



„America first“: US-Präsident Donald Trump stellt seine gesamte Politik unter dieses Motto. Konsequenzen sind egal, der Eigennutz zählt.

BILDER: DPA/MAIK KERN

Wie gefährlich ist Narzissmus für unsere Gesellschaft, Frau Wardetzki?

Übersteigerte Selbstliebe ist ein Problem dieser Zeit. Wenn in einer Gemeinschaft jeder nur noch auf den eigenen Vorteil bedacht ist, kann dies gefährlich werden, sagt die Psychologin Bärbel Wardetzki – nicht zuletzt für die Demokratie. Ein Gastbeitrag.

VON BÄRBEL WARDETZKI

An der momentanen gesellschaftlichen Situation fällt auf, dass narzisstische Verhaltensweisen und Einstellungen sehr stark um sich greifen und in den Vordergrund rücken. Jede neue Wahl generiert wieder einen Menschen, der mit seiner narzisstischen Fassade glänzt und alle um den Finger wickelt.

Aber auch soziale Beziehungen sind vermehrt narzisstisch geprägt durch Egoismus und Bindungsprobleme. Viele Zweierbeziehungen starten mit narzisstischer Verführung und bekommen den Dreh nicht hin zu einer tragfähigen Bindung. Menschen scheitern an narzisstisch überzogenen Schönheits- und Leistungsansprüchen, was zu Essstörungen und Burnout führt. Und soziale Medien verführen die Menschen, sich an Selfies und Likes zu berauschen und sich dadurch aufzuwerten.

„Wo Politiker Ich-Bezogenheit vorleben, ist es kein Wunder, wenn auch die Gesellschaft egozentrisch handelt.“

Das Phänomen des Narzissmus ist allerdings nicht neu. Es ist ein Menschheitsthema, da die Menschen in allen Jahrtausenden mit Selbstwertverletzungen und deren Folgen konfrontiert wurden. Die Sage von Narcissos, dem Prototyp der heutigen „Narzissen“, ist mehr als 2000 Jahre alt. In unserer Zeit wird Narzissmus allerdings regelrecht gesucht, er wird zur Lebensform und gehört zum Zeitgeist. Auch aus diesem Grund wird von einer narzisstischen Gesellschaft gesprochen, sogar von einer narzisstischen Epidemie.

Doch was können wir darunter verstehen? Das zentrale Thema beim Narzissmus ist ein instabiler Selbstwert, der mit allen Mitteln verdeckt werden muss. Ein übersteigertes grandioses Auftreten soll die Selbstzweifel und das instabile

Selbstwertsystem, das bei jeder Kritik zusammen zu brechen droht, kompensieren. In einer Gesellschaft, in der Macht, Reichtum und Karriere hohe Werte sind, gibt es kaum einen besseren Weg, sich wertvoll und selbstsicher zu fühlen, als Erfolg, Status, Geld, Bestätigung und das Erreichen von Machtpositionen. Nur wer es versteht, sich ins beste Licht zu setzen, seine Kompetenzen wirksam einzusetzen, sich effektiv präsentiert und sich mit dem Erreichten nie zufrieden gibt, der steht in unserer Gesellschaft auf der Sonnenseite. Interessanterweise sind das alles Fähigkeiten, die wir besonders bei narzisstischen Menschen finden. Sie sind daher in beruflichen Zusammenhängen meist sehr erfolgreich und kompetent und besetzen hohe Führungspositionen. Sie suchen ganz gezielt gesellschaftliche Macht, um Ohnmachts- und Minderwertigkeitsgefühle zu kompensieren.

Andererseits wirken narzisstische Strukturen von Organisationen und Gesellschaften auf die Menschen zurück und beeinflussen deren individuelle narzisstische Ausprägung. Es besteht also eine Wechselwirkung zwischen Individuum und Umgebung. Folgerichtig beeinflusst unsere Gesellschaft unsere narzisstischen Haltungen, wie auch wir der Gesellschaft ihren narzisstischen Charakter verleihen.

Das belegt auch eine aktuelle Studie der Charité-Universitätsmedizin Berlin, wonach Menschen aus Westdeutschland höhere Narzissmuswerte aufweisen als Menschen, die in Ostdeutschland sozialisiert wurden. Die Werte gleichen sich allerdings in der Generation derer an, die nach der Wende geboren sind. Die Autoren folgern daraus, dass unsere wettbewerbsorientierte, individualistische Gesellschaft, mehr narzisstische Persönlichkeitsmerkmale hervorbringt als eine kollektivistische, die das Gemeinwohl betont. Der Wettbewerb ist meiner Meinung nach dabei nicht das vordergründige Problem, sondern die damit verbundenen narzisstischen Auswüchse, die keine Schwächen dulden und

BÄRBEL WARDETZKI

Dr. Bärbel Wardetzki ist Psychologin, Pädagogin, Psychotherapeutin und Bestsellerautorin. Seit 1992 führt sie in München eine psychotherapeutische Praxis.

Sie beschäftigt sich insbesondere mit Essstörungen, Kränkungen und narzisstischen Persönlichkeitsstörungen.

Über diese Themen hat sie zahlreiche Bücher veröffentlicht, darunter: **„Weiblicher Narzissmus: Der Hunger nach Anerkennung“**, **„Eitle Liebe: Wie narzisstische Beziehungen scheitern oder gelingen können“** und **„Blender im Job: Vom klugen Umgang mit narzisstischen Chefs, Kollegen und Mitarbeitern“**.

Zuletzt von ihr erschienen ist im Europa Verlag: **„Narzissmus, Ver-**

führung und Macht in Politik und Gesellschaft“.

Mehr Informationen unter www.baerbel-wardetzki.de



Menschlichkeit für den Profit opfern.

