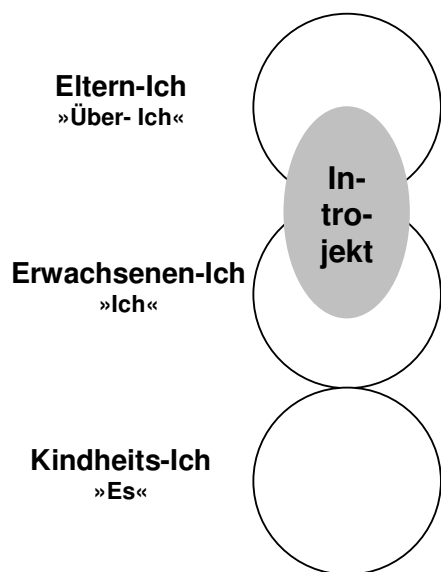


## Psychodynamische und geistliche Aspekte zur Entstehung und Überwindung »kranker« Gottesbilder bei ausgeprägten Identitätsstörungen

Der Vorgang der Sonnenfinsternis kann als plausible Metapher für eine Art »Gottesfinsternis« dienen. So wie sich bei einer Sonnenfinsternis der Mond zwischen die Sonne und den Betrachter schiebt und die Sonne verdunkelt, so können eigene Beziehungserfahrungen die Sicht zu Gott verstellen, zu »kranken« Gottesbildern führen. Wie entstehen solche kranken Gottesbilder? Wie intensiv kann sich solch eine »Gottesfinsternis« entwickeln? Wie kann sie beeinflusst werden? Am Beispiel narzisstischer Identitätsstörungen und deren problematischen Beziehungserfahrungen möchte ich diesen Fragen nachgehen<sup>1</sup>.



Nach Kernberg sind eine wesentliche Grundlage der Ich-Identität<sup>2</sup> die Selbst- und Objektrepräsentanzen<sup>3</sup>, also »die Beziehungen zu jener Welt innerer Objekte, in der sinnhaltige Erfahrungen mit anderen Menschen ihren intrapsychischen Niederschlag gefunden haben.«

Es erhebt sich nun die Frage, wo im Selbst diese Repräsentanzen zu vermuten sind. In der Abbildung sehen Sie ein Introjekt, das weit in dem Bereich des Ichs angesiedelt ist, in dem die eigentlichen Selbst- und Fremdrepräsentanzen zu lokalisieren sind. Andererseits finden Sie aber das Introjekt auch im Bereich des Über-Ichs. Diese verinnerlichten Beziehungserfahrungen sind also auch sehr maßgeblich an der Bildung des Überichs beteiligt.

<sup>1</sup> Die Ausführungen basieren auf einer langjährigen sowohl psychotherapeutischen als auch seelsorgerlichen Begleitung von Menschen, in den letzten 12 Jahren schwerpunktmäßig von Patientinnen und Patienten in der Klinik Hohe Mark.

<sup>2</sup> Recht differenziert hat sich Erikson zum Begriff der Identität geäußert. In der Schrift »Identität und Lebenszyklus« führt er aus: »Ich kann das Problem der Identität nur zu verdeutlichen versuchen, indem ich es von einer Anzahl von Blickwinkeln aus anleuchte, etwa biografischen, pathographischen und theoretischen, wobei dann der Begriff der Identität im jeweiligen Zusammenhang für sich selber sprechen soll. Es wird sich dadurch einmal um ein bewusstes Gefühl der individuellen Identität, ein andermal um das unbewusste Streben nach einer Kontinuität des persönlichen Charakters zu handeln scheinen; einmal wird die Identität als ein Kriterium der stillschweigenden Akte der Ich-Synthese, dann wieder das Festhalten an einer inneren Solidarität mit den Idealen und der Identität einer Gruppe erscheinen.«

Eine Identität erfährt nach Erikson das Individuum gegen Ende der Adoleszenz, wenn es ihm gelingt, aus dem Konflikt von Identität versus Identitätsdiffusion herauszuwachsen. Das heißt also, dass in dieser Zeit voneinander abgesonderte, also gesplante Teilaspekte vom Selbst als auch von den Objekten zu ganzen Bildern vom Selbst und den Objekten zusammengefügt werden.

<sup>3</sup> Eine ausführlichere Definition findet sich bei Resch und Möhler:

»Der Begriff der **Repräsentanz** umschreibt jene intrapsychischen Erfahrungsstrukturen, die aus der Interaktion mit anderen Menschen hervorgegangen sind und einen Gedächtnisniederschlag gefunden haben. Solche Repräsentanzen sind handlungsbestimmend und dienen als Strukturen, an die neue Erlebnisse und Erfahrungen assimiliert werden können. Repräsentanzen erhalten nicht nur verbalisierbares Wissen über die Person selbst und die anderen, sondern wurzeln tief in mentalen Modellen, die unbewusste Handlungsbereitschaften darstellen.

Jene Interaktionserfahrungen, die den Part wichtiger Menschen in den Interaktionen widerspiegeln, nennt man **Objektrepräsentanzen**. Die Erfahrungen über die Person selbst im interaktionellen Feld bilden die Basis der **Selbstrepräsentanz**.«

Erkrankungen in diesem Bereich führen zu schweren Identitätsstörungen. Hier sollte die Rede sein von der emotional instabilen Persönlichkeitsstörung oder auch Borderline Syndrom genannt. Hier fehlt also eine Synthetisierung von Teilaspekten der Selbst- und Fremdrepräsentanzen (Ichdiffusion). Weiterhin geht es um den pathologischen Narzissmus und um die dazugehörigen Selbstobjekte, über die ich aus zeitlichen Gründen hier hauptsächlich referieren möchte.

### **Pathologischer Narzissmus**

Mit dem Thema »Narzissmus« haben sich viele Autoren befasst. Die wohl bekannteste Sicht ist ein differenziertes und überzeugendes Konzept von Kernberg: der pathologische Narzissmus mit einem klar definierten Größenselbst, auf das ich im Folgenden noch genauer eingehen werde. Der pathologische Narzissmus ist weiter gefasst als die narzisstische Persönlichkeitsstörung (NPS). – Der Einfachheit halber wird im Folgenden oft nur vom »Narzissmus« oder vom »Narzissten« die Rede sein, auch wenn der pathologische Narzissmus gemeint ist.

Patienten mit einem pathologischen Narzissmus kommen eher selten in ambulante oder stationäre Psychotherapie, es sei denn, es liegt noch eine bedeutende Zweiterkrankung vor, z. B. eine Suchterkrankung, oder sie versuchen die Therapie selbst etwa für ein Rentenbegehren oder für eine anstehende juristische Auseinandersetzung etc. zu instrumentalisieren oder aber es handelt sich um schwere Formen des pathologischen Narzissmus, z. B. um eine narzisstische Persönlichkeitsstörung.

### **Symptomatologie**

Wichtige Charakterzüge von Menschen mit einem Größenselbst:

- Im Vordergrund steht bei einem Menschen mit einem Größenselbst ein starkes **Bedürfnis, sich selbst zu idealisieren und vom anderen idealisiert zu werden** bei meist indirekter Abwertung anderer, es sei denn, es handelt sich bei dem anderen um eine vorgesetzte, weisungsberechtigte oder eine andere höher gestellte Persönlichkeit, die einen direkten, nachteiligen Einfluss ausüben könnte. - Ausgangspunkt der Idealisierung sind Vorstellungen eigener Grandiosität und Omnipotenz (Größentafantasiën).
- Menschen mit solch einer Persönlichkeit verfügen über eine **hohe Sensibilität für Macht**. Sie streben in Leitungspositionen, natürlich auch in kirchliche Ämter. Sozial noch relativ gut angepasste Narzissten sind z. B. auf dem Arbeitsplatz recht freundlich und offen. Von den nächsten Angehörigen werden sie aber ganz anders wahrgenommen, wenn sie Macht und Unterdrückung (»omnipotente Kontrolle«) voll entfalten, Kinder und den Partner wie ein persönliches Eigentum »verwalten«, keinerlei Widerspruch, keine eigene Meinung dulden sondern darauf mit Einschüchterung, sarkastischen Bemerkungen, Einreden von Schuldgefühlen etc. reagieren. Unmittelbare Angehörige sprechen gern von den »zwei Gesichtern«.  
In anderen Fällen kann ein Narzisst mit einem Größenselbst zunächst - vor allem im Beruf - recht angepasst sein. Das ändert sich aber, wenn er das Gefühl hat, fest im Sattel zu sitzen. Eine ganz andere Seite der Persönlichkeit kommt dann zum Vorschein. -  
Es ist häufig »bewundernswert«, mit welcher hoher Sensibilität für Macht der Narzisst weiß, wie weit er - z. B. in einer politischen Auseinandersetzung - gehen kann, in was für ein für ihn vorteilhaftes Licht er Tatbestände, Meinungen etc. rücken kann

und dadurch auch ein Gefühl von Sicherheit für andere vermitteln kann, die ihn als starke Persönlichkeit erleben.

