

“Narzisst“ ist eine der letzten salonfähigen Beleidigungen. Doch wer ist wirklich einer? Und sind Narzissten oder Narzisstinnen tatsächlich die Bösewichte, für die sie viele halten? Ein bisschen Selbstverliebtheit steckt nämlich in jedem von uns.

Wer gewisse narzisstische Züge hat, kommt oft sogar sehr gut durchs Leben. Ein gesundes Selbstbewusstsein macht psychisch stabil und kommt gut an. Moderat narzisstische Menschen sind häufig begeisterungsfähig und können sich gut durchsetzen. Die Betroffenen wirken charismatisch und ziehen damit andere in ihren Bann. Sie sind gern unter Leuten und sind sich ihrer Außenwirkung durchaus bewusst.

Wenn diese Eigenschaften jedoch überhandnehmen, das ganze Leben bestimmen und den Betroffenen oder sein Umfeld stark belasten, sprechen Psychiater von einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung. Dieser krankhafte Narzissmus kann zerstörerisch sein: Betroffene haben einen enormen Wunsch nach Bewunderung und Aufmerksamkeit.

Sie sind ständig auf Komplimente aus und halten sich für so wichtig, dass jeder sich ihnen unterordnen muss. Durch ihre Anspruchshaltung und die Unfähigkeit, die Bedürfnisse anderer anzuerkennen, nutzen sie ihre Mitmenschen teils schamlos aus. Fremde Leistungen und Erfolge werten sie ab: Sie müssen andere kleinmachen, um sich selbst groß zu fühlen.

Hinter dem Größenwahn pathologischer Narzissten verbirgt sich oft das Gegenteil. Die Betroffenen haben nicht einfach ein überbordendes Selbstbewusstsein. Vielmehr ist ihr Selbstwert zwar hoch, schwankt aber stärker und hängt mehr als üblich von der Anerkennung anderer ab. Dadurch sind sie leichter kränkbar als andere Menschen. Eine abfällige Bemerkung oder berechtigte Kritik können pathologische Narzissten auf eine steile Talfahrt schicken.

Passiert das, ziehen sie sich nicht etwa traurig zurück, sondern sehen rot. Sie neigen zu Wutausbrüchen und sehen in der Regel keinen Anlass, den lieben Frieden zu wahren. In der Psychologie nennt man diesen Charakterzug „sozial unverträglich“. Typischerweise sind Narzissten zudem sehr extrovertiert – das ergibt mitunter eine explosive Mischung.

