

Überlegungen zum Leistungsverhalten narzisstisch geprägter Menschen aus gestalttherapeutischer Sicht

Graduierungsarbeit

Fachsektion Integrative Gestalttherapie
Österreichischer Arbeitskreis für Gruppentherapie und Gruppendynamik

Mag. Sonja Rieder

Juni 2013

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	3
1.1	Mein Zugang zum Thema.....	4
1.2	Narzissmus, Leistungsverhalten und Psychoanalyse.....	5
1.2.1	Narzissmus in der Managementliteratur	
1.2.2	Narzissmus: Erfolgs- und Risikofaktor nicht nur für Führungskräfte!	
1.3	Gesellschaftliche Rahmenbedingungen: Die narzisstische Epidemie.....	10
1.3.1	Arbeit und Leistung im Kapitalismus	
1.3.2	Narzissmus – die gefragte Persönlichkeitsprägung unserer Zeit?	
2	Typologie narzisstischer KlientInnen (nach Sachse et al.)	16
2.1	Erfolgreiche NarzisstInnen.....	16
	<i>Fallbeispiel:</i> „Die Selbstzweifel einer Erfolgsfrau“	
2.2	Gescheiterte NarzisstInnen.....	18
	<i>Fallbeispiel:</i> „Der schmale Grad zwischen Erfolg und Scheitern“	
2.3	Erfolglose NarzisstInnen	21
	<i>Fallbeispiel:</i> „Die vom Erfolg Träumende“	
3	Narzissmus, Gestalttherapie und Psychoanalyse	24
3.1	Der beeinträchtigte Kontaktzyklus – ein gestalttherapeutisches Modell.....	24
3.2	Psychodynamische Narzissmuskonzepte	25
3.3	Die Integration psychodynamischer Narzissmuskonzepte in die Gestalttherapie.....	28
4	Überlegungen zur Integrativen Gestalttherapie mit stark leistungsorientierten, narzisstisch geprägten Personen	30
4.1	Beziehung und Leistungsverhalten.....	31
4.2	Vom „wahren“ und „falschen“ Selbst.....	33
5	Literaturverzeichnis	36

Einleitung

Die Arbeit füllt einen Großteil unserer Lebenszeit aus, verleiht unserem Alltag Struktur und ermöglicht eine „Lebenssicherheit durch Identitätsgefühl“ (Hirsch, 2000, S. 7) im Zuge der Erfahrung von Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe oder Organisation. Vieles deutet darauf hin, dass sich die meisten Menschen in westlichen Gesellschaften weiterhin über ihre Erwerbsarbeit definieren – so gesehen könnte man auch von einer „Arbeitsgesellschaft“ sprechen. „Was machst du?“ - mit dieser Frage zielen wir gewöhnlich darauf ab, etwas über den Beruf des Gegenübers zu erfahren und denken weniger an Freizeitaktivitäten. Die Arbeit taktet das Leben, prägt und beeinflusst es ganz wesentlich, sodass sich persönliche Biografien immer mehr nach Art und Ausmaß der Erwerbstätigkeit ausdifferenzieren.

Als zentrale Bewertungsgröße von Arbeit in der heutigen Zeit kann die Kategorie Leistung angesehen werden – es ist der *output*, das Ergebnis, das zählt. Andere Elemente des Arbeitens wie die Freude am Tun („Funktionslust“, s. König, 2011), ein intrinsisches Interesse an der Aufgabenstellung, soziale Beziehungen am Arbeitsplatz und die dadurch mögliche Erfahrung von Gemeinschaft treten in den Hintergrund. In der flexibilisierten Arbeitswelt mit „just-in-time“-Produktion und zunehmenden Auslagerungen („outsourcing“) von Tätigkeiten und Arbeitskräften geraten soziale Aspekte der Arbeit immer mehr ins Abseits. Wir leben und arbeiten in einer *Leistungsgesellschaft*.

Aus psychologischer Sicht liegt das Problem einer derart ausgerichteten Gesellschaft nicht in den erbrachten Leistungen selbst, sondern in dem „Wert, der damit verbunden wird“ (Wardetzki, 2002, S. 186) und auf der anderen Seite dem Unwert bei Nichterreichen des Leistungszieles, wie die deutsche Gestalttherapeutin Bärbel Wardetzki in ihren Ausführungen über die narzisstische Gesellschaft bemerkt (ibid.).

NarzisstInnen sind aus den stetigen Bemühungen heraus, ihr an sich schlechtes Selbstwertgefühl zu kompensieren, ohnehin meist sehr leistungsorientiert. Ein auf Leistung als weitgehend einzigen Bewertungsmaßstab ausgerichtetes gesellschaftliches Umfeld verstärkt diese Tendenzen. Dies kann zu einem mitunter *fatalen Zusammenhang* zwischen narzisstischer Persönlichkeitsstruktur und psychischen Krankheiten führen, die durch Überarbeitung, Überreizung und Erschöpfung ausgelöst werden. Überlegungen zu den Zusammenhängen zwischen Narzissmus, Leistungsverhalten und Erschöpfung weisen daher auch im Zuge der aktuellen Burnout-Debatte eine hohe praktische Relevanz auf.

In dieser Graduierungsarbeit möchte ich mich besonders auf das Leistungsverhalten narzisstisch strukturierter Menschen im Rahmen der *Erwerbsarbeit* konzentrieren¹. Aufgrund der notwendigen Eingrenzung werden negative Einflüsse auf die Arbeit durch ein defizitäres Sozialverhalten, das seinen Ursprung ebenfalls in einer einschlägigen Persönlichkeitsorganisation hat, weitgehend außer Acht gelassen (zB Schwierigkeiten mit ArbeitskollegInnen, KundInnen oder Vorgesetzten).

1.1 Mein Zugang zum Thema

Schon während meines Studiums der Rechtswissenschaften, das ich trotz ausgeprägter Zweifel schließlich doch abschloss, war mir klar geworden, dass mich Menschen und ihr Innenleben weit mehr interessierten als Paragrafen. Während meiner ersten Berufsjahre in der Privatwirtschaft arbeitete ich mich allmählich vom Arbeitsrecht in den Bereich der Personalauswahl und -entwicklung vor, der mir zunächst als Wunscharbeitsgebiet erschien. Menschen in ihrer Berufstätigkeit fördern und zu ihrer Entwicklung beitragen – das wollte ich!

Die betriebliche Realität in den Unternehmen, in denen ich beschäftigt war, ließ mich diese idealisierte Sichtweise bald überdenken - schließlich galt es, mit Firmenpolitik und Sachzwängen umzugehen. Angesichts der ungeschriebenen Gesetze von Aufstieg, Macht und eingeschränkter „Gerechtigkeit“ in Organisationen, die bald deutlich wurden, entwickelte ich einen zunehmend kritischen Blick auf innerbetriebliche Maßnahmen wie Personal- und Organisationsentwicklung, aber auch institutionell verankertes Coaching. In vielen Fällen griffen durchaus ehrgeizige personalwirtschaftliche Methoden und Instrumente zu kurz; innerbetriebliche Konflikte und auch Probleme einzelner MitarbeiterInnen konnten dadurch oft nicht gelöst werden. In ungünstigen Konstellationen wurden Schwierigkeiten sogar noch verstärkt (so konnten unachtsam durchgeführte jährliche Mitarbeitergespräche, die eigentlich MitarbeiterInnen fördern und Vorgesetzten eine Gelegenheit zur Entwicklung ihrer Führungskompetenz geben sollten, zu einer oberflächlichen „Pflichtübung“ werden, die nur wegen Anordnung „von oben“ durchgeführt wurde). Diese Beobachtungen waren mit ein Grund dafür, warum ich mich für eine

¹ Hohe Leistungsansprüche sind auch im Privatbereich möglich und bei Individuen mit narzisstischer Persönlichkeitsprägung häufig anzutreffen!

Psychotherapieausbildung und gegen zahlreiche andere Weiterbildungsangebote am Markt (wie Beratung, Coaching, Personal- oder Organisationsentwicklung etc.) entschied.

Dass ich mich im Rahmen meiner psychotherapeutischen Tätigkeit schließlich auf den Themenkreis „Mensch, Psyche und Arbeit“ spezialisierte, lag auf der Hand. Schwerpunktmäßig suchen mich Menschen auf, die mit verschiedensten Schwierigkeiten in ihrer Arbeit zu kämpfen haben. Auch Unzufriedenheit oder Zweifel bezüglich Ausbildungsentscheidungen und Schwierigkeiten mit Studienabschlüssen stellen häufige Problemstellungen dar. Dabei taucht das Thema eines – von den Betroffenen meist als „zu gering“ eingeschätzten - Selbstwertgefühls in der überwiegenden Zahl der Fälle auf. Hochqualifizierte Menschen mit ausgezeichneten beruflichen Vorerfahrungen scheinen genauso darunter zu leiden wie beruflich weniger Erfolgreiche.²

Aufgrund dieser Erfahrungen und der Möglichkeit, die Qualität meiner psychotherapeutischen Arbeit durch die Beschäftigung mit dem Thema zu vertiefen, interessiere ich mich sehr für die komplexen Zusammenhänge zwischen Narzissmus und Arbeitsleistung.

1.2 Narzissmus, Leistungsverhalten und Psychoanalyse

Trotz der einflussreichen Arbeiten Heinz Kohuts, die den Narzissmusbegriff erweiterten und von „seiner pathologischen Konnotation“ (Wirth, 2011, S. 46) befreiten, hat *der* Narzissmus in der Alltagssprache weiterhin kein gutes Image. Meist wird er als Ausdruck für eigennütziges Denken, Rücksichtslosigkeit und Machtstreben eingesetzt. Der Begriff Narzissmus „scheint mit dem Egoismus assoziiert und ist demnach eine antisoziale Eigenschaft“ (Wirth, 2010, S. 158). Dies führt nach dem deutschen Psychoanalytiker Hans-Jürgen Wirth dazu, dass wir narzisstisch geprägte Menschen abwerten, indem wir sie als egoistisch und Ich-bezogen einstufen (ibid.).³

² Nur haben sie offensichtlich unterschiedliche Strategien „gewählt“, um ihre schwelenden, oft heimtückischen Selbstzweifel in Schach zu halten (s. Kap. 2).

³ Hinter der Tatsache, dass der Begriff Narzissmus mittlerweile als Ausdruck zur verbalen Herabsetzung anderer Menschen verwendet wird, vermute ich auch einen Projektionsmechanismus: Indem unerwünschte Persönlichkeitseigenschaften, die man sich selbst nicht eingestehen will (im Falle von Narzissmus: Egoismus, Angeberei, Empathiemangel usw.) anderen zugeschrieben werden, können sich die diese negative Zuschreibung vornehmenden Individuen selbst als „Gute“ wiederfinden.

Narzisstische Prozesse sind jedoch zu komplex, um mittels einfacher Kategorien und Bewertungen erfasst werden zu können. Ich möchte in meinen Überlegungen die dem Phänomen innewohnende *Dichotomie* hervorheben, die letztendlich erst erklärt, warum narzisstische Eigenschaften – je nach ihrer Ausprägung – eine Palette an beruflichen Auswirkungen - von großem Erfolg bis hin zum sprichwörtlichen „tiefen Fall“ - bewirken können.

Das im Allgemeinbewusstsein zunehmend verankerte eindimensionale Bild von narzisstisch beeinträchtigten Menschen ist zu differenzieren. Dies kann in meinen Augen nur durch die Abmilderung der fragwürdigen Tendenz, Grandiositätsaspekte dieser Individuen hervorzuheben und dabei ihre vulnerable Züge zu vernachlässigen, geschehen.

Der Beruf und die Fähigkeit, etwas Besonderes zu erreichen, sind für die Selbstwertregulation der meisten Menschen wesentlich. Ein „gesunder Narzissmus“ (Weigert, 1967, zit. nach Volkan, 2010) stellt eine wichtige Voraussetzung für ein befriedigendes Arbeits- und Privatleben dar; er ermöglicht ein ausreichendes Selbstwertgefühl, Selbstfürsorge sowie die Fähigkeit, sich sowohl auf etwas einlassen als auch sich abgrenzen zu können (Dammann, 2007). Immerhin gibt es Befunde aus der empirischen Sozialpsychologie, nach denen narzisstische Persönlichkeitseigenschaften *in moderater Ausprägung* ein eher „protektiver“ Faktor zu sein scheinen, der mit geringer Depressivität und Einsamkeit, herabgesetzter Ängstlichkeit und wenig Neurotizismus einhergeht (Sachse, Sachse & Fasbender, 2011). Auf der anderen Seite des Spektrums steht ein *destruktiver* Narzissmus, der im Arbeitsleben beträchtliche Schäden an Einzelnen, Gruppen oder – im Falle von einschlägig geprägten Führungskräften – ganzen Organisationen verursachen kann. Zwischen den beiden Polen *gesunder* und *destruktiver* Narzissmus befindet sich eine Bandbreite, ein *Spektrum* narzisstischer Einschränkungen, das je nach Ausprägung unterschiedliche Auswirkungen haben kann.

