



Hochschule Neubrandenburg
University of Applied Sciences
Fachbereich Soziale Arbeit, Bildung und Erziehung

Der narzisstische Machtmissbrauch in der Beratung und Therapie

Masterarbeit
Im Studiengang „Beratung“

von
Katharina Naß

URN: urn:nbn:de:gbv:519-thesis2016-0255-2

Datum der Abgabe:

28.07.2016

Prüfer:

1. Prof. Dr. phil. Roland Haenselt
2. Prof. Dr. Dr. Andreas Franke

Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG.....	1
1. DER MYTHOS DES NARZISSUS	3
1.1. Narzissus und die narzisstische Störung.....	4
2. DIE NARZISSTISCHE PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNG	5
2.1. Die Persönlichkeitsstörung.....	5
2.2. Der Narzissmus.....	7
2.3. Die Entstehung des gesunden Narzissmus.....	8
2.4. Die Entstehung des pathologischen Narzissmus.....	13
2.5. Die narzisstische Persönlichkeit	16
2.6. Grandiosität und Depression.....	19
3. MÖGLICHE AUSWIRKUNGEN DER NARZISSTISCHEN PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNG AUF DIE SPÄTERE BERUFSWAHL	22
3.1. Das „Opfer des Berufs“.....	24
3.2. Der „Spalter“	24
3.3. Der „Perfektionist“	24
3.4. Der Pirat	25
4. DER PSYCHOSOZIALE BERATER ALS UNTERSTÜTZUNG HILFEBEDÜRFTIGER MENSCHEN	26
4.1. Die Beratung.....	26
4.2. Beratung als Hilfe	29
4.3. Elemente einer helfenden Beziehung	30
4.4. Die Herausforderungen und Fallstricke des Beraters.....	33
4.5. Das Helfersyndrom.....	35
4.5.1 Das abgelehnte Kind.....	37
4.5.2 Die Identifizierung mit dem Ich-Ideal.....	38
4.5.3 Die narzisstische Unersättlichkeit	39
4.5.4 Die Vermeidung von Gegenseitigkeit	40
4.5.5 Die indirekte Aggression.....	40
4.5.6 Die Rolle des Helfersyndroms für die Beratung	41
4.6. Die Abgrenzung von Beratung und Psychotherapie.....	42
5 DIE NARZISSTISCHE PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNG ALS MACHTMISSBRAUCH IN DER BERATUNG UND THERAPIE	44
5.5. Macht als Bestandteil des Narzissmus	45
5.6. Die Macht des Therapeuten und Beraters	46
5.7. Berater und Psychotherapeuten in der Rolle des Narzissten.....	48
5.8. Der narzisstische Machtmissbrauch in Beratung und Therapie	51
5.9. Wege aus der narzisstischen Verstrickung	59
6 FAZIT	61
LITERATUR- UND QUELLENVERZEICHNIS	62
EIDESTÄTTLICHE ERKLÄRUNG	66

Einleitung

„Man wird nicht Therapeut ohne narzisstisches Grundproblem“

(Schmidt – Lellek)

Die Aussage „Man wird nicht Psychotherapeut ohne ein narzisstisches Grundproblem“ mag sehr provokant und gewiss auch übertrieben wirken. Dieser Satz scheint aber nicht abwegig, wenn man bedenkt, dass in vielen Therapien und Beratungen einerseits Selbstwertprobleme eine entscheidende Rolle spielen und andererseits die Auseinandersetzung mit den eigenen Problemen zur Berufswahl motiviert sein mag.

Das Ziel dieser Arbeit ist es, sich zunächst näher mit diesem Zitat beschäftigen, um herauszufinden, wie viel Wahrheitsgehalt diese Aussage enthält und was dies für professionelle Berater und Therapeuten bedeuten könnte. Ebenso soll in dieser Arbeit der Erwerb von Wissen über unbewusste dynamische Prozesse und psychodynamische Hintergründe im Erleben und Verhalten beschrieben werden, um anschließend ein Bewusstsein in Bezug auf den eigenen narzisstischen Anteil auf die der eigenen Person zu entwickeln. Dabei soll der Leser zum Ende motiviert werden, sich selbst zu Reflektieren um sich seinem eigenen narzisstischen Selbst bewusst zu werden. Gleichzeitig ist in diesem Zusammenhang wichtig, auf das Thema aufmerksam zu machen, um zu unterstützen, dass Professionelle sich mehr mit dieser Problematik beschäftigen und das Thema an Bedeutung zunimmt.

Die vorliegende Arbeit gliedert sich in sechs große Kapitel. In dem ersten Kapitel geht es zunächst um den Mythos des Narzissmus, um in einem kurzen Abschnitt die geschichtlichen Hintergründe des Narzissmus darzustellen. Darüber hinaus wird die Geschichte des Narzissmus auf das heutige Verständnis der narzisstischen Persönlichkeitsstörung bezogen.

Der zweite Teil widmet sich den narzisstischen Definitionen und den zugrunde liegenden Hintergründen. Wesentlich betrachtet werden in diesem Kapitel die Entstehungen des gesunden und pathologischen Narzissmus, um dem Leser zu verdeutlichen, welche Hintergründe der Narzissmus aufweist. Anschließend wird näher auf die narzisstische Persönlichkeitsstörung eingegangen, um darauffolgend das Phänomen von Grandiosität und Depression näher zu erläutern.

Das dritte Kapitel beschäftigt sich mit der Wahl des Berufes von Menschen, die narzisstische Merkmale aufweisen. Der Fokus liegt dabei auf möglichen Auswirkungen auf das Berufsleben. Schmidbauer unterscheidet dabei vier Typen, die sich im Berufsalltag wiederfinden und anschließend erläutert werden.

Das vierte Kapitel befasst sich mit der Rolle eines psychosozialen Beraters als Unterstützer von hilfebedürftigen Menschen, um zu erfahren, welche Hintergründe die Berufswahl betreffen. Dabei wird zunächst erklärt, was Beratung als helfender Akt ist, welche Elemente solch eine helfende Beziehung auszeichnen und welche Herausforderungen und Fallstricke dabei eine Rolle spielen. Der Fokus liegt anschließend auf das von Schmidbauer zelebrierte „Helfersyndrom“. Nach Schmidbauer liegen die Ursprünge des Helfersyndroms in der jeweiligen Biografie des Helfers begründet. Im Folgenden werden diese fünf Bereiche näher beschrieben. Abschließend wird in diesem Kapitel auf die Abgrenzung von Beratung und Therapie eingegangen, um Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu verdeutlichen.

Das fünfte Kapitel beschäftigt sich mit der narzisstischen Persönlichkeitsstörung als Machtmissbrauch in der Beratung und Psychotherapie. Dabei wird zunächst auf Macht als Bestandteil des Narzissmus eingegangen, um anschließend den Umgang von Beratern und Therapeuten mit Macht zu untersuchen. Ebenso beschäftigt sich dieses Kapitel mit der Rolle des narzisstischen Therapeuten und Beraters und dessen Missbrauch in der Beratung und Therapie. Abschließend werden Wege aus der narzisstischen Verstrickung beschrieben, um präventiv gegen Machtmissbrauch zu wirken.

Im letzten Kapitel, dem Fazit, wird auf die Erkenntnisse auf das oben beschriebene Zitat eingegangen und geprüft, ob die Ziele dieser Masterarbeit erfüllt wurden.

1. Der Mythos des Narzissus

Der Ursprung von „Narzissmus“ liegt in der griechischen Sage begründet. „Narziss“ ist die Translation des griechischen Wortes „Narkissos“ und des lateinischen Wortes „Narcissus“, welchen einen schönen griechischen Jüngling namens Narzissus meint. Dieser schöne Jüngling aus der griechischen Mythologie hat dem klinischen Phänomen des Narzissmus seinen Namen gegeben. In dem Mythos findet sich heute noch vieles, was das Verständnis des Narzissmus prägt. Narzissus sei der Sohn des Flussgottes Cephisus und der Liriope, einer Nymphe. Ein römischer Dichter namens Ovid, geboren 43 v. Chr., habe die griechische Überlieferung mit der Sage von Echo verbunden und im dritten Buch seiner Metamorphosen beschrieben.¹ Dieser sei der Meinung gewesen, dass der schöne Jüngling das Produkt einer Vergewaltigung sei. Cephisus, der Flussgott, habe sie in sein „gewundenes Flussbett“² gelockt, aus dem es ihr nicht möglich gewesen war, zu fliehen. Folgendermaßen brachte Liriope den schönen Jüngling zur Welt. Nach der Geburt habe man Theiresias, einen Seher, nach der Länge des Lebens von Narzissus befragt, der entgegnete, dass er sehr alt werde, unter der Voraussetzung, dass er sich selbst fremd bleibe.³ Narzissus könne jedoch, obwohl sich viele für ihn interessierten, nicht lieben. Vor allem eine junge Nymphe namens Echo interessierte sich für den schönen Jüngling und wünschte sich eine Beziehung zu ihm. Doch er stößt sie zurück. Nach dieser Ablehnung fühlte sich die Nymphe gekränkt, doch die Liebe zu ihm wurde sie nicht mehr los. Als die Nymphe starb, verwandelten sich ihre Gebeine in Stein. Von dort an lebte sie in Wäldern, Auen und Bergen, wo man von jener Zeit noch ihre Stimme in Form eines Echos hörte.⁴ Daraufhin wurde Narzissus von der Göttin Nemesis bestraft, die einen Fluch über den schönen Jüngling verhängte, indem er dazu verflucht wurde, lieben zu müssen, ohne das Objekt jemals besitzen zu dürfen. Narzissus verliebt sich, dem Mythos nach zufolge, nicht in ein anderes Objekt, sondern in sein eigenes Spiegelbild.⁵ Demzufolge wollte er sein geliebtes Objekt besitzen, konnte es jedoch niemals fassen und ergreifen. Es macht ihn verrückt, sein Liebesobjekt nicht erreichen zu können, genau wie die nicht zu stillende Sehnsucht nach sich selbst. „Mein ist, was ich ersehne; ich möchte mich schenken und kann nicht“.⁶ Am Ende starb Narzissus, weil er sein Schicksal nicht mehr aushielt. Jedoch wurde er aus dem Reich der Toten nicht erlöst und