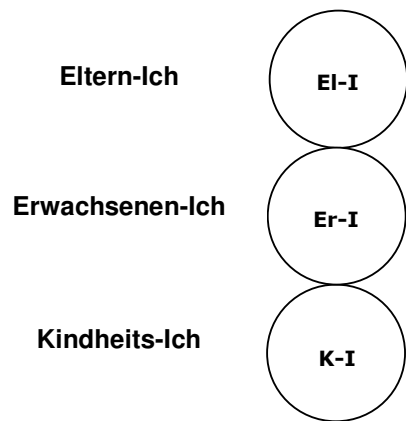
In prognostisch sehr ungünstigen Fällen kann es zu brutalem, missbräuchlichem, ausbeuterischem Verhalten im Sinne antisozialen Verhaltens kommen, wenngleich nach außen hin oft noch eine biedere, gutbürgerliche Fassade aufrecht erhalten werden kann.

- Während die Sensibilität für Macht sehr ausgeprägt ist, verfügen sie über eine **geringe bis fehlende Fähigkeit zur Introspektion**. Versuche, diese mangelnde Introspektion im täglichen Leben als auch in Therapie und Seelsorge durch andere Beobachtungen und Wahrnehmungen zu ergänzen und zu erweitern, werden abgewehrt, als Verdrehung der Realität, als Zumutung, als »narzisstische Kränkung« zurückgewiesen.
- Auf Kritik reagieren Narzissten nicht mit Schuld- sondern Schamgefühlen. Schuldgefühle werden abgewehrt und in der Regel auf andere projiziert. Schuld haben also grundsätzlich immer die anderen. Es besteht meistens eine große **Tendenz, sich bei Konflikten als das eigentlich leidende Opfer zu präsentieren**. Diese Schuldprojektion führt zu einem großen Gewinn:
  1. Es kommt zu einem Themenwechsel, weg vom ursprünglichen »gefährlichen« Thema der Kritik hin zu dem Thema des eigenen Gekränkt-Seins.
  2. Die kritisierende Person ist quasi disqualifiziert, weil sie nämlich diese Kränkung verursacht hat.
  3. Der auf diese Weise zum Opfer gewordene Täter bekommt emotionale Zuwendung.

Bei Korrekturen eigenen Verhaltens geht es weniger um Einsicht sondern mehr um eine bessere Adaption an bestehende Machtverhältnisse.

Im gemeindlichen Kontext ist echte Buße für Narzissten mit einem Größenselbst mehr oder weniger ein theoretisches Phänomen, was die eigene Person anbetrifft. Sie wird aber eingefordert, was die anderen betrifft. Entsprechend werden selbst Fakten aus dieser Perspektive gesehen und interpretiert. Das bezieht sich dann auch auf biblische Sichtweisen.

- Weiterhin besteht eine **geringe bis fehlende Empathie**, also eine mangelnde Fähigkeit, sich in den anderen hineinzusetzen, innerlich Anteil zu nehmen, sich berühren zu lassen. Menschen mit einem Größenselbst wirken in solchen Auseinandersetzungen »kalt«. Sie können sich problemlos vom anderen trennen, um ihn relativ schnell durch einen anderen zu ersetzen. Man spricht von der »splendid isolation« des Narzissten. Ganz umgekehrt verhält sich solch ein Narzisst, wenn sich sein Partner trennen will, also die Position des Selbstobjektes aufgeben will und nach einer eigenen Identität strebt. Der Narzisst ist dann tief getroffen, wenn das Selbstobjekt aus dem Größenselbst heraus bricht. Einerseits kann er auf diese narzisstische Kränkung sehr verletzt reagieren. Andererseits versucht er mit allen Mitteln, also nicht selten mit körperlich brutaler, seelischer, finanzieller etc. Erpressung, das Selbstobjekt wieder gefügig zu machen, es also wieder dem Größenselbst einzuverleiben.
- Innerlich sind solche Narzissten geprägt durch eine gewisse **Rastlosigkeit, angetrieben durch Gefühle innerer Leere**.



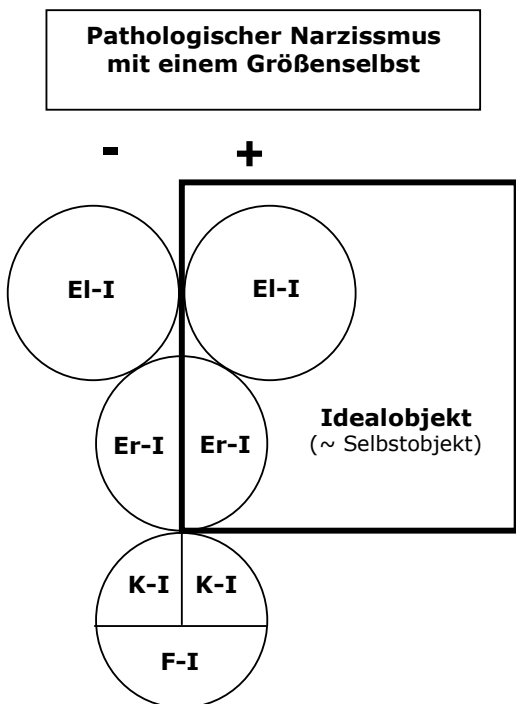
### Struktureller Aspekt

Mit Hilfe der Transaktionsanalyse lassen sich strukturelle Aspekte im Modell gut verdeutlichen. Bei normaler struktureller Ausreifung finden wir ein integriertes, depersonalisiertes Eltern-Ich<sup>4</sup> (Über-Ich), so etwas wie ein reifes Gewissen<sup>5</sup>.

In der Kindheit bildet sich das Kindheits-Ich mit den Emotionen und Affekten, wie sie schon das Kind besitzt.

Dann bildet sich mit dem Vorschulalter beginnend das Erwachsenen-Ich. Es integriert Beobachtungen der Außenwelt, Anforderungen des Eltern-Ichs mit Impulsen des Kindheits-Ichs (Triebwünsche), um dann zu sinnvollem, eigenem Handeln zu finden.

Bei Menschen mit einem Größenselbst konnte das Eltern-Ich - oder auch Über-Ich genannt - nicht diesen Grad der Reifung erlangen.



Ähnlich wie bei der emotional instabilen Persönlichkeit bestehen auch bei Individuen mit einem pathologischen Narzissmus zwei getrennte Eltern-Ichs, eines, das abwertet (auf der Seite des Minuszeichens in der Abb.), und eines, das idealisiert (auf der Seite des Pluszeichens in der Abb.). Bei einer Persönlichkeit mit einem pathologischen Narzissmus besteht eine Besonderheit, das Größenselbst (das Rechteck in der Abb.). Etwas vereinfacht dargestellt verbindet es Aspekte<sup>6</sup> des Idealselbst (EI-I+ in der Abb.), des Realself (Er-I+ in der Abb.) und des Idealobjektes.

Es mag verwundern, dass bei dieser Verschmelzung zum Größenselbst auch das Idealobjekt einbezogen wird. Tatsächlich wird das Idealobjekt als zum Größenselbst zugehörig empfunden, als Selbstobjekt<sup>7</sup>, als Erweiterung

<sup>4</sup> Ein depersonalisiertes Eltern-Ich weist nicht mehr wie beim Kind die ganz persönlichen Züge des prägenden Elternteils auf. Durch eine grundsätzlich positive Grundhaltung des Elternteils konnte es auch viele andere Einflüsse der Außenwelt aufnehmen und sich versachlichen. Es wurde depersonalisiert. Es wurde zu einem Neutrum.

<sup>5</sup> Nach Mentzos entwickelt es sich aus rigiden archaischen Vorstufen mit einer dann später folgenden ödipalen Überarbeitung.

<sup>6</sup> In der Psychotherapie spricht man von Repräsentanzen, also von inneren Bildern. Beim Größenselbst handelt es sich also um eine Verschmelzung innerer Bilder von einem eigenen idealisierten Selbst, vom tatsächlichen, realen Selbst und vom idealen, dem Ich »gehörenden« Partner.

<sup>7</sup> Der Ausdruck »Selbstobjekt« bringt deutlich zum Ausdruck, um was es sich handelt: Objekt des Selbst. Das Objekt ist in das Selbst eingefügt.

des Selbst oder auch als »Extension des eigenen Ichs« bezeichnet. Diese Darstellung erklärt auch, dass die Spannung zwischen Über-Ich und dem Ich, also zwischen eigenen Idealvorstellungen und dem tatsächlichen realen Verhalten, aufgehoben ist. Das verdeutlicht eine mangelnde oder fehlende Introspektion, eine mangelnde Fähigkeit zur Selbstkritik und damit aus geistlicher Sicht zur Umkehr, zur Buße.

Wenn es um das Thema Schuld, Versagen etc. geht, werden andere Personen abgewertet, indem die eigenen negativen Anteile - also entsprechend unserer Abbildung - das negative Eltern-Ich und das negative Erwachsenen-Ich auf den Anderen projiziert wird.

Die mangelnde Empathie erklärt sich aus dem Bestreben, Abhängigkeit von einem Menschen durch Selbstaufwertung und Fremdadwertung abzuwehren.

Die innere Leere und die damit verbundene Rastlosigkeit rühren daher, dass die Objekte praktisch ihrer Autonomie entkleidet und dem Größenselbst einverleibt sind.