Die US-amerikanische Psychoanalytikerin Helen Tartakoff beschrieb 1966 das Verhalten von höchst ehrgeizigen und begabten Menschen, die an ihre eigenen Leistungen exorbitante Anforderungen stellten (und mit ihren Bemühungen etwa darauf abzielten, den höchsten Preis zu gewinnen, einen Oscar verliehen zu bekommen oder sogar Präsident zu werden) mit dem Begriff „Nobelpreis-Komplex“ (Tartakoff, 1966, zit. nach Akthar 2010a). Ihr Kollege Otto Fenichel fand 1975 für einen seiner Patienten den Begriff „Don Juan der Leistung“ und entwickelte daraus seine Theorie über Individuen, denen keine erreichte

Leistung genug sei und die daher - ohne jemals echte Befriedigung zu erreichen – von einem Ziel zum nächsten eilten (Fenichel, 2005).

Zeitgenössischen AnalytikerInnen zufolge kreist die narzisstische Persönlichkeitsorganisation um ein Paradoxon: Auf der einen Seite treten eine übertriebene Selbstliebe sowie Gefühle von Omnipotenz und Grandiosität in Erscheinung, auf der anderen Seite machen sich (verdeckte) Gefühle der Wertlosigkeit breit – Betroffene „hungern“ förmlich nach Liebe (Volkan, 2010). Nach Kernberg manifestieren sich jene Persönlichkeitsmerkmale, die dem grandiosen Selbst entspringen, ganz offensichtlich, während diejenigen des „hungrigen“ Selbst verdeckt bleiben (Kernberg, 1983).

Salman Akhtar (Akhtar, 2010a) schenkte diesem Aspekt besonderes Augenmerk und schuf durch eine Synthese von neuerer und älterer psychoanalytischer Literatur eine Kategorisierung der narzisstischen Persönlichkeitsstörung, die das Paradoxon der *Koexistenz einander widersprechender* Tendenzen in fast allen Bereichen psychischen Funktionierens berücksichtigt (zB manifeste Grandiosität versus latente Minderwertigkeitsgefühle). Dabei sieht der Autor in der Dichotomie zwischen einander scheinbar widersprechenden, sichtbaren und verdeckten Merkmalen ein wesentliches Merkmal des Störungsbildes (Akhtar u. Thomson 1982a, zit. nach Akhtar 2010a).

Der Analytiker unterteilt klinische Merkmale der narzisstischen Persönlichkeit in sechs Bereiche psychischen Funktionierens (ibid., S. 249): Ihm zufolge beeinflussen letztere das *Selbstkonzept, interpersonelle Beziehungen, die soziale Anpassung, ethische Auffassungen, Standards und Ideale, den kognitiven Stil* sowie *Liebe und Sexualität*.

Anhand dieser Kategorien wird ersichtlich, dass erhebliche narzisstische Beeinträchtigungen zwangsläufig Auswirkungen auf die Erwerbstätigkeit der Betroffenen haben müssen, da bis auf das letzte Element „Liebe und Sexualität“ praktisch alle erwähnten Dimensionen für das Arbeitsverhalten relevant sind. Erwerbstätigkeit findet selten ohne Einbindung in eine Gemeinschaft - und sei sie auch nur virtuell - statt, und selbst in Berufen, die mit einer hochgradigen Autonomie einhergehen, ist ein Mindestmaß an Kommunikation mit anderen nötig. Narzissmusbedingte Einschränkungen in interpersonellen Beziehungen und in der sozialen Anpassung werden sich daher niederschlagen und gegebenenfalls zu Konflikten führen. Selbstkonzept und kognitiver Stil sind wichtige Elemente, die im Rahmen des gesamten Arbeitslebens Bedeutung haben,

und selbst die Kategorie der ethischen Grundsätze, Standards und Ideale erscheint nicht bedeutungslos.

Eine *gesteigerte Leistungsorientierung* ist nach der Harvard-Psychologin und Narzissmusforscherin Elsa Ronningstam eine Eigenschaft, die Menschen mit narzisstischer Persönlichkeitsorganisation von Individuen mit den meisten anderen Persönlichkeitsstörungen unterscheidet (Ronningstam & Gunderson, 1990, zit. nach Ronningstam, 2005). Wie in Kap. 2 ausgeführt wird, kann dieses Streben nach besonderen Leistungen Betroffene in vielen Fällen tatsächlich zu fachlichen Höchstleistungen führen. Unter bestimmten Voraussetzungen ist jedoch auch das genaue Gegenteil möglich – relatives bis völliges Scheitern in beruflicher Hinsicht.

1.2.1 Narzissmus in der Managementliteratur

Die Psychoanalyse hat den Bereich der Arbeit (im Gegensatz zur Liebe) lange Zeit vernachlässigt (Hirsch, 2000) und diesen Raum vor allem Beratungsansätzen überlassen, die sich aus systemischem Denken entwickelten. Seit den 1990-er Jahren scheint sich zumindest in der (Management-)Literatur eine Brücke zwischen dem betriebswirtschaftlichen Blickwinkel und einer psychologisch-psychodynamischen Betrachtungsweise herauszubilden. Die bis vor kurzem noch bestehende Lücke einer zeitgemäßen, psychoanalytisch orientierten Darstellung von Narzissmus, die gleichzeitig „die Perspektive aus Management und Führung“ (Dammann, 2007, S. 10) mitberücksichtigt, schließt sich. Diese Entwicklung ist wegen ihrer praktischen Relevanz in Organisationen und Betrieben in hohem Maße begrüßenswert, denn destruktive Führungskräfte richten oft mehr Schaden an als andere Defizite in Organisationen, die mit konkreten Mitteln behoben werden können.

Diese Entwicklung erscheint mir auch für die Gestalttherapie, die sich ja aus der Psychoanalyse entwickelt hat, bedeutsam: Gerade durch die hohe Beziehungsorientierung kann dieser therapeutische Ansatz für Menschen, denen ihre narzisstischen Einschränkungen im Arbeitsleben Schwierigkeiten bereiten, eine hilfreiche Methode sein (s. dazu ausführlicher Kapitel 4.1). In meinen Augen ist die Gestalttherapie sehr geeignet für die Arbeit mit ArbeitnehmerInnen und Führungskräften, und zwar nicht nur aufgrund ihres reichhaltigen methodischen Repertoires, sondern vor allem wegen ihrer Ausrichtung auf die Wahrnehmung von Gefühlen und auf die therapeutische Beziehung als Heilfaktor -

gerade in der heutigen Zeit. Denn tendenziell wird es immer weniger möglich, im Rahmen der sozial verrohenden Arbeitswelt authentische, ehrliche Beziehungen anzubahnen und Kollegenschaft als wesentlichen Teil des Soziallebens zu erleben (was narzisstische Tendenzen mildern könnte). Stattdessen ist „Machtkompetenz“ (vgl. Bauer-Jelinek, 2009) – die Beherrschung von Strategien, um sich vor Übergriffen zu schützen, mit destruktiven Vorgesetzten umzugehen oder sich generell in einer von monetären Aktionärsinteressen bestimmten Unternehmenswelt zurechtzufinden - ein wesentlicher Überlebensfaktor in der Arbeitswelt geworden.

Der US-amerikanische Psychoanalytiker, Anthropologe und Managementtheroretiker Michael Maccoby befasste sich intensiv mit Vorteilen *und* Schattenseiten von narzisstischen Persönlichkeitszügen bei Führungspersönlichkeiten (Maccoby, 2000; 2002). Der Autor unterscheidet dabei klar zwischen einem erwünschten, sich günstig auf die Arbeitsleistung auswirkenden Narzissmus und schädlichen, pathologischen Ausprägungen. Für diejenigen ManagerInnen, deren Narzissmus Leistungen und Arbeitsweise günstig beeinflusst, fand er den Begriff „produktive NarzisstInnen“. Der Erfolg dieser Individuen lässt sich dem Autor zufolge dadurch erklären, dass sie weit über ein Expertentum in ihrem Feld hinausgingen, weil sie nicht davor zurückschreckten, Althergebrachtes zu hinterfragen und alles über ihr Unternehmen, seine Produkte, relevante Märkte und das konkurrierende Umfeld herauszufinden. Mit ihrer Gabe, Dinge zu verbinden, die bis dahin in keinem Zusammenhang gesehen worden seien, könnten sie auf höchst kreative Weise Neues schaffen und als echte VisionärInnen wirken. Zusätzlich verfügten sie über persönliche Anziehungskraft und Charisma [„*personal magnetism*“], das sie zu geborenen FührerInnen mache, denen andere gerne folgten.

Einen umfassenden Überblick über psychodynamisch fundierte Narzissmustheorien und ihre Auswirkungen auf Führungskräfte gibt der auch wirtschaftswissenschaftlich ausgebildete Schweizer Psychiater und Psychoanalytiker Gerhard Dammann (Dammann, 2007; 2009).

1.2.2 Narzissmus: Erfolgs- und Risikofaktor nicht nur für Führungskräfte!

Aus der auf Menschen in Führungspositionen fokussierten psychodynamischen Literatur (s. vorheriges Kapitel) werden Erkenntnisse evident, die nicht nur für diesen Personenkreis einen hohen Aussagewert haben. Denn obwohl eine berufliche

Machtposition negative narzisstische Eigenschaften verstärken kann (oder sie zumindest deutlich sichtbarer macht), soll nicht übersehen werden, dass eine narzisstische Persönlichkeitsstruktur *Menschen auf allen Ebenen des Berufs- und Ausbildungslebens – je nach Art und Ausmaß der individuellen Ausprägung – nutzen oder schaden kann.*

Eine narzisstische Prägung kann Menschen nicht nur zu beruflichen „Überfliegern“ machen, sondern sie auch dauerhaft hemmen oder sogar scheitern lassen. Nicht nur Höchstleistungen, sondern auch große Misserfolge bis hin zu Schul- und Studienabbruch, Arbeitslosigkeit oder lebenslanger Arbeit unter der eigentlichen Qualifikation können auf ihr Konto gehen. Ebenso findet man Biografien von zunächst sehr erfolgreichen NarzisstInnen, die einen eingetretenen Misserfolg nicht verkraften können und infolge dieser Kränkung fortan beruflich unter ihren Möglichkeiten bleiben.

Narzissmus ist nicht nur für ManagerInnen Erfolgs- und Risikofaktor und soll daher in dieser Graduierungsarbeit im Hinblick auf das Leistungsverhalten von *Menschen im Erwerbsleben generell* diskutiert werden.

Wichtige Publikationen zum Thema Narzissmus und Management sollen nicht dazu beitragen, dass die Problematik im allgemeinen Bewusstsein auf „die da oben“ verschoben wird.⁴ Denn nicht nur „gefühlskalte CheflInnen“, „gierige“ Finanziere und „korrupte“ PolitikerInnen können narzisstisch geprägt sein, sondern auch SchülerInnen, StudentInnen und ArbeitnehmerInnen in allen Bereichen des Erwerbslebens. Narzissmus ist mittlerweile ein gesamtgesellschaftlich relevantes Thema, wie im folgenden Kapitel näher ausgeführt wird.

1.3 Gesellschaftliche Rahmenbedingungen: Die narzisstische Epidemie

Für den amerikanischen Persönlichkeitstheoretiker Theodore Millon und seine MitautorInnen (Millon et al., 2000) war pathologischer Narzissmus einst ein Vorrecht von MonarchInnen und Reichen; seine weite Verbreitung fand er erst im späten 20. Jahrhundert. Dabei vermuten die PsychologInnen eine Verbindung zwischen höheren Ebenen der Maslow'schen Bedürfnispyramide und dem Auftreten von Narzissmus: Mit dem bloßen Überleben beschäftigte Menschen liefen kaum Gefahr, narzisstische Charakterzüge zu entwickeln (Millon et al., 2000).

⁴ Leider scheint dieser Trend schon eingesetzt zu haben, wie eine Flut von populärwissenschaftlichen, das Thema Narzissmus vereinfachenden Publikationen zeigt.

