

II. Interaktion ohne Begegnung? Narzisstische Beziehungen

Jana Bozuk

Im kurzen Abriss wird die narzisstische Dynamik und ihre Auswirkung vor allem auf die Gestaltung der Paarbeziehung vorgestellt. Es wird die Phase der Entstehung einer Beziehung, die Phase, in der die Beziehung dauert und auch das Ende einer Beziehung mit einem narzisstischen Partner aufgezeigt.

Schlüsselwörter: Narzissmus, Beziehung

This short outline describes the narcissistic dynamics and its effects primarily on the course of the relationships of couples. The initial phase of a relationship, the phase of the duration of the relationship and the end of a relationship with a narcissistic partner will be shown.

Key words: narcissism, relationship

„Es ereignete sich einmal, daß Frau Graugans und Herr Pfau vor einen Standesbeamten traten und heiraten wollten. Als der Beamte seine pflichtmäßige Neutralität vergißt und dem ungleichen Paar verwundert die Frage stellt, ob dies denn alles seine Richtigkeit habe, gibt Herr Pfau zur Antwort: „Aber ja doch, denn meine Frau und ich - wir lieben mich wahnsinnig.“ (Röhr 2001, 65)

Hängt diese Fabel mit dem Thema Narzissmus zusammen (und wie)?
Um welches Erleben geht es hier?
Welches Beziehungsmuster ist in dieser Aussage verborgen?
Wie lebt und erlebt der Narzisst¹ die Ich-Du-Beziehung?

In Anlehnung an Martin Buber können wir sagen, dass die Ich-Du-Beziehung eine Beziehung vollständiger Gegenseitigkeit ist, die ein volles Erleben des Anderen beinhaltet. Wenn wir uns auf ein „Du“ beziehen, ist unser ganzes Wesen beteiligt; nichts kann zurückgehalten werden.

Wie kann aber jemand, der so wie der Narzisst in der scheinbar paradiesi-

schen Bezogenheit auf sich selbst lebt (wie es einst A. Längle formuliert hat), der aus der Fixierung auf die Selbstliebe die Offenheit für das Auf-den-Anderen-Bezogen-Sein nie entfalten konnte, der in der Haltung des Zuschauers bleibt, der gespannt ist, welchen Eindruck seine Großartigkeit auf den Anderen ausüben wird, eine Ich-Du-Beziehung eingehen?

Diese Fragen, so sehr sie auf das schwierige Gestalten einer Beziehung bei narzisstischen Menschen hinweisen, sollen auf keinen Fall bedeuten, dass diese keine Kontakte brauchen würden oder ganz und gar beziehungsunfähig waren. Vielmehr müssen wir feststellen, dass sie ihre Beziehungen auf bestimmte Weise gestalten. Da der narzisstische Mensch kein verinnerlichtes Ich hat und seine personale Mitte geschwächt oder gar entleert ist, ist die Gefahr, dass sein Selbstwertgefühl, das Selbstbild und das Selbsterleben zerbricht; das kleinste Ereignis, das sein So-Sein in Frage stellt, kann dem Narzisten den Boden unter den Füßen entziehen. Geleitet durch seine narzisstische Psychodynamik der Absicherung durch Bestätigung, versucht er die Beziehungserfahrungen nur mehr positiv für sich selbst zu gestalten.

Wie ist eine solche Lenkung der Erfahrung möglich?

Wie geschieht nun diese Beziehungsgestaltung?

Einerseits wird alles, was das grandiose Selbstbild unterstützt, fördert und bestätigt, von ihm begrüßt und idealisiert. So werden Menschen vom Narzisten zum Ideal erhoben, welche z.B. die gleichen Ansichten und Überzeugungen mit ihm teilen oder einen hohen gesellschaftlichen Stellenwert haben, mit dem sich der Narzisst schmücken kann. So werden die Anderen zu der Bestätigung der eigenen Großartigkeit benützt.

Andererseits wird alles, was das Selbstbild beschädigen könnte, abgewehrt, bekämpft und sehr schnell abgewertet. Wenn ein Mensch ihn nicht vorbehaltlos unterstützt, eine Kritik äußert, eine andere Meinung hat oder z.B. sich nicht das gleiche wünscht, wird er abwertend fallengelassen, vom Podest heruntergestoßen, auf die schwarze Liste gesetzt und häufig mit Haß und Rachedurst verfolgt. So werden die Menschen immer nur nach dem Muster betrachtet: Ist er für mich oder gegen mich? An dem, der für mich ist, gibt es nichts, aber gar nichts auszusetzen, der, der gegen mich ist, wird aufs Heftigste und gnadenlos bekämpft.