Aus dem Dargelegten wird deutlich: Das Größenselbst des Narzissten scheint auf den ersten Blick zu großer Macht und Stärke, zu einem überlegenen Auftreten etc. zu verhelfen – also zu einer scheinbar starken Identität zu führen. Im Kern handelt es sich mehr oder weniger deutlich um eine Pseudoidentität, um eine Identität, die auf weite Strecken nur auf Kosten anderer möglich ist und zwar dann, wenn die Selbstobjekte des Narzissten weitgehend auf einen eigenen Prozess der Individualisierung, auf eine eigene Identität verzichten müssen/wollen. Zum Verständnis<sup>8</sup> von Größenselbst einerseits und der Abspaltung der negativen Anteile ist wichtig zu bedenken, dass es kein integrierendes Über-Ich gibt sondern 2 Über-Ichs. Das eine idealisiert, das andere entwertet. Aber beide Über-Ichs werden streng auseinander gehalten.

## **Genese**

An dieser Stelle sollte eigentlich eine typische Episode aus der Kindheit eines Narzissten mit einem Größenselbst berichtet werden. Die Anamnesen sind aber in dieser Hinsicht eher leer. Nach allem, was gesagt wurde, dürfte verständlich geworden sein, dass es solchen Personen schwer fällt, ihre emotionale Einstellung zu den Primärpersonen, z. B. anhand einer Episode, wiederzugeben. Am ehesten wird noch eine idealisierte oder abwertende Bemerkung gemacht. – Kernberg führt zur Psychogenese von Menschen mit pathologischem Narzissmus aus, dass deren Mütter oder andere Personen, die mütterliche Funktionen übernommen haben, »einen gewissen Zug von Härte, Indifferenz und unausgesprochener mürrischer Aggression« aufweisen. Wenn in diesen Kindern dann aber selbst ein höheres Maß von Aggression und Groll aufkommt, entsteht ein wachsendes Bedürfnis, Hass und Neid durch »Selbstbewunderung, Geringschätzung anderer und Meidung jeglicher Abhängigkeit« abzuwehren. Hinzu kommt noch, dass diese Kinder - so Kernberg - irgendetwas »Bewundernswertes« haben, etwa eine besondere Begabung.

---

<sup>8</sup> Normalerweise hat ein reifes Über-Ich die Aufgabe unterschiedliche Sichtweisen zu integrieren. Beim pathologischen Narzissmus gibt es aber zwei getrennte Über-Ichs, von denen das eine idealisiert, das andere abwertet. Deshalb können diese entgegengesetzten Sichtweisen (kontradiktorische Zustände) aufrecht erhalten werden. Letztlich soll diese Spaltung dazu dienen, das Abgleiten in einen psychotischen Zustand abzuwehren.

## Geistliche Aspekte

Aus der Seelsorge mit Menschen mit »zwei Gesichtern« können wir sehr viel von Jesus lernen. Er schaute sehr genau hin, was sie von den Menschen einforderten und was sie selbst nicht bereit waren zu tun. Er unterschied sehr klar zwischen Schein und Sein, zwischen Anspruch und Wirklichkeit.

Menschen mit einem Größenselbst, die sich Gott zugewandt haben, leben in einer ganz besonderen Beziehung mit Gott:

In der ersten Phase der Behandlung kann der Therapeut vom Narzissten zunächst idealisiert werden. Eingebaut in das Größenselbst kann sich der Therapeut dann als »mächtiger Sklave« empfinden.

Ein ähnliches Schicksal scheint mir auch die Vorstellung von Gott zu haben. Wenn ein Mensch mit einem Größenselbst seine eigene Person ohne Wenn und Aber von Gott bestätigt sieht und sehen will, wird Gott als »mächtiger Sklave« erlebt und behandelt. Sinnvoller Weise müsste man von einem »allmächtigen Sklaven« sprechen.

Wie schwierig und langwierig die Therapie eines Patienten mit einem Größenselbst auch immer sein mag, wenn sie den überhaupt gewollt und möglich ist, so gilt dennoch das Wort Jesu (Lukas 18,27):

*Was bei den Menschen unmöglich ist, das ist bei Gott möglich.*

Gott liebt auch Narzissten mit einem Größenselbst. Vorausgesetzt dass der »gläubige« Narzisst sich nicht endgültig von Gott abwendet, findet Gott einen Weg, dieses Bollwerk des Größenselbst anzugreifen. Gott lässt sich nämlich nicht instrumentalisieren. Er lässt sich auch für die Wahrnehmung des Narzissten mit einem Größenselbst auf die Dauer nicht als »allmächtiger Sklave« behandeln. Gott sagt in Sprüche 27, 9:

*Des Menschen Herz erdenkt sich seinen Weg; aber der HERR allein lenkt seinen Schritt.*

Der Volksmund sagt ganz einfach:

*Der Mensch denkt und Gott lenkt!*

In Jesaja (Kapitel 55, 8-9) sagt Gott:

*Denn meine Gedanken sind nicht eure Gedanken, und eure Wege sind nicht meine Wege, spricht der HERR, 9 sondern so viel der Himmel höher ist als die Erde, so sind auch meine Wege höher als eure Wege und meine Gedanken als eure Gedanken.*

Durch solch schmerzhaft Erfahrungen, dass Gott sich nicht in unseren menschlichen Denkschemata bewegt sondern auch persönliches schweres Leid zulässt, werden beim Narzissten tiefe Krisen ausgelöst. Wenn nach solchen Erfahrungen auch das Größenselbst im eigentlichen Sinne nicht aufgelöst sein mag, so werden diese Menschen doch milder. Die ungerechtfertigte Fremdbewertung kann deutlich moderatere Formen annehmen oder zeitweise ganz ausbleiben<sup>9</sup>. Ein tieferer Sinneswandel, eine verbesserte Selbstwahrnehmung, die Rücknahme von Projektionen eigener negativer Anteile, also

---

<sup>9</sup> Zu trennen wäre solch eine positive Beränderung von einem narzisstischen Rückzug, wie er z. B. im Alter mit Vereinsamung und innerer Verbitterung vorkommen kann.

letztlich eine strukturelle Veränderung, wäre das Ziel. Wie Jesus in der Bergpredigt (Matthäus 7, 1 – 5) sagt:

*Richtet nicht, damit ihr nicht gerichtet werdet. 2 Denn nach welchem Recht ihr richtet, werdet ihr gerichtet werden; und mit welchem Maß ihr messt, wird euch zugemessen werden. 3 Was siehst du aber den Splitter in deines Bruders Auge und nimmst nicht wahr den Balken in deinem Auge? 4 Oder wie kannst du sagen zu deinem Bruder: Halt, ich will dir den Splitter aus deinem Auge ziehen?, und siehe, ein Balken ist in deinem Auge. 5 Du Heuchler, zieh zuerst den Balken aus deinem Auge; danach sieh zu, wie du den Splitter aus deines Bruders Auge ziehst.*

Wenn das Größenselbst wirklich zerbricht, dann stürzen solche Menschen in große Tiefen. Sie sind dann in besonderer Weise auch suizidgefährdet<sup>10</sup>. Sie brauchen dann eine liebevolle, Halt gebende, verlässliche Begleitung, in der sie in der neuen Sicht bestärkt werden, keineswegs aber der Traum eigener Grandiosität und Omnipotenz wieder herauf beschworen werden darf. Ein gutes Beispiel ist die liebevolle und engmaschige Seelsorge Jesu an Petrus, als er nach seiner Selbstüberhebung sich in einer schweren narzisstischen Krise befand. Zunächst prophezeite Jesus Petrus, dass er ihn verleugnen würde, das heißt also, dass er sich selbst nicht kennen würde im Sinne einer mangelhaften Introspektion. Direkt nach der 3. Verleugnung schaute Jesus, der selbst gerichtlich verhört wurde, ihn bedeutungsvoll an. Da brach Petrus zusammen (Lukas 22, 61). Nach der Auferstehung Jesu bekam Petrus eine wohl sehr »private Audienz« (Lukas 24, 34; 1. Korinther 15, 5a), über die wir keine Einzelheiten erfahren. In Johannes 21 fragt Jesus Petrus, ob er ihn mehr liebe als die anderen Jünger. Petrus, der vorher so selbstsicher auftrat – infolge eines unzutreffenden Selbstbildes – überlässt jetzt die Beurteilung seiner Liebe Jesus selbst. Genau an dieser Stelle, wo Petrus nur noch auf Jesus vertraut, setzt Jesus ihn in das Hirtenamt ein.

### **Ko-Narzissmus**

Wenn Menschen mit einem »pathologischen Narzissmus«, die in ihrer sozialen Anpassung noch nicht allzu gravierende Mängel aufweisen, sich recht selten in eine Klinik einweisen lassen oder sich in eine ambulante Psychotherapie begeben, so ist das genau umgekehrt bei deren »Opfern«, den Selbstobjekten von Narzissten mit einem pathologischen Größenselbst (siehe dort), hier der Einfachheit halber im Folgenden als Ko-Narzisstischen bezeichnet. Aufgrund der Identitätsstörung, also aufgrund von einer schwach ausgebildeten inneren Welt positiver Repräsentanzen (siehe unten), suchen gerade sie den Therapeuten und auch den Seelsorger auf.

Traumatische Erfahrungen werden von einer Person mit ko-narzisstischen Charakterzügen zunächst häufig auf weite Strecken als normal angesehen und eingestuft. Deshalb entsteht in Therapie und Seelsorge der Verdacht, dass es sich z. B. bei einem seiner Eltern um einen Menschen mit einem pathologischen Narzissmus handeln könnte, oft sehr zögerlich. Typische Episoden werden erst nach und nach im therapeutischen Prozess wach gerufen und erinnert.