¹ vgl. Asper 1990, S. 93

² vgl. Ovid 1982, Vers Nr. 343

³ vgl. Asper 1990, S. 94

⁴ ebd. 1990, S. 94

⁵ vgl. Dammann/Sammet/Grimmer 2012, S. 15

⁶ vgl. Ovid 1982, Vers. Nr. 466

musste sehnsüchtig weiterhin sein eigenes Spiegelbild betrachten. Als man den schönen Jüngling begraben wollte, war sein Körper verschwunden.⁷ Stattdessen habe man eine „krokusfarbene Blume, den Kelch von weißen Blättern umschlossen“ gefunden.⁸ Eine Narzisse.⁹

1.1. Narzissus und die narzisstische Störung

Was der Mythos deutlich zeige, sei die Beziehungsproblematik, zu sich selber und jene zu anderen Menschen hin. Nach Miller versinnbildliche die griechische Sage um Narzissus die Selbstspiegelungstendenz eines Menschen mit einem schwachen Selbstwertgefühl. Demnach schildert die Sage des Narzissus die Tragik des Selbstverlustes, der sogenannten narzisstischen Störung, wieder.¹⁰

Sich nicht mit sich selbst identisch zu erfahren, so wie es Narzissus bei sich erlebt, komme im klinischen Sinne der Depersonalisation gleich. Eine Depersonalisation ist eine recht häufige Begleiterscheinung im Zusammenhang mit einem narzisstisch verwundeten Menschen.¹¹ Der Begriff der Depersonalisation beschreibt den Verlust des Persönlichkeitsgefühls. Gemeint sind Erfahrungen, die mit unangenehmen Entfremdungserlebnissen, die eigene Person sowie die Außenwelt betreffen, einhergehen. Diesbezüglich bezeichnet Asper die Angst sich selbst zu verlieren als Desintegrationsangst.¹² Menschen mit einem geringen Selbstwertgefühl erleben recht häufig diese Grenzerfahrung ihres bewussten Ichs und durchleben, ähnlich wie im Mythos beschrieben, die langsame Entleerung mit einem fast tödlich erlebten Absinken des Selbstwertgefühls.

Nach Asper liegt in der griechischen Sage um Narzissus ein schreckliches Drama zugrunde: Aufgrund der Vergewaltigung von Liriope, der Mutter des schönen Jünglings, könne Liripoe ihr ungewolltes Kind nicht lieben. Es gehöre ihr nur zur Hälfte und zur anderen Hälfte dem Mann, der ihr schweres psychisches und physisches Leid angetan hat. Vermutlich verspürte sie eine starke Ambivalenz bezüglich des Kindes. Zum einen die starken Gefühle der Liebe und zum anderen Gefühle des Hasses.¹³ Dieser jedoch spüre, dass er nicht bedingungslos geliebt wird und versuche alles Mögliche, jedoch vergeblich, die Mutter zu beglücken. Infolgedessen sei es

⁷ vgl. Asper 1990, S. 95

⁸ vgl. Ovid 1982, Verse 509 - 510

⁹ vgl. Asper 1990, S. 95

¹⁰ vgl. Miller 1996, S. 99

¹¹ vgl. Asper 1990, S. 97

¹² ebd. 1990, S. 97

¹³ vgl. Asper 1990, S. 100

Narzissus nicht möglich gewesen, sich selber und anderen Menschen zu lieben.¹⁴ Demnach sei es ihm nicht „vergönnt, sich arglos und selbstverständlich in seiner Haut zu fühlen“.¹⁵

Schlussendlich könnte man annehmen, dass er aufgrund der zwanghaften Selbstspiegelungstendenz, als er am Wasser saß, unsterblich in sich selbst verliebt ist. Viel wahrscheinlicher ist es jedoch, dass es ihm an wahrer Selbstliebe fehlte.¹⁶

2. Die narzisstische Persönlichkeitsstörung

2.1. Die Persönlichkeitsstörung

Nach dem ICD – 10, dem weltweit anerkannten Diagnosequalifikationssystem der Medizin, die „Internationale Klassifikation der Krankheiten“, findet man die Persönlichkeitsstörung unter F60 – F69 bei den Persönlichkeits - und Verhaltensstörungen. Unter F60.80 befindet sich die narzisstische Persönlichkeitsstörung. Mindesten fünf der folgenden Merkmale müssen dabei erfüllt sein:

1. Größengefühl in Bezug auf die eigene Bedeutung
2. Beschäftigung mit Phantasien über unbegrenzten Erfolg, Macht, Glanz, Schönheit oder ideale Liebe
3. Überzeugung <<besonders>> und einmalig zu sein und nur von anderen besonderen Menschen oder solchen mit hohem Status verstanden zu werden oder mit diesen zusammen sein zu können
4. Bedürfnis nach übermäßiger Bewunderung
5. Anspruchshaltung; unbegründete Erwartungen besonders günstiger Behandlung oder automatische Erfüllung der Erwartungen
6. Ausnutzung von zwischenmenschlichen Beziehungen, Übervorteilung anderer Menschen, um eigene Ziele zu erreichen
7. Mangel an Empathie; Ablehnung, Gefühle und Bedürfnisse anderer anzuerkennen oder sich mit ihnen zu identifizieren
8. Häufiger Neid auf andere oder Überzeugungen, andere seien neidisch auf die Betroffenen

¹⁴ vgl. Miller 1996, S. 100

¹⁵ Asper 1990, S. 97

¹⁶ ebd. 1990, S. 96ff

9. Arrogante, hochmütige Verhaltensweisen und Attitüden¹⁷

Michael et al sind der Auffassung, dass eine Persönlichkeit etwas Ganzes und Beständiges sei. Dementsprechend handelt der Mensch in verschiedenen Situationen mit unterschiedlichen Menschen voraussehbar seiner Persönlichkeit entsprechend. Gleichzeitig könne sich der Mensch in wechselnde Situation dementsprechend anpassen und adäquat handeln. Menschen hingegen, die an einer Persönlichkeitsstörung leiden, zeigen starre und unflexible Verhaltensmuster, die von den auffallend starken Erwartungen und Normen der Gesellschaft abweichen. Infolgedessen schränkt die Persönlichkeitsstörung den Betroffenen intensiv in seinem sozialen und beruflichen Leben ein. Im Gegensatz zu einer psychotischen Erkrankung bleibe jedoch der Kontakt zur Realität erhalten.¹⁸ Oftmals haben die Betroffenen jedoch keine Einsicht in ihre Problematik. Die Menschen selber halten sich teilweise für gesund und normal, was oft zu zwischenmenschlichen Konflikten führt. Persönlichkeitsstörungen, bei denen der Betroffene sich nicht als krank erlebt und auch nicht unter sich selbst leidet, werden als Ich – Syntone Persönlichkeitsstörungen bezeichnet. Das Wort Ich – Syntonie beschreibt demnach das Phänomen, dass eine Person ihr Erleben und Verhalten als zu sich gehörig erlebt und die Person sich mit ihrem Erleben und Verhalten identifizieren kann. Betroffene hingegen, die sich nicht mit ihrem Verhalten und Erleben identifizieren können, im Gegenteil, die es als fremd und störend erleben, bezeichnet man in der Psychopathologie als Ich – Dystone/(ie) Persönlichkeitsstörungen. Die Betroffenen erleben sich selbst als psychisch krank oder in ihrer Lebensfähigkeit eingeschränkt und wollen in der Regel ihr inneres Leiden loswerden.¹⁹ Für Michel et al betonen, dass bei Persönlichkeitsstörungen der Übergang von Gesundheit zur Störung fließend sei, denn sie sind der Meinung, dass Störungen Merkmale aufweisen, die bei der Mehrheit der Bevölkerung nicht nachweisbar sind. Demnach arbeiten viele Menschen gewissenhaft und ordentlich, leiden aber nicht an einem Ordnungszwang. Andere Menschen sehnen sich nicht nach sozialer Anerkennung, ohne dabei an einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung zu leiden.²⁰