Der Narzisst steht bezüglich einer intimen Paarbeziehung in einer fast unlösbaren Situation. Er braucht den Anderen zur Bestätigung, er kann jedoch die Person des Anderen nicht wirklich brauchen. Er träumt häufig von idealen Partnerschaften, dabei ist ihm aber letztlich kein Partner gut genug. Er investiert viel Aufwand und Energie in die Eroberung eines Partners, wobei er sich oft gerade in Partner, die ihm keine Aufmerksamkeit schenken, verliebt. Wird jedoch die Beziehung hergestellt, verliert sie an Spannung. Warum? Die Eroberung

¹ Ich möchte darauf hinweisen, daß ich in diesem Vortrag die gewachsene männliche Sprachform der deutschen Sprache verwende, allerdings sowohl Männer als auch Frauen gleichermaßen damit meine.

rung beinhaltet die maximale Bestätigung und Idealisierung und somit im besonderen Maße das, worum es dem Narzissten geht. Häufig kommt es zur raschen Verschmelzung, weil alles aus der Beziehung ausgeklammert wird, was das Einswerden mit dem Partner trüben könnte.

Der stärkste Reiz für den Narzissten ist das Erleben seiner selbst in der eigenen Grandiosität – und dieses Erleben wurde in der Phase des Werbens und der Eroberung stark genährt. Vor allem dann, wenn es um die Gewinnung von einem Partner geht, der am Anfang kein Interesse zeigte, bzw. es sich um jemanden handelte, der durch seine Attraktivität, Erfolg, Intelligenz, Herkunft bzw. Status dem Narzissten als begehrtestwert erscheint.

Sobald jedoch die Eroberung vollzogen ist, reduziert sich der narzisstische Antrieb: die belebende Spannung, ob die Eroberung gelingen wird, ist verflogen. Da der Partner meistens gar nicht den absoluten Erwartungen entsprechen kann, erweist er sich fast zwangsweise für den Narzissten als ein gewöhnlicher, durchschnittlicher Mensch, der für ihn eben nicht gut genug ist. Es erfolgt die Entwertung, der Partner – somit auch die Beziehung – wird uninteressant, langweilig und vor allem als Einschränkung der persönlichen Freiheit erlebt. Die Nähe wird nun bedrohlich und der Narzisst bricht die Beziehung abrupt ab.

Für den zurückgelassenen Partner ist es unverständlich, wie der Narzisst ihn scheinbar grundlos in dem Moment fallenläßt, wo gerade alles erst so intensiv begonnen hat. Nicht unverständlich ist es am Hintergrund des narzisstischen Dynamik – der narzisstische Mensch ist nicht wirklich an der Person des anderen Menschen interessiert, sondern an dem schönen Gefühl der Verliebtheit, der Bewunderung und der Bestätigung seiner Großartigkeit.

Sexuell sind Narzissten nicht einfach rücksichtslos, sondern im Gegenteil liegt ihnen viel daran, dass der Partner zur sexuellen Befriedigung gelangt. Sie wetteifern dabei unter dem Motto: „Wer

ist der bessere Liebhaber?“ und erleben es als eigene Bestätigung, wenn sie einen Partner zum Höhepunkt bringen. Sie fragen, wie sie waren und möchten hören, dass sie so ganz einmalige Liebhaber sind und der Partner so eine gute Sexualbeziehung noch nicht erlebt hat. Wenn es beim Partner sexuell nicht klappt, fühlen sie sich persönlich gekränkt, reagieren ungeduldig, beleidigend und abwertend.

Viele Narzissten sind von einer stabilen Zweierbeziehung überfordert. Je mehr ein Mensch glaubt, seinen Selbstwert beweisen und demonstrieren zu müssen, desto mehr ist davon auszugehen, dass hinter der großartigen Fassade jemand mit einem (in den Worten von Lilo Tutsch) „naiven, unbedarften und unerkannten Selbstkern“ ist. Für diese Menschen ist eine wirkliche Nähe und Intimität sehr schwer zu ertragen – da könnte er diesen naiven, unbedarften, unerkannten, unsicheren und verletzten Selbst begegnen und den Schmerz des Selbstwert-Verlustes spüren.