---

<sup>10</sup> Z. B. neigen alkoholranke Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstruktur bei einem Rückfall nach längerer Abstinenz – also angesichts einer schweren Krise – eher dazu, einen Suizid zu begehen als Menschen, die nicht mit solch einer Persönlichkeitsstruktur belastet sind.

Natürlich sind gravierende Schädigungen beim Ko-Narzissten umso deutlicher, wenn in der Kindheit ein Elternteil mit einem pathologischen Narzissmus wichtiger Beziehungspartner wird und wenn der unter dieser Persönlichkeitsstörung sehr leidende andere Elternteil sich ausgesprochen ko-narzisstisch verhält oder wenn beide Elternteile ein pathologisches Größenselbst haben. Sehr oft geht solch eine kindliche Prägung einer späteren »Partnerwahl« mit einer Person mit ebenfalls pathologischem Narzissmus voraus. Es kommt also bei der Partnerwahl sehr häufig zu Reinszenierungen.

### **Das zentrale Erleben des Selbstobjektes**

Der Ko-Narzisst erlebt sich ganz als Eigentum des narzisstischen Bezugspartners, als seine Marionette. Ko-Narzisstinnen fühlen sich im seelsorgerlich psychotherapeutischen Gespräch besonders gut verstanden, wenn ihr Leben als Selbstobjekt eines Narzissten z. B. mit der Metapher einer »Prothese« verglichen werden:

- Eine Prothese darf keine Schmerzen bereiten, keine Druckstellen verursachen. Sie ist gut, wenn sie optimal angepasst ist, wenn sie ihr Eigenleben soweit aufgegeben hat, dass der Träger sie gar nicht mehr bemerkt. Sie ist dann Teil seines Körpers<sup>11</sup> geworden. Ohne Bild: sie ist als Selbstobjekt in sein Größenselbst integriert worden (siehe Struktur des Narzissten<sup>12</sup>).
- Eine Prothese muss funktionieren, andernfalls wird sie - z. B. in der Partnerschaft - ausgetauscht.
- Umgekehrt wäre die größte »Todsünde« für eine Prothese, wenn sie sich verselbstständig würde, wenn sie sich trennen würde. Das führt in der Tat zu den schlimmsten Konsequenzen für einen Ko-Narzisst!

Wer den Schilderungen von Ko-Narzisstinnen aufmerksam zuhört, der kann sich des Eindrucks nicht erwehren, dass dem Ko-Narzisstinnen vom narzisstischen Elternteil, Partner, Vorgesetzten etc. das Eigenleben möglichst komplett entzogen wird wie eigenes Denken, eigenes Wollen, eigene Wünsche, z. B. ein eigener Berufswunsch, eine eigene Partnerwahl etc.. Gelegentlich fällt das Wort »Kadavergehorsam«. Je nach Alter, körperlicher oder auch geistiger Überlegenheit des Narzissten wird alles »Eigene« des Ko-Narzisstinnen abqualifiziert, zerredet, lächerlich gemacht oder schlicht ausgeredet. Wo immer sich eigener Wille regt, wird dieser Widerstand entweder verbal oder auch brachial »platt gemacht« oder aber subtil als schuldhaftes Vergehen gebrandmarkt und angeprangert. Das Ergebnis ist besonders bei Kindern, dass sie alle Impulse eigener Verselbstständigung schuldhaft erleben. Noch deutlicher: besonders aggressive Impulse von Widerstand wecken nicht nur Schuld- sondern auch *Angstgefühle*, so dass nach außen gerichtete aggressive Strebungen schließlich gar nicht mehr wahrgenommen

---

<sup>11</sup> Eine Kollegin berichtete mir von einer Patientin, die sich als »ein Organ ihres (narzisstischen) Vaters« bezeichnete - ein sehr treffendes Bild für den Begriff »Selbstobjekt«.

<sup>12</sup> Für das Verständnis der Innenwelt eines Selbstobjektes, also eines Ko-Narzisstinnen, ist das Verständnis des pathologischen Narzissmus eine wichtige Voraussetzung (siehe oben). Ist doch seine Genese auf weite Strecken als Reaktion auf narzisstisches Verhalten zu verstehen. Es handelt sich um die Verinnerlichung des narzisstischen Erwachsenenpols, der ohne aufdeckendes Gespräch unbewusst bleibt.



werden, sondern in vielfältiger Form gegen die eigene Person gerichtet werden oder bzw. und zu einer psychosomatischen Störung führen.

### **Progressive und regressive Entwicklungen**

Wenn Ärger und Wut gegen die offensichtlichen, brutalen und/oder subtileren Grenzüberschreitungen des Narzissten aufflammen und gleichzeitig in Schuld, Ohnmacht und Angst wieder zu ersticken drohen, dann reagieren Kinder je nach eigener Disposition und den Möglichkeiten ihrer Umwelt (z. B. geschwisterliche Konstellation) unterschiedlich, entweder regressiv oder progressiv.

### **1 Der regressive Weg**

Menschen, die sich für den regressiven Weg »entscheiden«, haben die größten Probleme, zu einer positiven eigenen Identität zu finden. Selbstobjekt eines Narzissten mit einem Größenselbst zu sein bedeutet – besonders bei starker Anklage und Beschuldigung – zwar ein sehr negatives Identitätsgefühl zu entwickeln, aber kein positives bzw. ein nur sehr geringes Gefühl einer eigenen Identität aufweisen zu können, weil alle Impulse nach eigener Verselbstständigung schuldhaft erlebt werden und Angst einflößen. Zur Ausbildung einer eigenen Identität gehört die Fähigkeit, sich abzugrenzen. Genau diese Fähigkeit wird aber nicht gefördert sondern mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln vereitelt und verhindert. Eine gewisse Ausprägung einer eigenen Identität wäre aber nötig, um sich überhaupt lösen zu können, um nicht panische Ängste vor einem eigenständigen Leben zu entwickeln. So entsteht ein negativer *circulus vitiosus*. Wegen dieses Mangels an eigener positiver Identität kann der Weg in ein eigenständiges Leben ohne Unterstützung von außen kaum gelingen<sup>13</sup>.

### **Symptomatologie**

Wichtige Charakterzüge von Menschen mit einem regressiven Verarbeitungsmodus bei ko-narzisstischer Prägung:

- **Das Leiden an einer mangelnden positiven Identität**

Ko-Narzisstes leiden sehr unter dem mangelnden positiven Identitätsgefühl. Sie fühlen sich »hohl«, haben Angst »entdeckt« zu werden, werden im Gespräch von der Angst befallen, dass ihnen nichts einfällt, dass »da gar nichts ist«, dass sie in einer Partnerschaft nicht ebenbürtig sind etc.. Da sie es schwer haben, authentisch aufzutreten, bleibt ihnen oft nur der Rückzug oder der Versuch, nicht aufzufallen oder sich hinter einer Fassade mit teils »gemachten« gegensätzlichen Gefühlen zu verbergen.

Wenn sie den »Sprung in die Authentizität« - so ist das subjektive Erleben - dann doch einmal wagen und sich »aufgefangen fühlen«, dann ist das der keimhafte Beginn für ein Selbsterleben, das aber besonders am Anfang über längere Zeit nicht gehalten werden kann.

- **Abspaltung der Gefühle**

Ko-Narzisstes haben gelernt, eigene Gefühle, die als »verboten« und Angst einflößend erlebt werden, abzuschalten, auszublenden, zu verleugnen. Sie führen auch in

---

<sup>13</sup> In diesem Sinne sind auch neuerliche Veränderungen der Rechtsprechung zu sehen, wenn Frauen, die z. B. »Stalking« erfahren haben, ein Recht auf einen unentgeltlichen Rechtsbeistand eingeräumt wurde.

Seelsorge und Therapie zu einem Widerstand. Gespräche bewegen sich dann sehr schnell »in der Blutleere« nur rationaler Überlegungen und werden meist als sehr anstrengend erlebt.

Wenn eine ausgeprägte emotionale Vernachlässigung stattgefunden hat und sich das Abspalten der Gefühle sehr tief eingeschliffen hat, kann der Faden einer Beziehung schnell abreißen. Durch Projektion des sehr blassen Selbstbildes entsteht die Fantasie: Der andere spürt mich nun auch nicht mehr. Er ist gelangweilt. Es gibt nichts mehr zu sagen. Jetzt wendet er sich ab. Es ist alles zu Ende.

Die Abspaltung der Gefühle erklärt zum Teil<sup>14</sup> auch die häufig vorgebrachte Klage, sich an die Kindheit überhaupt nicht oder nur sehr spärlich oder erst seit der Jugendzeit erinnern zu können. Gedächtnis ist auf eine affektive Markierung angewiesen. Genau die fehlt, wenn Eigenleben schlicht »verboten« wird.

- **Schwache positive Objektrepräsentanzen und das Gegenübertragungsgefühl**  
Wenn Prägungen durch einen Narzissten mit einem Größenselbst sehr gravierend und nachhaltig in Kindheit und Jugend stattgefunden haben, wenn besonders die Angst vor eigenen authentischen Gefühlen sehr groß war, sind beim Ko-Narzissten positive innere Bilder vom Ich und den Anderen sehr blass, während die negativen Bilder vom Selbst und den Anderen kräftige Konturen aufweisen.