Ende der 1970er Jahre postulierte Christopher Lasch das „Zeitalter des Narzissmus“. In seinem gleichnamigen Werk kommt der Autor zu dem Schluss, dass in der amerikanischen Gesellschaft seiner Zeit Menschen in zunehmendem Maße viele Persönlichkeitsmerkmale zeigten, die in extremer Form Ausdruck eines pathologischen Narzissmus seien (Lasch, 1979). In jüngerer Zeit haben die US-amerikanischen Narzissmusforscher Jean M. Twenge und W. Keith Campbell anhand von breitem sozialpsychologischem Forschungsmaterial eindrucksvoll darauf hingewiesen, wie sehr sowohl narzisstische Persönlichkeitseigenschaften als auch die narzisstische Persönlichkeitsstörung im Zunehmen begriffen sind. In ihrem Werk *The Narcissism Epidemic* (2009) zeichnen die beiden Psychologen zwar ein Bild der jüngeren gesellschaftlichen Entwicklung in ihrer Heimat USA auf, ihre Erkenntnisse haben jedoch - bei aller Berücksichtigung von kulturellen Unterschieden - auch für Europa einen hohen Aussagewert. Denn auch hier häufen sich jene vier Grundbedingungen, die die Autoren für die rasante Zunahme narzisstischer Persönlichkeitstendenzen verantwortlich machen:

- ein verwöhnender, zu sehr auf ein oberflächliches Selbstwertgefühl abzielender Erziehungsstil,
- eine Medienkultur, die narzisstische Tendenzen durch Gesellschaftsberichterstattung und dem Vorführen von Scheinwelten (die „Schönen und Reichen“) fördere,
- das Internet, das als Plattform für die Zurschaustellung von individuell-narzisstischen Tendenzen diene, sowie
- eine unvorsichtige Finanz- und Kreditpolitik, die den Eindruck vermittele, dass narzisstisch überhöhte Wunschvorstellungen leicht und rasch zu realisieren seien (Twenge & Campbell, 2009)

Die Prävalenzrate narzisstischer Persönlichkeitsstörungen wird heute mit bis zu 6 Prozent angegeben (Stinson et al. zit. nach Dieckmann, 2011). Im Hinblick auf diese Entwicklung wird immer wieder die Frage aufgeworfen, ob denn die narzisstische Persönlichkeitsstörung primär ein soziokulturelles Phänomen sei, also eine für die zeitgenössische westliche Kultur typische Erscheinung (Akhtar, 2010a). Dieser These hält Akhtar entgegen, dass hochnarzisstische Persönlichkeiten bereits in weiter zurückliegenden Zeitepochen beschrieben wurden und dass diese Prägung auch bei Menschen vorkomme, die nicht in westlichen Kulturen aufgewachsen seien bzw. dort

lebten (Akhtar u. Thomson zit. nach Akhtar 2010b).

Kulturelle Faktoren könnten jedoch zum Auslöser und Verstärker pathologisch-narzisstischer Symptome werden. Dieser Effekt ist im Falle von Narzissmus und der veränderten Arbeitswelt in meinen Augen wohl zu beobachten – beide Elemente scheinen sich wechselseitig zu verstärken.

1.3.1 Arbeit und Leistung im Kapitalismus

Die gegenwärtige Arbeitswelt wird durch den globalen Kapitalismus mit seinem Gebot nach stetigem Wirtschaftswachstum und immer höherer Effizienz geprägt. Das kann nicht ohne Auswirkungen auf das Innenleben der arbeitenden Bevölkerung bleiben: Wo Unternehmen in einer immer härteren Wettbewerbssituation stehen, konkurrieren auch ArbeitnehmerInnen untereinander in verstärktem Ausmaß – mit Folgen, die von „einfachen“ Kränkungen bis hin zu seelischen Verletzungen traumatischen Ausmaßes reichen (man denke an plötzliche Kündigungen, Mobbing oder systematisches Ausgrenzen, Abschneiden vom Informationsfluss und dergleichen). Dabei sind zunehmender Wettbewerb, hohe Leistungsansprüche und die ständige Forderung nach „mehr“ längst keine auf den Bereich der Privatwirtschaft beschränkten Entwicklungen mehr. Kaum eine Branche, kaum ein gesellschaftlicher Bereich, der davon verschont bleibt – und so unterliegen auch vormals wirtschaftsferne Bereiche wie das Bildungswesen (vgl. Liessmann, 2006; Krautz, 2007), Kunst, Wissenschaft und der Gesundheitssektor immer mehr dem Effizienzparadigma als vorherrschendem Leitgedanken .

Die Auswirkungen einer kapitalistisch geprägten Gesellschaft auf Sozialverhalten und individuelle Befindlichkeit werden von SoziologInnen (vgl. etwa Bauman, 2003; Sennett, 2006) und SozialpsychologInnen eingehend beschrieben. Der Sozialpsychologe Klaus Ottomeyer macht in westlichen Gesellschaften eine *Spaltung in zwei Teilpopulationen* fest, und zwar „in eine Teilpopulation, die zwanghaft bis arbeitssüchtig ins Erwerbsleben integriert ist, teilweise schon von Überzähligkeitsangst verfolgt, dort heißläuft und sich mit Hilfe des großzügig angebotenen Konsums und relativen Luxus periodisch ebenso intensiv zu erholen versucht, und eine andere Teilpopulation, die derzeit nicht oder niemals in diesen Kreislauf integriert ist“ (Ottomeyer, 2000, S. 40). Dabei bleibe aber die „schrumpfende Teilwelt der in den Kreislauf von Produktion, Zirkulation und Konsumtion

Integrierten sozialisationswirksam“ (ibid.), weil praktisch alle aus der „desintegrierten Gruppe“ (ibid.) dorthin wollten oder schon einmal dort waren, davon jetzt lebten und auch wieder dorthin wollten. Dem Autor zufolge gibt es für unserer Gesellschaft zwei bedenkliche Zukunftsszenarien⁵: Einem Teil der Bevölkerung droht Traumatisierung durch Arbeitslosigkeit, Mobbing und menschenfeindliche Umgangsformen in der Arbeitswelt, der andere Bevölkerungsteil läuft Gefahr, in „eine Art paranoide Identifizierung mit der Leistungsideologie“ (ibid., S. 41) zu geraten. Dabei sei es möglich, dass Individuen „zwischen beiden pathogenen Feldern in ihrer Biografie“ (ibid.) öfters hin- und herwechselten.

Demnach stellt die unsichere, immer weiter durch Konkurrenz bestimmte Arbeitswelt mit ihren rauen Bedingungen, dem steigenden Zwang zu Effizienz und Innovation, freiwilligen und erzwungenen Jobwechseln, biografischen Brüchen und vor allem der mangelnden Jobsicherheit Menschen in ihrem Sozial- und Leistungsverhalten verstärkt auf die Probe. Die meist leicht kränkbaren stärker narzisstisch geprägten Individuen werden von diesen Entwicklungen besonders getroffen; gleichzeitig erscheint dieses Szenario praktisch unvermeidbar: Während man früher auf einen sicheren Posten hoffen durfte, ist es in der Jobwelt von heute sehr wahrscheinlich, dass auch „Erfolgstypen“ immer wieder mit erheblichen beruflichen Hürden zu rechnen haben oder nach einer Niederlage (Jobverlust, Scheitern in der Selbständigkeit, Krankheit oä.) sogar ganz neu beginnen müssen.

Aufgrund der schon erwähnten gesteigerten Kränkbarkeit narzisstisch eingeschränkter Menschen können diese einen solchen Einschnitt besonders schwer verarbeiten. Sie laufen daher Gefahr, sich von beruflichen Rückschlägen nicht wieder oder nicht rasch genug zu erholen und dauerhaft in eine berufliche Sackgasse zu gelangen.

1.3.2 Narzissmus – die gefragte Persönlichkeitsprägung unserer Zeit?

Die Frage, ob es mittlerweile ohne ein gewisses Maß an Narzissmus in der heutigen Arbeitswelt „nicht mehr geht“, ist nicht nur aus psychologischer und betriebswirtschaftlicher Sicht, sondern auch gesellschaftspolitisch interessant. Ist mittlerweile die Stunde für NarzisstInnen gekommen? Gehen die Imperative von WirtschaftsberaterInnen und Fortschrittsgläubigen nicht eindeutig in Richtung der Entwicklung von Qualitäten, die besonders NarzisstInnen in hohem Maße vorzuweisen haben (visionäres Denken,

⁵ In meinen Augen sind diese Szenarien zum Teil schon zur Realität geworden.

Kreativität, hohe Leistungsbereitschaft, die Fähigkeit zur Selbstdarstellung, Konkurrenzorientierung etc.)? Kaum ein Managementratgeber, der nicht das sogenannte „Mittelmaß“ verdammt und Wege zur „High Performance“ ebnen will (vgl. etwa Förster und Kreuz, 2007). Gesättigte Märkte, anspruchsvolle, konsumverwöhnte KundInnen, globale Vergleichbarkeit: Durchschnittlichkeit scheint für Unternehmen gefährlich zu sein. Wer kann da schon unauffällige, „gesunde“ MitarbeiterInnen und Führungskräfte „mit wenig Charakter“ (im Sinne von Hans-Peter Dreitzels Buchtitel zur psychotherapeutischen Diagnostik „Der gesunde Mensch hat wenig Charakter“; Dreitzel, 2004) gebrauchen?

Sind ein gesundes Maß übersteigende narzisstische Persönlichkeitseigenschaften tatsächlich notwendig, um in der heutigen Berufswelt erfolgreich zu sein? Der turko-amerikanische Psychoanalytiker Vamid Volkan bejaht diese Frage für den Bereich der Politik: „Eine ausreichende Portion Narzissmus, ja selbst übertriebener Narzissmus, ist meines Erachtens notwendig, um als politischer Führer etwas bewirken zu können“ (Volkan, 2010). Ich denke, diese Aussage trifft auch auf WirtschaftskapitänInnen und Führungskräfte in anderen Bereichen zu, da an diese mittlerweile ganz ähnliche Anforderungen gestellt werden wie an PolitikerInnen: Sie stehen medial im Rampenlicht, müssen überzeugen und kommen in aller Regel nicht ohne Charme, oberflächliches Charisma und taktisches Vorgehen aus.

Allerdings spielen für einen *langfristigen* beruflichen Erfolg andere Faktoren eine Rolle als die oft zeitlich begrenzte Möglichkeit, etwas bewegen zu können. Bei einer genauen Betrachtung der notwendigen Persönlichkeitseigenschaften für das Aufrechterhalten *beständigen* beruflichen Erfolges wird evident, dass etwa auch Fähigkeiten wie Frustrationstoleranz, Geduld sowie ein gekonnter Umgang mit Kränkungen und Misserfolgen benötigt werden.

Obwohl Narzissmus – oberflächlich gesehen und bei nur moderater Ausprägung – zu Verhaltensweisen führen kann, die Karrieren günstig beeinflussen, ist meines Erachtens Vorsicht bei einer umfassenden Beurteilung in diesem Sinne angebracht. Stark ausgeprägte narzisstische Anteile entfalten oft nur kurzfristig positive Wirkungen - auf einen rasanten Aufstieg folgt dann der schnelle Fall („heute MinisterIn, PräsidentIn oder GeschäftsführerIn, morgen nobody“). Vor allem unter einem *das gesamte* Erwerbsleben berücksichtigenden Blickwinkel spricht einiges gegen Narzissmus als dauerhaften „Karrieremotor“: Berufliche Höchstleistungen lassen sich schwer ein ganzes Leben

aufrechterhalten, und selbst da, wo es explizit erforderlich ist (etwa in bestimmten Sparten der Kunst, Technik oder Medizin) gelingt es den Betroffenen nicht immer.

Für NarzisstInnen sind jedoch auch kleinere Misserfolge schwer zu verkraften. Sie müssen oft erst lernen, mit den eigenen Kräften hauszuhalten und von Anerkennungsstreben und Schielen nach Beifall als Motivation hin zu einem *autonomen inneren Wollen* und einem *solideren Selbstwertgefühl* zu gelangen. Irgendwann in ihrer Berufsbiografie müssen sie sich dieser Entwicklungsaufgabe stellen, um nicht durch Übergriffe, Misserfolge oder Leistungseinbußen langfristig an ihrer beruflichen Entfaltung gehindert zu werden.

2 Typologie narzisstischer KlientInnen (nach Sachse et al.)

Der deutsche Psychologe Rainer Sachse und seine MitautorInnen (Sachse et al., 2011) unterscheiden praxisnah und je nach ihren Schwierigkeiten im Berufsleben zwischen *drei Arten* von NarzisstInnen. *Alle drei Typen* hätten ein *negatives Selbstschema*, das sich durch „negative Annahmen über Kompetenz, Fähigkeiten und/oder Akzeptabilität“ (Sachse, Sachse und Fasbender, 2011, S. 22) auszeichne. Die extreme Kränkbarkeit von narzisstisch organisierten Menschen ließe sich erst durch eben dieses von Defiziten dominierte Selbstbild, das regelmäßig Selbstzweifel hervorrufe, erklären. Die ablehnende Haltung der eigenen Person gegenüber werde jedoch auf jeweils unterschiedlich intensive Weise durch ein *positives Selbstschema kompensiert*, wodurch sich **erfolgreiche**, **gescheiterte** und **erfolglose** NarzisstInnen erheblich voneinander unterscheiden.

