

Dr. Wolfgang Schmidbauer: Facetten und Entwicklungen des Narzissmus-Konzepts

Vortrag zum 5. Bayerischen Landespsychotherapeutentag, 27.4.2013

(Die mündliche Fassung weicht von der geschriebenen ab)

Freud sagt über die Symptombildung bei der Hysterie, dass sich hier älteres Menschtum darstelle.¹ Ergänzend lässt sich über narzisstische Störungen sagen, dass sie in ihrem Leben sehr oft daran scheitern, dass ihre psychische Organisation einer modernen Gesellschaft mit ihren Brechungen des unmittelbaren emotionalen Auslebens durch Vernunft, Disziplin, Höflichkeit, Ironie und Humor nicht standhalten kann. Manchmal helfen ihnen Drogen zu einer funktionierenden Fassade. Doch ist dieser Gewinn an Stabilität teuer erkaufte.

Seelische Störungen sind ein notwendiger Begleiter der menschlichen, d.h. der kulturellen Evolution. Die Kulturfortschritte sorgen dafür, dass es immer mehr und immer wirkungsvollere Systeme gibt, die ein Überleben von Säuglingen auch dann sicherstellen, wenn der primäre Schutz durch die Eltern versagt.

Die seelische Stabilität des Erwachsenen hängt damit zusammen, dass er seine Antriebe, die Umwelt neugierig zu erforschen und sie seinen Bedürfnissen entsprechend zu verändern, dank eines ausreichenden Reizschutzes durch ein einführendes Objekt entwickeln konnte. Sie erfordert weiterhin, dass er eine Fantasie von Austausch verinnerlicht hat, durch den der Reizschutz eine soziale Qualität gewinnt. Der Erwachsene ist von einem Netz von Freunden, Bekannten, Kollegen umgeben, die es ihm ermöglichen, in Krisen seines Selbstgefühls auf Hilfe zu vertrauen, weil auch andere bei ihm in ihren Krisen verlässliche Hilfe finden.

Die Lösung der als Ödipuskomplex beschriebenen Situation findet nicht allein durch Identifizierung mit einem Elternteil statt, sondern durch Verinnerlichung einer Gruppe aus mindestens zwei Personen (den Eltern der Kleinfamilie), die sich konstruktiv austauschen. In der gelingenden Entwicklung fördert der Reizschutz durch den Austausch die Produktion von Triebwünschen und Neugieraktivität; diese wiederum fördern den Austausch mit anderen. Wer schon viele Freunde und ein gutes Beziehungsnetz hat, erwirbt leichter weitere Freunde als der Einsame, der beim ersten Kontakt seine gesamten Bedürfnisse an ein dann entsprechend überschätztes Objekt richtet und im Zusammenbruch seiner Erwartungen in eine Krise gerät, welche seine Rückzugsneigungen und regressiven Wünsche verstärkt.

Hysterie und Selbstgefühl

Das „hysterische“ Verhalten, in dem Sexualpartner bzw. die eigene sexuelle Bedeutung idealisiert bzw. blockiert und entwertet werden, hängt damit zusammen, dass in der Kindheit kein Austausch verinnerlicht werden konnte, in

¹ S. Freud, Studien über Hysterie, Ges.W. I

dem Eltern einander stabil bestätigt haben. Die regressive Entwicklungshemmung bedingt immer auch eine idealisierende Überschätzung eines möglichen Sexualpartners. Durch diese Entwicklungsstörung bildet sich kein stabiles Netz von Beziehungen aus, das durch Austausch zusammengehalten wird. So muss der Sexualpartner überschätzt werden. Da seine Idealisierung in der Realität nicht aufrechterhalten werden kann, ergibt sich ein periodischer Wechsel von Idealisierung und Entwertung, der entweder (Don-Juan-Typus) zu immer erneuten Beziehungsaufnahmen führt, oder aber innerhalb ein und derselben Beziehung zu einem Wechsel von Entwertungstrennung und Annäherungskompromiss.

In der „modernen“ seelischen Entwicklung sind beide Formen der Belastung meist verknüpft: Wenn Eltern keine stabile Beziehung haben, wenn die Mutter, die ein Kind versorgen soll, nicht ausreichend gut von ihrer Umwelt gestützt wird und mit ihr in stabilem Austausch steht, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sie bereits zu Beginn der Entwicklung dem Kind keinen ausreichenden Reizschutz bieten kann.

Die statistisch nachgewiesenen Risikofaktoren wie Sucht eines Elternteils, Geschwistergeburt in einem Abstand von weniger als einem Jahr belegen diesen Einfluss ebenso wie die seit langem bekannte Verknüpfung zwischen Zufriedenheit der Eltern und seelischer Anfälligkeit der Kinder. „Zufriedenheit“ ist eine seelische Folge angemessener Austauschsituationen. So haben „zufriedene Hausfrauen“ die günstigste Prognose für psychisch stabile Kinder, „zufriedene berufstätige Mütter“ die zweitbeste, „unzufriedene berufstätige Mütter“ die drittbeste und „unzufriedene Hausfrauen“ die schlechteste.

Die im 19. Jahrhundert entwickelte Theorie, dass die „Hysterie“ der Frau ihr Gegenstück in der männlichen „Hypochondrie“ hat, hängt damit zusammen, dass für Frauen aufgrund biologischer und kultureller Einflüsse sexuelle Beziehungen die zentralen Fantasien über den Gewinn von Austausch und Schutz prägen. Für Männer steht die körperliche Stärke und Dominanz im Mittelpunkt.

In der Hysterie drehen sich die Dramen um Frösche und Prinzen, um den idealisierten (aber unerreichbaren) und den erreichbaren (aber nicht genügend bewunderten) Mann; in der Hypochondrie (die im 19. Jahrhundert als „männliche Hysterie“ galt) geht es um die ängstliche Sorge um einen von naher Auflösung bedrohten Körper: es gibt keine normalen Missempfindungen mehr, es gibt nur noch organische Katastrophen. Beide Leiden spiegeln das Versagen des Reizschutzes in der frühen Kindheit und die geschlechtsspezifischen Kompensationsversuche.²

Autismus und Zwangskrankheit

Das Versagen des frühen Reizschutzes führt in seinen extremen Formen zu

² Die Hysterie hängt damit zusammen, dass entweder immer oder nie an Sexualität gedacht wird. Die Beziehung zur Sexualität gleicht einer Trauma-Reaktion; auch Traumatisierte reden nicht selten entweder immer oder aber nie von ihren Verletzungen.

autistischen Störungen. Bei den schwersten Fällen des kindlichen Autismus scheint eine organische Disposition vorzuliegen, welche es dem Kind erschwert, andere Menschen in ihren Potenzialen als Spender von Reizschutz zu nutzen. Die betreffenden Kinder nehmen keinen Kontakt auf und geraten sehr leicht in Panik, wenn z.B. eine ihrer stereotypen Handlungen unterbrochen wird oder die Ordnung in ihrem Spielzimmer ein wenig verändert ist.

