärker erlebt und idealisiert werden. Das ausgeprägte Autonomiebedürfnis und die Angst vor Abhängigkeit äußern sich oft in einer oppositionellen und verweigernden Haltung gegenüber Lehrern oder Eltern. Ein enger Zusammenhang besteht zwischen narzisstischen

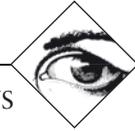
*Grandiosität*

Störungen und gewalttätigem Verhalten sowohl in reaktiver als auch in instrumentalisierter Form. Dabei tragen vor allem die gesteigerte Angst vor Beschämung, die leichte Kränkbarkeit und das Gefühl, sozial ausgeschlossen zu sein, dazu bei, auch bei äußerlich geringen Kränkungserlebnissen mit massiver Aggression zu reagieren. Diese kann sich dann nicht nur auf den vermeintlichen Angreifer beziehen, sondern auch auf Unbeteiligte ausdehnen.

### Amoklauf und Trittbrettfahrer

In ihrem Artikel über „Trittbrettfahrer nach Amokläufen“ streichen Allroggen und Fegert (2010) heraus, dass es diese Kombination von narzisstischer Störung und erlebter sozialer Zurückweisung sei, die einen entscheidenden Faktor in der Entstehung von Amokläufen an Schulen habe. Selbst äußerlich gut oder zumindest hinreichend integrierte Jugendliche mit narzisstischen Störungen erlebten sich aufgrund des Größen-Selbst und der Anspruchshaltung oft als nicht angemessen beachtet und für diese könne es bereits eine Kränkung bedeuten, nicht Klassenbester oder das beliebteste Mädchen der Schule zu sein. Bekämen sie nicht den ihnen als angemessen erscheinenden sozialen Status, komme es zum Schutz des Größen-Selbst und zur Abwehr von Neidgefühlen zu einer zunehmenden Abwertung anderer und einem zunächst innerlichen Rückzug. Dadurch falle eine wichtige Quelle narzisstischer Zufuhr, nämlich die Bewunderung durch andere aber weg, sodass zum Schutz des Größen-Selbst eine Abwertung anderer erfolgen müsse und der Jugendliche sich wiederum zunehmend isoliert fühle. In dieser Phase, in der Größenfantasien, Isolierung, Abwertung anderer und letztlich eine Identitätsdiffusion zentral sind, seien die Jugendlichen besonders anfällig für den Vorgang der Identifikation, und genau hier böten sich Jugendliche, die Amokläufe begangen haben, als Identifikationsfiguren an. Der Jugendliche beschäftige sich gedanklich vermehrt mit Amokläufen und Amoktättern und beginne eigene Pläne zu entwickeln. Bereits die Auseinandersetzung mit der Tat führe dazu, dass der Jugendliche ein Gefühl der Macht und Überlegenheit verspüre und das Gefühl von interpersoneller Kontrolle zur Abwehr von Insuffizienzgefühlen wachse. Komme es nun zu weiteren narzisstischen Kränkungen, könne dies zu massiv aggressivem Verhalten führen.

*In dieser Phase, in der Größenfantasien, Isolierung, Abwertung anderer und letztlich eine Identitätsdiffusion zentral sind, seien die Jugendlichen besonders anfällig für den Vorgang der Identifikation.*



Über das Androhen von Gewalt gelingt es diesen Jugendlichen, durch die damit erhaltene Aufmerksamkeit in den Medien oder in der Gruppe der Gleichaltrigen (aber auch durch die Fantasie der Macht, das Gefühl, dass sie es hätten tun können), eine Stabilisierung des Größen-Selbst zu erreichen. Bei Jugendlichen auf einem deutlich niedrigeren Strukturniveau mit ausgeprägter narzisstischer Symptomatik kann es allerdings zu einer Verwischung der Grenzen von Realität und Fantasie kommen. Diese können eher dazu neigen, unmittelbar eine Gewalttat zu begehen, da es ihnen nicht gelingt, sich über die gedankliche Beschäftigung oder die Androhung von Gewalttaten zu stabilisieren. Bei diesen Jugendlichen ist davon auszugehen, dass erhebliche suizidale Tendenzen und/oder eine massive Aggressionsproblematik bestehen. Der Amoklauf kann dann als eine Abwehr drohender Insuffizienzgefühle gesehen werden, wobei es regelhaft zur massiven Entwertung der anderen und damit einhergehend auch zu einer Entmenschlichung anderer kommt, sodass die Tat nicht nur gerechtfertigt, sondern geradezu sinnvoll erscheint.

*Der Amoklauf kann dann als eine Abwehr drohender Insuffizienzgefühle gesehen werden.*

In seinem Vortrag zum Film „Paradise Now“ anlässlich der Verleihung des Aachener Friedenspreises 2008 untersucht Thomas Aucher, ein Psychoanalytiker, den Teufelskreis der Gewalt im Nahostkonflikt zwischen Israelis und Palästinensern mit besonderer Berücksichtigung der Dynamik der Selbstmordattentäter. Kurz gefasst streicht er heraus, wie palästinensische Selbstmordattentate das historische Trauma der Ohnmacht und Wehrlosigkeit der Juden vertieft haben und bei vielen neben Trauer und Schrecken auch Rache und Vergeltungsbedürfnisse gesät haben. Das israelische Militär reagierte mit nicht weniger brutaler zerstörerischer Gewalt. Diese militärischen Gewaltaktionen wiederum vertieften das historische Trauma der Ohnmacht, Wehrlosigkeit und die narzisstischen Kränkung der Palästinenser. Es erzeugte neben Trauer und Angst auch bei ihnen Rachebedürfnisse und Vergeltungsimpulse. Deren Realisierung in gewaltsame terroristische Aktionen erzeuge wieder neue Traumata und so werde der Teufelskreis der Gewalt geschlossen und immer wieder fortgeführt. Insofern seien beide Völker Opfer, aber auch Täter.

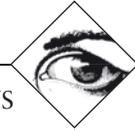
### **Selbstmordattentäter und Narzissmus**

*Das Erleben von Willkür und Entehrung ist oft der seelische Schlüssel für das Auslösen gewalttätiger und selbstzerstörerischer Reaktionen und entspringt aus einem Ohnmachtsgefühl.*

*der ideale Nährboden für ideologische und fundamentalistische Gruppen*

Das Erleben von Willkür und Entehrung ist oft der seelische Schlüssel für das Auslösen gewalttätiger und selbstzerstörerischer Reaktionen und entspringt aus einem Ohnmachtsgefühl. Es sind oft primär Opfer, die auf direktem oder indirektem unbewusstem seelischen Weg sich und anderen grenzenloses Leid zuzufügen. Neben lebensgeschichtlichen Traumatisierungen bestehen ein großes Angstpotenzial und ein gewaltiges Aggressionspotenzial, und beide sind ins Unbewusste verdrängt. Doch verhindern die Affekte oft das rationale Denken und die Vernunft, was zu Gefühlsabstumpfung führt, wobei auch einfühlsame, zärtliche und liebevolle Gefühle, vor allem aber die Schmerzempfindlichkeit wie eingefroren werden. Das Ergebnis ist eine weitgehende Gefühlsarmut oder Gefühlskälte. Andere Folgen der emotionalen Abstumpfung sind dann Beziehungsleere und ein grundlegendes Gefühl innerer Leere. Dies ist der ideale Nährboden für ideologische und fundamentalistische Gruppen, die sich anbieten, die Hörigkeitsbedürfnisse solch traumatisierter Menschen zu befriedigen und deren innere Leere mit Beziehungssurrogaten, Ideologie und religiösen Verheißungen zu füllen. Der einzelne Mensch zählt da nicht mehr, er hat keine persönliche Bedeutung oder menschlichen Wert. Der Selbstmordattentäter und sein Handeln werden verklärt, idealistisch, narzisstisch überhöht, damit der schlichte Akt des Tötens und sich Tötens nicht wahrgenommen werden muss. Die Banalität des Bösen wird ideologisch und religiös verbrämt. Zu dieser Ideologie gehört auch die kollektive Idealisierung der Selbstmordattentäter zu auserwählten Märtyrern. Helden werden sie allerdings erst nach ihrem Heldentod. Damit erhalten die in der Regel perspektivlosen jungen Menschen eine narzisstisch verlockende Perspektive: Anerkennung, Ruhm und Ehre. Gleichzeitig erhalten sie das Versprechen, dass ihre Familien bis zum Lebensende materiell versorgt und geschützt werden. Wer auf der Erde keine Perspektive mehr finden kann, der sucht sie vielleicht im Himmel. Die unerträgliche Realität wird durch (Wunsch-)Fantasien ersetzt. Diese ideologischen, idealisierten („religiösen“) Positionen sind so weit entrückt von der tatsächlichen Wirklichkeit, dass das alltägliche Leben, das eigene Leben und das Leben anderer demgegenüber jeglichen Wert verlieren.

Ein wesentliches Motiv für die Destruktivität ist die Verletzung der Würde des Menschen, seine seelische Erniedrigung: „Lieber



## FOCUS

*Ein wesentliches Motiv für die Destruktivität ist die Verletzung der Würde des Menschen, seine seelische Erniedrigung.*

der Tod als ein Leben ohne Ehre“, oder: „Man kann uns im Leben die Würde nehmen, aber nicht im Tod“, lauten klassische ideologische Formeln. Im Verhalten jugendlicher Selbstmordattentäter fließen im Sinne einer Ergänzungsreihe (Freud 1914) mindestens drei psychische bzw. psychosoziale Komponenten zusammen:

1. Die altersentsprechende narzisstische und allgemeine Destabilisierung des Heranwachsenden geht unbewusst mit einer besonderen Empfänglichkeit für Ideologien des „Heilen und Ganzen“ und einer Unterwerfungsbereitschaft unter „Führer“, also Vaterfiguren einher.
2. Bei narzisstisch traumatisierten, seelisch „vorgeschiedigten“ Jugendlichen, also vormaligen „Opfern“ verschärft sich die normale Adoleszenz-Krise und verstärkt das Bedürfnis nach vor allem narzisstisch-kompensatorischen Stabilisierungsfaktoren durch aktive Täterschaft, Handeln und Agieren.
3. Religiöse, ideologische und politische Interessenten missbrauchen diese Schwäche und den Idealismus der Adoleszenten – insofern sind die Jugendlichen wieder Opfer. Sie werden indoktriniert und ausgebildet – zu „Tätern“. Dabei wird das Heil ausschließlich in der Destruktion gesucht, „möglichst viele Feinde töten“. Das Opfer hat keinen sonstigen Sinn. Indem die Adoleszenten sich dann im Selbstmordattentat selber mit töten, sind sie Täter und Opfer zugleich. Sie werden von der Terrororganisation für deren politische Zwecke instrumentalisiert und damit wieder Opfer.