Ich halte diese aus der kognitiven und der zielorientiert-gesprächsfokussierten Psychotherapie („klärungsorientierte Psychotherapie“, Sachse 2003) entstandene Unterteilung als „innere Landkarte“ für das Verständnis von narzisstisch geprägten Menschen, die Unterstützung bei Problemen in den Bereichen Ausbildung, Arbeit und Leistung suchen, für nützlich und praktikabel – auch für GestalttherapeutInnen. Die eigentliche psychotherapeutische Vorgehensweise kann dann wieder entlang der Paradigmen der Gestalttherapie wie Beziehungsorientierung, phänomenologische Vorgangsweise, Entwicklung durch erlebte Gefühle und neue Erfahrungen innerhalb der therapeutischen Beziehung erfolgen (s. dazu Kapitel 4).

2.1 Erfolgreiche NarzisstInnen

Erfolgreiche NarzisstInnen erfüllen laut Sachse et al. am ehesten das Bild, das wir uns von Aufsteigern und Karrieristinnen machen. Sie neigten zur Selbstüberschätzung, scheuten jedoch nicht vor harter Arbeit zurück, damit ihnen jene Anerkennung zukomme, nach der sie so sehr dürsteten. Sie seien in der Lage, langfristige Ziele konsequent zu verfolgen, da sie für diese meist nicht nur extrinsisch, sondern auch *intrinsisch motiviert* seien, dh. sich auch tatsächlich für ihr Aufgabengebiet begeisterten.

Jedoch leiden diese erfolgsverwöhnten Persönlichkeiten laut den Autoren ebenfalls unter einem *defizitären Selbstschema*, das meist bereits in der Kindheit durch negative Rückmeldungen aus der Umwelt begründet worden sei. Dieses fragile Selbstkonzept

diene jedoch oft als starker *Leistungsmotivator*, der zu Erfolgen und beruflicher Bestätigung führe, durch die die Betroffenen ein paralleles, nunmehr *positives* Selbstschema aufbauten. Zwischen beiden Schemata bestehe meist keine Verbindung, wodurch sich auch die oft starken Stimmungsschwankungen erfolgreicher NarzisstInnen erklärten: Je nach Aktivierung des positiven oder negativen Selbstbildes sei die psychische Befindlichkeit solcher im Selbstwertgefühl schwankender Menschen heiter (bis hin zu hypomanischen Zuständen) oder getrübt bis depressiv. Nur bei einer massiven Aktivierung des positiven Schemas trete das negative Selbstbild völlig in den Hintergrund, in allen anderen Fällen sende es - meist unterschwellig - leichte bis phasenweise starke Selbstzweifel aus. Dies veranlasse erfolgreiche NarzisstInnen regelmäßig, die Annahmen des negativen Schemas „falsifizieren“ (ibid., S. 31) zu wollen – und dies gelinge ihnen meistens auch gut: nicht selten erzielten sie Höchstleistungen.

Der Preis, den sie dafür zahlen, sei meist ein gesundheitlicher. Überdurchschnittliche Leistungen erfordern in aller Regel auch ausgeprägtes Engagement und erhöhte Anstrengungen, was zu chronischer Erschöpfung bis hin zum Burnout führen kann. Allerdings bemerkt König (2011), dass viel Arbeit bei NarzisstInnen nur dann in die Erschöpfung führe, wenn sie lange Zeit auf Erfolgserlebnisse warten müssten. Erfolgreich tätige NarzisstInnen, die das nötige Maß an Anerkennung und Bewunderung erhielten, könnten über ausgedehnte Strecken mit eingeschränkter Freizeit und geringem Schlaf auskommen (ibid.).

Als Beispiel für eine Narzisstin, die trotz ihrer beachtlichen Erfolge in Studium und Beruf von massiven Selbstzweifeln gequält wurde, ist mir der Fall einer jungen Frau aus meiner Praxis in Erinnerung geblieben:

➤ Fallbeispiel: „Die Selbstzweifel einer Erfolgsfrau“

Frau C, etwa Mitte zwanzig, absolvierte ein Wirtschaftsstudium in Mindestzeit. Ihre Diplomarbeit fiel so gut aus, dass ihr eine Stelle für die wissenschaftliche Mitarbeit an einem Universitätsinstitut angeboten wurde, die sie jedoch aufgrund anderer, praktisch ausgerichteter beruflicher Interessen nicht annahm (im therapeutischen Gespräch ging sie jedoch auch davon aus, dass dieses Angebot unter Umständen „gar nicht ernst gemeint“ gewesen sei). Sie brillierte in zahlreichen, inhaltlich anspruchsvollen Praktika im In- und Ausland, erstellte schließlich höchst kreative Bewerbungsunterlagen, mit denen sie sich

noch vom Ausland aus bei einer Reihe von Unternehmen mit Sitz in Österreich bewarb und damit großes Interesse auslöste. Obwohl sie bald ein für sie interessantes Stellenangebot annahm, wurde sie kaum damit fertig, dass sie ein im Rahmen eines anderen Auswahlverfahrens durchgeführtes Assessment Center nicht „ausreichend gut geschafft“ hatte (von diesem Unternehmen war ihr kein Jobangebot unterbreitet worden).

In ihrer aktuellen Position leide sie vor allem darunter, dass es wenig Gelegenheit für Erfolgserlebnisse gäbe, so Frau C. Das Erbringen von beständig guter Leistung „ohne besondere Höhepunkte“ (wie es zB erfolgreich bestandene Prüfungen an der Universität waren) verunsichere sie. Schon in der allerersten Stunde brachte sie mehrmals ihr „mangelndes Selbstwertgefühl“ zur Sprache.

2.2 Gescheiterte NarzisstInnen

Diese Gruppe von NarzisstInnen war – folgt man Sachse et al. - zunächst erfolgreich, kam jedoch später in ein berufliches Umfeld (oder in eine Ausbildungsschiene), in dem sie die geforderte Leistung nicht mehr erbringen konnte. Da sie das fordernde Umfeld jedoch meist nicht von selbst verließ, scheiterte sie. Typische Beispiele seien sehr gute Schüler, die aufgrund höherer Anforderungen an der Universität mit Prüfungen und Leistungsdruck nicht zurecht kämen und in eine „systematische Leistungsverweigerung“ (Sachse et al., 2011, S. 36) gerieten, ohne sich Alternativen zum Studium (wie etwa das Verfolgen einer nichtakademischen Laufbahn) zu überlegen.

In dieser Gruppe sei eine „falsche“ Berufswahl (im Sinne einer Entscheidung, hinter der sie selbst gar nicht stehe) besonders häufig anzutreffen. Dies läge an ihrer ausgeprägten Orientierung an den hohen Erwartungen anderer, meist des Vaters.

Genauso wie erfolgreiche versuchten gescheiterte NarzisstInnen, ihr negatives Selbstschema durch Anstrengung und das Erreichen besonderer Leistungen zu regulieren bzw. zu falsifizieren. Sie unterschieden sich von Ersteren jedoch durch eine geringe Autonomie gegenüber den Erwartungen ihrer Bezugspersonen. Nicht nur ließen sie sich vorschreiben, dass sie erfolgreich sein sollten, sondern auch noch in welchen Berufen und auf welche Weise. Da ihre Berufs- oder Studienwahl somit wesentlich durch andere beeinflusst sei, hätten sie aufgrund mangelnder Freude daran bald Schwierigkeiten, die geforderte Leistung und Motivation aufzubringen, wodurch eine Negativspirale einsetze.

Denn wer Dinge tun muss, die er eigentlich nicht tun will, hat – so die Autoren - geringe Erfolgchancen und scheitert früher oder später: Konstante Erfolge könnten sich nur bei jenen einstellen, die in einem Bereich tätig seien, der ihnen auch liege.

Gescheiterte NarzisstInnen seien eben zu wenig autonom; sie könnten sich nicht von ihren falschen Berufs- und Lebensentscheidungen lösen und benötigten daher meist psychotherapeutische Hilfe, um einen *für sie selbst* passenden Berufsweg zu finden.

Eine den Fähigkeiten und der Persönlichkeit nicht entsprechende Berufswahl kann jedoch – dem Psychoanalytiker Karl König zufolge - auch auf andere Weise narzisstisch motiviert sein: Manche Betroffene wählten einen bestimmten Beruf, für den sie nicht gut geeignet seien, aus dem Gefühl heraus, gerade diese eine Sache nicht gut zu können (König, 2011). Diese Entscheidung stelle einen (in aller Regel dysfunktionalen) Versuch dar, eine Schwäche auf einem bestimmten Gebiet zu kompensieren (ibid.).

In einer Gestalttherapie wird ein wesentliches Kernstück die Arbeit an der Erweiterung der Autonomie des betroffenen Individuums sowie an unverdauten „Introjekten“ darstellen, als die „Aufträge“, Erwartungen und Vorgaben von Bezugspersonen zu sehen sind. Nach Sachse et al. (und ganz im Sinne der Gestalttherapie!) ist die Lösung aus der Fremdbestimmung ein notwendiger Meilenstein der individuellen Entwicklung, der von KlientInnen geleistet werden muss, da sie sonst weder aus ihrer Leistungsfixierung noch aus den quälenden Folgen unpassender Berufsentscheidungen heraus fänden - und die Mischung aus beidem zusätzlich den sicheren Misserfolg garantiere.

Das folgende Beispiel illustriert den Fall einer längere Zeit beruflich sehr erfolgreichen jungen Frau, die durch einen *einmaligen Misserfolg* tiefe Selbstzweifel in Bezug auf ihre Leistungsfähigkeit entwickelte und dadurch an einen Punkt gelangte, an dem sie ernsthaft die Wiederaufnahme einer ihren eigentlichen intellektuellen Fähigkeiten und Interessen widersprechenden beruflichen Laufbahn erwog.

➤ Fallbeispiel: „Der schmale Grad zwischen Erfolg und Scheitern“

Frau B, Ende dreißig, Mutter eines dreijährigen Kindes und Studentin eines anspruchsvollen, lernintensiven Fernstudiums, sucht Hilfe durch Psychotherapie, weil sie erstmalig eine Prüfung nicht geschafft hat und dadurch „in eine persönliche Krise gerutscht ist“, wie sie es ausdrückt.

Eine nähere Exploration der Lebensgeschichte der Klientin ergibt das Bild einer mit hohen

Leistungsanforderungen in einer Unternehmerfamilie aufgewachsenen Frau, die nach der Schule bald selbst in einem Lehrberuf mit großem Erfolg international und selbständig erfolgreich war. Nachdem in diesem angestammten Beruf der Zenit erreicht war, kam Frau B wieder auf einen ursprünglichen Studienwunsch zurück, bei dem sie als Jugendliche nicht unterstützt worden war, da ihr Eintreten in das elterliche Unternehmen gewünscht wurde. Mit knapp dreißig Jahren begann sie, das von ihr gewünschte Studium zügig zu verfolgen. Die guten Prüfungserfolge wurden durch die Phase der Familiengründung, den Umzug in eine andere Stadt und einen dadurch notwendigen Wechsel der Universität unterbrochen. Trotz geringer familiärer und partnerschaftlicher Unterstützung setzte Frau B ihr Studium konsequent fort, fühlte sich aber durch die mit der Mutterrolle verbundene berufsmäßige Isolation in ungewohnter Weise „vom Leben abgeschnitten“.

Mangels Beruf mussten nun die Studienerfolge das prekäre Selbstwertgefühl dieser Frau stabilisieren. Mit dem erstmaligen Misserfolg bei einer großen Prüfung (der sich nach genauer Analyse noch dazu als Folge ungünstiger Bedingungen aufgrund einer unbekanntenen Prüferin und nicht als das Ergebnis mangelnder Vorbereitung herausstellte) kam es zu massiven Selbstzweifeln und Infragestellen des Studiums sowie der gesamten Lebenssituation an sich. Letztendlich hatte Frau B begonnen, sich selbst in Frage zu stellen.

Das Umfeld der Ursprungsfamilie, das meine Klientin bei Verfolgen ihrer ureigensten Interessen wenig unterstützt hatte, stellte ebenfalls den neu eingeschlagenen, vom Familienmuster abweichenden Karriereweg sofort gänzlich in Frage, obwohl Frau B in ihrem Studium schon sehr weit fortgeschritten und bis dahin erfolgreich vorangekommen war.

