

RATGEBER

Was tun bei einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung?

Narzissmus ist nicht per se einfach negativ. In gewissem Grad ist Narzissmus sogar das «Berufskapital» eines Chefs, eines Politikers oder eines Stars. Und doch: Führt Narzissmus zu einer psychischen Erkrankung, dann ist eine Therapie angesagt. Die Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR) bieten Unterstützung.

Chr. Was aber ist eigentlich genau Narzissmus? Dr. med. Markus Bünter, PDGR-Co-Chefarzt Forensik, warnt davor, Menschen



Visionär aber auch grössenwahnsinnig:
Narzisstische Menschen werden oft als belastend empfunden.
Bilder Susi Haas

■ PDGR – IHRE ANLAUFSTELLE

Die PDGR verfügen über viel Erfahrung in der Behandlung von narzisstischen Persönlichkeitsstörungen. Abklärungen sind Voraussetzung, um diese Erkrankung zu erkennen und sie richtig zu behandeln. Infos: www.pdgr.ch, info@pdgr.ch
Tel. 058 225 25 25

Vortrag

«Narzisstische Persönlichkeitsstörung – psychische Krankheitsbilder bei Menschen in Führungspositionen», Dienstag, 26. Mai, um 19 Uhr im Mehrzwecksaal der Klinik Waldhaus Chur. Freier Eintritt. Der Vortrag behandelt die positiven und negativen Seiten des Narzissmus und zeigt Strategien im Umgang mit Narzissisten auf.

Referent: Dr. med. Markus Bünter.

einfach zu schubladisieren. Wenn eine Person etwas eitel ist, ziemlich eingebildet, selbstgefällig, ja sogar protzig, arrogant, dann ist das vielleicht nicht immer angenehm. Aber wenn sie damit erfolgreich ist und niemand darunter wesentlich leidet, dann sollte man dies nicht als «Störung» verunglimpfen. Doch schnell einmal spricht man dann von Egoismus, Egozentrik und von narzisstischen Eigenschaften.» Ganz so einfach zu diagnostizieren sei Narzissmus allerdings nicht. «Oft», sagt Markus Bünter, «tut man jemandem Unrecht. Denn viele Menschen, insbesondere jene in Führungspositionen, verfügen über diese Eigenschaften in der Ausübung ihrer Führungsfunktionen, ohne dass sie oder ihr Umfeld darunter zu leiden hat. Darum sollte man nie voreilig jemandem den Stempel narzisstisch aufdrücken.»

Viel entscheidender für eine Diagnose sei, wenn sich Menschen selbst stark überhöhen, wenn sie unberechenbar sind, zu Grössenwahn neigen und unfähig sind, zuzuhören und wenn sie kein Mitgefühl (Empathie) entwickeln können. Die Psychiatrie definiert Narzissmus bei Menschen in Führungspositionen als Krankheitsbegriff so: Menschen, die sehr auf sich fokussiert sind, sich selbst idealisieren, enorm hohe, nicht erfüllbare Anspruchshaltungen haben, kein Mitgefühl für andere Personen aufbringen und diese oft für eigene Zwecke ausnutzen. «Das grundsätzliche Problem ist die Spanne zwischen der Realität und der Vorstellung, wie sich die Person sieht.»

Leidensdruck

Oft leiden zuerst die Umgebung, die Partnerin, der Partner und die Arbeitskollegen unter der narzisstischen Persönlichkeitsstörung Betroffener. «Allerdings nehmen die Betroffenen ihren Narzissmus meist selbst gar nicht wahr, finden, das sei alles in bester Ordnung. Die anderen würden sich einfach so blöd anstellen», zeigt Bünter auf. Doch dann komme womöglich der Zeitpunkt, wo sich die Partnerin oder der Partner trennen würde. Nicht selten verlören Menschen mit einer narzisstischen Per-



Co-Chefarzt Dr. med. Markus Bünter: «Wir zeigen die positiven und negativen Seiten des Narzissmus und Strategien im Umgang mit Narzissisten auf.»

sönlichkeitsstörung aber auch ihre Arbeitsstelle.

Beziehungsprobleme und Arbeitsplatzverlust seien dann in der Regel auch der Anstoss dafür, dass ein Mensch mit narzisstischen Neigungen Hilfe suche und eine Therapie mache. Schwierig sei es für diese Menschen, die wenig Selbstgefühl haben, Nähe zuzulassen. Ein Narzisst sei überdies sehr verwundbar, darum brauche er für die Therapie einen Ort, an dem er sich sicher fühle. Bünter rät davon ab, den Partner in eine Therapie miteinzubeziehen.

Ursache und Therapie

Einerseits stellt man bei Menschen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen genetische Ursachen fest, andererseits steht gemäss Bünter nie eine einzige Ursache allein für eine solche Erkrankung. Erziehung und Entwicklung können eine Rolle spielen. Leistungsdruck und Status können den Narzissmus auch verstärken. Symptome dieser Störung sind etwa auch innere Leere, Niedergeschlagenheit, depressive Verstimmungen. «Dann sollte man den Mut haben, therapeutische Unterstützung zu suchen.» Und was passiert in einer Therapie? «Eine Therapie besteht vor allem aus Gesprächen. Wir schaffen Vertrauen, sodass Nähe entstehen kann. Eine länger dauernde Therapie kann vieles zum Guten wenden.»

ANZEIGE.....