Gewalt als narzisstische Regulation gab es in den verschiedensten kulturellen Zusammenhängen. Immer wieder haben Einzelne oder auch Gruppen den früher einmal stattgehabten Gewaltverzicht verneint, haben mangels anderer Möglichkeiten, das Selbstgefühl zu stärken, auf einen ursprünglichen Narzissmus zurückgegriffen. Dieser zeigt sich in Machtfantasien, in Größenfantasien und im Verzicht auf und im Abwerfen von kulturellen Banden und Bindungen. Winker (2002) betont, dass der kulturell geforderte Verzicht auf narzisstische Gewalt, auf narzisstisches Durchsetzen eigener Interessen ohne Rücksicht auf andere nur dann erfolgreich sein kann, wenn eine entsprechende narzisstische Gratifikation auf höherer Ebene gewährt wird. Offen bleibt die Frage, auf welcher

## Ausblick

*Wir müssen zu einer komplexeren Vorstellung von Kultur und Narzissmus kommen, den Zusammenhang verstehen mit dem, was man als Gott oder das Göttliche bezeichnet, uns aus der Kinderwelt, in der wir zum Teil immer noch leben, befreien.*

Ebene diese Befriedigung stattfinden kann. Freuds Kulturpessimismus klingt immer wieder durch, dass nämlich eigentlich alles Kulturelle nur mehr oder weniger mühsam zustande kommt und dass darunter ständig das Böse lauert. Winker wirft auch hier die Frage auf, ob die aktuellen und konkreten Erscheinungen von Gewalt vielleicht Ausdruck eines zunehmenden Kulturpessimismus sind, ob die Kultur sich selbst nicht mehr traut, den Optimismus verloren hat, die tiefe Überzeugung, etwas zu sein, das aus sich selbst wächst und stark ist und nicht nur Folge eines Dressurakts. Auch das Zurückgehen von Religiosität könnte ein Beispiel sein für diese Werteproblematik. Es ist sicher kein Zufall, dass auch und gerade in unserer Gegenwart Religion so häufig mit Gewalt verbunden ist. Ich denke, dies sind Anzeichen, die uns nachdenklich machen müssen und die uns nach den größeren Zusammenhängen suchen lassen sollten, wenn wir von Gewalt sprechen. Wir müssen zu einer komplexeren Vorstellung von Kultur und Narzissmus kommen, den Zusammenhang verstehen mit dem, was man als Gott oder das Göttliche bezeichnet, uns aus der Kinderwelt, in der wir zum Teil immer noch leben, befreien, indem wir nicht nur aus Zwang auf unsere gewalttätigen narzisstischen Wünsche verzichten und den Gesetzen gehorchen, getrieben von der Angst vor Strafe, sondern freiwillig und aus Einsicht und Achtung vor den Rechten des anderen. Nur so kann Gewaltfreiheit zu einem echten, positiven Wert werden, der dann auch in freier Entscheidung erkannt, anerkannt und gewürdigt wird.

---

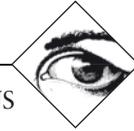
## Zusammenfassung

Gewalt wird als gescheiterte narzisstische Selbstregulation beschrieben unter Berücksichtigung gesellschaftlicher und kultureller Implikationen. Die narzisstische Identifikation wird erklärt als Abwehrmechanismus eines frühen Traumas. Das Phänomen Gewalt wird untersucht und narzisstische Störungen bei Teenagern, Gewalt an Schulen und Selbstmordattentäter werden als Beispiele einer gescheiterten narzisstischen Selbstregulation angeführt.

---

## Summary

Violence is being described as an expression of a failed narcissistic self-regulation. The phenomenon of violence is being explored in the area of conflict concerning the changing identity of the individual with regard to society, culture and religion. A narcissistic

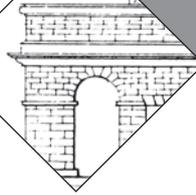


core complex is presented as consequence of an early trauma and the resulting narcissistic identification as a defense mechanism of it. Narcissistic disorders of teenagers, rampages in schools and suicide bombers are put forward as examples for a failed narcissistic self-regulation.

---

## Literatur

- Allroggen, M.; Fegert, J. M. (2010): *Narzisstische Störungen bei Jugendlichen und ihre Bedeutung bei der Einordnung von „Trittbrettfahrern“*. In: *Nervenheilkunde* 7–8, S. 438–441.
- Altmeyer, M. (2002): *Video(r) ergo sum! (Ich werde gesehen, also bin ich)*. Vortrag, 15. April 2002, im Rahmen der 52. Lindauer Psychotherapiewochen 2002.
- Auchter, T. (2008): *Paradise Now*. Kurzvortrag zum Film anlässlich der Verleihung des Aachener Friedenspreises 2008 am 26.08.2008 im Institut Francais.
- Bröckling, U. (2007): *Das unternehmerische Selbst; Soziologie einer Subjektivierungsform*. Frankfurt a. M., Suhrkamp.
- Freud, S. (1914): *Zur Einführung des Narzissmus*. In: Freud, S. (1975): *Studienausgabe*, Bd. III. Frankfurt a.M., Fischer, S. 37–68.
- Glasser, M. (1990): *Probleme bei der Psychoanalyse gewisser narzisstischer Störungen*. Vortragsmanuskript und Tagungsband DPV-Arbeitstagung No 1990.
- Gruen, A. (1987): *Der Wahnsinn der Normalität*. München, dtv.
- Henseler, H. (1976): *Der psychoanalytische Beitrag zum Suizidproblem*. In: Eicke, D. (Hg.) (1976): *Die Psychologie des 20. Jahrhunderts*. Zürich, Kindler, S. 824–837.
- Keupp, H. (2010): *Vom Ringen um Identität in der spätmodernen Gesellschaft*. Eröffnungsvortrag am 18. April im Rahmen der 60. Lindauer Psychotherapiewochen 2010.
- Racamier, P.-C. (1982): *Die Schizophrenen. Eine psychoanalytische Interpretation*. Berlin, Heidelberg, New York, Springer.
- Reiche, R. (1991): *Haben frühe Störungen zugenommen?* *Psyche* 45.
- Schiff, A. u. J. (1971): *Passivity* TAJ 1; S. 71 ff.
- Steiner, J. (1998): *Orte des seelischen Rückzugs*. Stuttgart, Klett-Cotta.
- Trimborn, W. (2002): *„Ich lasse mich nicht zerstören.“ Zur Dynamik von Gewalt bei narzisstischen Störungen*. In: Schlösser, A. & Gerlach, A. (Hg.) (2002): *Gewalt und Zivilisation*, Psychosozial-Verlag.
- Wetzels, P.; Pfeiffer, C. (1997): *Kindheit und Gewalt: Täter- und Opferperspektiven aus Sicht der Kriminologie*. *Praxis der Kinderpsychologie u. Kinderpsychiatrie* 46, S. 143–152.
- Winker, B. (2002): *Gewalt als Ausdruck missglückter narzisstischer Regulation*. In: Schlösser, A. & Gerlach, A. (Hg.) (2002): *Gewalt und Zivilisation*, Psychosozial-Verlag.
- Winnicott, D. W. (1971, 1995): *Vom Spiel zur Kreativität*. Stuttgart, Klett-Cotta.



## Wiedergelesen: Bela Grunberger, *Narziss und Anubis*

Bela Grunberger,  
**Narziss und Anubis,**  
 Bd.1 & 2.  
 Verlag Internationale  
 Psychoanalyse,  
 München 1988

Bela Grunberger habe ich nicht wiedergelesen, ich lese ihn immer wieder. Denn seine Überlegungen und Schlussfolgerungen zum Narzissmus haben eine Erkenntniskraft, die zu einem tieferen Verständnis transaktionsanalytischer Konzepte, insbesondere der Skripttheorie beiträgt. Einige wenige Kostproben mögen dies andeuten.

Grunberger legt in „Vom Narzissmus zum Objekt“ (1982) seine Theorie vom primitiven Narzissmus vor, die in „Narziss und Anubis“ eine weitere Differenzierung und Ergänzung erfährt und schreibt: „Meine These [...] besteht darin, die Manifestationen des primitiven Narzissmus (wie auch seine Abkömmlinge) auf eine pränatale Koenästhesie zurückzuführen, Matrix einer Reihe von Merkmalen, die wir gemeinhin dem Narzissmus zuordnen. Zu ihnen zählen Selbstliebe und Selbstachtung (in ihrer positiven und negativen Form), das Allmachtgefühl und seine Störungen (Megalomanie und Mikromanie), die Erinnerung an einen besonderen Zustand des Hochgefühls und die Sehnsucht danach, sowie das Wiederaufleben dieses Zustandes in bestimmten Situationen, das Bewusstsein der eigenen Unverwundbarkeit, Reinheit und Einmaligkeit, die Phantasie, grenzenlos, ewig und unsterblich zu sein, usw. – alles Merkmale, deren Wurzeln in den besonderen Lebensbedingungen des Fötus liegen“ (1988, Bd. 2, S. 158).

Ingo Rath



Mit anderen Worten: Der Mensch versuche, das Erlebnis der pränatalen Existenz zu wiederholen. Er wünsche sich, das wiederzufinden, was er auf traumatische Weise verloren habe. Mit der Geburt beginne der Austritt aus der narzisstisch-paradiesischen Dimension, aus dem Mutteruniversum in die menschliche Realität,



die ihm seine begrenzte körperlich-triebhaftere Ausstattung anzuerkennen gebiete, die es ihm aber auch ermöglihe, sich in der Welt zu „verorten“. Das Skript kann als subjektiver Ausdruck der raumzeitlichen sozialen Verortung verstanden werden.