Reflexion: Infolge der Aufgabe ihrer ursprünglich erfolgreich ausgeübten Tätigkeit fiel für Frau B die Selbstwertregulation durch regelmäßige berufliche Erfolge und finanzielle Gratifikationen weg. Bis zur Geburt ihres Kindes war ihr Leben nach einem Muster stetiger Steigerung im Sinne der Bewältigung neuer beruflicher Anforderungen verlaufen. Da das Aufziehen eines Kindes weder wie Erwerbsarbeit entlohnt noch gesellschaftlich mit Anerkennung honoriert wird (Erziehungsarbeit gilt als Selbstverständlichkeit, die auch ganz „nebenbei“ erledigt werden kann), stellte diese Aufgabe für die Klientin (trotz Freude an dem sehr erwünschten Kind) keine geeignete Quelle dar, ihr Selbstwertgefühl wie gewohnt durch berufliche Erfolge und bezahlte Leistungen aufzuwerten. In der Therapie fiel es ihr auch trotz meines Insistierens schwer, die Leistung ihrer Mutterschaft selbst

anzuerkennen – meist antwortete sie mit der Bemerkung, dass sie „eigentlich nichts“ tue.

Frau B stand an einem Punkt, wo sie ernsthaft gefährdet war, vom bisherigen Muster der „erfolgreichen“ Narzisstin durch einen Misserfolg, den sie nicht verkraften konnte, in das Fahrwasser einer „gescheiterten“ Narzisstin zu rutschen, ihre Studienentscheidung zu revidieren, sich beruflich danach weit unter ihrem Niveau einzustufen und vor allem ihre eigentlichen Interessen nicht wahrzunehmen.

2.3 Erfolgreiche NarzisstInnen

Dieser Typus weist nach Sachse et al. – genau wie erfolgreiche und gescheiterte NarzisstInnen – ein „negatives Selbstschema, ein kompensatorisch-positives Selbstschema, ein starkes Anerkennungsmotiv sowie ein (mehr oder weniger ausgeprägtes) Regel-Setzer-Verhalten auf“ (Sachse et al. 2011, S. 40). Letzteres bedeute, dass Betroffene bevorzugt behandelt werden wollten. Der Grund dafür liege darin, dass die VertreterInnen aller drei Gruppen davon ausgingen, ihnen stünden aufgrund (realer oder eingebildeter) besonderer Leistungen auch ausgeprägte Rechte oder eine bevorzugende Behandlung zu.

Erfolgreiche NarzisstInnen unterscheiden sich von den beiden anderen oben genannten Kategorien narzisstisch geprägter Personen *durch ein (meist wesentlich) vermindertes Leistungsverhalten*. Sachse et al. differenzieren hier wiederum zwischen zwei Untertypen: Typ 1 zeige gar kein Leistungsverhalten, sei also in keiner Weise darum bemüht, sein negatives Selbstschema durch besondere Bemühungen und Errungenschaften zu kompensieren. Typ 2 lege zwar ein bestimmtes (gemäßigtes) Leistungsverhalten an den Tag, bleibe dabei aber deutlich hinter seinen (intellektuellen) Möglichkeiten zurück.

Doch auch diese Gruppe narzisstisch organisierter Menschen benötigt für ihr psychisches Gleichgewicht ein positives Selbstschema, um ihr bestehendes „schlechtes“ Selbstbild, das sich wie oben beschrieben in Selbstzweifeln und einem mitunter ausgeprägten inneren Kritiker äußert, in Schach zu halten, so die Autoren. Da sie nun keine realen Bemühungen an den Tag legten, tatsächliche nennenswerte Leistungen zu erbringen, könnten sie ein „gutes“ Selbstschema nur durch Rückgriff auf *fiktive Leistungen* konstruieren. Sie bauten ein „illusionär-positives“ (ibid.) Bild von sich selbst auf, nach dem

sie sich über alle Maßen intelligent, attraktiv, leistungsfähig etc. fühlten („Narzissmus ohne Fundament“, *ibid.*, S. 50). Aus Mangel an beruflichem Erfolg und sozialem Status interagierten sie wenig mit anderen und entwickelten vergleichsweise geringe soziale Kompetenzen. Auf die Frage, warum sie tatsächlich nicht so viel erreicht hätten, wie sie nach ihrem phantasierten Selbst-Bild zu leisten imstande wären, reagierten viele erfolglose NarzisstInnen mit einer „exkulpierten Strategie“ (*ibid.*, S. 45), nach der ihr Misserfolg in der Verantwortung anderer liege (so seien sie in der Schule oder vom Elternhaus wenig gefördert worden, jemand habe ihnen eine Falle gestellt usw.) und sie selbst keinen Anteil daran hätten.

Bei genauer Betrachtung werde klar, dass diese Gruppe von NarzisstInnen Ziele verfolge, die in einem ungünstigen oder sogar *illusionären Verhältnis* zu ihren tatsächlichen Fähigkeiten und Kenntnissen stünden. Sie vermieden Aktivitäten, die ein höheres Maß an Anstrengung erforderten, erreichten oft keinen Schul- oder Ausbildungsabschluss oder übten eine untergeordnete berufliche Tätigkeit aus.

Aus der jeweiligen Biographie ergeben sich laut Sachse et al. meist zwei einander diametral entgegengesetzte Botschaften, die Betroffene oft von ihrem engsten Umfeld erhalten haben: Einerseits sollten sie dem Imperativ ihrer Bezugspersonen, erfolgreich zu sein, gerecht werden, andererseits sei ihnen regelmäßig vermittelt worden, in Leben und Beruf „nichts schaffen“ zu können. Sie folgerten daraus, dass sie entweder ohnehin nicht in der Lage seien, an sie gerichtete Erwartungen zu erfüllen *oder* dass sie diese Erwartungen nur mit einer maximalen Anstrengung erfüllen könnten, zu der sie aber nicht bereit seien.

Erfolglose NarzisstInnen unternähmen manchmal ein ganzes Leben lang keinen Versuch, durch Anstrengung und Leistung ein positives reales Selbstbild aufzubauen. Andere versuchten es zwar, gäben diese Bemühungen jedoch wieder auf. Insgesamt bescheinigen die Autoren dieser Gruppe von NarzisstInnen eine schlechte „Prognose“ im Sinne einer Verbesserung ihrer Lage und psychischen Befindlichkeit.

➤ Fallbeispiel : „Die vom Erfolg Träumende“

Frau Y, zu Beginn der Psychotherapie 29 Jahre alt, sucht mich wegen einer beruflichen Fragestellung auf. Sie arbeitet seit geraumer Zeit halbtags in einem Beruf, der ihrem abgeschlossenen Studium zwar entspricht, sie aber auch nicht weiter fordert und schon gar nicht wirklich interessiert. Nebenbei betreibt sie seit ihrer Schulzeit Yoga und besucht in diesem Bereich regelmäßig Fortbildungskurse, zum Teil auch im Ausland. Es stellt sich

bald heraus, dass sie gerne Yoga unterrichten würde, aber große Angst davor hat. Sie verspürt den Drang, immer weitere Aus- und Fortbildungen zu besuchen, um möglichen SchülerInnen „etwas Besonderes“ bieten zu können.

Privat geht Frau Y von einer „lauwarmen“ Beziehung in die nächste, Partner scheinen relativ beliebig zu sein, Freundschaften sind spärlich, die Klientin achtet auf Distanz.

Reflexion: Wenngleich Frau Y auf den ersten Blick lediglich leicht depressiv wirkt, wird eine narzisstische Symptomatik bald sichtbar – sowohl im Berufs- als auch Privatleben. Bindungen bleiben, sofern sie überhaupt eingegangen werden, locker und unverbindlich. Der Job ist nur eine „Verlegenheitslösung“, auch das Studium davor wurde von Frau Y ohne allzu viel Begeisterung einfach „durchgezogen“, immerhin aber beendet. Für Yoga, Meditation und spirituelle Themen hat Frau Y ein echtes, intrinsisch motiviertes Interesse. In manchen Therapiesitzungen imponiert sie durch ihre stark ausgeprägte Intuition.

Dennoch ist es ein steiniger Weg für sie, diesen wirklichen Interessen zu folgen. Wir arbeiten mehrere Stunden daran, dass die Klientin einen konkreten Schritt in Richtung Umsetzung ihres Unterrichtswunsches setzt: Schließlich unterrichtet Frau Y in einer ersten Yoga-Stunde einige FreundInnen und ist mit dieser Erfahrung fürs Erste zufrieden. Die weitere Therapie verläuft weniger intensiv, weil sich Frau Ys Bindungsaversion auch im therapeutischen Setting zeigt und sie von einem einwöchigen auf ein zweiwöchiges Setting wechseln möchte. Auch mein klares Ansprechen der zugrunde liegenden Thematik ändert daran nichts. Aufgrund zusätzlicher Auslandsaufenthalte der Klientin behält die Unverbindlichkeit schließlich Oberhand; letztendlich wird der therapeutische Prozess wegen einer notwendigen Praxispause unterbrochen.

Im Falle von Frau Y bewirken narzisstische Persönlichkeitsanteile unnatürlich hohe Erwartungen an sich selbst, die verhindern, dass es die Klientin schafft, ihre beruflichen Wünsche auch nur annähernd in die Tat umzusetzen. Von Seiten ihrer auf konfliktreiche Weise miteinander verbundenen Eltern, vor allem der Mutter, wird ihr immer wieder offen gesagt, dass sie alles tun könne, was sie wolle, und sie das auch sicher schaffen werde. Unterschwellig besteht jedoch eine starke Tendenz, das einzige Kind in Abhängigkeit zu halten, „mitzuversorgen“ und beruflich sowie finanziell nicht auf eigene Beine kommen zu lassen. Die Klientin wiederum kämpft zwar einerseits um ihre Unabhängigkeit, weiß dann aber auch wieder die Vorteile dieser Konstellation zu schätzen, lässt sich von der offensichtlich einsamen, sozial wenig eingebundenen Mutter auf Urlaube einladen usw.

3 Narzissmus, Gestalttherapie und Psychoanalyse

3.1 Der beeinträchtigte Kontaktzyklus: ein gestalttherapeutisches Modell

Hans Peter Dritzal (1988; vgl. auch Müller, 1988) entwarf gegen Ende der 1980er- Jahre eine gestalttherapeutische Narzissmus-Theorie, die sich auf das Modell des Kontaktprozesses stützt, wie es Perls, Hefferline und Goodman (2006) entwickelt und dargelegt haben. Sein Ansatz kommt ohne Rekurs auf psychoanalytische Denkweisen aus und stellte schon damals eine Gegenposition zur Auffassung anderer GestalttherapeutInnen dar, die sich an psychodynamischen Modellen, zum gegebenen Zeitpunkt vornehmlich an der Kohut'schen Selbstpsychologie, orientierten (vgl. Beaumont, 1988).

Dritzal baute sein Modell der narzisstischen Persönlichkeitsstörung in der Folge noch weiter aus und integrierte es in ein umfangreiches Konzept gestalttherapeutischer Diagnostik (Dritzal, 2004). Dabei argumentiert er aus der Perspektive des Kontaktprozess-Modells heraus und sieht den Kern der narzisstischen Störung in einer *Angst vor dem vollen Kontakt*, die sich nach außen hin im Vermeiden von Kontrollverlust manifestiere. Nach dem Egotismus-Konzept von Perls et al. verfestige sich das Selbst an der Schwelle zum vollen Kontakt in einem Zustand von hoher Energie und undurchlässiger Kontaktgrenze, wodurch die Fähigkeit, sich in den vollen Kontakt fallen zu lassen, geschwächt werde oder gänzlich abhanden komme (ibid.). Bei habituell ablaufenden narzisstischen Prozessen, ganz besonders jedoch bei der narzisstischen Persönlichkeitsstörung, sei dieser Ablauf soweit chronifiziert, dass man von einer dauernden Beeinträchtigung der Kontaktgrenze sprechen könne. Ihre Funktion sei derart eingeschränkt, dass sie im vollen Kontakt nicht vorübergehend durchlässig werden könne und damit Verschmelzung und Kontrollaufgabe verhindert seien (ibid.).

Obwohl der narzisstische Prozess vor allem eine Störung in der Phase des vollen Kontaktes sei, wirke sich diese Einschränkung auf den *gesamten Kontaktprozess* aus: Schon der Vorkontakt sei meist „zu selbstbestimmt“ (Dritzal, 2004, S. 66), in der zweiten Kontaktphase komme es zu einer Überbetonung der aggressiven Funktionen und dann „zu einer Retroflexion des Loslassens am Rande des Vollen Kontakts“ (ibid.), was einen Mangel an wirklicher Befriedigung bewirke. Aus diesem Grund werde schließlich auch der Nachkontakt mit seinen wichtigen integrierenden Funktionen „oft vorschnell beendet“

(ibid.). Der „Königsweg“ zur Heilung narzisstischer Prozesse besteht nach Dreitzel (2004) in einer Psychotherapie, die auf emotionale Berührung fokussiert.