¹⁷ vgl. Dilling/Freyberger 2016, S. 349

¹⁸ vgl. Michel/Novak 1975, S. 310f

¹⁹ vgl. Kernberg 1973, S. 27ff

²⁰ vgl. Michel/Novak 1975, S. 311

2.2. Der Narzissmus

Unter Narzissmus versteht man nach Röhr die Zuwendung zu sich selbst, im Gegensatz zu anderen Menschen.²¹ Die Schwierigkeit mit der Beschäftigung des Narzissmus liegt darin, dass es bis heute keine einheitliche Begriffsdefinition gibt.²² Es wird deutlich, dass wir es hier mit einem Spektrum zu tun haben, das von einem normalen, angemessenen Narzissmus, bis hin zur schweren narzisstischen Störung reichen kann.²³ Henseler beschreibt in seiner Arbeit aus dem Jahr 1975, wie der Begriff des Narzissmus in den letzten 50 Jahren der Psychoanalyse, sehr verwirrend und einheitlich verwendet wird. Nach klärenden Diskussionen des letzten Jahrhunderts werden in der psychoanalytischen Theorie heute unter Narzissmus „die verschiedenen Zustände des Selbstwertgefühls, der affektiven Einstellungen des Menschen zu sich selber verstanden.“²⁴ Dabei ist vor allem die Entwicklung der Objektbeziehungen in den Vordergrund der Theoriebildung gerückt.²⁵

Wörtlich übersetzt meint Narzissmus „Selbstliebe“. Jeder Mensch benötige ein gewisses Maß an Selbstliebe bzw. Narzissmus, um sich selbst liebevoll zuzuwenden und ein glückliches, erfülltes Leben zu führen. Die Fähigkeit, Anerkennung zu suchen und anzunehmen, gehöre in einem gewissen Umfang zu einem stabilen Selbstwertgefühl dazu.²⁶ Demnach verbindet man ihn vermutlich mit einer Arroganz, Hochnäsigkeit und Selbstverliebtheit. Aber genau das Gegenteil sei der Fall.

Überwiegt die narzisstische Persönlichkeitsstörung, dominiert die Beschäftigung mit dem eigenen Selbst, es kommt zu ständigen Vergleichen mit anderen und das Bedürfnis nach Liebe, Bewunderung und Anerkennung wird in krankhafter Weise überstiegen. Menschen mit einer narzisstischen Störung leiden an einer Störung des Selbstwertgefühls und weisen einen ausgesprochenen Mangel an Selbstliebe auf. Es wird davon ausgegangen, dass im besonderen Maße in der Entwicklung der Kindheit ein Mangel an echter bedingungsloser Wertschätzung zu dieser Störung führt.²⁷

²¹ vgl. Röhr 1999, S. 181

²² vgl. Dammann/Sammet/Grimmer 2012, S. 21

²³ ebd. 2012, S.17

²⁴ Mugerauer 1994, S. 30

²⁵ vgl. Elhardt 1990, S. 92

²⁶ vgl. Röhr 1999, S. 181

²⁷ ebd. 2012, S. 17

2.3. Die Entstehung des gesunden Narzissmus

Otto F. Kernberg, ein amerikanischer Psychoanalytiker, definiert den normalen Narzissmus als „die libidinöse Besetzung des Selbst“.²⁸ „Libido“ ist ein Begriff aus der Psychoanalyse, der von Sigmund Freud als Trieb der Sexualität definiert wurde. Der Begriff selbst stammt aus dem Lateinischen und bedeutet: Wollust, Trieb, Lust und Maßlosigkeit. Freud beschreibt diesen Begriff als „sexuelle Energie“. Dabei muss darauf hingewiesen werden, dass Freud den Begriff der Sexualität nicht in dem engeren Sinn des genitalen Vollzugs versteht, sondern auch Dinge mit einbezieht, wie das Lutschen des Kindes oder die Lust an Ausscheidungsvorgängen.²⁹ Narzisstische „Besetzung“ bedeutet, dass ein Mensch seine Libido von sich selbst auf ein Objekt oder einen anderen Menschen außerhalb seiner selbst richtet. Das Verhalten und Erleben wird demnach von Geburt an entscheidend durch die Kraft der Libido motiviert. So ist der Mensch gleich bei der Geburt mit einem bestimmten Libido-Reservoir ausgestattet: der narzisstischen Libido. Sie besetzt das eigene Ich und nimmt es zum Liebesobjekt.³⁰ Freud beschreibt diesen Prozess als primären Narzissmus. Dementsprechend ist es ganz normal, dass das Kind die Lebensenergie erst einmal auf sich selbst richtet, also von der Erwachsenenperspektive her gesehen, egoistisch und rücksichtslos handelt. Bevor der Säugling selbst lieben kann, muss er diese Phase der Selbstliebe und des Geliebt-Werdens ausreichend und gut durchlaufen haben.³¹ In den ersten Monaten geschieht dann die Verwandlung in die Objekt – Libido, in der der Säugling die Außenwelt und deren Objekte „mit Libido besetzt“, sich selbst erstmals verlässt, um sich der Umwelt zuzuwenden. Durch diese Umwandlung von narzisstischer in die Objekt – Libido, können bei dem Kind allmählich die ersten Objektbeziehungen zur Mutter entstehen.

Ein psychisch gesunder Mensch ist in der Lage, nicht nur ein Objekt außerhalb seiner Libido zu besetzen, sondern sich selber mit Libido zu besetzen, also „die libidinöse Besetzung des Selbst“.³² Demnach mag sich der Mensch, so wie er ist, mit seinen Stärken und Schwächen. Um einen gesunden Selbstwert zu sich selber zu finden, muss ein Mensch jedoch noch die eine spezielle Phase gut durchlaufen: die sogenannte phallische Phase. In dieser Phase steht der

²⁸ Kernberg 1987, S. 358

²⁹ vgl. Elhardt 1990, S. 26

³⁰ ders.1990, S. 28

³¹ ebd. 1990, S. 28

³² Kernberg 1975, S. 358

Ödipuskonflikt im Mittelpunkt.³³ Ödipus sei demnach ein junger Mann und Sohn eines Königs, dem von einem Orakel vorausgesagt wird, dass er Vatermord sowie Inzest mit seiner Mutter begehen werde. Dieser tötete nach der griechischen Sage her, wirklich in einem Handgemenge seinen Vater, den Vater Laios, den König von Theben. Als er Theben von den Spinx befreite, erhält er dafür eine Belohnung, eine Frau. Bis zu diesem Zeitpunkt ahnte er jedoch nicht, dass diese Frau seine leibliche Mutter war. Unbeabsichtigt begann der junge Ödipus Inzest mit seiner Mutter und heiratete sie letztendlich. Erst später erfuhr er von der Tatsache, dass er seine Mutter heiratete und seinen Vater, den König von Theben, tötete. Das Orakel behielt somit recht. Der Begriff wurde von Freud jedoch erst später entwickelt, als Beschreibung eines entwicklungspsychologischen Phänomens. In dieser Phase entwickeln Jungen eine begehrende Liebe zur Mutter. Die Tochter begehrt ihren fordernd-zärtlichen Vater. Der gleichgeschlechtliche Elternteil soll weg sein. Diese Liebe ist von den Kindern trieb- und affektgeladen durch sexuell motivierten Besitzanspruch. Durch die Eifersucht des Kindes gerät das Kind unweigerlich in die Rivalität mit dem gleichgeschlechtlichen Elternteil.³⁴ Der Junge gerät durch die „Inzestliebe“ zu seiner Mutter in Aggressionen gegenüber seinem Vater und somit in eine reale aggressive Rache. Unbewusst hat diese Strafe jedoch mit „Kastration“ zu tun. In dem Sinne, dass seine Liebe zur Mutter ihn zu einer Kastrationsangst führt, die ihn zum Aufgeben und zum Verdrängen seiner Inzestwünsche zwingt. Um seine männliche Existenz, symbolisiert durch den Penis, zu retten, verdrängt er seine sexuellen Wünsche.³⁵ Zur Hilfe kommt ihm dabei das Gefühl, dass er auch mit dem Vater positive Erfahrungen erlebt. Die Lösung geht mit einer Identifikation mit dem Vater einher. So wird zum einen das geliebte und bewunderte Vorbild als Grundlage seines Ich-Ideals einverleibt, und zum anderen wird die aggressive und verbietende Seite internalisiert und damit zur Grundlage des „Über-Ichs“. Dies führt letztendlich dazu, dass der Junge seine Inzestwünsche verdrängt und zur Mutter weiter eine zärtliche Bindung besteht. Bei der Tochter hingegen, dessen Beziehung zur Mutter schon durch die mangelhafte Penisausstattung gelitten haben kann, wendet sie sich dem Vater zu. Dadurch verschärft sich die Aggression gegenüber der Mutter. Innerlich hofft das Kind, vom Vater genauso begehrt zu werden, wie die Mutter es von dem Vater wird. Diese Wunschfantasie hilft dem Kind dabei, den Penismangel zu verschmerzen. Das Mädchen muss demnach die genitalen Wünsche an den Vater aufgeben, um die Racheaggressionen der Mutter