Der offen dargestellte Eigennutz ist seit Donald Trumps Amtsantritt das Credo: „America first“, egal wie die Konsequenzen aussehen. Wenn uns die Politiker die Ich-Bezogenheit vorleben, ist es kein Wunder, wenn auch die Gesellschaft egozentrisch handelt. „Ich zuerst, egal ob es dir schadet.“ Auf diese Weise kann die Selbstsucht immer mehr Teil unseres Zusammenlebens werden, mit allen negativen Folgen für die Menschen und die Umwelt.

„Den narzisstischen Charakter kennzeichnen das Maßlose und die ausbeuterische Haltung.“

Unsere derzeitige Lebensrealität ist geprägt von hohem Konsumverhalten, von Gewinnmaximierung, Selbstoptimierung und einer immer weiter fortschreitenden Digitalisierung. Das sind alles Begriffe, die den Narzissmus kennzeichnen, der kei-

ne Grenzen anerkennt, immer höher hinaus will, nur das Ziel vor Augen hat und keine Rücksicht nimmt auf die seelische Befindlichkeit des Menschen.

Den narzisstischen Charakter kennzeichnen das Maßlose und die ausbeuterische Haltung sich selbst und seiner sozialen und ökologischen Umwelt gegenüber.

Wir optimieren unsere Lebensbedingungen auf Kosten der Natur und beuten ihre Ressourcen über die Maßen aus. Dass wir uns und unserem Planeten damit schaden und auf dem Wege sind, ihn zu zerstören, ist zweitrangig. Die immer größer werdende Schere zwischen Arm und Reich wird als persönliche narzisstische Kränkung von denen erlebt, die am gesellschaftlichen Fortschritt nicht teilhaben können. Denn wer nicht mithalten kann, weil er zu alt ist, zu wenige Chancen und einen schlecht bezahlten Job hat oder sich dem permanenten Leistungsdruck nicht aussetzen kann, der fühlt sich abgehängt und unwichtig.

Enttäuscht von der Politik wenden sich diese Menschen populistischen Parteien und Führungspersonen zu, die mit einfachen Antworten auf komplexe Zustände punkten. Sie wünschen sich einen „starken Mann“, der ihnen verspricht, ihre Situation zu verbessern. Mit dem Schielen nach den Mächtigen zementieren sie jedoch ihre Ohnmachtsstellung und hindern sich allmählich immer mehr daran, sich als einflussreich und mitbestimmend zu erleben. Das aber wäre ihre Aufgabe und Chance in einer Demokratie. Sie geraten stattdessen zunehmend in die Position des Verletzten, depressiven Komplementärnarzissen, der die anderen bewundert, aber nicht für sich selbst eintritt, sondern sich in seiner Opferhaltung einrichtet.

Die Mächtigen wiederum werden durch ihr Handeln mächtiger, stärken ihre Selbstsicherheit und fühlen sich durch ihre Macht zum Handeln ermutigt. Sie befinden sich im Gegensatz zu denen, die immer ohnmächtiger werden, in einer Aufwärtsspirale, die sie stetig weiter nach oben trägt. Gepaart mit grandios-narzisstischen Vorstellungen kann das jedoch gefährlich werden, sobald die Bodenhaftung verloren geht und die Führungspersonen ihre Macht nur für sich einsetzen und nicht für das Gemeinwohl.

Und was passiert, wenn der starke Führer schwächelt? Dann läuft er Gefahr, gestürzt zu werden, weil er dem idealen Bild nicht mehr entspricht, weswegen er gewählt und verehrt wurde. Um das zu verhindern wird er seine Macht zementieren und im schlimmsten Fall zu einem unterdrückenden Despoten mutieren. Nur funktionierende demokratische Strukturen verhindern eine solche Entwicklung.

Ein wesentlicher Teil narzisstischen Handelns ist die Verführung und spielt zum Erreichen und zum Erhalt von Macht eine große Rolle. Narzissen verführen andere und manipulieren sie in eine Richtung, in die sie sie haben wollen. Verführung beginnt dort, wo Menschen davon überzeugt sind, dass sie gemeint seien. Sie fallen auf Versprechungen

und Schmeicheleien herein, weil sie sie glauben wollen. Endlich jemand, der sie versteht, der sich für sie interessiert und sich für sie einsetzt. Dadurch wird ein tiefes narzisstisches Bedürfnis befriedigt: das nach Gesehen und Ernstgenommen werden.

„Je mehr die Menschen auf Selbstbestätigung angewiesen sind, umso eher lassen sie sich verführen.“

Es wirkt in hohem Maße selbstwertstärkend und schafft loyale Anhänger. Je mehr die Menschen auf diese Form der Selbstbestätigung angewiesen sind, umso eher lassen sie sich verführen.

Was Narzissmus in Politik und Gesellschaft so gefährlich macht, ist die Tatsache, dass er zutiefst undemokratisch ist. Alles dreht sich um den eigenen Vorteil, alles steht im Dienste des eigenen Selbst. Narzisstische Menschen suchen die alleinige Vormachtstellung, auch wenn sie sich vordergründig als sozial ausgeben.

Förderliche Macht dagegen ist für alle ein Gewinn. Sie verzichtet auf die Unterwerfung und schafft gleichwertige Beziehungen. In dieser Form der Machtausübung geht es nicht um individuelle Interessen und deren Durchsetzung auf Kosten anderer, sondern um das Wohl und die Interessen der Gemeinschaft.

IHRE MEINUNG ZÄHLT!

Schreiben Sie uns!

Liebe Leserinnen und Leser dieser Zeitung, was halten Sie von diesem Beitrag? Schreiben Sie uns Ihre Meinung!

„Mannheimer Morgen“
Debatte
Postfach 102164
68021 Mannheim

E-Mail: leserbriefe@mamo.de