m.next
podcast

Essentials

„Über Narzissmus, *Kränkung, Wertschätzung“*

FOLGE NR. 46 MIT REINHARD HALLER

Prof. Dr. Reinhard Haller ist Psychiater, Psychotherapeut, Neurologe und einer der bekanntesten Gerichtsgutachter Europas. Mit seinen Bestsellern „Die Narzissmusfalle“ und „Die Macht der Kränkung“ wurde er einem breiten Publikum bekannt. Im ersten Teil des dreiteiligen Sommergesprächs geht es um Narzissmus, als psychologisches und gesellschaftliches Phänomen und Herausforderung für Führung und Zusammenleben.

„Die Droge des Narzissten heißt nicht Kokain oder Cannabis: Sie heißt Bewunderung.“

Haller zeichnet ein differenziertes Bild: Narzissmus sei zunächst nichts Pathologisches, sondern für den Selbstwert sogar notwendig. Narzissten sind oft charismatisch und durchsetzungsstark.

„Der Narzisst seinerseits fürchtet das Lachen wie der Teufel das Weihwasser. Warum? Weil er immer die Angst hat, die panische Angst: Ich werde verlacht!“

Der narzisstische Kreislauf ist ein sich selbst verstärkendes System: Bewunderung wird zur Sucht, Kritik als Kränkung empfunden, andere werden abgewertet, um sich selbst erhöhen zu können. Die narzisstische Pose kaschiert in vielen Fällen einen inneren Komplexhaufen. Narzissmus tritt bei Männern wie bei Frauen nahezu gleich häufig auf. Doch ist der Unterschied zwischen männlichem und weiblichem Narzissmus erheblich: aggressiv und vernichtend hier, kokettierend und spielerisch dort.

„Man kann auch durch zu viel Liebe narzisstisch werden.“

Narzisstisches Verhalten kann biologisch bedingt sein, etwa durch mangelnde Spiegelneuronen, es kann aber auch sozial erworben werden, sowohl durch emotionale Vernachlässigung als auch durch übermäßige Idealisierung in der Kindheit.

„Wollen Sie den Betrieb und die Karriere voranbringen? Stellen Sie einen Narzissten ein, aber schmeißen Sie ihn nach zehn Jahren hinaus.“

Im Berufsleben sei Narzissmus ein Aufstiegstreiber mit eingebautem Absturz. Wer Teams führt, müsse nicht nur visionär und entschlossen, sondern auch kritikfähig sein.

Gesellschaftlich sieht Haller den Narzissmus durch Digitalisierung und Internetkultur weiter befeuert: Selbstinszenierung ohne Korrektiv, Identitätsgestaltung ohne Reibung.

„Hinter dem großartigen Auftreten des Narzissten sieht man, was wirklich ist. Hinter dem brüllenden Chef kann man beispielsweise das schreiende Kind erkennen.“

Haller beschreibt eine Kultur, in der Selbstoptimierung zur Pflicht und Bewunderung zur Droge geworden ist. Mit fatalen Folgen für Beziehung, Empathiefähigkeit und Gemeinschaft. Narzissmus ist längst kein Randphänomen mehr, sondern ein gesellschaftlich geadeltes Ideal, das besonders dort auf Resonanz stößt, wo Selbstwert brüchig ist. Doch Haller bleibt zuversichtlich: Gegenbewegungen wie die Umweltbewegung, neue Debatten über Beziehung und Verantwortung, aber auch das wachsende Bewusstsein für narzisstische Muster in Politik, Wirtschaft und Alltag könnten helfen, die Entwicklung zu bremsen.