Während solche extremen Fälle sehr selten sind, lassen sich mildere Formen dieser Verwendung der Ordnung bei den meisten Menschen beobachten.

Wenn sich in der Umwelt nichts ändert, wenn wir nach einer Trennung alles so wiederfinden, wie wir es verlassen haben, beruhigt und entlastet uns das. Wie sehr, das erkennen wir oft erst, wenn während unserer Abwesenheit ein Einbrecher unsere Wohnung durchwühlt oder ein Hagelsturm unseren Garten demoliert. Verletzungen der körperlichen Ordnung durch Krankheiten, Operationen sind noch belastender. Die Belastung steigt, je ausgeprägter das Trauma Grundbedürfnisse verletzt, je mehr Grundbedürfnisse verletzt werden und je nachlässiger sich die Umwelt nach dem Trauma um Wiedergutmachung bemüht.

So wird der Einbruch belastender, wenn die Versicherung nicht zahlt und die Polizei dem Beraubten vermittelt, er sei durch eigene Nachlässigkeit an dem Geschehen beteiligt. Wenn eine Vergewaltigung ein extrem traumatisierendes Ereignis sein kann, liegt das auch daran, dass eine Frau von einem Mann, den sie sich als Beschützer wünschte, missbraucht worden ist und anschließend häufig aus ihrer Umwelt absurde Vorwürfe einer Mitverantwortung kommen.

Manchmal behaupten Traumatisierte sie hätten etwas dazu getan, dass sie so verletzt wurden, nicht weil sie tatsächlich beteiligt waren, sondern weil es den menschlichen Narzissmus entlastet, die Fantasie von Kontrolle über das eigene Leben zu festigen. Wenn die soziale Umwelt hier keinen Halt bietet, sondern diese Selbstanklagen auch noch bestätigt, werden die Betroffenen erneut verletzt. Man sagt z.B. der vergewaltigten Frau, die sich vorwirft, ein ausgeschnittenes Kleid getragen zu haben, das sei schon richtig, sie hätte in der Tat durch weniger aufreizendes Verhalten das Trauma verhindern können.

Um sich diesem Prozess zu entziehen, setzen nicht wenige Traumatisierte ihre seelischen Verletzungen, an denen sie sich schuldig fühlen, in körperliche um. Wenn die Spannung durch innere, unsichtbare Unordnung unerträglich wird und seelisches Leid mit Erfahrungen der Abwertung und Schuldzuschreibung verknüpft wird, beruhigt eine sichtbare Wunde. Daher die Neigung vieler in dieser Weise belasteter Menschen, sich selbst Verletzungen zuzufügen, sich mit scharfen Klingen zu schneiden, sich Haare auszureißen, Nägel zu kauen.

Die Regression auf archaische Ordnungsbedürfnisse bestimmt auch viele Symptome der Zwangskranken. Diese werden süchtig nach Handlungen, welche geeignet scheinen, auf einfache Weise einen unordentlichen Zustand (schmutzige Hände) in einen ordentlichen (saubere Hände) zu verwandeln. Die Sucht drückt sich in der Wiederholung der entspannenden Aktion aus - die Hände werden gewaschen, bis die überlastete Haut schmerzt.

Bei den autistischen Regressionen, vielen Formen der Schizophrenie, der Zwangserkrankung, des psychotischen Stupors, erstarrt das seelische System, um sich vor neuen Reizen zu schützen. So wird Abhängigkeit von einer Bezugsperson vermieden. Diese Kontaktverweigerung macht das für den Beobachter Beunruhigende dieser Störungen aus.

Das seelische System sucht sich selbst zu schützen und zu reparieren. Selbst der Autismus ist ein Versuch, sich vor noch größeren und tiefgreifenderen Ausfällen im Reizschutz und in der Verarbeitung von Reizen zu bewahren. Die Idealisierung und die mit ihr verbundene Spaltung, welche als zentrale Störungen der „narzisstischen Persönlichkeit“ aufgefasst werden, sind ebenfalls solche Reparaturversuche.

Das Selbstobjekt

Eine verletzte und überforderte Regulation des Selbstgefühls sucht sich durch Anlehnung an eine andere Person zu reparieren. Das Objekt dieser Anlehnung wird bewundert und überschätzt; wir nennen es ein Selbstobjekt. Sobald sich herausstellt, dass es zu diesem Zweck nicht (mehr) taugt, wird es fallen gelassen und entwertet. Parallel dazu fühlt sich auch der Mensch entwertet, der dieses Selbstobjekt verloren hat. Für Don Juan ist die Frau, die er soeben zu erobern sucht, ein solches Selbstobjekt, das er mit allen Aufwertungsfantasien ausrüstet. Einmal gewonnen, wird sie wertlos. Die Realität zerstört die Fantasie. Die entstehende Depression wird durch erneute Suche, erneute Idealisierung einer noch nicht eroberten Frau bekämpft.

Ein ruhiger, zuversichtlicher Mann verwandelt sich über Nacht in ein Bündel Elend. Er kann nicht mehr schlafen und schwankt zwischen Wutanfällen und Depressionen. Äußerlich hat sich in seinem Leben und in seiner Ehe nichts geändert. Er hat nur beim Stöbern in alten Papieren einen Paken Liebesbriefe gefunden, der ihn über eine Liebschaft seiner Frau unterrichtete, die sei zwölf Jahren beendet ist. Und so hat er sein Selbstobjekt verloren.