Für Grunberger ist der primitive Narzissmus (Paleonarzissmus) eine phylogenetisch ältere Kraft als die Triebe und stellt eine von den Trieben unterschiedene Energiequelle dar, die ihren Ursprung in der pränatalen Koenästhesie des Fötus hat und von der Geburt bis zum Tode aktiv bleibt. Insofern befindet sich der Mensch nach Grunberger *nicht* im Kampf zwischen Lebens- und Todestrieb, sondern ist *auf der Suche*, die Spannung zwischen Harmonie und Ganzheit und den Triebkräften (z. B. Wünsen, Begehren, Motiven u. a.) auszubalancieren. Das Skript stellt eine subjektive Antwort auf diese Suche dar. So können „Physis“ und „Aspiration“, nach Berne skriptgestaltende Kräfte, als Begleiterscheinung des Paleonarzissmus nach Grunberger aufgefasst werden, ebenso der „Ruhetrieb“ bei F. English, der noch vor dem Lust- und Unlustprinzip angesiedelt zu betrachten ist.

*Für Grunberger ist der primitive Narzissmus eine phylogenetisch ältere Kraft als die Triebe.*

*Paleonarzissmus*

Der Paleonarzissmus ist von einer primitiven archaischen Aggression begleitet, die zusammen nach Grunberger die beiden Kerne des Narzissmus bilden, der eine durch Narziss repräsentiert, der andere durch Anubis, den ägyptischen Schakal-Gott. Beide bezeichnet er explizit als nackte Instinkte, die gemeinsam mit den Trieben die doppelte Anlage, das bipolare Ich des Kindes bei der Geburt bilden. Im intrauterinen Leben steht Anubis im Dienste von Narziss und bildet eine harmonische Ergänzung, es gibt keine Trieb- und Körperspannungen. Beim Eintritt in das Erdenleben entzweien sich die beiden Kerne des Narzissmus, „wobei die paradiesische Glückseligkeit einer apokalyptischen Katastrophe weicht“ (1988, Bd. 2, S. 77). Mithilfe des Fürsorgesystems kann diese „Geburtssituation“ durch elterliche Liebe abgedeckt, die Aggression in den Dienst des Narzissmus gestellt und die Diskrepanz zwischen der Vorstellung der Vollkommenheit und der menschlichen Unzulänglichkeit ertragen werden. Die Entzweigung des bipolaren Ichs spiegelt sich etwa im Skript des Damokles in der „Katastrophenerwartung“ wider. Ebenso haben die antagonistischen, paradiesischen und apokalyptischen O.K.-Positionen hier ihren Ursprung und gestalten den Skriptentwurf.

*Narzissmus und Aggression stehen in einem dialektischen Verhältnis.*

Die Analität als Antagonist des Narzissmus ist nach Grunberger die Grundlage jeder Triebbewegung und für die Entwicklung des Realitätssinnes bedeutsam. Narzissmus und Aggression stehen in einem dialektischen Verhältnis. Mit anderen Worten: Für jeden Menschen bedeutet dies, sich zwischen dem Verharren im Narzissmus und der Anerkennung der Gesetze der Realität immer wieder neu zu entscheiden. Für Grunberger ist dies „Ödipus als Prinzip“ (Bd. 2, S. 38). Auch im Skript erkennen wir dieses dialektische Prinzip, insbesondere in den Spielen und in den Ausbeutungstransaktionen. Insofern ist die Narzissmustheorie von Grunberger für die Skripttheorie ursachenerklärungsfähig.

---

## Literatur

- Grunberger, B. (1982): *Vom Narzissmus zum Objekt*. Frankfurt: Suhrkamp.



## Die Geschichte eines Scheiterns

Nach vier Jahren ist zu Ende, was auf beiden Seiten doch so hoffnungsfroh begonnen hatte. Herr K. bricht die Therapie ab, was bei der Therapeutin die Empfindung hinterlässt, mitten aus einem Prozess herausgerissen worden zu sein, einer Chance beraubt, eine Arbeit zu einem guten Ende bringen zu können, mit etwas Unfertigem dazustehen. Hinzu kommt das Gefühl der Unzulänglichkeit; etwas ist missglückt; die Therapie ist gescheitert.

Was war geschehen?

Vier Jahre zuvor kommt Herr K., Anfang 50, zum Erstgespräch. Er sei ein Narzisst; er leide darunter, dass seine Liebesbeziehungen immer wieder scheitern, er wolle dieses Muster endlich durchbrechen: nach der Verliebtheitsphase zunehmend eskalierende Streitereien mit Wutausbrüchen seinerseits – z.T. würde er auch handgreiflich, was ihm schwer zu schaffen mache. Jetzt habe er eine neue Frau kennengelernt, und diesmal müsse er es schaffen. Er wolle endlich Zugang zu seinen Gefühlen finden, er könne nicht weinen, nicht trauern.

Herr K. lässt sich auf die Therapie bei mir ein und liefert nicht nur bereitwillig viel Material, sondern auch viel angelesenes Wissen, wozu er immer wieder Bücher mitbringt, wie um sich an deren „Wahrheit“ festzuhalten und sich vom Fühlen abzuhalten. In der Idealisierungsphase gibt es „viele liebe Herzensgrüße“ aus den Ferien und Blumen zum Valentinstag.

### Vignette Das erste Jahr

Ulrike Müller



Herr K. bildet eine positive Mutterübertragung aus. Als ich ihn auffordere, auch seine Aggressionen zu zeigen, meint er, mir gegenüber könne er niemals Aggressionen haben. Dennoch sei ich die Therapeutin, die ihn begrenzen könne, die er nicht schonen müsse. Er fühle sich von mir verstanden.

Nach einem heftigen Gefühlsdurchbruch nach etwa einem Jahr Therapie, bei dem Herr K. auf ein vorsprachliches Niveau regredierte und nur noch weinte, findet er trotz aller verzweifelten Versuche nie mehr einen so tiefen Zugang zu seinen frühen verschütteten Gefühlen.

*„Wenn es keine sexuelle Beziehung sein kann, wie geht dann Beziehung?“*

Ganz allmählich gelingt es Herrn K., eine Beziehung zu mir aufzubauen, nachdem sein erster Satz in der Therapie war: „Wenn es keine sexuelle Beziehung sein kann, wie geht dann Beziehung?“

Er fühlt sich bei der Therapeutin „gehalten“: „Sie sind mit Ihrer ganzen Andacht bei mir.“ – „Es geht um mich.“ Gleichzeitig gibt es immer wieder die Situationen, oft am Ende der Stunde, wo die entstandene Nähe, die Gewissheit gesehen, erkannt worden zu sein, ihm peinlich ist und er schnellstens gehen muss. Herr K. bekommt eine Ahnung davon, dass es schön sein könnte, als „Ich“ mit einem „Du“ Nähe zu erleben, ohne zu verschmelzen: „Allein mit Ihnen im Schweigen, ohne mich zu verlieren.“

*Die Übertragungsbeziehung wird immer intensiver.*

Die Übertragungsbeziehung wird immer intensiver. Parallel dazu entwickelt sich die Beziehung zur neuen Frau (F.) nach altem Muster: Herr K. kann seine Grenzen nicht halten, hat Angst vor Verschmelzung, kann ihr Nähebedürfnis nicht aushalten, gibt sich „gefühlskalt“. Er fürchtet seine symbiotischen Abhängigkeitswünsche, die er bei ihr und bei der Therapeutin bekämpfen muss. Allmählich wird F. ausschließlich zur bösen Mutter, die es zu bekämpfen gilt. Meine Versuche, ihm zu einem realitätsgeren Blick zu verhelfen, haben einen sehr geringen Erfolg.

„Wenn ich gesehen werde, kommen mir die Tränen.“ – „Der andere soll gleich sein wie ich, damit ich mich finde.“ Wenn die Therapeutin schweigt, hat Herr K. den Eindruck, er würde nicht gesehen; das macht ihn wütend. Er sagt zur Therapeutin: „Sie su-



chen mich – da muss ich mich zeigen; das macht mich unsicher – wie muss ich mich verhalten?“ – „Wenn Sie mich suchen, durchbrechen Sie den Panzer, das macht mich sehr traurig.“ Herr K. beginnt zu weinen. Später: „Sie sehen mehr, als ich zeige.“ – „Wenn Sie mich finden, ist das gefährlich. Sie sind aktiv, können mich zwingen, das ist wie eine Vergewaltigung.“ Mein Einwand, er könne sich doch finden lassen, löst Trauer aus.

Auf der anderen Seite ist das In-die-Leere-Gehen, da ist niemand. „Ich finde niemanden. Den Gedanken, Sie (Therapeutin) könnten da sein, ich könnte gefunden werden, kann ich nicht zulassen.“ Davon ist Herr K. sehr berührt. Die Vorstellung, zwei Menschen können aufeinander zugehen und sich finden bzw. finden lassen, kommt in Herrn K.s Bezugsrahmen noch nicht vor, bzw. macht ihm noch zu viel Angst. Das wäre Beziehung und „das hieße, die Last der letzten 50 Jahre tragen müssen“. Das hieße einerseits, Verantwortung zu übernehmen, also erwachsen zu werden; andererseits kann er sich gar nicht vorstellen, dass Beziehung auch heißt, die Last gemeinsam zu tragen: „Da nehmen Sie zu viel auf sich.“

Vorläufig heißt Nähe noch: „Verlassen oder aufgefressen werden“. Herr K. hat immer noch Angst vor einer authentischen Beziehung: „Mein Kampf um die Beziehung zu Ihnen; ich lass es gar nicht zu, dass ich wirkliche Gefühle für Sie habe.“ Dass er dadurch wirklich und abgegrenzt würde. Dass authentisch sein auch heißt, bei sich zu sein.

Im zweiten Jahr ist das Selbstwertgefühl Thema: „Ich bin doch nicht nichts wert! Sag, dass ich was wert bin!“ Das ungetröstete Kind. „Die anderen verurteilen mich – ich bin schuldig.“ – „In der sexuellen Beziehung muss ich immer eine Rolle spielen – die Rolle umgeht das Schuldig-Sein“.

