

Narzissmus oder kein Narzissmus?

Ein Überblick zum Nutzen und Unnutzen des Begriffs in unserer Gesellschaft

Claas-Hinrich Lammers



Quelle: v_sot / stock.adobe.com

Narzissmus ist in aller Munde. Häufig dient dies der Charakterisierung unbequemer Mitmenschen, ohne dass der Gebrauch gerechtfertigt wäre. Wo hört das gesunde Streben nach Selbstwert auf und wo fängt der krankhafte Narzissmus an? Unterschiedliche Verwendungen in der Psychologie und der Psychiatrie spiegeln die unpräzise Definition wieder. Die geplante Abschaffung im DSM-V und realisierte Abschaffung in der ICD-11 setzen weitere Fragezeichen.

Definitionsprobleme

Was ist Narzissmus? Auf diese scheinbare triviale Frage gibt es mehrere Antworten. Bereits die Unterscheidung in einen funktional-exhibitionistischen, einen grandiosen und einen vulnerablen Typ des Narzissmus spiegelt die Vieldeutigkeit wider. Entscheidend ist:

- welche Persönlichkeitsmerkmale man unter diesem Begriff subsummiert,
- ob und wie man ein gesundes Streben nach Selbstwert von Narzissmus unterscheidet,
- wie die Abgrenzung adaptiver von maladaptiven narzisstischen Persönlichkeitsmerkmale getroffen wird,
- ob man dem Konzept eines grandiosen und eines vulnerablen Typus des Narzissmus folgt,
- ab welcher Ausprägung man von einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung spricht [1].

Nicht zuletzt hängt die Einschätzung angeblich narzisstischer Persönlichkeitsmerkmale von den eigenen Persönlichkeitsmerkmalen ab. Selbst unter Verwendung strukturierter Untersuchungsmethoden führt dies bei verschiedenen Untersuchern zu unterschiedlichen Beurteilungen. Der Begriff des Narzissmus bedarf somit einer kritischen Betrachtung, auch wenn dies häufig auf wenig Gegenliebe stößt.

Narzissmus als Schlagwort

In der Gesellschaft

Der Begriff des Narzissmus gehört zum festen Vokabular der Alltagssprache, dessen Bedeutung kaum angezweifelt wird. Im Sinne der Komplexitätsreduktion ist der Begriff passenderweise immer dann zur Hand, wenn es (scheinbare) individuelle und gesellschaftliche Probleme zu beschreiben gilt. Es gibt wohl wenige, denen die Bedeutung der Aussage: „Mein Chef, Partner, Kollege etc. ist ein Narzisst!“ unklar wäre. Dabei verbergen sich oft sehr unterschiedliche Eigenschaften hinter diesem Begriff, wie z. B. egoistisch, eingebildet, ehrgeizig, dominant, empathiearm oder aufmerksamkeitssuchend. Doch Narzissmus lässt sich nicht auf eine einzelne der genannten Eigenschaften reduzieren, zumal er dann als Begriff überflüssig wäre. Eine Person kann egoistisch sein, ohne dass sie empathiearm oder arrogant ist.

Weil er auf angeblich problematische Eigenschaften anderer Menschen hinweist, hat der Begriff immer eine moralische bzw. normative Implikation. Solche Verweise gehören zu unserem Alltagsrepertoire und – obwohl sachlich falsch – ist der Vorwurf des Narzissmus hierbei eine der beliebtesten Waffen. Aber das Verhalten von Menschen lässt sich oftmals weniger aus deren Persönlichkeit, als aus dem jeweiligen situativen Kontext erklären.

Die Auffassung, dass die moderne Gesellschaft immer narzisstischer wird, ist ebenfalls beispielhaft für den undifferenzierten, populistischen Gebrauch dieses Begriffes. Hierbei handelt es sich um eine moderne Variante des seit Menschengedenken geäußerten Vorwurfs der älteren an die jüngere Generation, dass mit ihr ein soziokultureller Niedergang der Gesellschaft eingetreten sei [2]. Diese Auffassung schien durch eine Metaanalyse an amerikanischen College-Studenten über den Zeitraum von 1979 – 2006 Unterstützung gefunden zu haben. [3]. Allerdings wurde das Ergebnis durch weitere Studien relativiert, wenn nicht gar widerlegt [4] [5]. Außerdem konnte dieser Anstieg des Narzissmus überwiegend den weiblichen College-Studenten zugeschrieben werden, sodass sich die Frage stellt, ob dieser Anstieg nicht die Effekte der Emanzipation widerspiegelt.