Besonders verwirrend ist diese Situation, wenn dasselbe Objekt sowohl überschätzt wie entwertet wird. So kann ein Mann seine Frau einerseits als völlig unattraktive Schlampe darstellen, die es nie wert war, dass er sie geheiratet hat, und gleichzeitig vor Angst zittern, dass ihn diese Schlampe verlässt. Der Entwertungsmechanismus wird in diesem Fall verwendet, um das seelische System vor der kränkenden Einsicht in die eigene Verletzlichkeit und Abhängigkeit zu bewahren.

Viele solche Störungen verlaufen zyklisch, nach dem Modell „himmelhoch jauchzend - zu Tode betrübt“. In diesem Zyklus steckt die Abfolge von Idealisierung (Überschätzung, Abhängigkeitsbildung) und Entwertung (Entidealisierung, Trennungsversuch, (Pseudo)Autonomie). Das seelische System des Menschen kann sich auch selbst besetzen, idealisieren („ich bin der Größte“, „der Starke ist am mächtigsten allein“) und entwerten, ja im Selbstmord das eigene Entwertungsurteil auch vollstrecken.

Wer liebt und sich geliebt fühlt, handelt spontan und denkt nicht darüber

nach, ob er den Partner überfordert, ihm zuviel gibt, zuviel verlangt. Sobald die Liebe nach Beweisen sucht oder Beweise fordert, sind ihre Potenziale bereits geschmälert.

Die sogenannte „Objektbeziehungstheorie“ von Melanie Klein entwickelt eine Reihenfolge, wonach erst Teilobjekte (Muttermilch, Mutterbrust, Penis) und dann ganze Objekte „verinnerlicht“ werden. Das scheint eine unnötige Begriffsvermehrung. Primaten lernen durch Identifizierung, aus einer ganzheitlichen Wahrnehmung des Objekts. Sie setzen diese Identifizierungen ein, um die Verarbeitungsfähigkeit ihres seelischen Systems zu verbessern.

Austausch und seelische Stabilität

Nahrungsaufnahme, Grenzen zur Außenwelt und zu den Ausscheidungen, Eroberung der Außenwelt durch neugierige Erforschung sind Aufgaben, welche das seelische System bewältigen muss. Sie lassen sich situativ beschreiben, es sind keine eigenen „Phasen“ (oral, anal, phallisch, genital) notwendig, um sie zu erfassen. Diese gliedern einen kontinuierlichen Austauschprozess willkürlich und schaffen fiktive Wesenheiten (die „orale Störung“ oder „der anale Charakter“).

Die Entwicklung führt von einer vollständigen und einseitigen zu einer teilweisen und auf Austausch basierenden, wechselseitigen Abhängigkeit. Austauschbeziehungen dominieren auf jeder Entwicklungsphase das seelische Geschehen: In der „oralen“ Phase geht es um den Austausch von Nahrung, in der „anal“ um den Austausch von Anpassungsleistungen, in der phallischen um den Austausch von Eroberungen und in der genitalen um den Austausch von reifer Sexualität in dem Sinn, dass der Austausch auf allen bisher erreichten Ebenen so gut funktioniert, dass ein Kind entstehen und heranwachsen kann.

Dieses Modell seelischer Störungen lässt uns mit sparsamer Begriffsbildung die komplexen Strategien verstehen, welche den Hintergrund der Symptome bilden. Es geht davon aus, dass der Reizschutz durch traumatisierende Einflüsse durchbrochen und gefährdet wird, dass aber das seelische System große, während des ganzen Lebens arbeitende Ausgleichsmöglichkeiten hat, die in der Therapie erkannt und unterstützt werden.

Diese Ausgleichsmöglichkeiten werden, ebenso wie die Traumatisierungen, nur dann fassbar, wenn eine weit über das Trieb- oder Objektbeziehungsmodell hinausreichende Erforschung des historischen und sozialen Feldes stattfindet, das den Kranken umgeben und während seiner Kindheit und Adoleszenz geprägt hat. Jede intensive Beziehung, die wir im Lauf unseres Lebens eingehen, verändert uns auch; sie kann uns stabilisieren, aber auch traumatisieren, tut in der Regel beides, in einem Maß, das sich durch Forschung klären lässt.

Symbiotische Bindungen

Das Trauma behindert die Autonomieentwicklung. Verängstigte, verletzte, unsichere Kinder klammern sich an ihre Eltern. Gut versorgte Kinder können ihre Eltern als Ausgangsbasis nutzen, um sich Interessanterem zuzuwenden. Bei

einem sozialen Tier wird das Trauma immer auch Versuche in Gang zu setzen, durch Kontakt mit anderen und besonders intensive Beziehungen die Verletzungen zu heilen. Damit wird die Grenze zu anderen Personen durchlässig; es ist nicht möglich, sich rechtzeitig von ihnen zu trennen, die Gefahr schwerwiegender Belastungen und ständiger Verletzungen in Beziehungen steigt.

Narzisstisch gestörte Patienten unterwerfen oft ihr Leben dem Ziel, eine andere Person zu kontrollieren. Heftige Symptome, Beschwörungen, alle Formen von sexueller Erniedrigung werden aufgebracht, um zu verhindern, dass sich diese Person entzieht. Sie erfüllt die Funktion einer Plombe, die das verletzte Ich stabilisiert. Nicht selten setzt ein Versagen dieser Funktion so heftige Reaktionen frei, dass die Betroffenen nicht mehr weiterleben wollen, einen Selbstmordversuch unternehmen, eine Nervenklinik aufsuchen, sich mit Hilfe von Drogen betäuben.

Die Angst entsteht zum Teil als Reaktion auf eine unbewusste narzisstische Wut, welche das Objekt zerstören könnte, von dem sich die Betroffenen derart abhängig fühlen. Der Teufelskreis der Angstneurose entfaltet sich so, dass die Abhängigkeit frustrierende Einschränkungen auferlegt. So entstehen Wutfantasien, das einschränkende Objekt zu zerstören, welche dann die Abhängigkeit steigern und dazu führen, dass es um jeden Preis kontrolliert werden muss, weil es sich sonst im Handumdrehen auflöst. Die Abhängigkeit führt in die Wut und die Wut verstärkt die Abhängigkeit.

