

Von Theresa Fehn und Astrid Schütz

# Ich liebe nur: MICH

Die modernen Gesichter des Narzissmus sind vielfältig

Erziehen wir uns zu immer mehr Selbstliebe und Selbstbezogenheit? Leben wir gar im Zeitalter des Narzissmus? Die Überhöhung von Kindern als Boss oder Superstar und die Ego-Pflege in sozialen Netzwerken zumindest sprächen dafür, aber es gibt keine einfachen Antworten. Wie Narzissmus entsteht und wann er destruktive Potentiale entfaltet – an der Universität Bamberg werden diese Fragen seit Jahren erforscht.

Narziss, der griechische Jüngling, der sich in sein eigenes Spiegelbild verliebte, ist Namenspatron für verschiedene Formen der Selbstzentriertheit: Narzissmus kann als Persönlichkeitsstörung auftreten, aber auch ein Persönlichkeitsmerkmal im ‚Normal-

bereich‘ sein, das je nach Individuum stärker oder schwächer ausgeprägt ist. Als Persönlichkeitsmerkmal umschreibt *Narzissmus* Muster des Erlebens und Verhaltens, die unter anderem durch Selbstüberschätzung und Anspruchsdenken geprägt sind.

## Wie entsteht Narzissmus?

Wie viele Persönlichkeitsmerkmale hat auch Narzissmus eine genetische Komponente, ist also teilweise erblich. Daneben ist elterliches Verhalten von Bedeutung. In diesem Zusammenhang werden Varianten des Narzissmus unterschieden: *Agentische*, also handlungsorientierte und dominante Tendenzen sind gekennzeichnet durch das Gefühl eigener Grandiosität. Die Abwertung anderer ist dagegen typisch für den *antagonistischen Narzissmus*. Schließlich wird in letzter Zeit diskutiert, inwieweit auch verletzliche Aspekte des Narzissmus unter das Konzept gefasst werden sollen, die durch Unsicherheit bei gleichzeitigem Wunsch, bewundert zu werden, charakterisiert sind.

Während elterliche Verwöhnung vor allem grandiose Aspekte von Narzissmus fördert, sind Abwertung, Ablehnung und mangelnde Kontrolle durch die Eltern unterstützende Bedingungen für antagonistischen und verletzlichen Narzissmus.

## Wie wird Narzissmus diagnostiziert?

Gemessen wird dieses Persönlichkeitsmerkmal meist mittels Fragebogen. International besonders verbreitet ist das *Narcissistic Personality Inventory*, das den sogenannten grandiosen Narzissmus erfasst. Die deutsche Version wurde von Astrid Schütz, Bernd Marcus und Ina Sellin erstellt. Vorgegeben werden 40 Satzpaare, von denen jeweils das auszuwählen ist, mit dem die Person sich mehr identifizieren kann, zum Beispiel:

- Ich will in der Menge nicht auffallen.
- Ich bin am liebsten im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit.
- Ich bin weder besser noch schlechter als die meisten Menschen.
- Ich glaube, ich bin etwas Besonderes.
- Die Führungsposition inne zu haben bedeutet mir nicht viel.
- Meine Führungsrolle scheint immer anerkannt zu werden.



Narziss, der sich in sein Spiegelbild verliebte, und seine moderne Entsprechung. Erziehen wir auch unsere Kinder zu Narzisten?

Gerade in individualistischen Kulturen, in denen Narzissmus in stärkerem Maße als in kollektivistischen Kulturen beobachtet wird, überhöht man Kinder bisweilen als ‚Superstar‘, ‚Princess‘ oder ‚Boss‘. Weitere Faktoren, die Narzissmus begünstigen, sind hohes Einkommen der Eltern und das Aufwachsen als Einzelkind. Wenn Eltern ihren Kindern vermitteln, sie seien besser als andere, fördert dies überhöhte Selbsteinschätzungen; und wenn Kinder keine Grenzen erfahren, kann das rücksichtslose Verhalten begünstigen.