³³ vgl. Elhardt 1990, S. 102

³⁴ ders. 1990, S. 103

³⁵ ebd. 1990, S. 103

zu umgehen. Die Tochter löst somit das Problem mit der Identifikation mit der Mutter als Vorbild der Weiblichkeit. Beim Ödipuskonflikt gehen viele intrapsychische Prozesse einher, wo Fantasien noch als Wirklichkeiten erlebt werden. Eine normal gelungene Lösung der ödipalen Konflikte führt zum Annehmen der eigenen Geschlechtsrolle.³⁶ Wurde die Phase des Ödipuskonfliktes nicht gut gelöst, kann das zu einem übersteigerten Geltungsbedürfnis und zur Kompensation von Minderwertigkeitsgefühlen führen, bis hin zu neurotischen oder Persönlichkeitserkrankungen.³⁷

In der heutigen psychoanalytischen Literatur wird dieses Konzept des primären Narzissmus von Freud nur noch von sehr wenigen Autoren verwendet. Obwohl der Gedanke, dass das Ich – Ideal aus der Idealisierung und Liebe von den Eltern entsteht immer noch äußerst relevant für die Narzissmustheorie ist.

Der Narzissmus von Kohut unterscheidet sich von Freuds Konzept der Objektliebe. Kohut fasst den Narzissmus dabei weder als unerwünscht noch als pathologisch auf. Er beschreibt, dass das narzisstische Erleben in einem paradiesischen Zustand des Säuglings beginnt. Dieser paradiesische Zustand wird jedoch durch das unvermeidliche mütterliche Versagen gestört. Der Säugling versucht nun alles, um diesen Zustand wieder herzustellen, indem er zwei neue Systeme narzisstischer Perfektion aufbaut. Diese bezeichnet Kohut als „archaischen narzißtischen Konfigurationen“.³⁸ Unter unbewussten Konfigurationen versteht Kohut Bedürfnisse, Wünsche Fantasien, Gefühle und Erinnerungen innerhalb des Unbewussten.³⁹

Das erste System versucht dabei, um den paradiesischen Zustand wieder herzustellen, ein perfektes Selbst zu schaffen, bei dem alles Perfekte und Gute als zu eigenen Innenwelt zugehörig erlebt wird, während das Schlechte alles nach Außen zugeschrieben wird. Diese Konfiguration nennt Kohut die Konfiguration des „narzisstischen Selbst“.⁴⁰ Später verwendet er den Begriff des „Größenselbst“. Bei diesem Versuch wird das eigene Selbst narzisstisch besetzt. Das narzisstische Selbst möchte dabei mit Bewunderung und ehrfürchtiger Scheu gesehen werden. Den Vorstellungsinhalt bilden vor allem Größenfantasien von Allmacht und Allwissenheit. Ein grenzenloses Gefühl von Größe ist ein Teil der Fantasie des Größenselbst. Es ist im Unterbewussten angesiedelt und beeinflusst die Regulierung des Verhaltens, des

³⁶ ebd. 1990, S. 105

³⁷ Mayer 2016 (Internetquelle)

³⁸ vgl. Kohut 1973, S. 19

³⁹ vgl. Siegel 2000, S. 60

⁴⁰ ebd. 2000, S. 63

Selbstwertempfindens sowie den Ehrgeiz. Die zentrale Aussage des Größenselbst lautet: „Ich bin vollkommen“.⁴¹

Das zweite System versucht ebenso, den paradiesischen Zustand wiederherzustellen, indem es einen Anderen außerhalb des eigenen Selbst mit absoluter Macht und Vollkommenheit ausstattet.⁴² Kohut beschreibt diese Konfiguration als „die Idealisierte Elternimago“.⁴³ Eine Bindung mit einem perfekten Anderen führt bei dem Kind zu einem Gefühl von Ganzheit und Glückseligkeit. Die idealisierte Elternimago trägt zur Bildung des Ich – Ideals und damit auch zu unseren Idealen bei. Das Eins – Sein mit dem anderen führt zu einer unendlichen Befriedigung und den Wunsch, mit dem anderen perfekten Wesen zu verschmelzen. Dieses Wesen wird als stark und umfassend gebildet angesehen. Ebenso verfügt es über die Fähigkeit, ein emotionales Gleichgewicht zu regulieren, zu stabilisieren und Schmerzen zu lindern. Eine Trennung kann demnach zu einem erheblichen Bruch führen. Die zentrale Aussage des idealisierten Elternimago lautet: „Du bist vollkommen, aber ich bin ein Teil von Dir“. Die Idealisierung muss jedoch letztendlich wieder zurückgenommen oder internalisiert werden. Damit meint Kohut die Erfahrung des Objektverlustes. Das verlorene Objekt wird somit als Erinnerung gespeichert und zu einer psychischen Struktur, die jene Funktion des Objektes erfüllt.⁴⁴

Beide Konfigurationen, die idealisierte Elternimago, sowie das narzisstische Selbst, entspringen dem unterbrochenen Primärnarzissmus. Jede einzelne Konfiguration folgt einer eigenen Entwicklungslinie.⁴⁵ Sie bilden sich gleichzeitig in der frühen Entwicklung heraus, indem das Kind versucht, den paradiesischen Zustand wieder herzustellen.⁴⁶

Nach Miller lässt sich im optimalen Fall die Mutter durch das Kind narzisstisch besetzen beziehungsweise spiegelt das Kind. Mit narzisstischer Besetzung ist an dieser Stelle die Fähigkeit gemeint, dass die Mutter für das Kind verfügbar ist, dass sie sich für die vorhandenen Bedürfnisse des Kindes nutzbar macht. Miller bezeichnet diese Situation, bei der das Kind all seine Gefühle uneingeschränkt ausdrücken und leben darf, als Spiegeln. Demnach soll das Kind seine Gefühle ohne Einschränkung ausleben dürfen. Es dürfe traurig, wütend, ängstlich oder hilfebedürftig und verzweifelt sein. Die Mutter sollte das Kind so annehmen, mit seinen Gefühlen, wie das Kind sie in diesem Moment empfindet. Werden die Gefühle von der Mutter ernst genommen und erfüllt sie ihre „Spiegelfunktion“, entsteht beim Kind ein gesundes

⁴¹ Siegel 2000, S. 70

⁴² ders. 2000, S. 63

⁴³ vgl. Kohut 1973, S. 23

⁴⁴ vgl. Siegel 2000, S. 63

⁴⁵ ebd. 2000, S. 64

⁴⁶ ebd. 2000, S. 64

Selbstwertgefühl. Miller versteht darunter „die unangezweifelte Sicherheit, dass empfundene Gefühle zum eigenen Selbst gehören“. Selbstwertgefühl meine eher die persönliche Selbstbewertung, ob man sich selbst als wertvoll und geliebt erlebt.⁴⁷

Miller beschreibt zehn Merkmale einer gelungenen narzisstischen Entwicklung, die im Folgenden aufgeführt werden:

1. „Aggressive Regungen konnten neutralisiert werden, weil sie die Sicherheit und Selbstachtung der Mutter nicht erschüttert haben
2. Autonomie – Bestrebungen wurden nicht als Angriff erlebt
3. Das Kind dürfte Regungen wie Zorn, Eifersucht, Trotz haben und auch ausleben. Das Kind wurde von der Mutter nicht zu etwas gebraucht
4. Das Kind musste niemandem gefallen und dürfte zeigen, was in jeder Entwicklungsstufe in ihm lebendig war
5. Es konnte die Eltern „verwenden“, weil sie von ihm unabhängig waren
6. Diese Voraussetzungen ermöglichen ihm eine erfolgreiche Trennung von Selbst- und Objektrepräsentanzen
7. Weil es ambivalente Gefühle zeigen dürfte, konnte das Kind lernen, sowohl sein Selbst als auch das Objekt als „gut und böse“ zu erleben und musste somit nicht das „böse vom guten“ abspalten
8. Eine Objektliebe wurde möglich, da auch das Kind von seinen Eltern als getrenntes Wesen geliebt wurde
9. Die narzisstischen Bedürfnisse des Kindes konnten, unter der Voraussetzung der phasengerechten und nicht traumatischen Versagung, integriert und mußten nicht verdrängt oder abgespalten werden
10. Die Integration ermöglichte ihre Umformung sowie den Aufbau einer triebregulierenden Matrix aufgrund der eigenen Probe- und Irrtum- Erfahrungen“⁴⁸