Die Grandiosität

Die Größenfantasie wird von den meisten Narzissmusforschern als Naturphänomen hingenommen, das zu den Anfängen der menschlichen Entwicklung gehört. Der Säugling imaginiert sich als Herrscher einer undifferenzierten Mutter-Kind-Einheit. Diese Erklärung versäumt es jedoch, die Unterschiede zu erfassen, die sich später in den Größenfantasien ausbilden. Ihre Abkömmlinge prägen vor allem die berufliche Entwicklung.

Der wesentliche Prozess, in dem die Größenfantasien ausdifferenziert werden, ist die Identifizierung. Sie ist ein hoch wirksamer, überall, wo es nur möglich ist, eingesetzter Lernprozess, der freilich weniger erforscht ist als seine elementaren Vorläufer oder Begleiterscheinungen, wie die bedingten Reflexe oder die instrumentellen Reiz-Reaktions-Verknüpfungen. Das liegt daran, dass die Identifizierung weniger kontrollierbar ist und von ganzheitlichen, emotionalen Reaktionen getragen wird.

Das Primatenkind ist von vertrauten Geschöpfen umgeben und beginnt sich auf dieser Grundlage fremden Situationen zu nähern. Immer dann, wenn eine fremde Situation seinen Reizschutz überfordert, sucht es die Nähe der vertrauten Wesen. Diese Entwicklung verläuft sozusagen in konzentrischen Ringen, die nacheinander überschritten werden. Zunächst dient die Mutter als Schutz vor fremden Erwachsenen. Später vertritt angesichts des völlig Fremden jeder Erwachsene die Mutter.

Das Kind beobachtet Artgenossen. Jede dieser Beobachtungen wird in der Gestalt einer latenten Identifizierung gespeichert. Angesichts neuartiger Situationen werden diese Modelle im Erleben durchprobiert, um jenes herauszufinden, das am besten passt. Darüber hinaus werden diese Identifizierungen in Spiel und Fantasie aktiviert, kombiniert, zu Rollen verschmolzen. Wir nennen diese innere Tätigkeit „Tagträume“. Sie sind ebenso Ausdruck wie Grundlage der narzisstischen Grandiosität.

Alle Menschen sind schwach, dem Schlaf, der Krankheit, dem Tod unterworfen; daher sehnen sich auch alle nach einer unerschütterlichen Stärke. Diese in Dämonen oder Götter zu verlagern, ist relativ weise. Denn wenn wir das nicht tun, geraten wir in große Versuchung, fehlbare Menschen mit dieser unerschütterlichen Stärke auszurüsten. Diese Sehnsucht muss viel grausamer enttäuscht werden als die Verlagerung in eine metaphysische Welt, bei der lediglich die Unzuverlässigkeit ihrer Anbindung an unsere Realität jene Probleme schafft, auf die Schamanen, Zauberer, Priester und Theologen mit ihren jeweils eigenen Mythenbildungen und Spitzfindigkeiten reagieren.

Die grundsätzlich illusionäre Qualität unseres Selbstgefühls ist eine Botschaft, die wir nicht gerne zur Kenntnis nehmen. Aber es gibt zu viele Beobachtungen, die sie belegen, zu viele Hinweise auf Verführbarkeit, Kränkbarkeit und jene pharisäischen oder kannibalischen Prozesse, die langfristige Gefährdungen erzeugen, um kurzfristige Einbussen hinauszuschieben.

Gestützte Grandiosität

Während ein auch in der Psychologie keineswegs verlassenes moralisierendes Menschenbild den Narzissmus abwertet und hinter der infantilen Grandiosität Krankhaftes vermutet, sprechen die analytischen Beobachtungen dafür, die Grandiosität für eine normale Entwicklungsgrundlage des Selbstgefühls zu halten. Sie hilft dem Kind, seine Ängste zu bewältigen und an den Schutz zu glauben, den die Erwachsenen spenden können, wenn es diese idealisiert. Idealisieren heißt: als grandios erleben, als vollkommen, makellos.

Idealisierung beruht darauf, negative Seiten auszublenden, Kritik zurückzustellen, an das Gute zu glauben. Indem sich das Kind mit diesen idealisierten Eltern identifiziert, gewinnt es Zuversicht. Diese Zuversicht hilft ihm, die Realität zu bewältigen. Sie tut das umso besser, je mehr es dem Kind gelingt, die idealisierende Vorleistung durch realen Austausch zu festigen. Das gelingt in dem Zustand am besten, in dem die Idealisierung wohlwollend zugelassen, aber nicht realitätsblind verteidigt wird.

Viel wichtiger als die Konstruktion einer „realistischen Beziehung“ scheint der Aufbau von nicht-defensiven Idealisierungen. Das bedeutet, dass die Idealisierung flexibel wird und auf Widersprüche reagieren kann, die sich zwischen ihr und der Wirklichkeit einstellen. Gefährlich ist erst die zur manischen Abwehr gesteigerte, erstarrte Grandiosität.

Beispiele, nach den oralen, analen und genitalen Feldern (nicht „Phasen“)

geordnet:

Die Mutter duldet Kritik an ihrem Essen und versucht, wo sie diese berechtigt findet, es so zuzubereiten, dass es dem Kind schmeckt. Oder aber die Mutter sagt bei der ersten Kritik: Ich weiß schon, du liebst mich nicht, mein Essen schmeckt dir nicht, ich koche nie wieder etwas.

Der Angestellte duldet Kritik an seinen Leistungen und versucht, wo er diese berechtigt findet, seinem Chef entgegenzukommen. Ebenso nimmt der Chef Anregungen seiner Mitarbeiter über seinen Führungsstil entgegen und bemüht sich, diesen zu verändern. Oder aber der Angestellte „bockt“, passt sich scheinbar an, arbeitet aber weniger, als er könnte; der Chef schneidet den Widerspruch autoritär ab, schließlich hat er hier das Sagen.

Der Liebhaber findet die Hinweise seiner Geliebten wichtig, wo er zärtlicher oder leidenschaftlicher mit ihr umgehen soll. Oder er zieht sich beleidigt zurück und überlässt das nächste Mal die Initiative ihr.