Die Frage, wofür die Sexualität in der Beziehung zu einer Frau steht, nimmt einen großen Raum ein. Herrn K. wird zunehmend bewusst, dass Sexualität auch eine Vermeidungsstrategie ist. Er sagt: „Ich möchte spüren, dass ein anderer da ist. Dass es außerhalb der Sexualität jemanden gibt, hab ich nicht gewusst.“

*Die Vorstellung, zwei Menschen können aufeinander zugehen und sich finden bzw. finden lassen, kommt in Herrn K.s Bezugsrahmen noch nicht vor.*

*Vorläufig heißt Nähe noch: „Verlassen oder aufgefressen werden“.*

## Das zweite Jahr

*In der Gegenübertragung  
fühle ich mich so unzu-  
länglich wie Herr K.*

Nach 15 Monaten Therapie gibt es eine erste Unmutsäußerung: „Ich fröne hier meinem Narzissmus; Sie stellen mir auch nichts entgegen.“ Herr K. ist enttäuscht davon, dass ich in seinen Augen seine zu Beginn der Therapie als Behauptung formulierte Erwartung, ihn begrenzen zu können, nicht erfülle. *Am Ende des zweiten Jahres* nehmen die Unmutsäußerungen, das Gefühl der beiderseitigen Unzulänglichkeit und der fehlende Zugang zu seinen Gefühlen zu. Herr K. spürt seine Angst und seine Wut, kann beide aber nicht wirklich in der Therapie zeigen. Trauer und Schmerz will er nicht spüren. „In diesem Schmerz gehe ich unter. [...] Ich will das Weinen nicht.“ Gleichzeitig macht er der Therapeutin den Vorwurf, dass es ihr nicht gelinge, ihn in Kontakt mit seinen Gefühlen zu bringen. In der Gegenübertragung fühle ich mich so unzulänglich wie Herr K.

Es beginnt das Suchen, wie ihm zu helfen sei. Ich höre auf, meinen Weg zu gehen. – Warum? Herrn K.s Forderung ist eindeutig: Ich solle die Führung übernehmen, „auch wenn ich nicht will, wohin Sie mich führen“.

Stattdessen beginne ich, immer neue Methoden anzubieten und z.T. auszuprobieren, setze aber keine konsequent fort, sondern verharre in der unsicheren Erwartung, ob mein Klient auf das Angebot von sich aus zurückkommt (z. B. Körperarbeit). Dadurch entsteht bei mir zunehmend der Eindruck von Beliebigkeit. Statt mich – wie bislang – auf meinen Klienten zu freuen, erwarte ich ihn ängstlich. Herr K. reagiert darauf mit innerer Distanzierung, die er noch dadurch festigt, dass er fast jedes Mal ein anderes Buch zum Thema mitbringt und mir damit sagt, *wie* ich vorzugehen habe. Auf der Oberfläche findet ein intellektualisierender pseudo-erwachsener Diskurs statt, darunter wächst auf Seiten von Herrn K. die Aggression (die er mir gegenüber *niemals haben* würde), und ich rutsche immer tiefer in ein Gefühl der Lähmung. In gewisser Weise weiche ich immer mehr zurück.

Dennoch gelingen immer wieder Momente von Wahrhaftigkeit und Nähe; so, wenn Herr K. feststellt: „Wenn ich Sie als gute Mutter zuließe, würden meine Wünsche unermesslich.“ Seine Angst vor der Unermesslichkeit seiner regressiven Wünsche verhindert jedoch, dass daraus eine längere Sequenz entstehen kann.



Es ist, als ob in der dicken Mauer ab und an ein winziges Fenster aufgeht, ein Lichtschein nach draußen fällt, ein Hilferuf ertönt, und gleich darauf erlöscht das Licht, das Fenster wird wieder geschlossen und ein dicker Holzladen davorgeriegelt. Dies verstärkt mein Gefühl von Hilflosigkeit.

Die Entidealisierung der Therapeutin gelingt Herrn K. am Ende des zweiten Jahres mit der Bemerkung: „Eine gute Mutter muss nicht alles können.“ Ich schöpfe wieder Hoffnung.

*Entidealisierung  
der Therapeutin*

Stattdessen werde ich in der Übertragung immer mehr wie seine Freundin F.; ich werde zur passiven, abwartenden und fordernden Frau. Meine Grundannahme, wie ich sie als „Technik“ gelernt habe, der Klient bestimmt das Geschehen; er weiß den Weg, die Therapeutin muss nur folgen und begleiten, erweist sich als absolut kontraindiziert. Herr K. ist ein haltloses Kind, das nichts so sehr braucht, wie gehalten und geführt zu werden, was ich ihm verweigere. Er sagt es sogar, allerdings mit einer gewissen Selbstabwertung: „Meine infantilen Wünsche nach Führung und Halt; der andere soll wissen.“ Kein Wunder, dass er anfängt zu zweifeln und zu verzweifeln und dass die Stimmung latent immer aggressiver wird. Tatsächlich bekommt er nicht, was er braucht, obwohl er es mit aller Macht einfordert und auch benennt: „Die Verantwortung übernehmen müssen, macht Angst oder aggressiv!“ Es ist die Verantwortung des Kindes, rausfinden zu müssen, was die Mutter braucht, damit sie halbwegs befriedet ist.

*Herr K. ist ein haltloses  
Kind, das nichts so sehr  
braucht, wie gehalten und  
geführt zu werden, was ich  
ihm verweigere.*

Dennoch gibt es immer wieder Nähe-Momente, die ihn berühren. Z. B. legt er einmal seine Hände in meine nach ihm ausgestreckten. Es gibt Trostbilder von Gehaltenwerden, was auch zu langem Weinen führt und regressive Wunschbilder, wie auf dem Sofa in der Praxis einzuschlafen und irgendwann am Nachmittag wieder aufzuwachen in der Geborgenheit meiner Anwesenheit: „Sein dürfen, statt reagieren müssen.“ Und gleichzeitig bleibt das Misstrauen, ob ich ihn wirklich halten könnte, wenn er sich fallen ließe.

Dieses Bild taucht nun einige Zeit in Variationen immer wieder auf. Er fantasiert sogar, seinen Schlafanzug mitzubringen – ich deute das für mich dahingehend, dass er in den Übertragungs-

*Herrn K.s Angst vor Nähe, sein Misstrauen, ob ich seine maßlose Bedürftigkeit halten und aushalten könnte, und seine Scham über seine Bedürftigkeit führen dazu, dass solche Momente immer wieder zerstört werden (müssen).*

fantasien bei mir einziehen möchte. Er bekommt eine Ahnung davon, was wirkliche Beziehung ist, als er Sexualität in seiner inneren Wahrnehmung durch Erotik ersetzen kann: „... wenn ich Sie als schöne Frau wahrnehme.“ Ich denke an Jessica Benjamins Ausführungen zum „erotischen Tanz“ zwischen Mutter und Kind, in dem das Kind Liebes- und Beziehungsfähigkeit lernt.

Herrn K.s Angst vor Nähe, sein Misstrauen, ob ich seine maßlose Bedürftigkeit halten und aushalten könnte, und seine Scham über seine Bedürftigkeit führen dazu, dass solche Momente immer wieder zerstört werden (müssen). z. B. äußert er einmal die Befürchtung, „was wir da so machen“ könnte ins Sexuelle abgleiten: „Wo führt das hin?“ Auch von seiner Seite gibt es keine Kontinuität, sondern ständige Brüche und Abbrüche.

### Das dritte Jahr

In der Mitte des dritten Jahres ist die „Glaswand“ weg, was bedeutet, dass er sich noch verwundbarer und noch mehr seiner Angst ausgesetzt erlebt, ohne den Schutz der therapeutischen Situation wirklich annehmen zu können. Herr K. kommt mit Blumen und Kerzen für jedes Therapiejahr, wünscht sich ein Resümee, rückt dazu ganz nahe an das Tischchen und will, dass wir zusammen auf dem Sofa sitzend Familienfotos ansehen. Ich erkenne den Kind-Impuls nicht, spreche ihn auf sein symbiotisches „Wir“ an, was nicht nur den Nähe-Zauber zerstört, sondern bewirkt, dass Herr K. sich von mir im Stich gelassen fühlt, mit anderen Worten, sich in seiner Kindlichkeit als nicht wahrgenommen erlebt – was er mir nach der sehr langen Sommerpause als Erstes sagt.

Herr K. will sich explizit nicht mehr auf die Übertragungsbeziehung einlassen, sondern kommt mit einem Katalog von Forderungen an mich, was ich zu tun habe; benennt auch konkret TA-Modelle, die er auf sich angewandt sehen möchte. Er fordert mit zunehmender Vehemenz meine Führungsrolle ein! Auch da lasse ich mich irritieren; denn er fordert ja die haltgebende Mutter, statt die gewährende und zurückweichende.

In den folgenden Monaten betont Herr K. immer wieder, dass es nicht um unsere Beziehung ginge, sondern um die Beziehung zu



## WERKSTATT

F., die zum Scheitern verurteilt sei. Entsprechend steigt seine Aggressivität in der Beziehung zu F., was aber latent auch die therapeutische Beziehung beeinflusst, obwohl Herr K. nie offen aggressiv wird. Aber er spricht häufig von seiner übergroßen Wut, die er F. gegenüber empfindet. Die Wut ist fast ständig Thema. Übrigens häufig in Verbindung mit Angst und Ohnmachtserfahrungen: „Wenn ich nicht gesehen und verstanden werde, will ich aus Ohnmacht nur noch toben und schreien.“ Es ist die Phase, in der Herr K. innerpsychische Mechanismen aktiviert, um die Therapeutin allmählich verblassen zu lassen.

*Es ist die Phase, in der Herr K. innerpsychische Mechanismen aktiviert, um die Therapeutin allmählich verblassen zu lassen.*

Im letzten Therapiejahr ist Herr K. zum ersten Mal explizit bereit, Verantwortung zu übernehmen, was er zuvor noch vehement abgelehnt hatte: „Das macht Angst und ist gefährlich.“ Er versteht nun, dass durch die Übernahme von Verantwortung fürs eigene Tun auch Begrenzung entsteht, er so der gefürchteten Verschmelzung entkommen könnte.

## Das vierte Jahr

Am Ende des Jahres verlässt er alle Frauen, mit denen er in diesen vier Jahren eine Beziehung hatte mit den Worten: „Ich bin enttäuscht, ich verlasse Sie, ich bin wütend.“ Um kurz darauf die Vermutung zu äußern: „Wir mögen uns – vielleicht geht Therapie nicht, wenn Klient und Therapeutin sich mögen.“

Beim Abschied ist sein letzter Satz: „Darf ich wiederkommen?“ Von meiner erlaubenden Bejahung hat er bislang keinen Gebrauch gemacht.