⁴⁷ vgl. Miller 1996, S. 51ff

⁴⁸ Miller 1979, S. 134f

2.4. Die Entstehung des pathologischen Narzissmus

Der Terminus der „Pathologie“ hat seinen Ursprung im griechischen Begriff „Pathologia“ der von einem griechischen Arzt definiert wurde und „die Lehre von den Leiden“ bedeutet. Pathologie ist allgemein die Lehre von den Krankheiten. Dabei beschäftigt sie sich mit den Ursachen (Ätiologie), ihrer Entstehung und Entwicklung (Pathogenese) und ihren verschiedenen Erscheinungsformen (Symptomen).⁴⁹ Unter pathologischem Narzissmus versteht man krankhaften Narzissmus. Bei einem pathologischen Narzissmus ist die persönliche Entwicklung eines Menschen zu einem gesunden und stabilen Selbstwertgefühl nicht gelungen. Die Grundlage einer narzisstischen Störung liegt zu einem großen Teil an einer nicht gelungenen Mutter-Kind-Beziehung, die sich vor allem durch mangelnde Einfühlung zum Säugling äußert.⁵⁰ Entscheidend im Leben eines Menschen ist vor allem eine Phase, in der die Zweierbeziehung zwischen Mutter und Kind im Vordergrund steht, die ödipale Phase.⁵¹ In der ödipalen Phase sind Mutter und Kind eins, sie befinden sich in einer Symbiose.⁵² Die Symbiose ist vor allem aus der Biologie bekannt. Mit einer Symbiose ist ein Zusammenleben von Lebewesen gemeint, bei der beide Beteiligten gegenseitig voneinander profitieren.

Auch Mahler, eine Psychoanalytikerin und Kinderärztin, beschäftigte sich mit der Säuglings- und Kleinkindforschung und fand heraus, dass die symbiotische Phase zwischen Mutter und Kind, die in der Regel vom zweiten bis zum siebten Lebensmonat dauert, dadurch gekennzeichnet ist, dass das Kind beginnt, andere in seiner Umgebung zu erkennen, aber nicht als getrennte Wesen, sondern als Erweiterung seiner Selbst.⁵³ Zu diesem Zeitpunkt kann das Kind, zumindest affektive, Innen und Außen, Selbst und Nicht – Selbst noch nicht unterscheiden.⁵⁴ In dieser Phase sei es für das Kind außerordentlich wichtig, dass es von der Symbiose „satt“ wird und die Phase ungestört verläuft. Denn nur so entwickelt das Kind ein tiefes Urvertrauen. Dies scheint notwendig zu sein um eine „zuversichtliche Erwartungshaltung“ und die Konfrontation mit weiteren Herausforderungen der Entwicklung des Lebens zu bewältigen.⁵⁵ Wenn eine Mutter jedoch Angst vor Nähe aufweist, könnte es passieren, dass sich die Mutter vor den Bedürfnissen nach Nähe des Kindes fürchtet, sich eventuell bedroht fühlt und das Kind vorzeitig

⁴⁹ vgl. Michel/Novak 1975, S. 289

⁵⁰ vgl. Wardetzki 2009, S. 40

⁵¹ vgl. Röhr 1975, S. 180

⁵² Kreismann/Straus 1989, S. 80

⁵³ ders. 1989, S. 80

⁵⁴ Elhardt 1990, S. 92

⁵⁵ vgl. Johnson 1988, S. 29f

von sich weg stößt. In diesem Falle könnte das Kind starke Ängste vor dem Verlassenwerden entwickeln und die Entwicklung des gesunden Narzissmus könnte, durch das Unverständnis des Kindes über die Ablehnung der Mutter, geschädigt sein.⁵⁶ In der nächsten Phase, in der Phase der Ablösung, Loslösung und Individuation, versucht nun das Kind die Symbiose mit der Mutter zu verlassen und zum ersten Mal eigene Wege zu gehen. Diese Phase wird meist vom Kind angestrebt, wenn es das Gefühl hat, von der Symbiose der Mutter „satt“ geworden zu sein. Das Kind ist jetzt dazu bereit, sich von der ersten Bezugsperson zu lösen und zu befreien. Hat sich das Kind in dieser Phase als eins mit der Mutter erlebt, so entsteht beim Kind allmählich ein separates Ichgefühl.⁵⁷ Dem Kind ist es nun möglich geworden, zwischen dem Selbst und der Mutter zu unterscheiden, also getrennte Selbst- und Objektrepräsentanzen zu entwickeln.⁵⁸ Diese Fähigkeit des Kindes ist von großer Bedeutung für die spätere geistige Entwicklung und Gesundheit. Aber auch in dieser Phase, in der das Kind lernt, selbstständig zu werden, können Störungen in der Entwicklung des gesunden Narzissmus für das Kind auftreten. Wenn eine Mutter beispielsweise selbst bedürftig ist und sich nach Nähe und Zuwendung sehnt, könnte es passieren, dass sie sich den Versuchen des Kindes, sich zu lösen, widersetzt. Das Kind erlebe von der Mutter in diesem Falle keine Unterstützung in seinen gerade entstehenden Selbstverwirklichungstendenzen. Während einer gescheiterten symbiotischen Phase, bei der beim Kind Gefühle des Verlassenwerdens ausgelöst werden, ist in dieser Phase genau das Gegenteil der Fall. Das Kind erlebt ein bedrückendes Bedürfnis nach Nähe von der Mutter, was von dem Kind als Bedrohung erlebt wird und es dadurch intensive Ängste vor dem „Verschlungenwerden“ durch die Mutter erlebt.⁵⁹ Das Kind möchte seine eigenen Wege gehen und bewegt sich nun von der Mutter durchs Krabbeln fort. Stürzt das Kind, empfindet es Schmerz, eventuell wird es sogar wütend und beginnt zu weinen und schreit. In dieser Situation benötigt das Kind jemand, im besten Fall die vertraute Bezugsperson, um wieder „aufzutanken“. Das Kind suche bei der Mutter Trost und brauche sie, um sich von dem negativen Erlebnis zu erholen. Im optimalen Fall empfängt die Mutter das Kind nach seinen ersten Individuationsbemühungen vorbehaltlos. Nach vielen geglückten Trennungen und Wiederannäherungen entwickelt das Kind ein konstantes Identitätsgefühl. Ist die Mutter jedoch gekränkt durch die ersten Eigenstrebungen des Kindes, sich eventuell vom losziehenden Kind verlassen fühlt, würde das Kind nicht vorbehaltlos empfangen, sondern würde unbewusst

⁵⁶ Kreismann/Straus 1989, S. 81

⁵⁷ ders. 1989, S. 81

⁵⁸ vgl. Elhardt 1990, S. 94

⁵⁹ vgl. Kreismann/Straus 1989, S. 83

bestraft für seine Selbstverwirklichungsversuche.⁶⁰ Das Kind könne starke Ängste vor dem Verlassenwerden entwickeln, die sich später im Erwachsenenleben des narzisstisch versehrten Menschen zu problematischen Konflikten entwickeln könnte. Denn eins ist klar, das Kind möchte von seiner Mutter geliebt werden, es würde eigene Gefühle und Regungen übergehen, um es der Mutter recht zu machen und von ihr geliebt zu werden.⁶¹ Röhr spreche in diesem Fall von der Abspaltung von Gefühlen.

Der Begriff der Spaltung beschreibt in der psychoanalytischen Fachsprache einen psychischen Abwehrmechanismus, bei dem verhindert werden soll, dass unangenehme Gefühle wie Angst oder Schuldgefühle ins Bewusstsein dringen.⁶² Nach Wardetzki muss man, um die Spaltung aufrecht zu halten, Teile des eigenen Selbst verleugnen. Diese Abwehr führt zunächst zu einer Entlastung, der Konflikt jedoch, der diese Situation auslöste, wird nicht gelöst, sondern ins Unterbewusste verdrängt und kann somit nicht verarbeitet werden.⁶³

Nach Miller ist die Mutter selbst narzisstisch bedürftig und missbraucht ihr Kleinkind in den oben genannten Entwicklungsschritten für ihre eigenen Bedürfnisse. Dadurch lernt das Kind auf eigene Bedürfnisse und Gefühle nicht mehr zu achten, sie zu ignorieren oder sie zu verdrängen und sie anschließend ins Unbewusste abzuspalten.⁶⁴ Oftmals wird das Kind von der Mutter heiß geliebt, aber nicht so, wie es das Kind braucht. In dieser Liebe fehlen oft die Kontinuität und Konstanz, die für die weitere Entwicklung des Kindes nötig wären. Der Raum, in dem das Kind seine Gefühle und Empfindungen auslebt, fehlt. Man könnte meinen, dass die Liebe der Mutter das Kind zwar rettet, es aber lebenslänglich daran hindert, es selbst zu sein.⁶⁵ Durch das mangelnde Gespiegelt werden in der Kindheit kann somit kein Zugang zu eigenen Gefühlen entstehen und es entsteht das eigene Selbst.⁶⁶