Man kann die Idealisierung mit einer Form vergleichen. Diese Form kann aus elastisch-festem, aus brüchigem, aus starrem oder aus einem Material aufgebaut sein, das bereits bei der geringsten Beanspruchung zerfällt. Ein wichtiger Aspekt, der aus den Beobachtungen von biologischen Verwandten des Menschen abgeleitet wurde, ist hier die Bindung. Bindung ist ein Begriff, der eine gewisse Stabilität des Austauschs charakterisiert. Das Baby gibt eigene Reaktionen, Zärtlichkeiten, Anklammern, bezogene Signale; die Mutter antwortet mit Zärtlichkeiten, Zuwendungsreaktionen, Nahrung, Schutz. Je verlässlicher der Austausch funktioniert, desto stabiler Bindung und Reizschutz. Die Bindung beruht darauf, dass sich das Kind mit Menschen identifizieren kann, die sich untereinander konstruktiv austauschen.

Je fester das Kind gebunden ist, desto eher und kraftvoller kann es die Eltern verlassen. Wer eine genügend gute frühe Umwelt hatte, wird problemlos nach einer besseren späten Umwelt suchen; wem sie fehlte, der klammert sich an den Mangel und fürchtet sich vor neuen Bindungen; wer weiß, ob er es dort nicht noch schlechter trifft.

Besser als das unbekannte Gute ist das bekannte Übel allemal - so lautet das Motto der unsicheren Bindung, der defensiven Idealisierung. „Was der Bauer nicht kennt, das isst er nicht“. Wer verlässlich gebunden ist, macht sich auf, zu erobern: „öfter mal was Neues, und wo es mir gut geht, da ist meine Heimat!“

Die defensive Idealisierung ist rückwärtsgewandt. Sie orientiert sich daran, nicht zu verlieren. Die flexible Idealisierung hingegen ist dynamisch; sie glaubt an eine Steigerung nach einem Umbau. Es darf etwas abgerissen werden, wenn die Zuversicht realistisch ist, es nachher schöner zu errichten.

Das schöpferische Selbstgefühl speist sich aus der Grandiosität des frühen Narzissmus. Das Kind hat darauf vertraut, dass die Realität seinen Fantasien einen ebenso guten Nährboden bietet wie früher die Mutter. Kreativität ist immer auch Pflege dieser Komponente des Selbstgefühls. Wem dieser pflegliche Umgang mit der eigenen Kreativität gelingt, in dem die Grandiosität flexibel ist und Kritik zulässt, der kann schöpferisch bleiben, wenn einmal

Erfolg ausbleibt oder die Umwelt ihn nicht bestätigt.

Das schöpferische Selbstgefühl

Dieses schöpferische Selbstgefühl ist der Schönheit und Beweglichkeit des Organismus vergleichbar. Es entsteht unter „normalen“ äußeren Umständen, die beim Menschen individuell nicht organisierbar sind. Ein menschliches Baby kann nur überleben, wenn es von einer Kultur beschützt wird, deren Agentin meist die Mutter ist. Diese Kultur ist nicht allein daran orientiert, besonders günstige Voraussetzungen für die Entwicklung des Individuums zu schaffen. Sie kämpft immer auch um das eigene Überleben.

Wird das Kind unzureichend mit einfühlendem Austausch versorgt, entstehen Verletzungen. Diese werden durch starre Idealisierungen ausgeglichen. Dieser Prozess begleitet unser Leben. Wo wir einem einfühlenden Austausch begegnen, werden wir kreativer; wo er uns fehlt, verkümmert unsere Kreativität. Gute wie schlechte Erfahrungen werden auf dem Weg der Identifizierung gespeichert, nicht nur in der Kindheit, sondern das ganze Leben in unterschiedlicher Intensität - besonders intensiv in Verliebtheitsphasen oder in Zuständen der Trance und Inspiration. Wie wir aus der Beobachtung animistischer Kulte (z.B. Voodoo) wissen, sind auch solche Inspirationen ein Leben lang möglich. Unsere Fähigkeit zu befreienden Identifizierungen verlieren wir ebenso wie unsere Gefährdung durch lähmende Traumatisierungen erst durch den Tod.

Unterschiedliche Qualitäten des Traumas

Flexible und kreative Idealisierungen entstehen durch Austausch Erfahrungen, starre durch die Erfahrung des Traumas. Es gibt grobe und subtile Traumatisierungen, körperliche und psychische. Ein Autounfall, eine Vergiftung, eine schwere Erkrankung oder eine Behinderung haben traumatische Qualitäten. Sie ziehen aber die Psyche nicht so in Mitleidenschaft wie Folter, Vertreibung aus der Heimat, Vergewaltigung und andere Verletzungen, die durch gezielte Handlungen zugefügt werden.

Es gibt vermutlich genetische Dispositionen, die mitbestimmen, wie viele Verletzungen ein Mensch ausgleichen kann. Vielleicht können wir sie uns als Gefäß vorstellen, das Erfahrungen sammelt. Es gibt große und kleine, dichte und undichte Gefäße. Wer ein großes, stabiles Gefäß hat, um positive Erfahrungen zu sammeln, wird zuversichtlicher sein und bleiben als jemand, der ein kleines oder undichtes besitzt.

Aber wer keine Erfahrungen sammeln kann, dass ihm ein Austausch gelingt, dem hilft das große Gefäß wenig. Die Vielfalt menschlicher Schicksale und Irritationen entsteht aus dieser Verbindung: Jede positive Erfahrung kann unterschiedlich gut gespeichert werden; der beste Speicher nützt nichts, wenn keine guten Erfahrungen vorliegen. Eine genetische Disposition, Erfahrungen energisch festzuhalten, kann bei guten Erfahrungen segensreich sein; bei schlechten wird sie zum Fluch. Brüchige Strukturen, die gute Erfahrungen nicht halten, schützen auch vor dem Persistieren der schlechten.

Eine weitere genetische Komponente ist die Aktivität des Organismus. Je aktiver, desto mehr positive Erfahrungen kann er sammeln, desto mehr Chancen hat er, negativen zu entgehen.

Überall wirken hier Regelkreise: Wer durch seine Aktivität Erfolgserlebnisse sammelt, wird seinen Austausch mit der Umwelt noch aktiver gestalten und weitere Erfolgserlebnisse sammeln. Wer durch Misserfolg entmutigt ist, wird passiver und daher in seiner Mutlosigkeit bestätigt. Wem der konstruktive Austausch mit frühen Bezugspersonen gelingt, der hat gute Chancen, dass er auch später solche Austauschbeziehungen aufbauen und sich in ihnen stabilisieren kann. Wem er misslingt, der wird traumatisiert und in seiner Fähigkeit zum Austausch beeinträchtigt.