Elisabeth Salem (2001) stellt sich in ihrem Aufsatz über Grundsätze der Gestalttherapie bei strukturellen Störungen gegen Dreitzels Sichtweise: Das Modell des Kontaktzyklus erweise sich in der praktischen psychotherapeutischen Arbeit nur für „gesunde“ Kontaktprozesse als geeignet, massive Störungen des Selbst hingegen führten zum Überspringen ganzer Kontaktphasen und damit zu „chaotischen“ Verzerrungen hinsichtlich Aufbau und Abfolge des Kontaktzyklus. Dieses Phänomen sei bei narzisstischen Persönlichkeitsstörungen so stark ausgeprägt, dass eine Zuordnung der Symptomatik zu einzelnen Kontaktphasen – im Sinne Dreitzels - „weder möglich noch sinnvoll“ (ibid., S. 741) sei.

Die gegenwärtige gestalttherapeutische Literatur zeichnet sich (nach einer Phase der verstärkten Auseinandersetzung mit dem Gedankengut Kohuts) vermehrt durch eine Integration der Kernberg'schen Objekt-Beziehungs-Theorie aus – eine Entwicklung, die ich im folgenden Kapitel näher erörtern möchte.

3.2 Psychodynamische Narzissmuskonzepte

Die Psychoanalyse ist eine wesentliche Wurzel der Gestalttherapie. Bocian (2000) sieht beide Verfahren sogar in einem Figur-Hintergrund-Verhältnis. „Sie [die Gestalttherapie] ist ein ganzheitliches Verfahren, das auf Grundlage einer dialogischen Beziehung und aus einer systemisch-kontextuellen Perspektive heraus versucht, tiefenpsychologisch-analytisches Vorgehen (Einsicht und Verstehen) mit experimentell-übendem Vorgehen (Deautomatisierung und Reorganisation) zu verbinden“ (ebd., S. 99). Für die theoretische Einordnung, Diagnostik und psychotherapeutische Arbeit mit stärker narzisstisch strukturierten Menschen bieten psychoanalytische Ansätze wichtige Leitlinien, die durch die Aufarbeitung der psychoanalytischen Wurzeln der Gestalttherapie verstärkt in diese integriert wurden und damit das Kontaktmodell von Perls, Hefferline und Goodman erweiterten (Salem, 2001; Yontef, 1999).

Sigmund Freud hielt Menschen mit narzisstischen Neurosen als nicht geeignet für die Durchführung von Psychoanalysen, weil sie seiner Meinung nach keine Übertragung

entwickelten. Diese Position blieb für mehrere Jahrzehnte unhinterfragt, bis moderne objekt-beziehungs-theoretische, selbstpsychologische und interpersonelle Ansätze innerhalb der Psychoanalyse zu neuen Behandlungsstrategien führten. Dabei haben zwei unterschiedliche Ansätze besondere Bedeutung erlangt: **Heinz Kohut** (1976, 1979) betonte vor allem die Wichtigkeit einer empathischen Begegnung und sieht Narzissmus als Ergebnis einer vorwiegend defizitären Selbstentwicklung. Die die narzisstische Störung charakterisierenden strukturellen Defizite könnten durch Entfaltung und Durcharbeiten dreier Übertragungskonstellationen – Spiegelübertragung, idealisierende und Zwillingss- bzw. Alter-Ego-Übertragung korrigiert werden.

Otto Kernberg hingegen entwickelte einen Ansatz, der auf Realitätsprüfung, Konfrontation und Deutung von pathologischem Größen-Selbst und negativer Übertragung beruht (Kernberg 1983) und zur Ausdifferenzierung einer eigenen psychoanalytischen Schule auf Basis der Objekt-Beziehungs-Theorie führte. Als wesentliche Merkmale narzisstischer Persönlichkeiten sieht Kernberg eine ausgeprägten Beschäftigung mit sich selbst, starken Ehrgeiz, Grandiositätsvorstellungen und ein außerordentliches Bedürfnis nach Anerkennung. Intensive Neidgefühle seien dauerhaft präsent und würden durch die Entwertung anderer, omnipotente Kontrolle sowie narzisstischen Rückzug in Schach gehalten (ibid.). NarzisstInnen seien rasch gelangweilt, wenn sich der äußere Glanz verliere und es keine Möglichkeit für die emotionale Unterfütterung ihres Größen-Selbst gäbe. Die innere Pathologie dieser Menschen zeige sich an einer emotionalen Flachheit, einer eingeschränkten Empathiefähigkeit oder auch „an der Unfähigkeit, Sehnsucht und Trauer angesichts von Trennung und Verlust zu empfinden“ (Kernberg zit. nach Akhtar, 2010a, S. 236). Das emotionale Erleben von stark narzisstisch strukturierten Menschen sei schal und oft von Gier und ausbeuterischen Tendenzen gekennzeichnet. Oft seien sie unfähig, sich auf Beziehungen, Ziele oder gemeinsame Vorhaben mit anderen einzulassen (Kernberg, 2010).

Weitgehend Einigkeit besteht zwischen den beiden Analytikern hinsichtlich der klinischen Erscheinungsformen der narzisstischen Persönlichkeitsstörung, wobei Kernberg „den chronischen heftigen Neid und die dagegen entwickelten Abwehrformen – besonders Entwertungstendenzen, omnipotente Kontrolle und narzißtischen Rückzug“ (Kernberg, 1983, S. 302) als Hauptmerkmale des Gefühlslebens der betroffenen Individuen besonders hervorhebt und den „pathologischen Charakter ihrer verinnerlichten Objektbeziehungen“ (ibid.) betont. Als nicht unumstritten in der Psychoanalyse gilt jedoch

Kernbergs Betrachtung der narzisstischen Persönlichkeitsstörung als *Spezialfall der Borderline-Störung*. Dabei geht der einflussreiche Psychoanalytiker davon aus, dass die narzisstische Überidealisierung des eigenen Selbst Merkmal eines persönlichen Bewältigungsversuchs einer Borderline-Störung sei - eine Strategie, diese durch überhöhte Selbsteinschätzung zu verdecken (Fiedler, 2001).

Bei der Kontroverse, die diese beiden unterschiedlichen Konzepte innerhalb der psychoanalytischen Gemeinde auslösten, dürfte der unterschiedliche klinische Fokus der beiden Analytiker eine Rolle gespielt haben: Während Kohut in freier Praxis tätig war und es vermutlich überwiegend mit „leichteren Fällen“ zu tun hatte, arbeitete Kernberg als Kliniker mit narzisstisch sehr stark beeinträchtigten PatientInnen.

Als Gestalttherapeutin freilich erlebe ich die Auseinandersetzung mit *beiden Ansätzen* als gewinnbringend, zumal KlientInnen ein sehr unterschiedliches Ausmaß an narzisstischer Prägung aufweisen. Die zum Teil divergierenden Sichtweisen Kernbergs und Kohuts erschaffen unterschiedliche „innere Landkarten“ für die psychotherapeutische Arbeit, einen breiteren Horizont im Verständnis der Phänomene und Flexibilität im praktischen Umgang damit.

Für die Gestalttherapie mit Menschen, die Probleme in der Arbeitswelt und/oder hinsichtlich ihres Leistungsverhalten bewältigen möchten, ist eine *umfassende Sicht* der Auswirkungen narzisstischer Persönlichkeitsanteile wichtig. Es erscheint es mir bedeutsam, nicht nur wie Kernberg an einer streng klinischen Kategorisierung von Narzissmus in der Nähe zur Borderline-Störung festzuhalten, sondern diese diagnostische Einordnung als *eine mögliche* Sichtweise anzunehmen, die va. bei sehr schweren Fällen (im Sinne des Vollbildes der narzisstischen Persönlichkeitsstörung) als primäre Orientierungsmaxime für die therapeutische Arbeit heranzuziehen ist.

In anderen Fällen sind meines Erachtens – zumindest temporäre – Vorteile einer narzisstischen Persönlichkeitsprägung sichtbar zu machen und – falls therapeutisch indiziert – KlientInnen auch mitzuteilen. So betonte Kohut (1976) Qualitäten wie Kreativität, Humor und Weisheit, die PatientInnen im Falle einer erfolgreichen Analyse entwickeln könnten.

3.3 Die Integration der Ansätze Kohuts und Kernbergs in die Gestalttherapie

Die Gestalttherapie entwickelte sich aufgrund der Arbeit mit neurotischen Menschen und musste für die Psychotherapie mit schwer beeinträchtigten PatientInnen erst adaptiert werden. So wurde die narzisstische Persönlichkeitsstörung (wie die Borderline-Störung) zunehmend als *frühe Störung* angesehen, die eine Erweiterung des von Perls et al. entworfenen Behandlungsansatzes erforderlich machte.

Konzepte der frühen Störung sind uneinheitlich und erscheinen als diagnostische Kategorie problematisch. Die Annahme, dass diese Störungen auf Traumatisierungen während der ersten drei Lebensjahre zurückzuführen sind, ist mittlerweile aufgrund von Ergebnissen der Säuglingsforschung anzuzweifeln (Hochgerner & Wildberger, 1998). Defizite, Traumata, Störungen und Konflikte können etwa nach Ansicht Petzolds zu jedem Lebenszeitpunkt Schädigungen hervorrufen (ibid., S. 20). Vielmehr ist davon auszugehen, dass die Schädigungen Folgen von längerfristigen und/oder wiederholten negativen Erfahrungen mit engen Bezugspersonen darstellen (Salem, 2004). In Österreich wurden zunächst Konzepte Hilarion Petzolds zur Entstehung von „frühen Störungen“ in die Gestalttherapie integriert (ÖAGG – Fachsektion Integrative Gestalttherapie, Antrag zur Anerkennung als Ausbildungseinrichtung für Integrative Gestalttherapie 1992, S. 19), die die Wichtigkeit der sog. Re-Parenting-Funktion (Nachbeelterung schwerst beeinträchtigter PatientInnen) betonten (Salem, 2004). Schließlich begann eine Auseinandersetzung und stufenweise Teil-Integration von psychoanalytischen Sichtweisen.

Konform mit dem Gedanken der Stützung lehnten sich in den 1980er-Jahren wesentliche Strömungen innerhalb der Gestalttherapie eher an die Kohut'sche Sichtweise an: PatientInnen mit frühen Störungen verfügten nicht (wie NeurotikerInnen) über ein ganzheitlich integriertes, stabiles Selbst, weshalb empathisch-stützende, ich-stärkende und nicht regressionsfördernde therapeutische Vorgangsweisen den erlebnisaktivierenden Techniken der Gestalttherapie vorzuziehen seien (vgl. Beaumont, 1988; Salem 2004).

Spätere gestalttherapeutische Ansätze orientieren sich jedoch „mehr an der psychodynamischen Literatur im Sinne von Kernberg (1992), Rohde-Dachser (1986) und Mentzos (1996), welche der Bearbeitung von Aggression und Destruktivität auch innerhalb der therapeutischen Beziehung von Beginn an große Aufmerksamkeit widmet“ (Salem, 2004, S. 291). Die Phänomenologie früher Störungen sei zu komplex, um derartige Störungsbilder ausschließlich als Ausdruck einer defizitären Selbstentwicklung zu betrachten (ibid.). Salem schließt sich dieser Sichtweise an und orientiert ihr Verständnis

an Überlegungen von Stavros Mentzos, der Borderline- und schwere Persönlichkeitsstörungen nahe beieinander angesiedelt sieht (ibid). Auch Yontef (1999) orientiert sich an der systematischen Diagnostik Kernbergs, setzt sich jedoch auch mit Kohuts Ansatz auseinander. Er sieht in einer durchgängig empathischen, wenig konfrontativen Haltung in der therapeutischen Arbeit mit narzisstisch verwundeten KlientInnen die Gefahr einer Bestätigung des narzisstischen Systems.

Der Gestalttherapeut Stephen M. Johnson (2005) setzt sich in seiner Erörterung des narzisstischen Persönlichkeitsstils ebenfalls mit psychoanalytischen (Entwicklungs-)theorien und den darauf aufbauenden unterschiedlichen Narzissmusmodellen auseinander. Er plädiert für die Wichtigkeit sowohl des Konfliktmodells (Kernberg) als auch des Defizitmodells (Kohut), „um die Schwierigkeiten zu verstehen und zu behandeln, mit denen die meisten Patienten in die ambulante Therapie kommen“ (ibid., S. 51). Vergangene Traumata hätten jedenfalls Defizite in den psychischen Strukturen der Betroffenen verursacht, gleichzeitig aber bestehe „das Problem verdrängter, unbewußter, miteinander in Widerstreit stehender Triebe, Impulse und Affekte“. Diesbezüglichen Schwierigkeiten seien umso größer, je stärker die psychischen Abwehrfunktionen ausgeprägt seien (ibid.).