Das Gegenübertragungsgefühl, das sich beim Seelsorger oder Therapeuten rasch einstellt, wenn sich der Hilfe-Suchende verstanden fühlt, ist sehr intensiv. Der Seelsorger bzw. der Therapeut erlebt sich, als wäre er nötig, um Kontinuität im Selbsterleben des Ko-Narzissten überhaupt möglich werden zu lassen. Das Selbsterleben des Ko-Narzissten scheint nämlich ständig von Einbrüchen, von einer Überschwemmung durch die mächtigen negativen inneren Bilder, bedroht zu sein. Es entsteht ein Gefühl, als müssten die positiven blassen Bilder vom Selbst und den Anderen verstärkt, ständig substituiert werden. So erklärt sich, dass eigentlich ein großer Hunger besteht, verstanden und akzeptiert zu werden, sich dadurch als ein eigenes Individuum zu erleben. Durch dieses Sich-verstanden-Fühlen scheint gewissermaßen erst ein Selbsterleben spürbar zu werden. Sich verstanden zu fühlen, sein zu dürfen und sich später abgrenzen zu dürfen hat eine Identität stiftende Wirkung. - Die Kehrseite von der Medaille ist aber, dass der Ko-Narzisst ambivalent eingestellt ist zur Kontaktaufnahme. Einerseits sehnt er sich danach. Es ist eigentlich sein größter Wunsch. Andererseits hemmen ihn größte Schamgefühle, »entdeckt« zu werden. Verständlich wird in diesem Zusammenhang auch der »Horror vor der Gruppe«.

Allerdings, auch intensive positive Erfahrungen verblassen beim Ko-Narzissten zunächst wieder. Dem gleichen Schicksal ist natürlich auch das innere Bild vom Seelsorger bzw. Therapeuten unterworfen. Sie können sich »ausgetauscht« erleben, wenn sie - aus welchen Gründen auch immer - vorübergehend oder für immer nicht mehr zur Verfügung stehen. Wenn der Ko-Narzisst diese Situation begreift, reagiert er häufig mit Schamaffekten, klagt sich mit moralisierenden Argumenten selbst an.

---

<sup>14</sup> Anders ist die Situation bei gravierenden traumatischen Erfahrungen. Dabei kommt es zu einer desintegrierten Abspeicherung der Eindrücke.

- **»Funktionieren«**

In der Metapher von der Prothese wurde schon deutlich: die Prothese muss funktionieren. Auf jeden Fall zu funktionieren ist zu einem übergeordneten Lebensprinzip bei Ko-Narzissen mit einem regressiven Verarbeitungsmodus geworden. Man gewinnt den Eindruck, als müsste der mangelnde innere Halt, der durch eine quälende innere Gefühllosigkeit verursacht wird, durch äußere Struktur, durch ein »Funktionieren unter allen Umständen« aufrecht erhalten werden. Anders formuliert: durch »Funktionieren um jeden Preis« sollen schwere innere Einbrüche vermieden werden.

Da bei innerer Gefühllosigkeit, bei fehlendem »emotionalem Schwung« (Antriebschwäche) alle Aktivitäten nur noch ein »bloßes Funktionieren« sind, stellt sich schnell eine Erschöpfung ein. Die Arbeit ist nur noch schwere Last. Das Leben selbst ist nur noch Last. Man könnte von einem ständig vorhandenen Gefühl eines Burn Outs sprechen. Im Gefolge kann sich eine »Sehnsucht nach dem Tode« einstellen, gelegentlich als »treuester Begleiter« bezeichnet. Es kann zur manifesten Depression kommen.

Dennoch! Es ist schon erstaunlich, mit welcher Beharrlichkeit Ko-Narzissen trotz dieses unverhältnismäßigen Kraftaufwandes vor allem berufliche Ziele verfolgen und oft auch erreichen.

#### Exkurs

#### **Ausprägungen im religiösen Umfeld**

Im religiösen Kontext können Personen mit einem Größenselbst das zwischenmenschliche Miteinander in ganz bestimmter Weise prägen und sollten deshalb im Besonderen bedacht werden. Besonders bei seelischen Verletzungen gibt es eine Reihe von »christlichen«, manipulativen, ganz offensichtlichen oder aber auch sehr subtilen Möglichkeiten zu beschwichtigen, zu »disziplinieren«, inneren Widerspruch zu dämpfen. Dazu dienen ganz zentrale Forderungen der Bibel, die dort eingeklagt werden, wo eigentlich Beziehungsklärung, wo Abgrenzung, wo Auseinandersetzung das dringlichste Thema wäre:

- **Gehorchen an Stelle von die Beziehung klären**

Bei vermeintlichen bzw. antizipierten Auseinandersetzungen, z. B. nach Verletzungen, wird von Narzissen mit einem Größenselbst im Sinne von Selbstverteidigung schon prophylaktisch Widerspruch als böse und nicht gemäß dem göttlichen Willen hingestellt. Je nach christlicher Sozialisation werden gegebenenfalls auch biblische Zitate (1Kor 14,34; Röm 13,1; 2Mo 20,12; 1Petr 5,5) genutzt. Im Wesentlichen wird Gehorsam eingeklagt, der in diesem Zusammenhang eher Unterwerfung meint. -

Ko-Narzissen, die Christen sind, reagieren sehr empfindlich auf solch eine Disziplinierung mit einer christlich verbrämten Argumentation. Sie wirkt wie ein »metaphysischer Knüppel« mit der Folge, dass der Ko-Narzisst sein strafendes Über-Ich auf Gott projiziert. Der Ko-Narzisst gerät unter starken Gewissensdruck, ist gepeinigt von in der Regel nicht objektivierbaren Schuldgefühlen. Oder Gott wird sadistisch erlebt, der sein Opfer quälen will – schlimmstenfalls mit ewiger Verdammnis.

- **Dankbar sein an Stelle von die Beziehung klären**

Wenn Dankbarkeit gepredigt wird, wo eine offene Auseinandersetzung dran wäre, dann wird das auf einen Ko-Narzissten seine Wirkung nicht verfehlen. Sehr schnell wird er sich wegen seines inneren Widerspruchs - so er den überhaupt bewusst spürt - schuldig fühlen. Ihm wäre eher zu wünschen, dass er dafür dankbar sein kann, wenn er vielleicht das erste Mal in seinem Leben einen inneren Widerspruch verspürt, ohne dass er ihn durch aufkommende Schuldgefühle sofort wieder verdrängen muss.

- **Vergeben und Verzeihen<sup>15</sup> an Stelle von die Beziehung klären**

Niemand wird bestreiten, dass Vergebung zentraler Ausdruck christlichen Lebens ist. Wenn es jedoch eigentlich um Auseinandersetzung<sup>16</sup> geht, weil Menschen verletzt wurden oder weil sehr unterschiedliche Einschätzungen einer aktuellen Situation bestehen, dann führt die Aufforderung, zu vergeben und zu verzeihen, beim Ko-Narzissten in der Regel dazu, dass er den Impuls, sich - ohnehin schweren Herzens - auseinanderzusetzen, gegen sich selbst wenden wird. Er fühlt sich schuldig. Er ist völlig unfähig, sich dann noch abzugrenzen. Auch hier wäre dem Ko-Narzissten zu wünschen, dass er sich selbst »vergeben« kann, eine eigene Meinung äußern zu dürfen.

Letztlich führen solche Strategien, gerade weil sie im christlichen Umfeld mit der Autorität Gottes versehen werden, zumindest bei Ko-Narzissten zu schweren Reinszenierungen ihres Konfliktes aus Kindheit und Jugend. Schließlich verlassen die Betroffenen die Gemeinschaft - letztlich zu ihrem Selbstschutz.

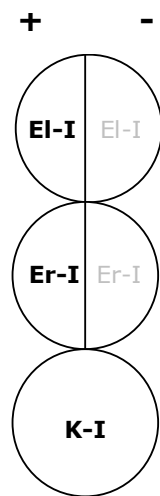
Jesus bezeichnete sich sehr explizit gern als »Arzt für Kranke«, als »Hirte für verlorene Schafe«. So hat er auch gehandelt. Im Umgang mit Menschen, die sich aus unterschiedlichster Ursache in einer Krise befanden, vermied Jesus in der Regel jede Ermahnung und Zurechtweisung. Im Gegenteil! Er verteidigte sie vor den religiösen Führern. Er zog die Aggressionen auf sich. Er tröstete. Er ermutigte. Er richtete auf. Er heilte. - Im Gegensatz dazu fand er oft sehr klare Worte, wenn er Heuchelei und Selbstgefälligkeit religiöser Führer offen kritisierte. Ob eine christliche Gemeinschaft nicht gerade eine gewisse »Jesus-Ähnlichkeit« aufweisen sollte? Sollten sich nicht gerade schwache Menschen angezogen fühlen? in der christlichen Gemeinschaft eine Heimat finden? dort geliebt und geachtet werden? konkrete Hilfe erfahren?

---

<sup>15</sup> Wenn Vergeben und Verzeihen die einzige Antwort auf alle Auseinandersetzungen wäre, dann hätte sich Jesus, nachdem er das 7-fache Wehe auf die religiösen Führer seiner Zeit (Matthäus 23) ausgesprochen hatte, anschließend bei ihnen wieder entschuldigen müssen.

<sup>16</sup> In der Symptomatologie des pathologischen Narzissmus wurde die Neigung des Narzissten erwähnt, sich in Auseinandersetzungen gern in die Rolle des Opfers zu flüchten, um den anderen als kränkenden Täter darzustellen. Wenn nun darauf gedrungen wird, dass sich beide Partner unter dem Aspekt von Verzeihen und Vergeben aussprechen, dann wird in der Regel die primäre, vielleicht sehr wichtige Auseinandersetzung nicht mehr geführt, letztlich umgangen.