Die Rolle der Fantasie

Wenn sich die Fähigkeit zum Austausch entwickelt, orientiert sich die Fantasie an den realen Möglichkeiten der beteiligten Personen. So erschließt sie in einem imaginären „Probehandeln“ (Freud) neue Austauschmöglichkeiten und optimiert diese. Traumatische Einflüsse fixieren die Fantasie auf Vermeidung einer erneuten Verletzung und blockieren diese Kreativität. Die Fantasie entfernt sich von der Realität.

Dadurch wird die Fantasie ärmer an Nuancen und Differenzierungen. Sie nähert sich dem Perfektionismus. Nur die ideale Befriedigung ist gut genug, um für das Trauma zu entschädigen. Reale Möglichkeiten werden abgekanzelt. Die traumatisierte Fantasie verliert spielerische Qualitäten in einem wertfreien Raum. In ihr erhebt sich sofort die Frage: gut oder böse, normal oder krankhaft, richtig oder falsch, wertvoll oder wertlos, Beweis der Liebe oder der Lieblosigkeit.

Der klassische Witz von der jüdischen Mutter beleuchtet die Folgen dieser Entwicklung. Sie schenkt dem Sohn zwei Krawatten. Am nächsten Morgen trägt er die eine. Die Mutter weint. „Warum?“ fragt der Sohn. „Du liebst mich nicht, die andere Krawatte gefällt dir nicht!“

Dieser Witz blamiert die Mutter. Aber in den Austauschsituationen des Lebens gibt es immer zwei Beteiligte. Selten ist der eine ganz schuldig, der andere ganz unschuldig. Vielleicht würde die Mutter nicht so reagieren, wenn der Sohn sie nach dem Geschenk in den Arm genommen und ihr gezeigt hätte, dass die Krawatten nicht Materie, sondern Symbol für Liebe sind. Er trägt die Krawatte, dazu ist sie da und damit ist es auch genug des Gefühlsausdrucks.

Das Pygmalion-Dilemma

Wir strafen unsere Partner, wenn sie nicht in unsere Fantasien von einem Selbstobjekt passen und diese nicht erfüllen. Ungern machen wir uns daran, uns mit ihrer Realität überhaupt zu befassen - es wäre doch soviel schöner, wenn sie so wären, wie wir sie mit Hilfe unserer Fantasietätigkeit gemacht haben.

Es gibt einen Mythos dazu, der für die narzisstische Störung so bedeutungsvoll ist wie die Sage von Ödipus für die Hysterie: Die von Pygmalion, dem kretischen Bildhauer, der aus Elfenbein ein Bild der Frau seiner Träume fertigte und sich derart verliebte, dass er in Sehnsucht verging, nicht mehr aß und trank, bis Venus ihn erlöste, gerührt von soviel Hingabe: sie verwandelte das Bild in eine Frau aus Fleisch und Blut.

So endet die Geschichte glücklicher als die von Narziss, der sich in sein eigenes Spiegelbild in einer klaren Quelle verliebte und verschmachtete, weil es sich immer auflöste, wenn er es zu erreichen suchte.

Pygmalion wurde von Venus erlöst; Narziss von ihr vernichtet. Der Mythos erwähnt eine Rache der Liebesgöttin, weil Narziss die Liebe der Nymphe Echo zurückgewiesen hatte.

Der pharisäische und der kannibalische Narzissmus

Verbreitet und für Arbeitsbeziehungen (Mobbing) wie Liebesverhältnisse zerstörerisch sind Formen der narzisstischen Aufwertung durch Entwertung. Sie können pharisäisch oder kannibalisch sein. Im pharisäischen Narzissmus wird (nach dem biblischen Beispiel) jemand entwertet, von dem ich mich vorteilhaft abhebe, auf dessen Anerkennung ich aber zu meiner Selbststabilisierung nicht angewiesen bin.

Die überall beliebten rassistischen und nationalistischen Vorurteile, die Entwertung von Minderheiten und Fremden haben diese Qualität. Die Fortschritte des Rechtsstaates und der Zivilisierung haben es immer schwer gehabt, sich gegen diese Mechanismen zu behaupten. Es bedarf dauernder Aufmerksamkeit, um zu verhindern, dass schlummernde Ressentiments geweckt und die Glut unter der Aschenschicht zu Gewalt und Bürgerkrieg angefacht wird.

Der Übergang zu kannibalischen Prozessen ist fließend. Das Vollbild des kannibalischen Narzissmus erfordert, dass jemand entwertet wird, von dessen Anerkennung sich die Entwerter (zu) abhängig fühlen. Mitarbeiter entwerten ihren Chef, Liebende ihre Liebespartner, Eltern ihre Kinder und umgekehrt.

Eine junge Frau klagt bei ihrer Therapeutin immer wieder über ihren Partner. Sie sei in ihrer Ehe extrem unglücklich, sexuell geschehe kaum mehr etwas, nur die beiden kleinen Kinder halten sie noch bei diesem Ungeheuer.

Die Therapeutin sieht als zentrales Problem der Klientin deren Aggressionshemmung. Sie könne sich einfach nicht durchsetzen, mache bei allem mit, was der Ehemann verlange, schlafe ohne Lust mit ihm und beklage sich nachher darüber.

Eine typische Szene: die Klientin leidet an heftigen Rückenschmerzen. Sie

möchte, dass ihr Mann am Abend die Kinder zu Bett bringt; dieser wehrt ab, er habe schließlich den ganzen Tag gearbeitet, das sei ihre Sache. Trotz ihrer Rückenschmerzen bringt sie also die Kinder ins Bett.