Insgesamt habe ich dieses letzte Jahr als in jeder Hinsicht sprunghaft, suchend, mit immer mehr Brüchen erlebt. Herr K. bestimmt ständig neue Therapieziele, auch wenn sie letztlich immer um die narzisstische Kernthematik von Selbstwert, Schuld und Scham kreisen. Und ich lasse mich bestimmen, statt die Führung wieder zu übernehmen. Zunehmend verunsichert, weiche ich immer mehr zurück. In der Supervision habe ich den Eindruck, dass ich mich nicht verständlich machen kann. Wie auch, da ich ja selbst noch nicht weiß, was eigentlich los ist. Was mir die Supervisorin anbietet, sind die brauchbaren Sätze auf der Verhaltensebene, die ich alle kenne, über deren Handhabung ich sonst verfüge, die mir

*Ich lasse mich bestimmen, statt die Führung wieder zu übernehmen.*

nur in diesem besonderen Fall nicht einfallen oder die ohne Wirkung bleiben.

*Die vier Therapiejahre erscheinen mir in der Nachbetrachtung wie eine klassische Tragödie aufgebaut.*

Die vier Therapiejahre erscheinen mir in der Nachbetrachtung wie eine klassische Tragödie aufgebaut, nach deren Muster offenbar alle Beziehungen von Herrn K. bislang verlaufen sind. Die zunehmende Nähe und Offenheit gipfelt in der Abschiedsstunde vor der Sommerpause im dritten Jahr, von der Herr K. später sagen wird, er habe sich noch viel mehr Nähe gewünscht, sich aber noch nicht getraut, dies zu sagen. Danach entwickelt sich so viel Destruktives, es gibt so viele Vorwürfe, dass ich beginne, mich infrage zu stellen – kurz die Geschichte eilt ihrem tragischen Ende zu, zum Therapieabbruch, der eben auch ein Beziehungsabbruch ist. Es ist mir, es ist uns nicht gelungen, ein gutes Ende herbeizuführen, was bei beiden Beteiligten, wie es sich für ein destruktives Spiel gehört, „schlechte Gefühle“ hinterlässt.

### Versuch einer Analyse

Wenn ich die Dynamik im Einzelnen betrachte, bin ich der Überzeugung, dass wir uns in unseren frühen Beziehungsmustern verhakt haben, dass wir unbewusst aus unserem jeweiligen Skriptentwurf (protocol) agiert haben. Je intensiver mein Nähe-Angebot wurde, umso größer wurden Herrn K.s Ängste, so sehr er sich diese Nähe auch wünschte. Sein gewohntes Verhaltensmuster – eine sexuelle Beziehung einzugehen und so die emotionale Nähe zu vermeiden – konnte er nicht anwenden. „Wie geht Beziehung dann?“, hatte er gleich zu Beginn der Therapie gefragt.

### **Wir haben aus unserem jeweiligen Skriptentwurf agiert**

Nun rückte die Antwort in bedrohliche Nähe: Er könnte die Gefühle endlich spüren, was er sich so sehr wünschte, was ihn aber gleichzeitig so sehr ängstigte; er könnte mir tatsächlich die „Last der letzten 50 Jahre“ aufbürden, in der Erwartung, ich würde sie mit ihm tragen. Er könnte lernen, sich abgegrenzt und dennoch in Beziehung zu erleben, was ja nichts anderes hieße, als sich als Sich-Selbst-Seiend zu erleben, nicht mit ständiger Abwehr vor Vereinnahmung und drohender Verschmelzung beschäftigt.



So verlockend wie gefährlich (in seiner Selbstwahrnehmung)! Und so fordert Herr K. zu Recht, dass ich ihn führen solle – auch dahin, „wohin ich nicht will“.

Ich denke heute, er hatte ein gutes Gespür dafür, dass wir zusammen auf dem richtigen Weg waren; dass ihn dieser Weg aber sehr ängstigte und er sich meiner starken Führung hätte sicher sein müssen können.

Je weniger ich dieser Forderung nachkam und nachkommen konnte, umso mehr eskalierte das fordernde „Kind“ von Herrn K. Martha Hüsgen-Adler verweist in ihrem im vorliegenden Heft abgedruckten Text auf den Zusammenhang von Aggression und Entbehrung: „Der Gewalt liegt immer auch die Suche nach dem lebensnotwendigen Objekt zugrunde. Das kindliche Ich will und muss sich absichern, indem es das lebensnotwendige Objekt unter allen Umständen für sich zu bewahren und zu erhalten sucht (Trimborn 2002, S. 14). [...] Die Gewalt wird umso heftiger und ungerichteter ausfallen, je gefährdeter sich das noch unreife Selbst erlebt.“ [...] Dahinter „verbirgt sich aber immer die verzweifelte Suche nach einem sicheren Objekt“ (Hüsgen-Adler 2011).

Ein Teil meines Verhaltens war sicher der Abstinenzregel geschuldet und all den technischen Geboten und Verboten, die mir den Horizont verstellten und mich in meiner Spontaneität behinderten. Das eigentliche Dilemma fand aber auf der frühen Skriptebene statt und führte zu dem unlösbaren „therapeutischen Engpass“ (Rosenfeld, zit. in Cornell & Landaiche 2007, S. 122), der schließlich den Therapieabbruch bedingte: Je fordernder, abwerter und ungeduldiger sich Herr K. gebärdete, umso schwerer fiel es mir, die erforderliche erwachsene gleichschwebende Aufmerksamkeit aufrechtzuerhalten. Ich spürte förmlich meine therapeutische Potenz dahinschwinden und war während der Stunden damit beschäftigt, eine erwachsene Fassade aufrechtzuerhalten. Was von Seiten meines Klienten natürlich ebenso wahrgenommen wurde und sein Verhalten nur immer fordernder, sprich aggressiver werden ließ. Es wiederholte sich für ihn das altbekannte Muster, dass sich die Mutter entzog und ihn im Stich ließ.

*Das eigentliche Dilemma fand aber auf der frühen Skriptebene statt und führte zu dem unlösbaren „therapeutischen Engpass“.*

## Was war der innerpsychische Prozess der Therapeutin?

*Klient und Therapeutin sind sich auf der Ebene ihres jeweiligen Skriptentwurfs begegnet.*

Das „Kind“ der Therapeutin bekam Angst. Ihr „Kind“ erlebte die aggressive Atmosphäre in der abendlichen Küche wieder, wenn der Vater seine Jähzorn-Ausbrüche hatte, ohne dass dies ihr zu diesem Zeitpunkt bewusst gewesen wäre. Sie spürte nur die Lähmung, die Handlungsunfähigkeit, das Warten darauf, dass das Gewitter sich verzog. „Der Skriptentwurf wird [...] gefühlt bzw. gelebt in der Unmittelbarkeit des eigenen Körpers“ (Cornell & Landaiche 2007, S. 122). Klient und Therapeutin sind sich auf der Ebene ihres jeweiligen Skriptentwurfs begegnet.

Berne beschreibt mit seinem Konzept des Skriptentwurfs „eine unbewusste, grundlegende Beziehungserfahrung, die vielen Übertragungserfahrungen zugrunde liegt“ (a.a.O.). Beide waren wir auf der Kind-Ebene gefangen in den ursprünglichsten frühen Beziehungsmustern und den dazugehörigen Gefühlen wie Angst und dem Erleben von Beziehungsabbruch. Beide hätten eines erwachsenen Gegenübers bedurft; beide erlebten das Gegenüber als vernichtend elterlich. Solange keinem der Beteiligten diese Dynamik bewusst wurde, war es in der Tat eine ausweglose Situation. Cornell und Landaiche schreiben dazu: „Wenn die Erfahrung einer therapeutischen Beziehung den Skriptentwurf heraufbeschwört, ist der Kind-Ichzustand in seiner Tiefe geöffnet, und die dann in Szene gesetzte Übertragungsdynamik kann bei Klient wie Therapeutin stärkere Ängste auslösen und für beide schlechter zu ertragen, zu verstehen und aufzulösen sein“ (2007, S. 122 f.). In eben diesem Sinne erlebte ich die letzten Monate der Therapie als einen verzweifelten Kampf, sowohl von Klient als von Therapeutin, um die Auflösung dieses Knotens, ohne dass wir das nötige Werkzeug dazu zur Verfügung gehabt hätten; obwohl wir beide ahnten, dass es in greifbarer Nähe lag.

Die Ironie dabei war, dass sich die Beziehung zwischen Herrn K. und F. genau nach demselben Muster abspielte, dass ich diesen Parallelprozess durchaus wahrnahm, ihn für den therapeutischen Prozess aber nicht nutzen konnte.

Cornell und Landaiche ziehen einen interessanten Schluss aus der therapeutischen Reinszenierung frühester Beziehungsmuster: „Die immer tiefer werdende Intimität innerhalb einer therapeutischen Beziehung bringt uns in Kontakt mit unseren leidenschaft-



## WERKSTATT

lichen Gefühlen anderen Menschen [...] gegenüber [...]. In diesem Sinn ist ein Engpass auf dem Niveau des Skriptentwurfs eine Abwehr gegen sich vertiefende Affekte und Intimität innerhalb des therapeutischen Paares“ (2007, S. 123).

*In diesem Sinn ist ein Engpass auf dem Niveau des Skriptentwurfs eine Abwehr gegen sich vertiefende Affekte und Intimität innerhalb des therapeutischen Paares.*

Mit dieser These eröffnet sich ein neuer Raum der therapeutischen Beziehung zwischen Herrn K. und mir. Die Eingangstransaktion der ersten Sitzung war: „Wenn es keine sexuelle Beziehung werden kann, wie geht Beziehung dann?“ Der Abschiedssatz war: „Vielleicht geht Therapie gar nicht, wenn Therapeutin und Klient sich mögen.“ Mit Sicherheit hat Herrn K.s diesbezügliche Trübung ebenfalls zum Scheitern beigetragen. Alle positiven Nähe-Erfahrungen, die er im Verlauf der Therapie machte, musste er aus seiner übergroßen Angst vor Nähe immer wieder zerstören. Obwohl er sich dies so sehr wünschte, konnte er die diesbezüglichen Erfahrungen nicht in sich aufnehmen. Sätze wie: „Ich möchte spüren, dass ein anderer da ist. Dass es außerhalb der Sexualität jemanden gibt, hab ich nicht gewusst“, bleiben ohne dauerhafte innere Resonanz.