Nun beschäftige ich mich in dieser Arbeit mit dem Leistungsverhalten narzisstisch geprägter Menschen – und eine narzisstische „Prägung“ kann gemäß der Spannbreite des narzisstischen Spektrums verschiedene Grade der Beeinträchtigung bedeuten.

Für mich bleibt überlegenswert, ob eine nur leicht ausgeprägte narzisstische Persönlichkeitsstruktur (narzisstischer *Persönlichkeitsstil*) nicht durchaus auf der theoretischen Grundlage des gestalttherapeutischen Kontaktmodelles (etwa nach Dreitzel) bearbeitet werden kann, und erst schwerere narzisstische Defizite (volle oder annähernde Erfüllung der Kriterien der narzisstischen *Persönlichkeitsstörung*) die psychoanalytisch fundierte Theoriebasis unbedingt erfordern.

4 Überlegungen zur Integrativen Gestalttherapie mit stark leistungsorientierten, narzisstisch geprägten Personen

Stephen Johnson zufolge hat sich ein Großteil der Fachliteratur zum Thema auf „unerfreuliche Charakteristika narzißtisch gestörter Menschen“ (Johnson, 2005, S. 14) konzentriert und sich wenig mit der genauen Art ihrer Beschädigung, der Phänomenologie ihres Leidens und der Zerbrechlichkeit ihres Selbst auseinandergesetzt (ibid.). Doch gerade beim Thema „hohe Leistungsansprüche“ geht es um den *kompensatorischen Aufwand*, den NarzisstInnen im Allgemeinen betreiben, um ihr fragiles Selbstwertgefühl zu regulieren, und der sie letztendlich in eine chronische Überforderung und Erschöpfung, zu gesundheitlichen Schäden und möglicherweise auch Misserfolgen führen kann. Es ist für die therapeutische Arbeit mit betroffenen Personen wichtig, sich diesen grundsätzlichen Zusammenhang immer wieder vor Augen zu führen, um die Fähigkeit zu stabiler Empathie und tiefem Verständnis für KlientInnen während des gesamten Therapieprozesses aufrechterhalten zu können.

Gestalttherapie mit narzisstisch geprägten, leistungsorientierten Menschen wird direkt oder indirekt immer wieder um die *Frage der Selbstliebe* kreisen und folglich auch Versuche beinhalten, die Wunde des mangelnden Selbstwertgefühls zu „versorgen“ und letztendlich heilen zu lassen. Wo die Selbstliebe wächst, können narzisstische Verhaltensweisen ihre scheinbare Notwendigkeit verlieren. Betroffene, deren „Liebeswunde“ verheilt ist und nur noch als unscheinbare Narbe erkennbar bleibt, sind dann – was ihr Leistungsverhalten angeht – mehr in der Lage, ihren echten, ureigenen Interessen nachzugehen und zwischen Arbeit aus Freude oder Leistung aus innerem Zwang heraus zu unterscheiden und letztendlich auch zwischen diesen Optionen angemessen zu wählen.

Die beiden Seiten der Medaille – Erfolg und Grandiositätserleben einerseits, Minderwertigkeitsgefühle und Selbstzweifel andererseits – zeigen sich in therapeutischen Prozessen mit narzisstisch organisierten Individuen ziemlich rasch. Johnson (2005) geht davon aus, dass sich die „minderwertige Seite“ oft schon in den ersten Stunden zeige, obwohl kompensatorische Bemühungen, Leistung und Ehrgeiz das Gebaren dieser Persönlichkeiten im Vordergrund bestimmten. Da Therapien meist erst bei Auftreten eines erheblichen Leidensdrucks begonnen werden, ist davon auszugehen, dass narzisstisch

beeinträchtigte Menschen, die PsychotherapeutInnen aufsuchen, bereits Erfahrungen mit den Schattenseiten ihrer Persönlichkeitsorganisation gemacht haben. *Es ist letztendlich der Zugang zu diesem Leid, der auch die Chance auf Heilung birgt.*

4.1 Beziehung und Leistungsorientierung

Wie kann Gestalttherapie als eine Form der Psychotherapie, in der ein besonders hoher Wert auf die therapeutische Beziehung gelegt wird und in der davon ausgegangen wird, dass diese Beziehung ein wesentlicher Heilfaktor ist, narzisstisch geprägte Menschen in ihrer Entwicklung fördern? Was hat das Leistungsverhalten überhaupt mit Beziehung zu tun und ist Gestalttherapie eine geeignete Methode für Schwierigkeiten in diesem Bereich ?

Negative Beziehungserfahrungen im ursprünglichen familiären Umfeld führen bei vielen Menschen, die später eine narzisstische Persönlichkeitsprägung ausbilden, zu besonders hohen Leistungsansprüchen an sich selbst. Der Konnex zwischen den auf den ersten Blick wenig miteinander in Verbindung stehenden Kategorien Beziehung und Leistung entsteht dabei meist schon früh in der Biografie: Am Anfang steht die *Beziehung* zwischen Eltern und Kind. Verläuft diese defizitär, kommt die *Leistung* ins Spiel: ein Kind wird mit allen Mitteln versuchen, die Liebe seiner Bezugspersonen zu erreichen. Und außergewöhnliche Leistungen (wie etwa rasche Entwicklungsschritte, gute Schulerfolge, besondere künstlerische oder sportliche Leistungen) sind oft ein geeignetes Mittel, um zumindest Beachtung zu bekommen. Die Anerkennung erfolgt dann über den Umweg des „narzisstischen Gewinns“, den Eltern aus den besonderen Leistungen ihrer Kinder ziehen. Diese Sichtweise wird auch durch Erkenntnisse der *Traumatherapie* bestärkt: Schwere Persönlichkeitsbeeinträchtigungen wie das Vollbild der narzisstischen Persönlichkeitsstörung können auch vor dem Hintergrund einer Traumagenese verstanden werden - eine Einschätzung, die erst in den letzten Jahren stärkere Verbreitung fand (Reddeman, 2011). Psychotherapie mit Betroffenen bedeutet fast immer eine Behandlung von Traumafolgestörungen, wobei typischerweise von Entwicklungs- oder Beziehungstraumata ausgegangen werden muss. Die schwere Störung der Selbstwertregulation, die die narzisstische Persönlichkeitsstörung kennzeichnet, ist auf *Bindungs- und Beziehungstraumatisierungen* zurückzuführen - und weniger auf physische Gewalt oder sexuelle Traumatisierungen, wie anhand der kasuistischen Literatur

angenommen wird (Wöller, 2011).

Das Muster „Liebe durch Leistung“ ist eine Form der „kreativen Anpassung“ an gegebene Verhältnisse, das sich jedoch für die Anforderungen des späteren Lebens meist als dysfunktional herausstellt. Denn für NarzisstInnen bedeuten die hohen Leistungserwartungen, die sie an sich selbst stellen, dass sie *nur dann mit sich selbst zufrieden sind*, wenn sie diese Erwartungen *auch tatsächlich erfüllen und damit Anerkennung bei anderen finden*. Erreichen sie dies nicht, gerät ihr inneres Gleichgewicht aus den Fugen.

Mit dieser prekären inneren Balance geraten sie in der gegenwärtigen Berufswelt allerdings in ein Dilemma, denn es ist durchwegs problematisch, in so hohem Maße auf ständige Erfolge und Bestätigung von außen angewiesen zu sein.

Von der Nachkriegszeit an bis in die Neunzigerjahre des vorigen Jahrhunderts galt noch, dass aus Eigeninitiative vieles möglich war (vgl. Beck, 1986): die Fleißigen stiegen auf und konnten sich ihrer einmal erreichten beruflichen Position fast immer sicher sein. Eine solche Sicherheit ist aber in der heutigen, auf ständige (Höchst-)Leistung ausgerichtete Arbeitswelt sehr schwer dauerhaft zu erreichen – dafür sind die gesellschaftlich-ökonomischen Umstände und die Dynamik der Arbeitsmärkte zu sehr in Bewegung. Zu sehr spielen auch von außen kommende, vom Individuum unbeeinflussbare Ereignisse (Personalabbau im Zuge von Einsparungen, Internationalisierungen, Umstrukturierungen etc.) eine Rolle, und zu sehr kommt es auf andere Parameter an, die nicht im engeren Sinne mit der Kategorie Leistung verbunden sind: Selbstmarketing, Kommunikationsstärke, das Schaffen von Netzwerken, Flexibilität usw.

Vermutlich war es noch nie so leicht wie heute, rasch aufzusteigen. Genauso schnell kann es aber auch zum Ende eines beruflichen „Höhenfluges“ kommen. Wo früher hervorragende Arbeitsleistungen eine Garantie für den Arbeitsplatz und beruflichen Aufstieg darstellten, ist das heute keineswegs selbstverständlich. Es gibt unzählige von außen kommende Faktoren, die gute Leistungen und Erfolg verhindern können. Weiters sind heute Anerkennung und Lob keine automatisch erwartbaren Folgen von guter Leistung - im Gegenteil, mangelnde Wertschätzung ist ein von Berufstätigen häufig genanntes Problem und stellt einen wesentlichen Faktor für das Entstehen von Burnout dar.

Sich selbst nur dann mögen, schätzen, ja lieben können, wenn ständig Höchstleistungen erbracht werden und (im Glücksfall!) damit eine Würdigung des Erreichten erzielt wird, ist

eine innerpsychische Verfasstheit, die mit großer Wahrscheinlichkeit im Laufe des Berufslebens (heute eher früher als später) zu Problemen für die Betroffenen führen wird. Für NarzisstInnen besteht dann die Gefahr der „narzisstischen Krise“, die aus Erfolgreichen rasch Scheiternde machen kann.

Wesentlich ist, dass Narzissmus seinen Ursprung in defizitären Beziehungserfahrungen hat und deshalb *Beziehungen* und das *Üben in Beziehungen* auch so wichtig für eine Milderung dieser Einschränkung sind. Die Harvard-Psychologin, Analytikerin und anerkannte Narzissmus-Forscherin Elsa Ronningstam sieht besonders *zwischenmenschliche Bezogenheit* als besonderen Weg der Heilung an (Ronningstam, 2010). In diesem Sinne kann Gestalttherapie, in der Lernen und Entwicklung immer mit (therapeutischer) Beziehung verbunden sind, einen wichtigen Beitrag leisten, einschlägig geprägten Menschen aus ihrem narzisstischen „Gefängnis“ (Röhr, 2009) herauszuhelfen.

4.2 Vom „wahren“ und „falschen“ Selbst

Sein wahres Selbst findet der Patient stückweise im Erleben der eigenen Gefühle und Bedürfnisse, wenn der Analytiker diese auch da, wo er sie noch nicht versteht, akzeptieren und respektieren kann.

Alice Miller, *Das Drama des begabten Kindes* (1983), S. 127

Donald Winnicott entwickelte Anfang der 1970-er Jahre im Zuge seiner Beschäftigung mit Reifungsprozessen beim Kind sein Konzept vom „wahren“ und „falschen“ Selbst, das in der Folge weite Verbreitung fand (vgl. Winnicott, 2006) und auch bei Ausführungen zur Narzissmus-Thematik immer wieder herangezogen wird. So beschreibt Alice Miller (1983) Narzissmus bildhaft als „Isolierhaft des wahren Selbst im Gefängnis des falschen Selbst“ (ibid., S.11). Auch für Stephen M. Johnson (2005, S. 53) ist Narzissmus „einfach die Zurschaustellung des falschen Selbst anstelle der Äußerung des wahren Selbst“. Wenn das falsche Selbst mit seinen grandiosen Überzeugungen in Frage gestellt werde, entstünden Angst und ein Gefühl des Schmerzes über die ursprüngliche narzisstische Kränkung.

Winnicotts Modell drückt eine wesentliche, dem Narzissmus inhärente Dynamik plakativ aus, muss aber für die therapeutische Arbeit differenziert betrachtet werden. Denn

narzisstisch beeinträchtigten Menschen ist ihre Maske meist schon früh im Leben zur eigentlichen Natur, zur „Haut“ geworden. So ohne weiteres kann sie - das „falsche Selbst“ - nicht gelüftet werden. Und selbst wenn das möglich wäre, befände sich darunter kein vitales „wahres Selbst“, das ausgereift und kraftvoll auf seinen Einsatz wartet. Salem (2008) weist in diesem Zusammenhang auf den in der Praxis eingeschränkten Nutzen dieser Denkfigur hin. Um Heilung zu erfahren, verfolgten Betroffene ihre Psychotherapie über einen langen Zeitraum, und die Unterscheidung, was „wahr“ und was „falsch“ sei, liege nicht immer auf der Hand (ibid.). Dies erscheint logisch, da der Prozess der Zurücknahme des „wahren Selbst“ ja meist früh begonnen und sich über viele Jahre erstreckt hat.