Die Therapeutin rät nun, dass die Klientin sich doch in solchen Fällen durchsetzen und ihren Mann energischer auffordern solle, seinen Teil an der Versorgung der Kinder zu leisten. Darauf beginnt die Klientin zu weinen und sagt anklagend zur Therapeutin: „Sie sagen genau dasselbe wie mein Mann, es ist alles nur meine Schuld!“

Die Therapeutin fühlt sich hilflos und sucht Supervision. Die Antwort der Klientin kommt ihr regelrecht verrückt vor, ob sie eine Geisteskrankheit übersehe? Sie ist doch so solidarisch mit der Klientin! Sie erinnert sich an ihre eigenen Gefühle gegen ihren Ex-Ehemann, von dem sie sich scheiden ließ. Diese Männer ändern sich nie! Auch der Ehemann ihrer Klientin ist in Therapie. Sie verspürt den Wunsch, diesen Kollegen anzurufen und ihm zu sagen, er solle sich mehr anstrengen.

Die Therapeutin ärgert sich über die Passivität der Klientin und ist zugleich mit ihr identifiziert. So sucht sie die Schuld an der Misere in der Unverantwortlichkeit des Ehemannes. Sie vermutet eine bisher unbeeinflussbare Aggressionshemmung und möchte die Klientin dazu bringen, sich gegen ihn durchzusetzen. Daher ist sie verblüfft, sobald sie feststellt, wie ihre gutgemeinten Versuche diese dazu bringen, sie mit dem Ehemann gleichzusetzen.

Die Situation wird verständlich, wenn wir die Dynamik des kannibalischen Narzissmus einbeziehen. Die Klientin *braucht* das grausame Verhalten ihres Mannes, um sich in ihren eigenen Gefühlen zu trösten, als Frau unzulänglich zu sein. Er ist jedenfalls noch liebloser, unverantwortlicher, unreifer als sie selbst.

Daher wird die Therapeutin, die von der Klientin fordert, ihren Mann doch zu einem verantwortungsvolleren Verhalten zu erziehen oder sich von ihm zu trennen, als ebenso verständnislos und grausam erlebt wie dieser. Sie, die sich aufspielt und so tut, als ob sie ein Selbstgefühl gesichert hätte, um das die Klientin erfolglos ringt, soll ruhig die Entwertung einstecken, dass sie auch nicht besser ist als der Ehemann, der sagt: „Ich schaffe meine Arbeit, du aber jammerst und versaust mir den verdienten Feierabend!“

Im Stadium des kannibalischen Narzissmus wirken Partner oft so, als ob sie keine Beratung oder Therapie, sondern einen rächenden Gott brauchen, der den Menschen aus der Welt schafft, an den sie in ihrer Entwertung gebunden sind.

Der parasitäre Narzissmus

Die parasitäre Reaktionsweise verbindet pharisäische und kannibalische Anteile mit einer primitiven narzisstischen Regression, in der nicht mehr zwischen Achtung und Verachtung, zwischen öffentlichem Ruhm und geheimer Wichtigtuerei unterschieden wird.

Narzisstische Parasiten sind nicht kreativ, sondern allenfalls schlau. Wie lästig und gleichzeitig wie schwer auszurotten sie sind, erweist ihr zum Mythos

gewordenes Urbild: Herostrat, der den Tempel der Diana in Ephesos - eines der Weltwunder der Antike - in Brand steckte, um berühmt zu werden.

Die Epheser versuchten damals, ein Verbot durchzusetzen, Herostrats Namen der Geschichte zu überliefern. Es sollte vereitelt werden, was dieser Vater der destruktiven Eitelkeit unbedingt erreichen wollte. Aber es ist missglückt, wir wissen von Herostrat, auch wenn wir ihn verachten.

Die zeitgemäße Variante des parasitären Narzissmus wird als „Trittbrettfahrer“ beschrieben. Diese Täter - es sind fast immer Männer - schmerzt Verachtung weniger als Bedeutungslosigkeit. So erscheint ihnen die rein imaginäre Wichtigkeit, andere zu verwirren, Blaulicht und Alarmsirene in Gang zu setzen, begehrenswerter als ihre innere Leere.

Warum verbringt ein Lausbub einen Nachmittag damit, die Hausbesitzer der Nachbarschaft durch Missbrauch ihrer Türklingeln zu quälen? Warum werden Autos zerkratzt und Antennen geknickt? Die Täter sagen uns: Ich habe keine Ruhe, ich habe keine bequeme Wohnung, ich habe kein schönes Auto. Ich sehe keine Chance, sie mir auf redliche Weise zu erwerben. Eines kann ich sofort tun: ich kann euch, die ihr das habt, in euerem Besitz stören.

Suizid – der explosive Narzissmus

Zwei Männer laufen einen halben Tag lang auf der Suche nach den begehrten Steinpilzen durch den Wald. Ein einziger, stattlicher Pilz ist die enttäuschende Beute. Am Abend, vor der Heimfahrt, legt der Finder den Pilz auf einen Stein und drischt mit seinem Wanderstock auf ihn ein.

In der Enttäuschungswut setzt eine Regression ein. Menschen werden primitiv, sie fangen an, magisch zu denken - der einzige, „ertappte“ Pilz muss die Rache für die vielen ertragen, die sich nicht finden ließen. Das Beispiel verliert seine Harmlosigkeit, wenn wir den Terror gegen einen Touristen betrachten, der von einem Fanatiker niedergeschossen wird, weil er für eine verhasste Gegenmacht steht.

In der narzisstischen Wut verlieren wir unser kritisches Urteil, wir verschmelzen die Rollen von Richter und Henker, Anwalt und Ankläger. So wird etwas zerstört, das uns eigentlich helfen oder nützen könnte, uns aber in jedem Fall nicht beeinträchtigt, sondern nur eine ungreifbare Beeinträchtigung symbolisiert und für sie von einer Zerstörung getroffen wird, die fast immer auch selbstzerstörerische Qualitäten hat.

Die Steigerung dieser Aktion ist der Selbstmord. Der Selbstmörder ahnt, dass viel an der elenden Situation, in die er geraten ist, mit ihm zusammenhängt. So richtet er sich selbst. Aber die Grenze zwischen der gegen das eigene Selbst und der nach außen gerichteten Aggression war schon immer durchlässiger, als es eine Idealisierung des tugendhaften Selbstmörders erwarten ließe, der lieber sich als einem anderen ein Leid antut.

Schon lange kennen wir den „erweiterten Selbstmord“. Ein Täter oder auch ein Paar, die Gruppe einer fanatisierten Sekte entscheiden sich, gemeinsam in den Tod zu gehen. In manchen Fällen sind alle Opfer einverstanden; in anderen,

die uns unheimlicher berühren, tötet eine Mutter ihre Kinder und dann sich selbst.