Anders als die Theorien von Miller und Mahler benennt Freud die Angst auslösende Unlustreize der libidinösen Entwicklung, bei der die Libido Rückzug auf sich selbst nimmt, den sekundären Narzissmus mit pathologischen Merkmalen.⁶⁷ Dabei handle es sich um eine sogenannte Regression. Bei einer Regression handle es sich in der Psychologie um den Rückzug in einer früheren Entwicklungsstufe der Persönlichkeitsentwicklung.⁶⁸ Demnach erfolgt hier die

⁶⁰ ebd. 1989, S. 82

⁶¹ vgl. Kreismann/Straus 1989, S. 83

⁶² vgl. Wardetzki 2009, S. 152

⁶³ ebd. 2009, S. 152

⁶⁴ vgl. Miller 1996, S. 55ff

⁶⁵ vgl. Miller 1979, S. 135

⁶⁶ vgl. Wardetzki 2009, S. 43

⁶⁷ vgl. Elhardt 1990, S. 29

⁶⁸ vgl. Thenorth/Tippelt 2012, S. 600

Regression von einem Zustand der Liebendfähigkeit zurück auf das primitive Niveau des Narzissmus (sekundärer Narzissmus). So muss in der frühen Kindheit eine Selbstwertkränkung dazu geführt haben, dass sich die Libido von äußeren Objekten abzieht und sich im Sinne der Regression auf den kranken selbst richtet.⁶⁹ In dem Sinne könnte sich nach Freud der Kranke nicht „mit narzisstischer Libido besetzen“.

Für Kohut bilden hingegen die Konfigurationen des Größenselbst und des internalisierten Elternimago das Herzstück des narzisstischen Anteils der Persönlichkeit. Jedoch können diese beiden Strukturen der Persönlichkeit, unter dem Einfluss eines schweren Traumata, nicht in die Persönlichkeit integriert werden. So sind diese Konfigurationen infolge von Traumata relativ stabil und können, im Rahmen einer therapeutischen Beziehung wiederbelebt werden. Kohut bezeichnet die klinische Wiederbelebung der narzisstischen Konfigurationen „narzisstische Übertragungen“. Er erfindet dabei neue Begriffe wie „Spiegelübertragungen“ und „idealisierende Übertragungen“, um die Mobilisierung des Größenselbst beziehungsweise des idealisierten Elternimago zu beschreiben.⁷⁰ Auf die Auswirkungen von Traumata in der Entwicklung der narzisstischen Konfigurationen geht Kohut nur ganz kurz ein. Er ist der Meinung: „Wenn das Kind jedoch schwere narzisstische Traumata erleidet, dann verschmilzt das Größen-Selbst nicht mit dem maßgeblichen Ich-Gehalt, sondern bleibt in unveränderter Form erhalten und strebt nach Erfüllung seiner archaischen Ziele. Und wenn das Kind traumatische Enttäuschungen von den bewunderten Erwachsenen erfährt, dann bleibt auch die idealisierte Elternimago in ihrer unveränderten Form erhalten, sie wird nicht in eine spannungsregulierende psychische Struktur umgewandelt, erreicht nicht die Position eines zugänglichen Introjektes, sondern sie bleibt ein archaisches Übergangs-Selbst-Objekt, das für die Aufrechterhaltung des narzisstischen Gleichgewichts gebraucht wird.“⁷¹

2.5. Die narzisstische Persönlichkeit

Im Folgenden sollen nun wesentliche Merkmale des Narzissten näher beschrieben werden. Wie weiter oben in der Ausführung näher ausgeführt wurde, leiden Narzissten unter einer starken Angst vor Verlassenheit.

⁶⁹ Fromm 1974, S. 101f

⁷⁰ vgl. Siegel 2000, S. 67

⁷¹ ebd. 2000, S. 71

Eine drohende, aber vor allem eine eintretende Verlassenheit von anderen Menschen kränkt den Narzissten und bringt eine unglaubliche Wut bei ihm hervor, bis hin zu einer depressiven Resignation.⁷² Ebenso führt Asper aus, dass der Narzisst in seiner Gefühlswelt stark eingeschränkt sei. Keinen Zugang zu seinen wahren Gefühlen zu haben bezeichnet sie als „Gefühlsdefizienz“. Demnach könne das Gefühl, von anderen nicht akzeptiert und anerkannt zu werden, zu einer übermäßigen Anpassung an die Erwartungen anderer Menschen führen. Dies kann sich ebenso negativ auf die eigene Wahrnehmung auswirken, da ihm die Introspektion, der Blick nach innen, nicht gut gelinge.⁷³ Auch Miller ist der Meinung, dass es für den Narzissten kaum möglich sei, eigene Gefühle bewusst zu erleben. Sie nennt diesbezüglich Gefühle wie Neid, Eifersucht, Zorn, der Ohnmacht und der Angst.⁷⁴ Röhr spricht dabei von einem Raub der Gefühle. Narzissten können sich nicht warm fühlen und gleichfalls auch keine Wärme erhalten. Ebenso verwendet Röhr den Begriff des „inneren Gefängnis“, indem die Gefühle festsitzen würden.⁷⁵ Fromm hingegen sagt deutlich, dass der narzisstische Mensch nicht lieben könne.⁷⁶

Zudem leidet der Narzisst an einer gestörten Sexualität. Denn oftmals kann diese nicht in einer befriedigenden und erfüllenden Form gelebt werden. Beispielsweise ließen sich Asexualität, Perversionen und ein schwankendes Zugehörigkeitsempfinden zum eigenen Geschlecht hinweisen.⁷⁷ Kernberg spricht dabei von „polymorph-perversen Tendenzen im Sexualverhalten“. Damit meint er masochistische und sadistische Vorstellungen und andere Perversionsformen.⁷⁸

Ebenso auffällig ist die schlechte und unzureichende Wahrnehmung der Realität des Narzissten.⁷⁹ Dieser nimmt die Realität oft verzerrt wahr und neige dazu, alles in absoluten Extremen zu bewerten. Demnach müsse der Narzisst ganz perfekt sein oder er sehe sich als Versager.⁸⁰ Fromm fügt dem hinzu, dass der Narzisst zwar intellektuell und rational die Welt um sich herum wahrnimmt, jedoch nicht emotional erlebt. Die Folge daraus sei eine „entstellte Objektivität“.⁸¹

⁷² vgl. Asper 1990, S. 69

⁷³ ebd. 1990, S. 69

⁷⁴ vgl. Miller 1996, S. 25f

⁷⁵ vgl. Röhr 1999, S. 29

⁷⁶ vgl. Fromm 1974, S. 101

⁷⁷ vgl. Asper 1990, S. 70

⁷⁸ vgl. Kernberg 1996, S. 28

⁷⁹ vgl. Asper 1990, S. 70

⁸⁰ vgl. Kreismann 1989, S. 139

⁸¹ vgl. Fromm 1974, S. 103

Neben der verzerrten Wahrnehmung leide der Narzisst unter einem mangelhaft ausgebildeten biographischen Gedächtnis. Das bedeutet, er kann sich kaum an seine Kindheit erinnern. Die Schilderungen erscheinen dabei als grau und unbelebt. Teilweise können sich narzisstische Patienten nicht einmal an die letzte Therapiestunde erinnern.⁸² Miller betont jedoch, dass diese Patienten mit einer glücklichen und behüteten Kindheit in die Therapie kämen, was ebenso auf ein mangelndes biografisches Bewusstsein hinweist, denn eine perfekte Kindheit könne aufgrund der psychischen Symptomatik nicht der Realität entsprechen.⁸³

Erschwert wird dieses Phänomen ebenso durch die Schwierigkeit, dass der Narzisst oftmals unklare Bedürfnisse aufweist. Sie wehren sich, Bedürfnisse zu zeigen und Hilfe anzufordern aus Angst, schmerzliche Erfahrungen könnten sich wiederholen.⁸⁴ Die Angst, unter der der Narzisst leidet, sei eine Angst, die das ganze Individuum bedroht. Asper verwendet dafür den Begriff der „Desintegrationsangst“.⁸⁵ Kernberg ergänzt, dass sich Ängste auch auf etwas beziehen können und erwähnt dabei die sogenannte „Polyphonie“, bei der die Ängste einen erheblichen Einfluss auf den Alltag des Narzissten haben.⁸⁶ Eine Phobie sei demnach eine Angstneurose, bei der bei einem Menschen, gegenüber einem Objekt, eine völlig unangemessene Angst auftritt.⁸⁷ Ebenso erwähnt Kernberg die sogenannten Zwangssymptome und Zwangsängste bei Narzissten.⁸⁸

Ein weiteres Merkmal nach Asper ist das Vorhandensein einer übergroßen, unproportionierten Wut nach Auftreten einer Kränkung.⁸⁹ Schon allein die Zufriedenheit eines anderen Menschen kann bei einem Narzissten zu starken Wutgefühlen führen. Röhr spricht dabei von einer narzisstischen Wut oder von narzisstischem Neid.⁹⁰ Ebenso habe der Narzisst Schwierigkeiten bei der Regulation von Nähe und Ferne. Oft signalisiere der Narzisst, aufgrund seiner großen Verwundbarkeit, dass man ihm nicht zu nahe treten solle. Im Gegensatz dazu tritt er gerne anderen Menschen zu nahe, indem er starke Kontrolle über andere ausübt.⁹¹ Demnach sehne er sich nach Nähe und Zuneigung und möchte nicht verlassen werden, andererseits fühle er sich aber auch schnell vereinnahmt und fürchtet sich vor allzu großer Nähe.⁹² Nach Kernberg ist