Die Vorstellung, wir könnten uns mögen, ohne eine sexuelle Beziehung einzugehen, schien nach wie vor nur schwer vorstellbar. In den letzten Monaten, als ich immer wieder neue „technische“ Versuche unternahm, bot ich Herrn K. auch einmal an, ihn physisch zu halten, was die prompte Reaktion hervorrief: „Dann könnten wir ja sonst wo landen!“ Ich war darüber so perplex, dass ich diesen Einwurf erst in der Folgestunde ansprechen konnte. Gewiss war ich auch unsicher darüber, wie Herr K. auf Angebote zu Körperarbeit reagieren könnte und wollte deshalb, dass er jedes Mal darüber entschied. Für ihn war es jedoch ein Nicht-gelalten-Werden und Führungslos-Sein. Hätte mir jedoch meine Potenz zur Verfügung gestanden und wäre ich nicht ständig ängstlich zurückgewichen, hätte ich da sicher die richtige Balance gefunden.

Die Problematik entfaltete sich letztlich auf zwei miteinander verschränkten Ebenen, beide aus der Phase des Skriptentwurfs: Herrn K.s Angst, sich auf eine wirkliche Beziehung einzulassen, in der Nähe und Gefühle hätten erfahrbar werden können, und sein unendlicher Wunsch danach ließen ihn umso aggressiver werden,

*Ihr „Kind“ reagierte auf die väterliche Aggression.*

je weniger ich als haltende Mutter zur Verfügung stand. Je aggressiver sich der Klient gebärdete, um die gute Mutter herbeizuzwingen, umso ängstlicher wurde das „Kind“ der Therapeutin, umso weniger konnte sie ihre haltgebende Aufgabe erfüllen. Ihr „Kind“ reagierte auf die väterliche Aggression.

Es ist mir letztlich aus den oben genannten Gründen nicht gelungen, dauerhaft den sicheren Raum zu schaffen, in dem Herr K. allmählich seine Angst hätte aufgeben und Vertrauen gewinnen können. Ich konnte dem fordernden und aggressiven „Kind“ von Herrn K. nicht mit der gebotenen Ruhe und Stärke begegnen, weil ich zu sehr damit beschäftigt war, mein ängstliches „Kind“ in Schach zu halten.

Wir haben es nicht geschafft, die Ebene des „erotischen Tanzes“ (Benjamin 1993, S. 127) zu erreichen, in der Nähe, Liebe, Hingabe möglich werden – jenseits des Sexuellen.

*Die Veröffentlichung findet mit dem Einverständnis des Klienten statt. Die Namen wurden geändert.*

---

## Literatur

- Benjamin, J. (1993): *Phantasie und Geschlecht*, Stroemfeld, Basel.
- Cornell, W. & Landaiche, M. (2007): *Engpass und Intimität im Beratungs- und Therapiepaar*, ZTA 2 und 3.
- Hüsigen-Adler, M. (2011): *Narzissmus und Gewalt*, ZTA 1.



## Buchbesprechungen

Die wesentliche Aussage dieses Buches ist, dass eine reduzierte Betrachtung auf den rein beruflichen Bereich der persönlichen Entwicklung, die ein Mensch im Coaching erfahren kann, nicht gerecht wird. Sinnfragen und grundlegende Motivationen im Leben dürfen nicht außen vor bleiben, wenn Entwicklung stattfinden soll.

Das Buch stellt Beiträge verschiedener Autoren zu diesem weit gefassten Coachingbegriff, eben dem Life-Coaching, vor. Ferdinand Buer und Christoph Schmidt-Lellek begründen diesen umfassenden Coachingansatz am Anfang des Buches, indem sie an der Einbettung der Arbeit in der heutigen Gesellschaft – soziologisch als „Spätmoderne“ bezeichnet – ansetzen. Individualisierung und Differenziertheit der Möglichkeiten der heutigen Gesellschaft lassen aus ihrer Sicht eine Trennung von Rolle und Person nicht sinnvoll erscheinen. Wie dem Leben, wozu selbstverständlich auch die Arbeit gehört, einen Sinn geben, ist für die Autoren Ferdinand Buer und Astrid Schreyögg ein zentrales Thema. Dazu folgen Beiträge, in denen sie die Lage von Führungs-Fachkräften in ihrem heutigen Spannungsfeld darstellen.

Typische Herausforderungen der Coaching-Klienten behandelt das dritte Kapitel: den Umgang mit sich selbst, den Umgang der Fachkräfte mit ihren Adressaten, für die sie arbeiten, den Umgang in Führungsbeziehungen und Geschäftsbeziehungen. Es gelte Identitätsfragen zu lösen und das Grundprinzip der dialogischen Haltung zu bewahren, so die Autoren. Ein wesentliches Feld ist dabei auch die Haltung zum Wirtschaften überhaupt. Die Orientierungen am Shareholder- oder am Stakeholder-Value unter-

F. Buer &  
C. Schmidt-Lellek  
(Hrsg.):  
**Life-Coaching.  
Über Sinn, Glück  
und Verantwortung  
in der Arbeit.**  
Vandenhoeck &  
Ruprecht, Göttingen  
2008.

**Günther Mohr**

scheiden sich fundamental. Welche dieser Perspektiven in einer Organisation vorherrscht, ist auch für ein sinnhaftes Coaching eine wesentliche Rahmenbedingung.

Im vierten Teil des Buches folgen Darstellungen unterschiedlicher Verfahren, die Life-Coaching, wie es die Autoren verstehen, beispielhaft abbilden: Psychodrama, die Adlersche Individualpsychologie und die Rational-Emotive Therapie nach Ellis. Leider fehlt die Transaktionsanalyse, die für viele Coaches heute wesentlicher Bestandteil ihrer Arbeit ist.

*Das Buch setzt Maßstäbe. Die Perspektive der Autoren ist die der westlichen philosophischen Literatur.*

Das Buch setzt Maßstäbe. Die Perspektive der Autoren ist die der westlichen philosophischen Literatur. Sie nehmen deutlich Stellung für einen kognitiven Ansatz. Erkenntnis ist ohne Denken nicht zu haben. Der Co-Autor Schmidt-Lellek hatte noch in seinen früheren „Ressourcen der helfenden Beziehung“ die Wurzeln der Beraterischen Beziehung auch in den großen Weisheitslehren der Menschheit gesucht. Daran knüpft dieses Buch leider nicht an. Das Buch ist sehr lesenswert, weil es viele Anregungen gibt.

Georg Pernter:  
**Spiritualität als  
Lebenskunst.  
Gestalttherapeutische  
Impulse.**  
EHP-Verlag,  
Bergisch-Gladbach  
2008.

---

Pernters Buch liefert eine komprimierte Darstellung der Berührungsfläche von Spiritualität und Psychotherapie, letztere noch einmal unter besonderer Betonung der Gestalttherapie. Dies geschieht in fünf Abschnitten. Nach einer spotartigen Betrachtung des Feldes Spiritualität in programmatischen Sätzen folgen im zweiten Kapitel Definitionen der Spiritualität. Der Autor knüpft hier an die Ur-Fragen der Menschheit und die Frage nach dem Sinn an. Wo kommen wir her? Wo gehen wir hin? Welchen Sinn können wir dem Leben geben? Das dritte Kapitel nimmt die Psychotherapie unter spirituellen Gesichtspunkten in den Fokus. Anschließend geht es um den Gestaltansatz generell und seine Verknüpfung mit Spiritualität. Im zweiten Gestalt-Abschnitt präsentiert der Autor eigene persönliche Ideen zu einer guten Verknüpfung.

**Günther Mohr**



Pernters Buch ist sehr gehaltvoll, aber deshalb auch nicht einfach zu lesen. Es lohnt sich. Ich habe es zweimal gelesen, lesen müssen, wobei das Müssen sich vorwiegend aus der Lust speiste, die vielen Gedanken zu durchdringen.

Spiritualität steht immer im Spannungsfeld zwischen Komplexität und Einfachheit. Die Phänomene der Welt sind für den, der den unbeantworteten Fragen nachgeht, reichhaltig. Dies wird auch in der Vielfalt des Buches deutlich.

*Spiritualität steht immer im Spannungsfeld zwischen Komplexität und Einfachheit.*

Spiritualität aus der esoterischen Ecke zu befreien und ins praktische und alltägliche Leben hineinzubringen, ist heute immer noch eine wichtige Aufgabe. Die leistet das Buch von Georg Pernter auf gute Weise. Indem etwa die Gedanken von Wilhelm Schmid oft Pate stehen, wird eine heute zeitgemäße Sicht des Themas präsentiert. Spiritualität ist nicht etwas Verklärtes, sondern etwas Praktisches und Sinnstiftendes in unserer Zeit. Besonders bemerkt man die Notwendigkeit des Spirituellen bei seiner Abwesenheit. Pernter stellt eine Beziehung her zwischen Gestalttherapie und Spiritualität. Deutlich wird, dass die Gestalttherapie mit ihrem Hier-und-Jetzt-Gedanken sehr viele Anknüpfungspunkte zur Spiritualität besitzt, wenn auch über die Betonung des Kontaktes zwischen Menschen in einer sehr stark auf die Beziehung zum anderen zeigenden Ausrichtung. Auch Letztere findet man in vielen spirituellen Ansätzen, allerdings nicht in der Mehrzahl. Insofern ist die Berührung zwischen einer die Person im Kontakt stärkenden Psychotherapie und einer transpersonal (über die Person hinausgehend) orientierten nicht immer ganz einfach. Wenn es um den Kontakt zur Natur oder zum einfachen Leben geht, ist die Kontaktebene zwischen Gestaltansatz und Spiritualität wieder einfacher. Insgesamt ein reichhaltiges und anspruchsvolles Buch.

*Spiritualität ist nicht etwas Verklärtes, sondern etwas Praktisches und Sinnstiftendes in unserer Zeit.*

F. English &  
J. Karnath: **Lebens-  
coaching**, iskopress,  
Salzhausen 2009.

Zwei sehr unterschiedliche – tragische – Ereignisse stehen am Beginn des Buches: der Amoklauf in der Schule in Erfurt und der Tod des Politikers Jürgen Möllemann. Ihre Verläufe werden ausführlich beschrieben und sind für die Autoren Beispiele für die Folgen tiefer Verzweiflung. Die zentrale These des Buches folgt der der Psychoanalytikerin Melanie Klein: Menschen können in ihrer Entwicklung tiefe Unsicherheit und Verzweiflung erleben. Dieses Verzweiflungserleben prägt sich im unbewussten impliziten Gedächtnis ein und lässt einen Abwehrmechanismus entstehen. Dieser besteht nach English und Karnath je nach Zielrichtung entweder in einer Selbstabwertung (Ich bin nicht o.k.), einer Fremdadwertung (Die anderen sind nicht o.k.) oder in beidem gleichzeitig. Die Charaktertypen des überlegen spielenden Typ 2 und des sich eher unterlegen darstellenden Typ 1 stehen im Mittelpunkt der Betrachtung. Mit der Charaktertypbildung einher geht die Festsetzung bestimmter Entschlüsse und Überlebensschlussfolgerungen, die zum Programm des Lebens werden.