Ein Selbstmörder hat den Austausch mit anderen Menschen aufgegeben. Er will seine Belastungen alleine abschütteln, er setzt sich über alle anderen hinweg und weiß es besser. Dieses Stück ungezügelter Grandiosität zeichnet ihn immer aus. Aber wie es nach dem Leben anderer greift, darin gibt es ungeheure Unterschiede.

Die Suizidforscher sind sich heute weitgehend einig darüber, dass Selbstmordhandlungen meist nicht durch die Absicht motiviert sind, aus dem Leben zu scheiden.³ Sie ergeben sich aus einem Gemisch von Wünschen, die sich nur in einer solchen Tat und in keiner anderen ausdrücken lassen. Wer sich tötet, will sehr oft nicht sterben, aber endlich Ruhe haben vor quälenden Kränkungen. Er will den Personen, die ihn vermeintlich im Stich lassen und verletzen (weil sie nicht als Selbstobjekte funktionieren, die sein narzisstisches Gleichgewicht erhalten) mit einem letzten Appell klarmachen, dass sie ihn endlich verstehen und ihr Verhalten ändern müssen. Er folgt aggressiven Impulsen, die sich sowohl gegen diese Personen wie auch gegen das eigene Ich richten, das nicht so viel wert ist, wie es ihm und anderen sein müsste.

Im Mikrokosmos der „normalen“, familiären Suizidalität ist erpresserische Geiselnahme ein alltägliches Problem. Der Suizidale kidnappt gewissermaßen sein eigenes Leben, setzt es gefangen und droht, die Geisel zu töten, wenn er nicht bekommt, auf was er um keinen Preis verzichten möchte. Ein derart eingesperrtes Leben ist für ihn eine große Last. Mit jeder Selbstmorddrohung wird das Selbstgefühl elender und der Zugzwang lastet schwerer, entweder nicht mehr drohen zu müssen, weil man befriedigt wurde, oder weil man ernst gemacht hat.

Wer Liebe erpresst, spürt oft genau, dass er mit jedem Erpressungsversuch an Anziehungskraft verliert - was bleibt ihm übrig, als die erpresserischen Manöver zu steigern? Der verlassene Liebhaber, die von ihren Eltern enttäuschte Tochter glauben oft gar nicht mehr, dass sie die ersehnte, von guten Gefühlen erfüllte Situation auf dem Weg über Druck und Vorwurf noch finden werden. Im Gegensatz zum kriminellen Geiselnahmer, der mit dem Geldkoffer zufrieden ist, scheint Liebeserpressern erzwungene Zuwendung nicht die echte, die gewünschte Währung. Sie fühlen sich, als hätte man sie mit einem Sack alter Zeitungen abgepeist und beschließen, die Geisel doch noch hinzurichten.

Diese Phänomene scheinen auch bei politisch oder religiös motivierten Selbstmordaktionen eine Rolle zu spielen. Für Täter, die sich so verkannt, erniedrigt, im Diesseits unglücklich fühlen, dass der Freitod ihnen ein guter Ausweg erscheint, hat die Realität zunehmend weniger Chancen, Anziehungskraft zu entwickeln. Je aussichtsloser ein politischer Kampf ist, desto anziehender wird der Selbstmord als Waffe. Er verspricht, den Kampf zu

³ Vgl. Th. Giernalczyk, Lebensmüde, München (Kösel) 1995

beenden, ohne sich eine Niederlage eingestehen zu müssen, er richtet eine letzte Aggression gegen den gehassten Feind und eine kaum weniger große gegen das eigene Ich, das sich Wert und Lebensrecht genommen hat, weil es den Sieg nicht erringen konnte und jetzt sich selbst, aber (im Selbstmordterror) auch andere für diese Niederlage straft.

Die Bedeutung der Lebensgeschichte

Wenn wir den narzisstisch Gestörten bewegen können, seine Geschichte zu erzählen, gewinnen wir ein Bild von dem Kind, das ahnungs- und hilflos in die Fallen einer traumatischen Familiensituation geraten ist. Wir ahnen, wie belastet ein Leben ist, in dem es nicht nur misslingt, sich mit einem als "gut genug" idealisierbaren Elternteil zu identifizieren, sondern umgekehrt die frühen Bezugspersonen alles mögliche tun, um das Weltvertrauen des Kindes zu zerstören, und seinen Glauben an einen gelingenden Austausch zu vernichten.

Als 2002 der einstige US-Präsident Jimmy Carter den Friedensnobelpreis erhielt, gerieten auch Einzelheiten seiner Erziehungspraktiken in die Medien. Sie zeigen, wie eng Licht und Schatten nebeneinander liegen. Nur eines der vier Kinder Carters war bereit, in der Öffentlichkeit etwas über den Vater zu sagen. Bert Lance, einer der engsten Vertrauten des Ex-Präsidenten, beschreibt dessen Familienleben: "Jimmy Carter verstand es nicht, zu belohnen, aber er wusste, wie man strafte. So zog er auch die Kinder auf, und seine Strafen stehen mir noch lebhaft in Erinnerung."

Nach Lance gab es im Hause Carter Prügel mit einer Rute oder einem Lineal, verabreicht nach einem detaillierten Strafkatalog, fünf Schläge für das eine, sechs oder sieben für das andere kindliche Vergehen. Dabei ließ der Vater immer 24 Stunden zwischen dem Urteil und dem Vollzug der Strafe verstreichen, damit das Kind Zeit hatte, über seinen Ungehorsam nachzudenken.⁴

Die menschliche Entwicklung ist so komplex, dass es nicht angeht, aus einem solchen Detail gravierende Folgen abzuleiten. Aber ich glaube, dass es den Umgang mit einem schwierigen Menschen sehr erleichtern würde, wenn wir wissen, dass er als Kind solchen Ritualen geopfert wurde. Daher ist ja auch die Fähigkeit, Menschen dazu zu bewegen, ihre Geschichte zu erzählen, und sich dann diese Geschichte anzueignen, eine so wesentliche Hilfe in unserem Umgang miteinander, lange vor aller Psychoanalyse.

⁴ W. Koydl, Der Gandhi im blauen Blazer, Süddeutsche Zeitung v.10.12.2002, S.3