### Selbstobjekt



### Struktureller Aspekt

Unter Zuhilfenahme von Vorstellungen aus der Transaktionsanalyse können auch strukturelle Aspekte beim Ko-Narzissen (Selbstobjekt) deutlich gemacht werden. Zur Nomenklatur sei auf die entsprechende Darstellung des pathologischen Narzissmus verwiesen. Die Abbildung mit dem blassen, farblosen, positiven und den kräftigen, farbigen, negativen Selbst- und Fremdrepräsentanzen erklärt die Symptomatologie:

- das Leiden an der mangelnden positiven Identität,
- die sehr reduzierte Möglichkeit, Beziehungen zu vertiefen, wenn die sehr blassen positiven Bilder vom Ich und den Anderen so schwach wahrgenommen werden (Gefühllosigkeit, Einsamkeit, innere Leere), andererseits sich kräftige negative innere Bilder aufdrängen,
- die verzweifelte Suche nach einem stärkeren Selbsterleben (Tagesstruktur, »Funktionieren«).

Da der Ko-Narzisst mit regressivem Verarbeitungsmodus vorwiegend als Reaktion auf prägende Einflüsse von Personen mit einem pathologischen Narzissmus zu verstehen ist, erklären sich Charaktereigenschaften des Ko-Narzissen wie das Negativ vom Positiv des Narzissen mit einem pathologischen Größenselbst:

### Narzisst mit Größenselbst

Größenselbst

Selbstidealisation

Imponierendes Auftreten

Machtstreben mit hoher Sensibilität für Macht

Grenzüberschreitungen (Übergriffe)

Omnipotente Kontrolle (Keinen Widerspruch dulden)

Externalisierung negativer Persönlichkeitsanteile mit Projektion auf andere (Anklage)

Mangelnde Empathie

### Ko-Narzissmus

Negatives Selbstbild

Selbstabwertung/Selbsthass

Panik vor öffentlichen Auftritten

Anpassung (»graue Maus«)

Unfähigkeit sich abzugrenzen (Erdulden von Übergriffen)

Kein Selbsterleben (Bloßes Funktionieren bei chronischem Gefühl der Leere)

Übernahme von Projektionen mit Schuld- und Schamgefühlen (Selbstanklage)

Große Empathie für andere (nicht aber für eigene positive Anteile)

## Ein Beispiel

Eine Frau im mittleren Alter berichtet: »Meine Mutter war ein *Diktator*. Wie immer ich mich auch anstrenge, um sie zufrieden zu stellen, es war nicht richtig!«

Sie erinnert sich an folgende Episode. Sie hatte in der Schule eine gute Zensur erreicht. Die Mutter reagierte darauf mit folgenden Worten: »Eine 2 ist kein Grund, sich auf den Lorbeeren auszuruhen. Setz dich hin und arbeite weiter!« Das Kind fühlte sich nicht enttäuscht. Es fühlte sich gar nicht mehr - nur zum Funktionieren verdammt.



Nach der Komplextheorie wäre der Ko-Narzisst der Kindpol »Ich fühle mich nicht mehr! Ich bin nur zum Funktionieren verdammt!« nur allzu bewusst. Prägt er doch sein Lebensgefühl. Der Erwachsenenpol, »Der Diktator«, ist ihm aber nicht bewusst. Er tritt in dreierlei Form auf:

- Projektion des Erwachsenenpols auf andere
- Identifikation mit dem Erwachsenenpol gegen sich selbst
- Identifikation mit dem Erwachsenenpol gegen andere

### Projektion des Erwachsenenpols auf andere

Dominant auftretende Personen ziehen besonders Projektionen von Ko-Narzissten auf sich. Ko-Narzissten geraten dabei meist sofort in regressive Zustände, in denen sie sich als Kind fühlen, bar aller Möglichkeiten, als erwachsene Menschen zu reagieren. Durch die Projektion des Erwachsenenpols des »Diktators« geraten sie also sekundär noch verstärkt in die Identifikation mit dem Kindpol.

Identifikation mit dem Erwachsenenpol gegen sich selbst

Es ist schon sehr bewegend, wie Ko-Narzissen zum Beispiel in schlaflosen Stunden im Selbstgespräch sind und sich mit genau denselben Schimpfworten<sup>17</sup> belegen, die sie schon als Kind aus dem Munde des narzisstischen Elternteils gehört haben, zum Beispiel: »Du Hure! Du Schwein!« Verstärkt taucht dieser Elternteil oft unverhüllt in Alpträumen auf.

Diese Identifikation mit dem Erwachsenenpol gegen sich selbst ist ebenfalls unbewusst. Sie erklärt einleuchtend eine überbordende negative Identität, die kaum Raum für eine positive Identität zulässt. Sie lässt ferner verstehen, dass die Identifikation mit dem herabsetzenden Erwachsenenpol alle positiven Kristallisationskerne für eine positive Identität sofort wieder zunichte machen kann.

Identifikation mit dem Erwachsenenpol gegen andere

Die Identifikation mit dem Erwachsenenpol gegen andere ist unterschiedlich aber meist sehr schwach ausgeprägt. Sie fehlt praktisch, wenn die Angst, so zu reagieren wie der bedrohliche narzisstische Elternteil, sehr groß ist. Real kann sich in Einzelfällen eine Identifikation mit dem Erwachsenenpol in extremen Drucksituationen bei von ihnen abhängigen Menschen, z. B. den eigenen Kindern äußern. Solche Erfahrungen werden von Ko-Narzissen i. d. R. mit einem Erschrecken vor sich selbst wahrgenommen und werden als demütigend und verunsichernd erlebt. Schon eher kann es in Drucksituationen zur Identifikation mit dem bedrohlichen Elternteil in der Fantasie kommen.

### **Geistliche Aspekte**

Wenn Traumatisierungen schon in Kindheit und Jugend stattfanden, dann ist ein positives Gottesbild, wenn überhaupt vorhanden, sehr blass. In der Regel besteht es - auch bei Gläubigen - nur rational. *Emotional* ist aber untergründig - bei gläubigen Menschen oft wenig bewusst - ein negatives Gottesbild aktiv mit sadistischen, oft gehässigen Charakterzügen. Eine Wiedergeburt mag überwältigend erlebt worden sein. Dennoch bleibt bei weiteren Reinszenierungen des traumatischen Konfliktes nur eine Erinnerung zurück, zu der der emotionale Zugang verlegt zu sein scheint. Es bleibt der schmerzliche Eindruck, von Gott verlassen worden zu sein<sup>18</sup>.

Hinweisen möchte ich besonders auf die oberste Priorität, auf jeden Fall und unter allen Umständen funktionieren zu müssen, die final zum Zusammenbruch führen kann. Häufig wird der Erwachsenenpol mit der Aufforderung, unbedingt zu funktionieren, auch auf Gott projiziert. Bestimmte Bibelstellen werden als grausame Intensivierung des ohnehin nicht mehr erträglichen inneren Mangels an Identität erlebt:

*Wer sich nicht selbst verleugnet, der ist mein nicht wert!*

---

<sup>17</sup> Sie sind Zeichen eines negativen Introjektes mit einem noch personalifizierten sadistischen Überich. Es ist besonders dann sehr ausgeprägt, wenn der prägende Elternteil seine Aggressionen sehr intensiv zum Ausdruck gebracht hat. Anders formuliert: wenn das Kind im Sinne von H. E. Richter in besonderem Maße Substitut negativer Anteile eines Elternteils war.

<sup>18</sup> Hintergrund sind die tief eingegrabenen negativen Erfahrungen des unbewussten Erwachsenenpols oder auch Täterpol genannt, der ganz schnell aktiviert werden kann. Durch Projektion von und Identifikation mit diesem Erwachsenenpol werden Situationen nach dem alten tief eingeschliffenen Muster auch aktiv konstelligiert, so dass das positive Gotteserleben quasi »geraubt« wird.

Oder:

*Nehmt auf euch euer Kreuz!*

Oder:

*Haltet euch mit Christus für gestorben!*

In ihrem bisherigen Leben haben Ko-Narzissten sich dem Diktat des narzisstischen Elternteils unterwerfen müssen. Sie haben sich ständig verleugnen müssen. Sie haben ihr Leben nur als Kreuz erlebt. Tatsächlich erfahren sie z. B. die Zerstörung eines keimhaft aufstrebenden Identitätsgefühls oder die Zurückweisung der starken Sehnsucht wie ein Sterben-Müssen. Deshalb können solche Bibelstellen schnell zusammen mit Schuldzuweisungen zu Anknüpfungspunkten werden, um den verinnerlichten narzisstischen Erwachsenenpol auf Gott zu projizieren. Gott bekommt sadistische bzw. narzisstische Charakterzüge. Solche Bibelstellen springen solchen Menschen ins Auge, so dass eine Angst vor dem Lesen der Bibel aufkommt.