Dennoch kann das Konzept des wahren Selbst, dessen Obsiegen über das antrainierte falsche Selbst als therapeutisches Ziel gesehen werden kann, im Heilungsprozess helfen - etwa als Mittel zur besseren Veranschaulichung. Der Weg der Heilung selbst geht jedoch nicht über das intellektuelle Verstehen, sondern über die Gefühle:

Die Fähigkeit zu trauern, d.h. auf die Illusion über die eigene „glückliche“ Kindheit zu verzichten, gibt dem Depressiven seine Lebendigkeit und Kreativität wieder und kann den Grandiosen - falls er eine Analyse überhaupt aufsucht - von den Anstrengungen der Abhängigkeit seiner Sisyphos-Arbeit [Leisten „bis zum Umfallen“, Anm. v. Verf.] befreien. (Miller, 1983, S. 94)

Ähnlich beschreibt Johnson das Erwachen des „wahren“ Selbst in Verbindung mit einer Reihe von unangenehmen Gefühlen und großer Fragilität:

Da ist eine Licht- und eine Schattenseite. Auf der Lichtseite ist da die Echtheit des Erlebens, eine Entdeckung echter Vorlieben und Abneigungen, Augenblicke des Vergnügens oder der Freiheit in der Selbstentdeckung oder Selbstäußerung, echte Zuneigung oder Liebe zu anderen etc. (...) Und es gibt Augenblicke der Entdeckung, daß die Welt und das Selbst nicht sind, was sie immer zu sein schienen. Die verinnerlichten Zuschreibungen der Eltern oder Script-Entscheidungen des kleinen, uninformatierten Kindes treiben einen nicht länger unbewußt an, obwohl sie immer noch Wirkung und Einfluß ausüben. Es ist nicht so, wie man immer glaubte; es muß nicht so sein, wie es immer gewesen ist; man sieht die Möglichkeit der Wahl. (Johnson, 2005, S. 170-171)

Es handelt sich um einen therapeutischen Prozess, der sich - im Falle des Durchhaltens - lohnt. Dennoch bleibt er ein langer, oft steiniger Weg, der den Erwartungen vieler

Menschen an Psychotherapie (eine Lösung ihrer Probleme in kürzester Zeit) nicht entspricht. Und „Heilung“ wird bei Menschen, die ihre Leistungsorientierung meist schon früh als „kreative Anpassung“ an andernfalls unerträgliche Umstände gewählt haben, wohl nicht in einem völligen Verschwinden dieser Art von Lebensbewältigung bestehen, sondern in einer Lockerung oder Milderung, die mit dem Verstehen der eigenen inneren Dynamik einhergeht und Folge des zunehmenden Selbstgewahrsams und Annehmens der eigenen Gefühle ist.

Der Lohn kann eine größere Autonomie der gesamten Persönlichkeit sein, eine gewisse Souveränität über Impulse, die einst im Zwang mündeten und denen die Betroffenen nun nicht mehr machtlos ausgeliefert sind.

Literaturverzeichnis

- Akhtar, Salman. (2010a). Deskriptive Merkmale und Differenzialdiagnose der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung. In Otto F. Kernberg & Hans-Peter Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie* (S. 231 - 262). (2. Nachdruck). Stuttgart: Schattauer.
- Akhtar, Salman. (2010b). Narzissmus und Liebesbeziehungen. In Otto F. Kernberg & Hans-Peter Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie* (S. 624 – 638). (2. Nachdruck). Stuttgart: Schattauer.
- Bauer-Jelinek, Christine. (2009). *Die helle und die dunkle Seite der Macht. Wie Sie Ihre Ziele durchsetzen, ohne Ihre Werte zu verraten* (11. Auflage). Salzburg: Ecowin.
- Bauman, Zygmunt. (2003). *Flüchtige Moderne* (5. Auflage). Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Beaumont, Hunter. (1988). *Gestalttherapie* 2, 33 – 42.
- Beck, Ulrich. (1986). *Die Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Bocian, Bernd. (2000). Von der Revision der Freudschen Theorie und Methode zum Entwurf der Gestalttherapie – Grundlegendes zu einem Figur-Hintergrund Verhältnis. In Bernd Bocian & Frank-Matthias Staemmler (Hrsg.), *Gestalttherapie und Psychoanalyse. Berührungspunkte – Grenzen – Verknüpfungen* (S. 11-108). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Dammann, Gerhard. (2007). *Narzissten, Egoomanen, Psychopathen in der Führungsetage. Fallbeispiele und Lösungswege für ein wirksames Management*. Bern: Haupt.
- Dammann, Gerhard. (2009). Narzissmus und Führung. In: Johannes Eurich, Alexander Brink (Hrsg.), *Leadership in sozialen Organisationen* (S. 61-89). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Dieckmann, Eva. (2011). *Die Narzisstische Persönlichkeitsstörung mit Schematherapie behandeln*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Dreizel, Hans Peter. (1988). Zur Theorie und Genese narzisstischer Persönlichkeitsfunktionsstörungen. *Gestalttherapie* 2, 33 – 42.
- Dreizel, Hans Peter. (2004). *Gestalt und Prozess. Eine psychotherapeutische Diagnostik oder: Der gesunde Mensch hat wenig Charakter*. Bergisch Gladbach: Edition Humanistische Psychologie.
- Fenichel, Otto. (2005). *Psychoanalytische Neurosenlehre*. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Fiedler, Peter. (2001). *Persönlichkeitsstörungen* (5. Auflage). Weinheim: Beltz.

- Förster, Anja; Kreuz, Peter. (2007). *Alles, außer gewöhnlich*. Berlin: Econ Verlag.
- Hirsch, Mathias. (2000). Arbeit und Identität – Zur Einführung. In: Mathias Hirsch (Hrsg.), *Psychoanalyse und Arbeit. Kreativität, Leistung, Arbeitsstörungen, Arbeitslosigkeit* (S. 5-12). Psychoanalytische Blätter 14. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hochgerner, Markus & Wildberger, Elisabeth. (1998), Einleitung – Verschiedene Sichtweisen früherer Schädigungen. In Markus Hochgerner & Elisabeth Wildberger (Hrsg.), *Frühe Schädigungen, späte Störungen* (2. Auflage), (S. 13 – 21). Wien: Facultas.
- Johnson, Stephen M. (2005). *Der narzisstische Persönlichkeitsstil. Integratives Modell und therapeutische Praxis* (5. Auflage). Bergisch Gladbach: Edition Humanistische Psychologie .
- Kernberg, Otto F. (1983). *Borderline-Störungen und pathologischer Narzissmus*. Frankfurt a. Main: Suhrkamp.
- Kernberg, Otto F. (2000). *Ideologie, Konflikt und Führung. Psychoanalyse von Gruppenprozessen und Persönlichkeitsstruktur*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Kernberg, Otto F. (2010). Der nahezu unbehandelbare narzisstische Patient. In Otto F. Kernberg & Hans-Peter Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie* (S. 705 – 727), (2. Nachdruck). Stuttgart: Schattauer.
- Kohut, Heinz. (1976). *Narzißmus. Eine Theorie der psychoanalytischen Behandlung narzißtischer Persönlichkeitsstörungen*. Frankfurt a. Main: Suhrkamp.
- Kohut, Heinz. (1979). *Die Heilung des Selbst*. Frankfurt a. Main: Suhrkamp.
- König, Karl. (2011). *Arbeit und Persönlichkeit. Individuelle und interpersonelle Aspekte*. Frankfurt/Main: Brandes & Apsel.
- Krautz, Jochen. (2007). *Ware Bildung. Schule und Universität unter dem Diktat der Ökonomie*. Kreuzlingen/München: Hugendubel.
- Lasch, Christopher. (1979). *The Culture of Narcissism. American Life in an Age of Diminishing Expectations*. New York: Norton.
- Liessmann, Konrad Paul. (2006). *Theorie der Unbildung. Die Irrtümer der Wissensgesellschaft*. Wien: Zsolnay.
- Maccoby, Michael. (2000, January-February). Narcissistic Leaders. The Incredible Pros, the Inevitable Cons. *Harvard Business Review*, 78, 68-77.
- Maccoby, Michael. (2002). *The Productive Narcissist. The Promise and Peril of Visionary Leadership*. New York: Reed Business Information.
- Miller, Alice. (1983). *Das Drama des begabten Kindes und die Suche nach dem Wahren*

- Selbst*. Frankfurt a. Main: Suhrkamp.
- Millon, Theodore; Davis, Roger D.; Millon, Carrie M.; Escovar, Luis & Meagher, Sarah. (2000). *Personality Disorders in Modern Life*. New York: John Wiley & Sons.
- Müller, Bertram. (1988). Zur Theorie der Diagnostik narzißtischer Erlebnis- und Verhaltensstrukturen. *Gestalttherapie*, 2(2), 43-58.
- ÖAGG - Fachsektion für Integrative Gestalttherapie. (1992). *Antrag zur Anerkennung als Ausbildungseinrichtung für Integrative Gestalttherapie*. Wien.
- Ottomeyer, Klaus. (2000). Über Arbeit, Identität und eine paranoide Tendenz in den Zeiten der Globalisierung. In: Mathias Hirsch (Hrsg.), *Psychoanalyse und Arbeit. Kreativität, Leistung, Arbeitsstörungen, Arbeitslosigkeit* (S. 27–50). Psychoanalytische Blätter 14. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Perls, Frederick S., Hefferline, Ralph F. & Goodman, Paul. (2006). *Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung* (7., neu übersetzte Auflage). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Reddeman, Luise. (2011). Einleitung. In Wolfgang Wöller, *Trauma und Persönlichkeitsstörungen. Psychodynamisch-integrative Therapie* (2. Auflage). Stuttgart: Schattauer.
- Röhr, Hans-Peter. (2009). *Narzißmus. Das innere Gefängnis* (8. Auflage). München: dtv.
- Ronningstam, Elsa F. (2005). *Identifying and Understanding the Narcissistic Personality*. New York: Oxford University Press.
- Ronningstam, Elsa F. (2010). Veränderungen der narzisstischen Psychopathologie – der Einfluss korrigierender und korrosiver Lebensereignisse. In Otto F. Kernberg & Hans- Peter Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie* (S. 386 – 403), (2. Auflage). Stuttgart: Schattauer.
- Sachse, Rainer. (2003). *Klärungsorientierte Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Sachse, Rainer; Sachse, Meike; Fasbender, Jana. (2011). *Klärungsorientierte Psychotherapie der narzisstischen Persönlichkeitsstörung*. Hogrefe: Göttingen.
- Salem, Elisabeth. (2001). Gestalttherapie und narzißtische Störungen. In Reinhard Fuhr, Milan Sreckovic & Martina Gremmler-Fuhr (Hrsg.), *Handbuch der Gestalttherapie* (S. 733-746). (2. Auflage). Göttingen: Hogrefe.
- Salem, Elisabeth. (2004). Frühe Störungen als Anwendungsgebiet der Gestalttherapie. In Markus Hochgerner, Herta Hoffmann-Widhalm, Liselotte Nausner & Elisabeth Wildberger (Hrsg.), *Gestalttherapie* (S. 289 – 306). Wien: Facultas.

- Salem, Elisabeth. (2008). Diskussionsbeitrag zum Thema Narzissmus, Gestalttage Salzburg, 26.1.2008
- Sennett, Richard. (2006). *Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus*. Berlin: Bloomsbury Taschenbuch.
- Twenge, Jean M. & Campbell, W. Keith. (2009). *The Narcissism Epidemic. Living in the Age of Entitlement*. New York: Free Press.
- Volkan, Vamir D. (2010). Großgruppen und ihre politischen Führer mit narzisstischer Persönlichkeitsorganisation. In Otto F. Kernberg & Hans-Peter Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie* (S. 205 – 226), (2. Nachdruck). Stuttgart: Schattauer.
- Wardetzki, Bärbel. (2002). „*Ich doch endlich normal!*“ *Hilfen für Angehörige von eßgestörten Mädchen und Frauen* (6. Auflage). München: Kösel.
- Winnicott, Donald W. (2006). *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt* (unveränderte Neuauflage). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Wirth, Hans-Jürgen. (2010). Pathologischer Narzissmus und Machtmissbrauch in der Politik. In Otto F. Kernberg & Hans-Peter Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie* (S. 158 – 169), (2. Nachdruck). Stuttgart: Schattauer.
- Wirth, Hans-Jürgen. (2011). *Narzissmus und Macht. Zur Psychoanalyse seelischer Störungen in der Politik* (4., korrigierte Auflage). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Wöller, Wolfgang. (2011). *Trauma und Persönlichkeitsstörungen. Psychodynamisch-integrative Therapie* (2. Auflage). Stuttgart: Schattauer.
- Yontef, Gary M. (1999). *Awareness, Dialog, Prozess. Wege zu einer relationalen Gestalttherapie*. Köln: Edition Humanistische Psychologie.