## Wird die Gesellschaft immer narzisstischer?

In den letzten Jahren ist immer wieder von einer ‚Narzissmusepidemie‘ in westlichen Gesellschaften die Rede. Tatsächlich werden beispielsweise in Liedern und Büchern immer mehr selbstbezogene – ‚ich/mein‘ – und weniger gemeinschaftsbezogene Wörter verwendet, und soziale Netzwerke können Tendenzen unterstützen, grandiose Selbstbilder zu konstruieren und zu verbreiten. So verbringen Personen mit narzisstischen Tendenzen mehr Zeit in virtuellen sozialen Netzwerken, erstellen häufiger



redegewandt, überzeugend und extravertiert und legen Wert auf ihr Äußeres, stellen sich positiv dar und sind der Mittelpunkt von Gesprächen. So werden sie auf den ersten Blick oft als kompetent, sympathisch und attraktiv wahrgenommen. An längeren und tiefgehenden Beziehungen haben sie jedoch wenig Interesse; es geht ihnen vor allem darum, wer sie gut aussehen lässt oder ihnen ausreichend Bewunderung entgegenbringt. Andere Personen werden vor allem als Mittel zum Zweck gesehen. Insofern werden Narzissten nach längerer Bekanntschaft deutlich negativer wahrgenommen als noch zu Beginn.

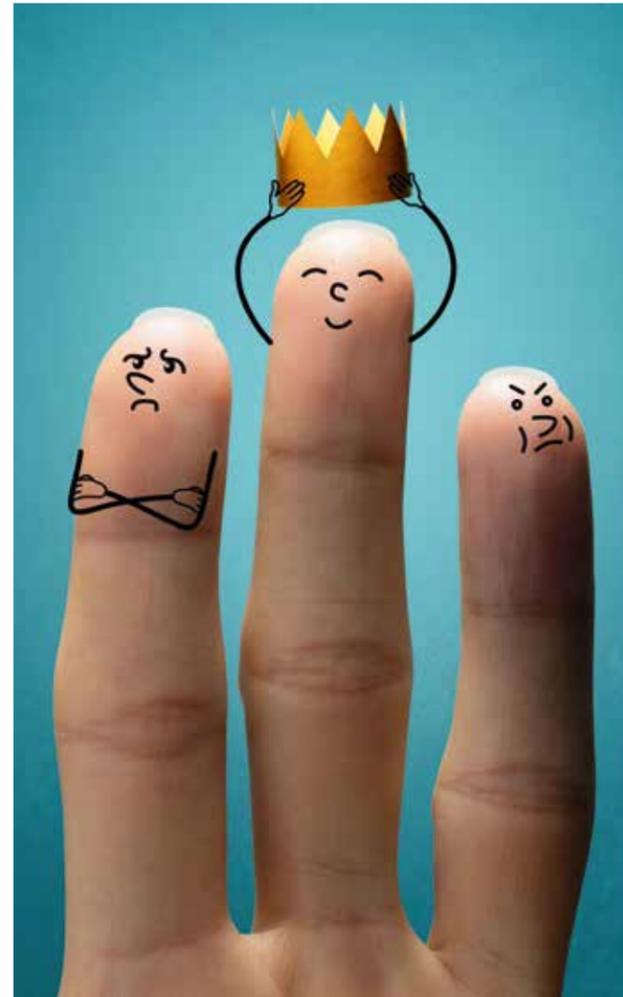
als andere Statusupdates, posten mehr Bilder und haben mehr Follower. Hier setzt eine aktuelle Studie an der Universität Bamberg an, in der Narzissmus bei sogenannten Influencern in den sozialen Medien untersucht wird.

Allerdings lässt sich die These einer generellen Zunahme von Narzissmus in westlichen Industrienationen empirisch nicht eindeutig stützen. Während einige Autoren steigenden Narzissmus feststellen, haben andere keine entsprechenden Hinweise gefunden.