Hier muss in der Seelsorge deutlich werden, dass diese Forderungen nur Sinn machen, wenn Menschen angesprochen werden, die innerlich auch ein Eigenleben verspüren, weil sie Liebe und Bestätigung erlebt haben. Es sind nicht Menschen gemeint, die schmerzlich erleben müssen, wie ihr Selbsterleben zusammenbricht, wenn sie lange Zeiten innerer Gefühllosigkeit durchleben müssen. Menschen, die so in Not sind, müssen erst einmal in die Lage versetzt werden, von Christus etwas annehmen zu können. Für die intensive Zuwendung Jesu zu Menschen, die am Limit gelebt haben, gibt es im Neuen Testament viele Beispiele. Ich erinnere nur an jene Frau am Jakobsbrunnen, an die Frau mit den unstillbaren Blutungen, an den missachteten Zolleintreiber Zachäus, der unbedingt Jesus sehen wollte.

Wenn beim Lesen der Bibel nur die einengenden, zurechtweisenden, richtenden Stellen wahrgenommen werden, dann mag ganz praktisch der Rat helfen, die Bibel gewissermaßen »komplementär« zu lesen: zunächst einmal **nur** die entlastenden, die aufrichtenden, die tröstenden Aspekte im Umgang Jesu mit »schwachen Menschen« zu verinnerlichen.

Ein Gefühl einer eigenen positiven Identität kann nur entstehen, wenn die Fähigkeit gefördert wird, sich abzugrenzen, also Aggression in gesunder, konstruktiver Art nach außen ausleben zu können. Jesus ist ein wunderbares Vorbild für diese Fähigkeit. Von den vier Episoden mit seiner Mutter, die nach der ausführlich dargestellten Säuglingszeit im Neuen Testament berichtet werden, grenzt sich Jesus in drei Begebenheiten sehr eindeutig von seiner Mutter ab. Diese Berichte werden von Ko-Narzissten, die gläubig sind, völlig ausgeblendet. Für sie ist diese Seite Jesu aber besonders wichtig. Sich abgrenzen bedeutet also nicht, gleichzeitig schuldig zu werden. Schließlich war Jesus ohne jede Sünde. - Möglichkeiten zur Abgrenzung ergeben sich im Leben von Ko-Narzissten sehr mannigfaltig. Viele Abgrenzungen sind überfällig. Es gibt also ein großes Übungsfeld. Aggressive Grenzüberschreitungen von dominant auftretenden Christen werden am katastrophalsten erlebt.



Nicht nur heute sondern auch schon zurzeit Jesu waren Menschen mit einem Größenselbst in den leitenden geistlichen Ämtern eher überrepräsentativ vorhanden. Allerdings möchte ich mich gegen jegliche Verallgemeinerung wehren. Außerdem ist - wie eingangs schon erwähnt - ein Narzissmus ohne tatsächliches Größenselbst natürlich auch weit verbreitet. Schließlich gibt es auch bei Menschen mit einem Größenselbst unterschiedliche Intensitätsgrade, die auf einem Kontinuum bis hin zu Menschen mit einem pathologischen Narzissmus mit schweren soziopathischen, also ausbeuterischen Zügen, anzusiedeln sind. Aber eingedenk dieser Abgrenzung ist erstaunlich, wie Jesus fast stereotyp den klaffenden Unterschied zwischen Schein und Sein, zwischen Anspruch und Wirklichkeit, also die Doppelbödigkeit, die Heuchelei, etwa in Matthäus 23 anprangert. Hinweisen möchte ich auch auf das Gleichnis vom Pharisäer und Zöllner. Mit »diagnostischem Gespür« für Projektionen skizziert Jesus das intrapsychische Erleben in Matthäus 7, 1-5:

*Richtet nicht, damit ihr nicht gerichtet werdet. 2 Denn nach welchem Recht ihr richtet, werdet ihr gerichtet werden; und mit welchem Maß ihr messt, wird euch zugemessen werden. 3 Was siehst du aber den Splitter in deines Bruders Auge und nimmst nicht wahr den Balken in deinem Auge? 4 Oder wie kannst du sagen zu deinem Bruder: Halt, ich will dir den Splitter aus deinem Auge ziehen?, und siehe, ein Balken ist in deinem Auge. 5 Du Heuchler, zieh zuerst den Balken aus deinem Auge; danach sieh zu, wie du den Splitter aus deines Bruders Auge ziehst.*

Jesus war selbst Opfer dieser Doppelbödigkeit, zumal sein Anspruch, der Messias, der Sohn Gottes zu sein, und der hohe Grad seiner Beliebtheit beim einfachen Volk von den Pharisäern abgewehrt werden musste, um nicht von Neid und Eifersucht überwältigt zu werden. Matthäus (Kapitel 27,18) und Markus (Kapitel 15,10) berichten darüber.

Die Entfaltung dieser Sichtweise Jesu ist wichtig für den Ko-Narzissten, damit Schuld wieder an die Stelle gelangt, wo sie hingehört. Der Weg heraus aus eingeredeteten Schuldgefühlen ist für den Ko-Narzissten so schwer und zunächst auf weite Strecken nur rational möglich. Ein aggressiver Impuls gegen die Person, die die Traumata verübte, wird meistens gar nicht gespürt und wäre, wenn er denn auftritt, ein großer Erfolg.

Solch einem verlorenen Menschen beharrlich zugewandt zu sein, kompromisslos auf seiner Seite zu stehen, die Bereitschaft, einen langen, gemeinsamen Weg zu gehen, spiegelt die innere Haltung des »guten Hirten«, der alles daran setzt, das verlorene Schaf zu finden, besonders wieder. Sie ist erforderlich, damit sich Kristallisationskerne für ein positives kräftigeres Gottesbild und für eine eigene positive Identität bilden können.

Wie oben beschrieben besteht einerseits ein großes Bedürfnis, verstanden zu werden. Darüber hinaus besteht auch ein sehnsuchtsvoller Wunsch nach körperlicher Berührung, z. B. nach Umarmung. Dieser Wunsch sollte im Gespräch sicherlich nicht ausgeklammert werden. Die Grenze zwischen Agieren und Verbalisieren muss aber eingehalten werden. Leider ist es in der Therapie als auch in der Seelsorge zu aus psychotherapeutischer Perspektive »inzestuösen Handlungen« in einem nicht geringen Prozentsatz

gekommen. Hilfe kann die Empfehlung von Paulus sein, die er seinem »geistlichen Sohn« Timotheus zuteil werden lässt (1. Timotheus 5, 1-2):

*Einen älteren Mann fahre nicht hart an, wenn du ihn ermahnen musst, sondern rede mit ihm wie mit einem Vater. Die jungen Männer behandle als deine Brüder. 2 Sei zu den älteren Frauen wie zu deiner Mutter und zu den jüngeren wie zu Schwestern, aufrichtig und zurückhaltend.*

Besonders bei all den Menschen, die wegen der narzisstischen Traumata so schwer geschädigt worden sind, dass sie auch keine Partnerschaft eingehen konnten/können, oft auch mit sadomasochistischen Neigungen belastet sind, geht es bei diesem Thema um das Missverhältnis zwischen einem riesigen Verlangen und den realen Möglichkeiten einer normalen zwischenmenschlichen Beziehung. Diese realen Möglichkeiten sind aus der Sichtweise des Ko-Narzisstens verschwindend gering, und sie sind in der Regel nicht mit dem »starken Gefühl« verbunden, vom anderen wirklich erkannt, verstanden und akzeptiert zu werden.

Ziel der Seelsorge dürfte eine Intensivierung des geistlichen Lebens sein. Da die inneren Bilder, also auch das innere Bild von Jesus, oft erst recht das von Gott, sehr blass sind, tun sich Grenzen auf, die nur langsam erweitert werden können. Es zeigt sich aber, dass geistliches Erleben in viel stärkerem Maße möglich wird, wenn der Glaube in der Gemeinschaft mit einem Menschen geteilt wird, von dem sich der Ko-Narzisst erkannt, verstanden und von ganzem Herzen angenommen fühlt. In Abwesenheit eines solchen Menschen gelingen solche geistlichen Erfahrungen viel weniger bis - in problematischen Fällen - gar nicht. Das Verständnis vom Leib Christi kann solch einer seelsorgerlichen Beziehung ein gewisses Maß von Normalität vermitteln. Aus dieser Sicht berührt schon sehr, dass Ko-Narzisst - wenn leider auch nicht für sich selbst - aber für ähnliche Nöte anderer ein ganz außerordentliches Verständnis aufbringen.