Nicht selten bleiben sie ledig. Das Ja-Wort zu einer Ehe, zu einer lebenslangen Beziehung kann man als Bild, als Paradigmatisch für die Beziehungsgestaltung sehen. Die Person muß sich festlegen, sie muß eine Antwort geben, die des intimsten und persönlichsten bedarf: der Stellungnahme „Durch die Stellungnahme vollzieht sich die Person selber aus ihrer Mitte anhand ihrer Welt – und schafft sich zugleich ihre Welt, in deren Mitte sie sich befindet.“ (A. Längle 1993, 12ff) Ausgehend davon, dass beim Narzissten die personale Mitte durch sein grandioses Selbstbild ersetzt wird, und die Welt unter dem Blickwinkel dessen Bestätigung wahrgenommen wird, kann die Stellungnahme nur eine Pseudostellungnahme nach der narzisstischen Schablone sein. Der Narzisst kann sich selbst nur erschwert als Person begegnen und sich dadurch nicht auf eine entschiedene, verantwortete und verantwortende Verbindlichkeit einlassen.

Wenn der Narzisst eine Ehe oder eine feste Partnerschaft eingeht, beansprucht er den Partner total und ungeteilt für sich. Die Intention bei seiner Partnerwahl ist einen Partner zu finden, der

keine eigenen Ansprüche stellt und ihn bedingungslos verehrt, idealisiert und zu ihm als einen Großartigen aufschaut. Bezeichnet man Narzissten in der Umgangssprache als Egoisten, so gelten ihre Partner als bescheiden, als Menschen, die kein Aufheben von sich machen, nicht anspruchsvoll sind und sich widerstandslos einfügen und anpassen. Die Beziehung wird von Anfang an mit einem Gefälle zwischen den Partnern angelegt, oft durch die Wahl eines Partners, der ihnen z.B. bezüglich Intelligenz, Bildung oder sozialer Herkunft, aber auch durch eine Krankheit, unterlegen ist. So kann z.B. das Beschützen des depressiven Partners das Selbstbild über die eigene Großartigkeit stärken und unterstreichen.

Diese Partner – in Mehrzahl sind es Frauen – sind ihrem narzisstischen Partner kritiklos und bedingungslos ergeben nach dem Motto: „Liebe ist, wenn es für mich nur noch Dich gibt“ (Willi 1988). Solche Beziehungen finden wir häufig in Ehen von Politikern oder Künstlern, die ganz mit ihrem Werk identifiziert sind und erwarten, dass sich die Frau in den Dienst ihrer Arbeit stellt.

Der amerikanische Schriftsteller Francis Scott Fitzgerald genoß die intellektuelle Unterstützung seiner Frau Zelda. Sie schrieb ihm meistens alles vor – er nannte es: – „ins Unreine“. Da seine Identität auf der schriftstellerischen Tätigkeit ruhte, redete er ihr ein, dass die eigentliche kreative Arbeit der letzte Schliff ist, den er dann ihrem Manuskript gegeben hat und sie nur eine talentlose Schreiberin sei. (Wieck 1987, 57)

Das Denken dieser komplementären d.h. ergänzenden Partnerin richtet sich nach folgenden Überlegungen: Wenn ich ganz toll bin, sehr gut aussehe oder alles richtig mache und keine Probleme verursache, dann wird er mich lieben und bei mir bleiben. Irgendwann bekommt sie aber den Eindruck, dass der Lohn für ihr Opfer nicht genug ist, setzt verstärkt den Druck an, und verlangt er müsse sich um sie mehr kümmern. Der narzisstische Partner reagiert auf dieses Klammern mit einer Distanzierung, die sich in der Beziehung in verschiedene Formen und Ausprägungen zeigt: sie

VORTRAG

kann im Streit bestehen, in Kritik am Partner, im Ausagieren von Zorn und Ärger, in Ablehnung und Entwertung.

„Wir können nicht miteinander, aber auch nicht ohneinander“, heißt das Motto dieser Art Paarkonflikte. Es ist die Nähe und die Intimität, welche jedesmal die Angst aktiviert, die feststehende Pseudoidentität verlieren zu können, die nur durch Distanz kontrolliert werden kann. Solche Beziehungen zerbrechen aber nie wirklich, weil die Partner zu sehr aufeinander angewiesen sind.

Trifft ein narzisstischer Mensch an einen Partner, der sich nicht komplementär verhält und der ihm sein Ideal-Selbst nicht bestätigt, wird diese Beziehung meistens rasch beendet und der Partner abgewertet, schnell vergessen und ohne verbleibende Spuren aus dem Leben getilgt.