*Der Beziehungsaspekt der Ersatzgefühle in seiner Auswirkung als „Ausbeutung“ des Beziehungspartners wird ausführlich in mehreren Graden unter-  
malt.*

In einem zweiten Argumentationsstrang wird Englishs Theorie der Ersatzgefühle dargelegt. Ausgehend von Antonio Damasio's Forschungen zu Gefühlen wird die Unterscheidung zwischen Empfindungen als ursprünglichen, körperlich bestimmten Reaktionen auf der einen Seite und Gefühlen als der geistigen Spiegelungsebene während einer Empfindung auf der anderen Seite vollzogen. Dies bietet eine gute theoretische Grundlage für die Differenzierung der Gefühle auch in Richtung auf wenig angemessene und unfruchtbare emotionale Reaktionen. Der Beziehungsaspekt der Ersatzgefühle in seiner Auswirkung als „Ausbeutung“ des Beziehungspartners wird ausführlich in mehreren Graden untermalt. Die Autoren arbeiten hier mit der Metapher der drei Schweregrade von Verbrennungen. Es folgen kurze Darlegungen zu Charaktertypen in ihren Auswirkungen auf Führung und Rollenerwartungen, beispielsweise in Organisationen. Anschließend beschreibt ein Phasenmodell der Krise das innere Programm von der charaktertypologischen Prägung bis hin zur schlimmen Tat in der Außenwelt.

**Günther Mohr**

Den zweiten Teil des Buches bilden zwei literarische Vorbilder der verschiedenen Charaktertypen in Person von Hamlet und Othello, die als herausragende Beispiele eingehend betrachtet werden.



Der Leser wird implizit eingeladen, sich in diese beiden Typen hineinzuversetzen, wodurch Erfahrung im praktischen Umgehen mit den Charaktertypen entsteht. Man lernt, heutige „Hamlets“ und „Othellos“ zu beraten.

Insgesamt ist es ein sehr lesenswertes Buch nicht nur für Transaktionsanalytiker.

Der Titel „Lebenscoaching“ wählt einen sehr breiten Coachingbegriff, wie er zunehmend in den USA, aber auch teilweise in Deutschland, z. B. von Schmidt-Lellek und Buer (2008) in ihrem Buch „Life-Coaching“ verwendet wird. Dies trägt der Tatsache Rechnung, dass Leben nicht an der Grenze des Berufskontextes haltmacht. Insofern wird im Buch auch die Trennung zwischen therapeutischen Beziehungen und Coaching nicht sehr betont. Mehr werden die Gemeinsamkeiten beider Beziehungsfelder unter Nutzung von transaktionsanalytischen Grundgedanken beschrieben.

Die Theorie der frühen Verzweiflungsphase mit Bestimmungscharakter für die Orientierung im menschlichen Leben passt als Auslösethese zu wesentlichen transaktionsanalytischen Konzepten. Sie wird ähnlich auch in Alfred Adlers Theorie des Minderwertigkeitserleben mit Kompensation durch Geltungssucht einer Lebensleitlinie vertreten und hat in Bernes Skripttheorie eine wichtige Differenzierung gefunden, die gerade heute im narrativen Ansatz der Psychologie weitere Bestätigung findet. Modernere Betrachtungen aus unterschiedlichsten Richtungen, wie etwa der Theologie und Psychoanalyse verbindende Eugen Drewermann (2006) oder auch die Philosophen Wilhelm Schmid (2007) oder Peter Sloterdijk (2009) betonen ebenfalls das frühe, fundamentale und emotional bedeutsame Erleben der Verzweiflung und der damit einhergehenden Angst. Insofern thematisieren English und Karnath für die Transaktionsanalyse hier einen zurzeit breit diskutierten Grundzusammenhang.

*Die Theorie der frühen Verzweiflungsphase mit Bestimmungscharakter für die Orientierung im menschlichen Leben passt als Auslösethese zu wesentlichen transaktionsanalytischen Konzepten.*

Auch mit der Theorie der gelernten Ersatzgefühle erinnern sie an ein Konzept, das auch von anderen Ansätzen außerhalb der Transaktionsanalyse, etwa von Marshall Rosenberg in seiner Gewaltfreien Kommunikation (2003) aufgegriffen und quasi zum Kern eines neuen Ansatzes gemacht wird. Die Hauptleistung liegt

*Die Thematisierung dieses Zusammenhangs in der Racket-Theorie, die von English sehr beeinflusst wurde, gibt der Transaktionsanalyse ein Alleinstellungsmerkmal.*

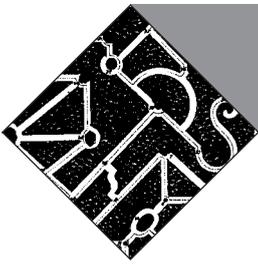
darin, den Zusammenhang zwischen Denken und Fühlen zu thematisieren. Dies bedeutet auch, dass eine manchmal zu beobachtende höhere Bewertung von Gefühlen gegenüber dem Denken problematisch ist. Nicht das, was man am stärksten spürt, ist am meisten wirklich. Dieses Konzept wird zugunsten einer gelernten engen Verkettung von unbewussten Einschätzungen, also Gedanken und Gefühlen, aufgehoben und muss im Einzelfall analysiert und bearbeitet werden. Es handelt sich bei vielen Gefühlen von erwachsenen Menschen um „Denkgefühle“, die durch gelernte, aber unbewusst gewordene Bewertungen und Einschätzungen entstehen (Mohr 2008). Die Thematisierung dieses Zusammenhangs in der Racket-Theorie, die von English sehr beeinflusst wurde, gibt der Transaktionsanalyse ein Alleinstellungsmerkmal, denn andere Beratungs- und Therapieansätze stellen dies zumindest nicht so deutlich in den Vordergrund wie sie.

Das Buch von English und Karnath ist eher essayhaft geschrieben und bietet dadurch die psychologischen Zusammenhänge in einer lesefreundlichen Form an. Die Autoren stellen die Konzepte der Transaktionsanalyse, die Fanita English beigetragen hat, sehr gut lesbar und beispielhaft dar. Die Darstellung zweier schlimmer schicksalhafter Verläufe zu Beginn des Buches zeigt auf, welche Tragweite die Autoren in den Grundkonzepten von English sehen. Es wird Zeit, die Konzepte von Fanita English noch mehr in den Kanon der Transaktionsanalyse aufzunehmen.

---

## Literatur

- Drewerman, E. (2006): *Heilende Religion. Überwindung der Angst*, Freiburg: Herder.
- Mohr, G. (2008): *Coaching und Selbstcoaching mit Transaktionsanalyse*, Bergisch-Gladbach: Edition Humanistische Psychologie.
- Rosenberg, M. (2003): *Gewaltfreie Kommunikation*, Paderborn: Junfermann.
- Schmidt-Lellek, C. & Buer, F. (2008): *Life-Coaching*, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schmidt, W. (2007): *Mit sich selbst befreundet sein*, Frankfurt: Subrkamp.
- Sloterdijk, P. (2009): *Du sollst dich ändern*, Frankfurt: Subrkamp.



## Heimkinder

Heimkinder haben ein besonderes Schicksal; zum einen gab es schlimme Gründe dafür, dass sie überhaupt in ein Heim kamen, in der Regel prekäre Familienverhältnisse. Zum andern war das Heim auch nicht immer die bessere Alternative, in manchen Fällen sogar die wesentlich schlimmere. Im Lichte heutigen psychologisch-pädagogischen Bewusstseins ist endlich ein Verständnis dafür entstanden, was mit diesen Kindern, die zum Teil bis heute schwer traumatisiert sind, damals geschehen ist. Über die aktuellen Medienberichte konnte die teilnehmende Öffentlichkeit genügend schreckliche Einzelheiten erfahren, um sich ein Bild über die dunkle Kehrseite dieser Heime zu machen. Zu Recht wird über Wiedergutmachung nachgedacht und verhandelt. Und genau an diesem Punkt droht im öffentlichen Diskurs das rechte Augenmaß abhanden zu kommen. Nicht jedes Heimkind war ein geschundenes, gequältes und gedemütigtes Kind. Fakten aufzuzählen, rekonstruiert nicht die Wirklichkeit. Wie wirklich, so fragte Paul Watzlawick, ist die Wirklichkeit? Fakten müssen im Gesamtzusammenhang gesehen und bewertet werden. Es ist in der Öffentlichkeit der Eindruck entstanden, diese furchtbaren, kind- und menschenverachtenden Vorkommnisse repräsentierten die eigentliche Wirklichkeit dieser Heime in kirchlicher, staatlicher oder freier Trägerschaft. Es darf nicht übersehen werden, dass trotz allem für die meisten dieser Kinder diese Heime die Rettung waren, das heißt, dass sie dort den einzigen geschützten Raum hatten, um zu erwachsenen Menschen werden zu können. Der Fokus des öffentlichen Interesses hat sich einseitig zugespitzt und verengt auf die Misshandlungen und vereinzelt Traumatisierungen und das, was als Ausbeutung der Kinder als billige Arbeitskräfte gebrandmarkt wird.

Wie wirklich ist die gewesene Wirklichkeit?