## **2. Der progressive Weg**

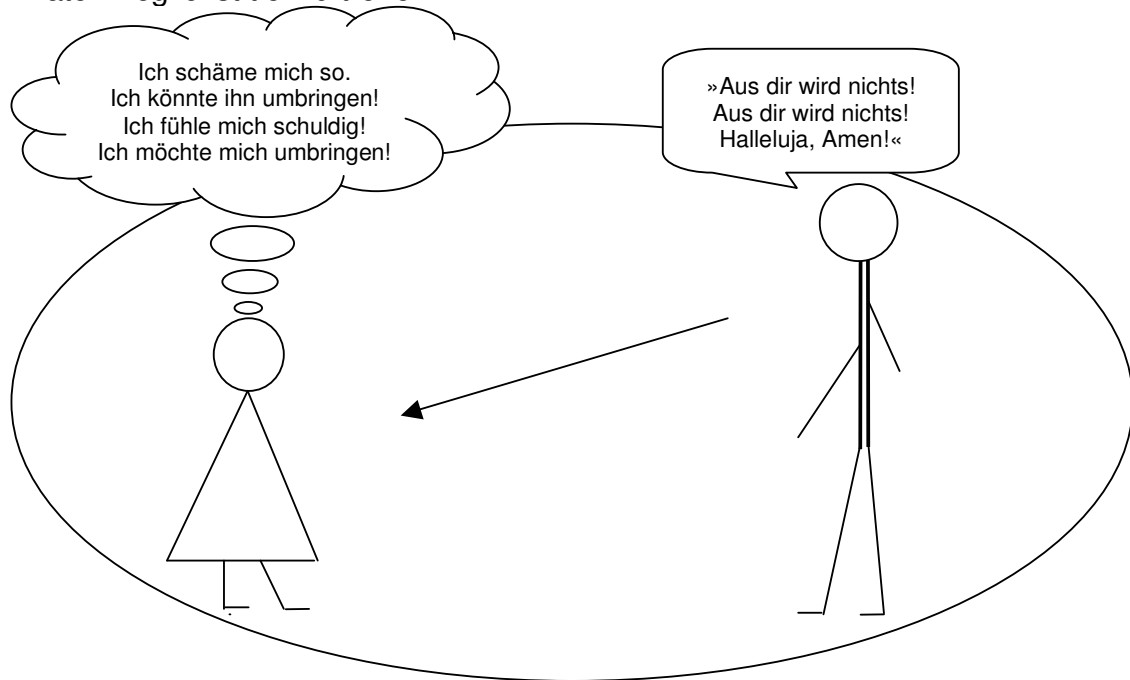
Kinder, die den progressiven Weg »wählen«, versuchen ihre Identität dadurch zu retten, dass sie sich genauso heftig abzugrenzen versuchen, wie der Narzisst genau diese Abgrenzungen zu verhindern sucht. Positiv ist zu werten, dass solche Ko-Narzisst, die den progressiven Weg gewählt haben, schon eher die Chance haben, zu mehr Identität zu finden. Ohne Abgrenzung kann eine eigene Identität nämlich nicht aufgerichtet werden. Häufig scheint ihr Leben später auch besser zu gelingen. Dennoch tragen sie eine große Hypothek mit sich.

### **Ein Beispiel**

Die Tochter eines narzisstischen Vaters erfuhr etliche brachiale als auch ständige verbale gewalttätige Auseinandersetzungen. Sie berichtet folgende Episode:

Der Vater erging sich gerade wieder in allzu bekannte idealisierende Beschreibungen seiner eigenen »heroischen Vergangenheit« bei gleichzeitigen Abwertungen seiner Tochter als er unter unbändigem Lachen zu seiner Tochter sagte: »Aus dir wird nichts! Aus dir wird nichts! Halleluja! Amen!« Die Tochter versuchte einerseits, ihren Vater durch Sturheit und Eigensinn bis aufs Blut zu reizen. Andererseits entwarf sie in ihrer

Fantasie suizidale Szenarien, um unbewusst über ein sadomasochistisches Empfinden den Vater möglichst tief zu treffen.



### **Gegenabhängigkeit**

Der sehr schmerzhaft progressive Weg zu einer eigenen Identität ist durch mehrere Einschränkungen belastet:

- Das psychodynamisch sehr zweckmäßige Verhalten im Leben mit einem Narzissten, sich in jedem Fall abzugrenzen, unter keinen Umständen eine Abhängigkeit einzugehen, kann später im Leben mit normalen Beziehungspartnern zur Falle werden, zur **Gegenabhängigkeit** führen. Es funktioniert nach der Methode: »Worum geht es? Ich bin dagegen!« Diese Gegenabhängigkeit besteht also in dem Zwang, sich immer gegen die Meinung des anderen stellen *zu müssen*, opponieren *zu müssen*. Solche Menschen können sich deshalb kaum für etwas entscheiden, was ihnen gut täte, wenn sie dadurch nicht gleichzeitig in Opposition gehen können. Ihre freie Wahl ist dadurch ganz erheblich eingeschränkt, wenngleich sie sich der irrigen Meinung hingeben, besonders unabhängig, besonders frei zu sein.
- Sie suchen aktiv solche Situationen auf, in denen sie opponieren können. Sie sind in der Lage, selbst mit friedfertigen Personen in Streit zu geraten mit all den daraus sich ergebenden Konsequenzen.
- Falls solch ein Weg der offenen Opposition durch die Übermacht z. B. der Mutter blockiert zu sein scheint, finden z. B. Frauen (neben anderen psychodynamischen Gegebenheiten) den Weg in die Magersucht. Über die Distanzierung vom eigenen Körper, finden sie zur Distanzierung von der grenzüberschreitenden Mutter, die real oder aber in der Fantasie in die Position der Ohnmacht verwiesen wird. Solch ein Weg der Opposition um jeden Preis kann auch in eine andere Form der Sucht oder in die Kriminalität führen.

## Geistliche Aspekte

Falls überhaupt ein Gottesbild besteht, dürfte es *in emotionaler Hinsicht* durch brutale, feindliche, zumindest Schuld zuweisende Züge charakterisiert sein. Eine Änderung dürfte dann erfolgen, wenn durch eine Christusbegegnung die Wertschätzung und - meistens sehr viel später - auch die Liebe Gottes erlebt wird. Häufig steht solch eine Erfahrung aber erst am Ende von unzähligen vergeblichen Versuchen, über Gegenabhängigkeit zu agieren, aber immer wieder zu scheitern, bis etwas ganz Neues wie eine Christusbegegnung gewagt werden kann. Im Zuge eines solchen beglückenden Erlebens, das auch eine gewisse Nachhaltigkeit aufweist, wird sich das Introjekt des narzisstischen Elternteils verändern und nachreifen.

Der Kreislauf von aggressivem Verhalten und Wendung der Aggression gegen die eigene Person (Schuldgefühle, Selbstverletzungen bis hin zur Suizidalität) scheint besonders bei Christen unentrinnbar zu sein; wird von einem Christen doch Vergebung erwartet. Unbewusst besteht die vage Hoffnung, dass der narzisstische Vater oder die narzisstische Mutter doch eines Tages sich quasi entschuldigt, um dann die ungestillte Sehnsucht nach Wertschätzung und Annahme endlich stillen zu können. Genau diese Hoffnung einem Narzissten gegenüber muss sterben, um aus dieser Sandwich-Position zwischen Aggression einerseits und Schuldgefühlen wegen der Aggression andererseits herauszufinden, um endlich selbstständig zu werden. Christus kann jetzt ein ganz anderer liebevoller Vater, eine ganz andere liebevolle Mutter für mich werden, wie David im Psalm 27 singt:

Psalm 27

*10 Denn mein Vater und meine Mutter verlassen mich, aber der HERR nimmt mich auf.*

Gläubige Menschen, die sich aus Gegenabhängigkeiten lösen wollen, dennoch später ihren Konflikt z. B. mit einem narzisstischen Partner oder z. B. Vorgesetzten reinszenieren, können in tiefe Krisen geraten mit Mordfantasien einerseits und mit daraus erfolgenden heftigen Schuldgefühlen mit Suizidalität andererseits. Auch durch diesen hohen aggressiven Druck kann eine Bereitschaft entstehen, etwa zur Feindesliebe. Der Referent hält das »**Gebet gegen den Groll**« der Anonymen Alkoholiker in solchen Fällen für eine gute und geeignete Möglichkeit, wenn eine *angemessene* Abgrenzung dem Konfliktpartner gegenüber nicht wieder zurück genommen wird.

Meine Damen und Herren, wir haben versucht, einer »Gottesfinsternis« am Beispiel schwerer Identitätsstörungen, und zwar des pathologischen Narzissmus und seiner Selbstobjekte, nachzuspüren. Bei psychodynamischer Betrachtung wurde deutlich, wie durch Projektion und Übertragung eigener Beziehungserfahrungen »kranke« Gottesbilder entstehen.

Immer wieder versuchte Gott schon im Alten Testament seinem Volk einzuschärfen:

*Du sollst dir **kein** Gottesbild machen.*

Das gilt nicht nur für »materielle« Götzenbilder, die in Stein gemeißelt und aus Holz geschnitzt werden, sondern auch für innere Gottesbilder. Konträre Beziehungserfahrungen mit Christus, den ich als Selbstoffenbarung Gottes als das »originale« Gottesbild sehe, setzen heilende Veränderungen in Gang – für alle, die sich IHM öffnen.

## **Literatur**

Freud, A. Das Ich und die Abwehrmechanismen, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch) 2006

Erikson, E. H. Identität und Lebenszyklus, Frankfurt a. M. (Suhrkamp) 2008

Henseler, H. Narzisstische Krisen, Wiesbaden (Westdeutscher Verlag GmbH) 2000

Kernberg, O. F. Borderline-Störungen und pathologischer Narzissmus, Frankfurt a. M. (Suhrkamp) 1983

Kernberg, O. F. Narzissmus, Stuttgart (Schattauer) 2006

Kohut, H. Narzissmus, Frankfurt a. M. (Suhrkamp) 2007

Mentzos, S. Neurotische Konfliktverarbeitung, Frankfurt a. M. (Fischer Tabu) 2000

Miller, A. Das Drama des begabten Kindes und die Suche nach dem wahren Selbst, Frankfurt a. M. (Suhrkamp) 2008

Rutter, P. Sex in der verbotenen Zone, Freiamt (Arbor) 2002

Steiner, J. (1993) Orte des seelischen Rückzugs, Stuttgart (Klett-Kotta) 1998

Wardetzki, B. Weiblicher Narzissmus (Kösel) 2007