In der Therapie

Selbst in therapeutischen Kontexten wird Narzissmus häufig unreflektiert benutzt, wenn ein Patient als unangepasst oder anspruchlich erlebt wird. Obwohl in den wenigsten Fällen eine narzisstische Störung vorliegt, erlebt man auf Nachfrage häufig eine beredte Sprachlosigkeit. Narzissmus ist zu einem sog. Hammer-Begriff geworden, mit dem man gerne um sich schlägt.

Auch die öffentlich bekundete Meinung von Kollegen zur rapiden Zunahme narzisstisch persönlichkeitsgestörter Patienten ist blanke Spekulation. Epidemiologische Unter-

suchungen zu dieser Fragestellung gibt es nicht. Den persönlichen Eindruck aus der eigenen praktischen Tätigkeit als Anlass für eine solche Aussage zu nehmen ist für den Beurteiler und die Öffentlichkeit irreführend.

Narzissmus als adaptive Persönlichkeitseigenschaft

In der Persönlichkeits- bzw. Sozialpsychologie wird unter Narzissmus eine Dimension der normalen Persönlichkeitsmerkmale mit hoher Selbstwertschätzung verstanden. Diese Persönlichkeitsmerkmale bzw. Faktoren können mittels des NPI (Narzisstisches Persönlichkeitsinventar; [6]) anhand entsprechenden Beispielfragen quantitativ erfasst werden (► **Tab. 1**).

Unter dem Begriff des Narzissmus wird demnach eine Kombination verschiedener Persönlichkeitsmerkmale subsumiert. Was also genau den Narzissmus einer Person mit hohem NPI-Wert ausmacht lässt sich nur anhand einer genauen Betrachtung der einzelnen Faktoren entscheiden. Das Konzept der narzisstischen Persönlichkeitsmerkmale bei Normalpersonen wurde aus dem Konzept der narzisstischen Persönlichkeitsstörung bei psychiatrischen Patienten abgeleitet [7]. Dies stellt aber ein konzeptionelles Problem da: gesunde Persönlichkeitsmerkmale aus einem Krankheitskonzept und unter Verwendung der gleichen Begrifflichkeit – eben des Narzissmus – abzuleiten gibt den gesunden Persönlichkeitsmerkmalen einen negativen und damit normativen Stempel. Zu Unrecht: denn die genannten Merkmale kann man oft als eine gesunde hohe Selbstwertschätzung subsumieren, anstatt diese mit dem negativ belegten Begriff des Narzissmus zu bezeichnen. Hoher Selbstwert ist nämlich in vielerlei Hinsicht positiv und stabilisierend. Selbst ein gewisses Maß an Selbstüberhöhung bzw. -überschätzung gehört zu den normalen Eigenschaften vieler Menschen [8]. Sie haben u. a. ein stabileres Selbstbewusstsein, einen gesunden Stolz auf reale Leistungen, haben Mut für Entscheidungen, stellen sich neuen Aufgaben und Herausforderungen, weisen einen selbstwertstabilisierenden Umgang mit Misserfolgen auf (externale Attribuierung von Misserfolgen und interne Attribuierung von Erfolgen) und können dabei ausreichend Empathie und soziale Kompetenz aufbringen. Menschen mit moderat ausgeprägten narzisstischen Persönlichkeitsmerkmalen haben sogar niedrigere Werte für Depression, Angst und Einsamkeit, sowie ein höheres subjektives Wohlbefinden [9]. Man kann folglich auch von einem gesunden Narzissmus sprechen, beziehungsweise, um diesen psychopathologisierenden Begriff zu vermeiden, eben von einem hohen Selbstwertgefühl.

Dabei dienen narzisstische Persönlichkeitsmerkmale nicht immer der Kompensation eines niedrigen Selbstwertgefühls. Menschen können explizit sehr selbstbewusst sein,