Was passiert aber, wenn die Großartigkeit in einer bestehenden Beziehung offensichtlich demaskiert wird? Was passiert, wenn der Partner fremdgeht? Was passiert, wenn die narzisstischen Vereinnahmungen sich entziehen und nicht mehr zur Verfügung stehen? Wenn die „bessere Hälfte“ stirbt? Wenn der Hoffnungsträger der Familie – das begabte Kind – das Studium abbricht? Wenn die Frau zu studieren beginnt oder in ihrem Beruf Erfüllung findet?

Diese Situationen beinhalten für den Narzissten eine Geringschätzung und stellen eine tiefe und ernsthafte Kränkung dar. Auf eine solche Gefährdung des grandiosen Selbst reagiert der Narzisst mit kaltem zerstörerischen Zorn und Rache; es wird mit allen Mitteln des Hasses gegen den Feind vorgegangen. Für den verletzten Narzisst ist typisch, dass er den Verlust der Großartigkeit nicht betrauert, sondern mit Wut und Abwertung reagiert, die sich immer gegen den Anderen richtet: er wird beschuldigt, verstoßen, enterbt, mit einem Gerichtsverfahren oder durch üble Nachrede verfolgt. Im Konfliktfall fällt nicht nur die Trauerreaktion aus, es kommt auch zu keiner Versöhnung oder Entschuldigung. Wo narzisstische Beziehungen auseinander gehen, ist die Trennung endgültig und die Getrennten blei-

ben im allgemeinen unversöhnlich bis an ihr Lebensende. Um die empfundene Kränkung zu kompensieren, demonstriert der Narzisst durch seine Unnachgiebigkeit seine Unabhängigkeit.

Grundsätzlich lebt der Narzisst nämlich nach dem Motto: Da ich grandios bin, brauche ich nichts, brauche ich niemanden. Etwas vom Partner anzunehmen oder hilfsbedürftig zu sein, das ist in den Augen des narzisstischen Menschen ein Zeichen der Schwäche – also etwas, das sein überwältigendes Selbstbild nicht zuläßt. Sich klein und abhängig zu fühlen erscheint unerträglich – es würde bedeuten, jemandem vielleicht Dank zu schulden. Die Dankbarkeit als ein Gefühl, welches aus einer personalen Begegnung entsteht, zu empfinden, ist der Narzisst nicht fähig – lebt er doch mit seinem Konzept, dass durch seine Großartigkeit doch jenes, das der Andere ihm gibt, sowieso seiner Größe angemessen ist.

So erzeugt der Narzisst in allen, auf die er bezogen ist, ein Gefühl der Minderwertigkeit. Allein schon die Tatsache, den Anderen unter dem Aspekt des Nutzens und Gewinnens zu betrachten, beinhaltet eine Entwertung des Anderen.

Gleich Narziss, der die Realität des Wassers verleugnet, ist eine narzisstische Beziehung nur möglich durch die Verleugnung des Anderen in seinem So-Sein bzw. Anderssein. So wird der Partner des Gefühls beraubt, dass er in seinem Eigenen und Persönlichen gesehen und wertgeschätzt wird. Das zerstört auf die Dauer jede Beziehung, führt zu tiefen Enttäuschungen und mündet in schmerzliche Beziehungsabbrüche.

Die Selbstbezogenheit des Narzissten ist darauf ausgerichtet, das eigene Idealbild zu stützen und aufrechtzuerhalten. An die Stelle der konkret-sinnlichen weltbezogenen Selbsterfahrung, tritt eine bildhafte und starre Selbstvorstellung, die, weil ungegründet, ständig rückversichert werden muß. Die Welt und die Personen können somit nicht als die Anderen, als Du erfahren werden, sondern müssen zur Rückspiegelung, Bestätigung und Bewunderung herhalten.

So gestaltet sich der Narzisst die Beziehungen als den Beifall zu seiner grandiosen Vorstellung – und verbleibt einsam auf einer leeren und kalten Bühne seines Lebens.

Literatur:

- Längle A (1993) Personale Existenzanalyse. Tagungsbericht. Wien: GLE-Verlag
Röhr HP (2001) Narzißmus – Das innerer Gefängnis. Düsseldorf und Zürich: Walter Verlag
Wieck W (1987) Männer lassen lieben – Die Sucht nach der Frau. Stuttgart: Kreuz Verlag
Willi J (1988) Die Zweierbeziehung. Reinbek b. Hamburg: Rowohlt Verlag GmbH

Anschrift der Verfasserin:

*Jana Bozuk
Währingerstr. 156/7
A-1090 Wien
jana.bozuk@existenzanalyse.org*