**Peter Raab**



*Das, was damals „körperliche Züchtigung“ hieß, war gesellschaftlich akzeptiert, ist nicht wiedergutmachungsfähig.*

Wenn wir diese beiden Anklagepunkte aus der damaligen Zeit – wir reden von den 1950er-Jahren und folgende – allein im Lichte unseres heutigen pädagogischen Bewusstseins betrachten und bewerten, bekommen wir eine andere Wirklichkeit, als wenn wir dies innerhalb des zeitgeschichtlichen Kontextes versuchen. Und darum geht es bei der Wiedergutmachung und den Schadensansprüchen nicht ohne Einzelfallprüfung. Das, was damals „körperliche Züchtigung“ hieß, war gesellschaftlich akzeptiert, und zwar nicht allein in Heimen, sondern auch in den Schulen und Familien. Das aber ist nicht wiedergutmachungsfähig. Und den meisten Erziehenden von damals darf man durchaus unterstellen, nicht aus sadistischen Impulsen, sondern in guter Absicht gehandelt zu haben. Auch dass Kinder entsprechend ihrer geistigen und körperlichen Entwicklung zu allerlei häuslichen Arbeiten herangezogen wurden, nicht alleine in der Landwirtschaft, sondern auch in den normalen privaten Haushalten, war eine Selbstverständlichkeit. Erst in den 1960er- und 70er-Jahren hat sich, gestützt auf neuere psychologische Erkenntnisse, langsam und schrittweise die öffentliche Meinung durchgesetzt, dass Körperstrafen für die Entwicklung des Kindes schädlich seien und nicht mehr angewendet werden sollten. Noch 1979 erklärte das Bayerische Oberste Landesgericht, dass „im Gebiet des Freistaates Bayern ein gewohnheitsrechtliches Züchtigungsrecht“ besteht. 1980 wurde die Prügelstrafe an Schulen auch in Bayern abgeschafft. Noch 2009 regte sich in einigen europäischen Ländern (z.B. Frankreich oder Tschechien) Protest, als das elterliche Recht auf körperliche Züchtigung eingeschränkt oder abgeschafft werden sollte. Der Stock war eine unumstrittene und von niemandem angefochtene Erziehungsgröße, wenn er in angemessenem Rahmen eingesetzt wurde. Einzelstimmen mit mehr pädagogischer Intuition wurden zwar immer mal wieder laut, verhallten jedoch in der Regel ungehört. Dass es bereits im Mittelalter solche Ansichten gab, wie das folgende Zitat von Walter von der Vogelweide belegt, wirkt geradezu visionär: „Niemen kan mit gerten kindeszucht erherten.“

Die Wirklichkeit dieser Heime war in diesem Punkt nicht wesentlich anders als die Wirklichkeit außerhalb, insbesondere in den Familien. Wie viel Misshandlungen und sexuell-sadistischer Missbrauch allerdings unter dem Deckmantel pädagogischer Maßnah-



men vorkamen, kann man schauernd ahnen, wenn man heute die Berichte der damals wirklich Misshandelten hört. Die Einzel­fallprüfung ist die einzige Möglichkeit, um den gequälten und geschundenen Kindern von damals wenigstens heute noch Genug­tuung und Gerechtigkeit widerfahren zu lassen.

---

1965 schrieb der Kinderanalytiker D.W. Winnicott über die Notwendigkeit, besonders schwierige Kinder in großen, „diktatorisch geführten Anstalten zu verwahren“, weil es für solche Kinder noch keine angemessenen Unterbringungsorte gebe. „Die großen Anstalten wollen erstens Unterkunft und Nahrung und Kleidung für vernachlässigte Kinder zur Verfügung stellen; sie wollen zweitens eine Art der Verwahrung praktizieren, bei der die Kinder nicht in einem Chaos, sondern in einem Zustand der Ordnung leben, und drittens wollen sie möglichst viele Kinder vor einem Zusammenstoß mit der Gesellschaft bewahren. [...] In solchen Fällen ist eine strenge Lenkung und Verwahrung unerlässlich, und wenn noch etwas Menschlichkeit beigemischt werden kann, um so besser.“

**Fundstück  
in Ergänzung zur  
Schlusskolumne  
von Peter Raab**

*Zitiert aus:*

D.W. Winnicott, **Familie und individuelle Entwicklung.**

Fischer, Frankfurt 1989, S. 201.

Die Originalausgabe erschien 1965.

Gefunden von *Ulrike Müller*

---

## Termine

### **17. Wissenschaftliche Arbeitstagung der Internationalen Gesellschaft für Gestalttheorie und ihre Anwendungen**

Gestalt – Organisation – Entwicklung. Kurt Lewin und die Organisationsentwicklung  
Zeitraum/Ort: 30.03 – 02.04.2011, Potsdam

*Weitere Informationen/Kontakt:*  
eMail: [gta2011@gestalttheory.net](mailto:gta2011@gestalttheory.net)

### **Kongress der Medizinischen Hochschule Hannover**

Seelische Gesundheit im Spiegel von Kultur- und Migrationsprozessen  
Zeitraum/Ort: 01.04 – 02.04.2011, Hannover

*Weitere Informationen/Kontakt:*  
Karin Maspohl, Medizinische Hochschule Hannover  
Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover  
Tel.: +49 (0)511-5 32 6618  
eMail: [maspohl.karin@mh-hannover.de](mailto:maspohl.karin@mh-hannover.de)

### **61. Lindauer Psychotherapiewochen 2011**

Trotz allem: Liebe (1. Woche), Trotz allem: Familie (2. Woche)  
Zeitraum/Ort: 17.04 – 29.04.2011, Lindau

*Weitere Informationen/Kontakt:*  
Jeanette Kitzler, Kristin Krahl, Karin Schmauß  
Organisationsbüro der Lindauer Psychotherapiewochen  
Platzl 4 A, 80331 München  
Tel.: +49 (0)89-2916 3855  
eMail: [Info@Lptw.de](mailto:Info@Lptw.de)

### **32. Jahreskongress der Deutschen Gesellschaft für Transaktionsanalyse (DGTA)**

Leben in Beziehungen – Beziehungen im Leben  
Zeitraum/Ort: 13.05 – 15.05.2011, Passau

*Weitere Informationen/Kontakt:*  
Sylvia Maggi, Sernatingenstr. 23, 78351 Bodman-Ludwigshafen  
Tel.: +49 (0)7773 920431  
eMail: [sylvia.maggi@dgta.de](mailto:sylvia.maggi@dgta.de)



# Schlüssel zum Selbstwert

4. Auflage 2010 • 176 Seiten, kartoniert • € (D) 16,90 • ISBN 978-3-87387-432-9



MATTHEW MCKAY ET AL.

»Selbstwert –  
die beste Investition  
Ihres Lebens«

Es sind die Gedanken, die Ihre Gefühle bestimmen. Angriffe auf Ihr Selbstwertgefühl beruhen auf schlechten Gewohnheiten – Gewohnheiten des Denkens und der Interpretation der Realität, die dazu führen, dass Sie mit sich selbst unzufrieden sind.

Mithilfe des Trainingskurses können Sie jetzt damit beginnen, diese Gewohnheiten zu verändern und Schritt für Schritt Ihr Selbstwertgefühl und Ihre Lebensqualität zu verbessern.



**Matthew McKay** (li), Ph. D., ist Professor am Wright Institute und spezialisiert auf die Behandlung von Angstzuständen und Depressionen.

**Patrick Fanning** (re) ist Autor und schreibt zum Thema geistige Gesundheit.

**Carole Honeychurch & Catharine Sutker** leben als freiberufliche Autorinnen in der San Francisco Bay-Region.

Weitere erfolgreiche Titel:

- McKay & Fanning  
»Selbstachtung«
- Greenberger & Padesky  
»Gedanken verändern  
Gefühle«
- Young & Klosko  
»Sein Leben neu erfinden«



[www.junfermann.de](http://www.junfermann.de)

# Narzissten entwaffnen

192 Seiten • € (D) 19,90 • ISBN 978-3-87387-711-5



**Wendy Behary**, Begründerin und klinische Leiterin des »Cognitive Therapy Center« (New Jersey) und Fakultätsmitglied des »Cognitive Therapy Center and Schema Therapy Institute« (New York).

WENDY BEHARY

## »Der »Feind« an Ihrer Seite«

Wer privat oder beruflich mit Narzissten zu tun hat, empfindet dies häufig als frustrierend, gelegentlich sogar als beängstigend. Wenn es nicht möglich ist, sie einfach zu ignorieren, empfiehlt es sich, sinnlose Machtkämpfe und Diskussionen zu vermeiden und sich statt dessen mit wirksamen Strategien für den Umgang mit Menschen vertraut zu machen, die in einem eigenen Universum leben und sich für dessen Mittelpunkt halten.

*»Jeder, der es in seinem Leben mit einem Narzissten zu tun hat, ist gut beraten, Wendy Beharys Buch zu lesen und ihre Ratschläge zu beherzigen. Der Feind an Ihrer Seite enthält gute Empfehlungen und scharfsinnige Erkenntnisse – ein Grundlagenwerk für den Umgang mit einem der hartnäckigsten psychischen Probleme.« – Daniel Goleman*

Weitere erfolgreiche Titel:

»Wie wir werden die wir sind«

ISBN 978-3-87387-581-4

»Sein Leben neu erfinden«

ISBN 978-3-87387-619-4

»Schematherapie«

ISBN 978-3-87387-578-4



[www.junfermann.de](http://www.junfermann.de)

»Jetzt packe ich es an!«



224 Seiten • € (D) 22,- • ISBN 978-3-87387-715-3

REIHE: AKTIVE LEBENSGESTALTUNG • Selbstverständnis

Verlag

NINA W. BROWN

## »Kinder egozentrischer Eltern«

Von Eltern erwartet man normalerweise, dass sie um die Entwicklung ihrer Kinder besorgt sind. Es gibt aber auch Eltern, die die Bedürfnisse ihrer Kinder weitestgehend ignorieren und stattdessen ausschließlich auf ihre eigenen fokussieren. Liegt eine narzisstische Persönlichkeitsstörung vor, fordert mancher Vater, manche Mutter bereits von ganz kleinen Kindern Aufmerksamkeit und Bestätigung ein. In diesem Selbsthilfebuch lernen Betroffene, die mit einem narzisstischen Elternteil aufgewachsen sind, wie sie sich Schritt für Schritt aus den Konflikten ihrer Kindheit herausarbeiten und eine befriedigende Eltern-Kind-Beziehung aufbauen können.



**Nina W. Brown** ist Professorin an der Old Dominion University (Norfolk). Die Expertin für narzisstische Persönlichkeitsstörungen und deren Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen ist Autorin zahlreicher Bücher.

Das komplette Junfermann-Angebot rund um die Uhr – Schauen Sie rein!

Sie möchten mehr zu unseren aktuellen Titeln & Themen erfahren? Unsere Zeitschriften kennenlernen? Veranstaltungs- und Seminartermine nachlesen? In aktuellen Recherchen blättern?

Besuchen Sie uns im Internet!

[www.junfermann.de](http://www.junfermann.de)