### Wie lebt es sich nun als Narzisst – und mit Narzissten?

Vorrangiges Motiv von Narzissten ist es, ihr grandioses Selbstbild aufrechtzuerhalten und zu verteidigen. Dies beeinflusst, in welche Situationen sie sich begeben und wie sie sich in diesen verhalten. Generell werden Personen mit narzisstischen Tendenzen angezogen von der Chance auf Ruhm und Anerkennung. Wichtiger, als gemocht zu werden, ist es für sie, bewundert zu werden und zeigen zu können, dass sie anderen überlegen sind. Selbst wenn objektives Feedback zeigt, dass ihre Leistung die anderer *nicht* übertrifft, tendieren Narzissten dazu, an ihrem übersteigert positiven Selbstbild festzuhalten.

In zwischenmenschlichen Beziehungen zeigt sich das destruktive Potential narzisstischer Tendenzen nicht sofort: Zu Beginn einer Bekanntschaft wirken Narzissten häufig charmant – sie sind oft



Gerade im Arbeitskontext kann die Kombination aus anfänglichem Charme und Überzeugungskraft mit starkem Egozentrismus problematisch werden. Personen mit hohen narzisstischen Ausprägungen gelangen häufig in Führungspositionen, da sie in vielerlei Hinsicht dem Bild entsprechen, welches wir von ‚typischen‘ Führungspersonen haben: Sie sind dominant, selbstsicher, durchsetzungsstark und können ihre Vision überzeugend und mitreißend vertreten. In Führungspositionen angelangt, sind Narzissten jedoch häufig nicht sehr effektiv, da sie dazu tendieren, riskant zu agieren und individuelle statt gemeinsamer Ziele im Blick haben. Die Folgen narzisstischen Führungsverhaltens für Mitarbeitende werden ebenfalls in einem aktuellen Projekt untersucht.

Da Narzissten sich häufig selbst gut fühlen, werden Angebote wie Coaching und Therapie meist erst dann wahrgenommen, wenn Probleme in Partnerschaften oder im Arbeitskontext auftreten. Psychologische Interventionen sind durchaus möglich – wenn die Person selbst bereit für Veränderungen ist. In Coaching oder Therapie können soziale Interaktionen, Feedback und Werte sowie die eigene Rolle reflektiert und neue Verhaltensmuster erprobt werden. Herausfordernd ist dabei unter anderem der Umgang mit Schwächen.



### Literaturempfehlung

**Astrid Schütz, Bernd Marcus & Ina Sellin:** Die Messung von Narzissmus als Persönlichkeitskonstrukt: Psychometrische Eigenschaften einer Lang- und einer Kurzform des Deutschen NPI (Narcissistic Personality Inventory). In: *Diagnostica* 50 (2004), H. 4, S. 202–218.

**Astrid Schütz & Jessica Röhner:** Narzissmus. In: *Dorsch – Lexikon der Psychologie*. Göttingen: Hogrefe 2019.

**Eunike Wetzel et al.:** The Narcissism Epidemic Is Dead; Long Live the Narcissism Epidemic. In: *Psychological Science* 28 (2017), H. 12, S. 1833–1847.

### My One True Love: ME

#### The diverse, modern faces of narcissism



Are we raising ourselves on ever more self-love and self-involvement? Could ours even be the age of narcissism? The exaggerated elevation of children as bosses or superstars and the ego-stroking of social media seem to speak to this view, but there are no easy answers. Questions of how narcissism develops and when it becomes destructive have been research topics at the University of Bamberg for years.

Narcissus, the mythological Greek youth who fell in love with his own reflection, lends his name to various forms of self-centredness: narcissism can present itself as a personality disorder, but it can also exist as a stronger or weaker personality trait that falls within the “normal range” for a particular individual. As a personality trait, narcissism describes patterns of experience and behaviour characterised, among other things, by hubris and a sense of entitlement.