⁸² vgl. Asper 1990, S. 70

⁸³ vgl. Miller 1983, S. 19ff

⁸⁴ vgl. Asper 1990, S. 71

⁸⁵ ebd. 1990, S. 71

⁸⁶ vgl. Kernberg 1974, S. 26f

⁸⁷ vgl. Michel/Novak 1975, S. 296

⁸⁸ vgl. Kernberg 1987, S. 27

⁸⁹ vgl. Asper 1990, S. 71

⁹⁰ vgl. Röhr 1999, S. 46

⁹¹ vgl. Asper 1990, S. 71

⁹² vgl. Kreismann 1989, S. 83

diese Ambivalenz der erste klinische Hinweis auf die Störung im Ich und Über-Ich des Narzissten.⁹³

Wardetzki beschreibt in ihrem Buch „Weiblicher Narzissmus“ geschlechtsspezifische Unterschiede der narzisstischen Grundstörung. So liegt zwar die gleiche narzisstische Selbstwertstörung zugrunde, sie unterscheiden sich jedoch in ihrer Art der Beziehungsgestaltung. Während Männer um Autonomie kämpfen und Angst haben, diese zu verlieren, passen sich Frauen an, um Anerkennung zu erhalten. Den Mann könne man als Beziehungsvermeider bezeichnen, der sich selbst genug zu sein scheint. Frauen hingegen verhalten sich anklammernd, suchen Sicherheit in der Beziehung und vermeiden es, allein zu sein. Oftmals sind sie sensibel, leicht verletzbar und weisen ein mangelndes Selbstwertgefühl auf. Letztendlich könnte dem Mann der Pol der Grandiosität zugeordnet werden, der Frau der Pol der Depressivität, mit der Beachtung, dass die jeweils andere Seite auch in der Person vorhanden ist, jedoch nicht nach außen hin gezeigt wird. Die unterschiedliche Ausprägung des männlichen und weiblichen Narzissmus hängt nach Wardetzki im starken Maße mit den Sozialisationsbedingungen und der Gesellschaft zusammen. Die Männer versuchen beispielsweise, gemäß dem traditionellen Rollenbild, ihre Minderwertigkeit durch überzogene Größenvorstellungen zu kompensieren. Frauen passen sich dem Bild an, indem sie in Beziehungen alles hinnehmen und alles tun, was man von ihnen erwartet.⁹⁴

2.6. Grandiosität und Depression

Bei Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung sei ein übersteigertes Selbstbild zu erkennen, was in der Fachliteratur als „Grandiosität“ bezeichnet wird. Der narzisstische Mensch braucht dieses grandiose Bild von sich selbst, denn er möchte bewundert werden, ohne diese Bewunderung könnte er nicht leben. Er braucht sie von seinen Beziehungen und Sexualpartnern genauso wie von anderen Menschen.⁹⁵ Dementsprechend sei der narzisstische Mensch niemals wirklich frei, sondern von der Bewunderung anderer abhängig. Kernberg spricht in diesem Zusammenhang auch von einem „aufgeblähten Selbstkonzept“, „Größenphantasien“ oder den sogenannten „Allmachtphantasien“.⁹⁶ Dementsprechend habe der Narzisst häufig starke Fantasien und Tagträume der Grandiosität, bezüglich der eigenen

⁹³ vgl. Kernberg 1973, S. 263

⁹⁴ vgl. Wardetzki 2009, S. 46ff

⁹⁵ vgl. Miller 1983, S. 60f

⁹⁶ vgl. Kernberg 1976, S. 263

Macht und Größe. Asper benennt dieses Phänomen in diesem Zusammenhang als Kompensationsmechanismen der Psyche, die die Funktion hätten, die Selbstverletzung aus der eigenen Kindheit zu kompensieren, zu überspielen und dafür Sorge zu tragen, dass andere Menschen nicht die innere Unsicherheit bemerken.⁹⁷ Nun ist jedoch das Gefühl von Grandiosität nicht von Dauer. Dadurch, dass das grandiose Gehabe des narzisstischen Menschen nicht seiner eigenen Persönlichkeit entspricht, sondern ein künstliches Selbstbild ist, breche die grandiose Fassade des Narzissten in regelmäßigen Abständen zusammen.⁹⁸ Das kann vor allen Dingen geschehen, wenn Erschütterungen wie beispielsweise eine schwere Erkrankung, Verlust von Schönheit oder Verlust geliebter Menschen im Leben des Narzissten eintreten. Partner von grandiosen Menschen werden ebenfalls narzisstisch besetzt. Er ist da, um ihn zu bewundern und er selber ist ständig damit beschäftigt, Bewunderung zu erhalten.⁹⁹ Würde ein Liebespartner den Narzissten verlassen, könne das als eine tiefe Kränkung und Demütigung erlebt werden. Das Kartenhaus der Bewunderung und das Selbstwertgefühl des Narzissten können demnach zusammenbrechen.¹⁰⁰ Asper beschreibt diesen Zusammenbruch als „narzisstische Entleerung“.¹⁰¹ Das bedeutet, die grandiose Zufuhr von außen, die den narzisstischen Menschen normalerweise am Leben hält, bleibt aus. Miller spricht in diesem Zusammenhang von einer quälenden Abhängigkeit, denn das Trauma der Kindheit wiederholt sich. Er ist immer noch das bewunderte Kind, jedoch spürt er gleichzeitig, dass zwar seine Eigenschaften bewundert werden, doch er nicht als der, der er wirklich ist, geliebt wird. Letztendlich ist der grandiose Mensch nie wirklich frei, weil er zum einen von der Bewunderung anderer Objekte abhängig ist, und zum anderen seine Selbstachtung von Eigenschaften und Leistungen abhängt, die jederzeit zusammenbrechen können.¹⁰² Das Ausbleiben der grandiosen Zufuhr treibe den Narzissten unmittelbar in eine narzisstische Depression, welche die Kehrseite der Depression darstelle.¹⁰³ Diese Depression ist in vielfältiger Weise mit der Grandiosität gekoppelt, denn sie tritt nur auf, wenn die Grandiosität zusammenbricht. Diese Depression zeichnet sich vor allem durch Wutgefühle, Angst, Gefühle der Ohnmacht aus, die das Selbst des Narzissten beschatten. Beschatten in dem Sinne, dass die depressiven Gefühle im Schatten

⁹⁷ vgl. Asper 1990, S. 174

⁹⁸ vgl. Miller 1983, S.63

⁹⁹ vgl. Miller 1979, S. 138

¹⁰⁰ ebd. 1983, S. 60ff

¹⁰¹ vgl. Asper 1990, S. 293

¹⁰² vgl. Miller 1979, S. 140

¹⁰³ vgl. Asper. 1990, S.73

liegen und mit depressiver „Gräue übertüncht“ wurden.¹⁰⁴ Somit fühle er sich als Versager. Alle Menschen, denen er sich zuvor überlegen gefühlt hat, fühle er sich nun unterlegen. Ebenso leidet er nun unter Schuldgefühlen über das persönliche Versagen betreffend. Sein übersteigertes Selbstbild, was nicht seiner eigenen Persönlichkeit entsprach und dem falschen Selbst angehöre, verwandle sich genau ins Gegenteil. Die Betroffenen haben kein Vertrauen mehr in ihre Gefühle, würden sie kaum wahrnehmen und wehrten sie ab.¹⁰⁵ Die narzisstische Depression stehe in der Nähe der narzisstischen Wunde der Kindheit.¹⁰⁶ Er könne nichts mehr Positives in seinem Leben finden, er sei unzufrieden mit sich selbst und auch andere Menschen können ihm nichts mehr recht machen. Daher kann es passieren, dass andere Menschen sich von dem Depressiven zurückziehen, was die Stimmung weiter verschlechtere.¹⁰⁷

Obwohl sich die Depression äußerlich von der Grandiosität unterscheidet, haben beide die gleichen Wurzeln in der narzisstischen Störung. Beide befinden sich in einem, wie Röhrl zu sagen hegt, inneren Gefängnis, denn sie müssen beide zwanghaft die Bedürfnisse der introjierten Mutter erfüllen. Miller fasst eine Reihe von Gemeinsamkeiten zusammen, die in diesem Zusammenhang zu beobachten sind:

1. „Ein „falsches Selbst“, das zum Verlust des „eigentlichen möglichen“ Selbst geführt hat;
2. die Brüchigkeit der Selbstachtung, die nicht in der Sicherheit über das eigene Fühlen und Wollen, sondern in der Möglichkeit; das „falsche Selbst“ zu realisieren, wurzelt.
3. Perfektionismus, ein sehr hohes Ichideal;
4. Verleugnung der verachteten Gefühle (der fehlende Schatten im Spiegelbild des Narzissos);
5. Überwiegen von narzisstischen Objektbeziehungen;
6. Große Angst vor Liebesverlust, deshalb große Anpassungsbereitschaft;
7. Neid auf die Gesunden;
8. Starke, abgespaltene, deshalb nicht neutralisierte Aggressionen;
9. Anfälligkeit für Kränkungen;
10. Anfälligkeit für Scham- und Schuldgefühle;
11. Ruhelosigkeit.“¹⁰⁸

¹⁰⁴ ebd. 1990, S. 67

¹⁰⁵ vgl. Asper 1990, S. 160

¹⁰⁶ vgl. Miller 1979, S. 67

¹⁰⁷ vgl. Asper 1990, S. 16f

¹⁰⁸ Miller 1979, S. 143

3. Mögliche Auswirkungen der narzisstischen Persönlichkeitsstörung auf die spätere Berufswahl

Bei der Phänomenologie der narzisstischen Persönlichkeitsstörung ist vor Allem auffällig, dass es unterschiedliche Ausprägungen bezüglich des Schweregrades gibt. So reicht die Störung im Alltag zu einer gestörten Selbstliebe, die kaum auffällt, bis hin zu Fällen einer krankhaften Charakteränderung. Oftmals wirken Menschen mit einer solchen Störung durchaus normal, obwohl sie sehr unter sich selbst und Menschen in ihrem näheren Umfeld stark darunter leiden. Nach Röhr kann man jedoch davon ausgehen, dass die meisten Menschen in den Industrienationen leichte narzisstische Probleme, zumindest Probleme des Selbstwertgefühls, aufweisen.¹⁰⁹ Fromm schließt sich dem an mit der Meinung, dass die moderne Gesellschaft an einer Identitätskrise leidet.¹¹⁰ Marx verwendet dafür den Begriff des „entfremdeten Charakters“, bei der der Mensch von seiner Arbeit, sich selbst, seinen Mitmenschen und letztendlich auch von der Natur entfremdet sei.¹¹¹ Daher geht man davon aus, dass die gelungene narzisstische Entwicklung auch immer das Ergebnis von Sozialisation sei.¹¹² Walter ergänzt, dass die Entwicklung eines gesunden Narzissmus zunehmend durch gesellschaftliche Einflüsse und spezifische Lebenssituationen von Eltern zu misslingen scheint.¹¹³ Daher kann man davon ausgehen, dass Menschen, mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung uns zunehmend im beruflichen Alltag begegnen werden.

Völkel beschreibt in diesem Zusammenhang „das Motivprofil“, welches jeder Mensch unbewusst besitzt und welches für die Wahl des Berufes einen großen Einfluss hat. Er weist daraufhin, dass der Narzissmus einen wichtigen Bestandteil für das Motivationsgefüge in Hinblick auf die Berufswahl ist.¹¹⁴ So muss bei Beratern hinterfragt werden, ob sie hinsichtlich ihrer Berufswahl wesentliche Beweggründe verdrängen, soweit narzisstische Anteile davon betroffen sind.

Um innere Defizite auszugleichen, orientieren sich Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung nach Macht und Bewunderung, Überlegenheit und Anerkennung in ihrer Berufswahl, in dem das eigene Ich im Mittelpunkt steht. Ein krankhafter Ehrgeiz nach Macht ist

¹⁰⁹ vgl. Röhr 2005, S. 9ff

¹¹⁰ vgl. Fromm 1976, S 26

¹¹¹ ebd. 1976, S. 29

¹¹² Eyferth 1987, S. 957

¹¹³ vgl. Walter 1992, S.117

¹¹⁴ vgl. Kernberg, Dulz, Eckert 2005, S. 285

in unserer Gesellschaft heutzutage ein sehr verbreitetes Phänomen. Narzissten befinden sich daher oftmals da, wo sie eine Zufuhr von Bewunderung und Überlegenheitsgefühlen erlangen. Man findet sie oft in höheren Positionen (Manager, Politiker und Führungskräfte), was durch die emotionalen Defizite ein bedenklicher Vorgang sei. Röhr geht sogar davon aus, dass Menschen mit einer gewissen Selbstzufriedenheit zu lästig seien, sich für Führungspositionen stark zu machen.¹¹⁵ In der Rolle des Chefs gehe es dem Narzissten vor allem darum, Prestige, Ansehen und Macht zu vermehren. Erfolg zu haben ist dem Narzissten äußerst wichtig. Dabei zeigt er oft keine Angst, weil er gelernt hat, seine Angst nicht zu zeigen, denn sie bedeutet Schwäche. Nicht selten hat solch ein Mensch auch ein Schauspieltalent, denn er hat viele Gesichter und kann seine Mitmenschen gut blenden.

Auffällig sind seine starke Tendenz zur Übertreibung und seine Abspaltung in „Schwarz“ und „Weiß“. Entweder es ist jemand auf seiner Seite oder gegen ihn. Gibt es in seinem engeren Kreis Aufruhr bei Untergebenen, wird er Wege finden, diese zu besänftigen. Ihm Widerspruch zu leisten, ist keine gute Wahl, denn alles muss auf seiner Seite sein. Verliert er seine Position, sind existenzielle Krisen die Folge.¹¹⁶

Nach Schmidbauer wird dabei eine Seelenstärke vorgetäuscht, die sie in Wahrheit gar nicht besitzen. Gerade hauptberufliche Helfer seien demnach nicht selten selbst hilfebedürftig und erhoffen sich von ihren Klienten entbehrte Zuneigung. Sie können oftmals den Konflikt zwischen Beruf und Privatleben schlecht trennen. Diese Fehlentwicklungen bezeichnet Schmidbauer keinesfalls als persönliches Versagen, er beschreibt dieses Phänomen als nahezu unvermeidliche Berufsunfälle, die Schwerpunkte im Umgang mit der Helferrolle bieten. Schmidbauer unterscheidet dabei vier verschiedene Typen:

1. „Das „Opfer des Berufs“, bei dem die berufliche Identität das Privatleben völlig auszehrt.
2. Der „Spalter“ der sich in seinen persönlichen Beziehungen ganz anders verhält als in seinen beruflichen.
3. Der „Perfektionist“, bei dem das Streben nach Leistung auf spontane, emotionale Qualitäten übertragen wird.
4. Der „Pirat“, der die beruflichen Möglichkeiten, Beziehungen herzustellen und zu kontrollieren, für seine privaten Belange nützt“.¹¹⁷

¹¹⁵ vgl. Röhr 2006, S. 160

¹¹⁶ vgl. Röhr. 2006. S. 162

¹¹⁷ Schmidbauer 2013, S. 202

3.1. Das „Opfer des Berufs“

Die „Opfer des Berufes“ greifen die Tradition der „Berufung“ auf. Die Hingabe eines Berufsfeldes hat in diesem Zusammenhang einen religiösen Charakter durch die bürgerliche Forderung nach Trennung von Beruf und Privatsphäre. Im Gegensatz dazu gibt sich das „Opfer des Berufs“ ganz für seinen Beruf auf. Dabei beschränkt sich sein Leben auf Fachbücher und Kontakt zu Kollegen. Außenstehende Personen stehen vollständig unter dem Diktat der Berufsrolle. Die Rolle des Helfers gibt den Opfern das Gefühl von Geborgenheit, das Gleichgewicht wird erst dann gestört, wenn die berufliche Identität bedroht ist.¹¹⁸

3.2. Der „Spalter“

Im Gegensatz zum „Opfer des Berufs“ trennt der „Spalter“ scharf zwischen seinem Beruf und Privatleben. Der Beruf ist für ihn eine Profession, die sein Einkommen sichert. Ihm ist es wichtig, einen Bereich für sich zu haben, „der niemanden etwas angeht“. Die Familie bietet den „Spalter“ eine heile Welt, einen Raum, indem er von der Arbeitswelt entlastet wird. Aber der Schein trügt, denn der Preis des Ausgleiches ist für den „Spalter“ oft hoch. Die Sensibilität und Einfühlung, die er bei den Klienten aufweist, versagt im privaten Bereich völlig. Zu Hause ist der „Spalter“ zum Baby geworden, was seine Wünsche nicht äußern kann und immer nehmen statt geben kann.

3.3. Der „Perfektionist“

Der „Perfektionist“ ist auf der Suche nach der verlorenen Ganzheit. Er nützt den Beruf um näher an das Beziehungsideal heranzukommen, welches meist im Privatleben schon mit großem Ehrgeiz ausgelebt wird. Der Perfektionist wird oft von qualitativen Einflüssen ausgesetzt, die zur Bedrohung seines Privatlebens führen und die Übertragung von beruflichen Vollkommenheitsansprüchen auf seine Beziehungen beeinträchtigen. Im Beruf ist es ihm wichtig, seine Fertigkeiten korrekt anzuwenden, indem er beispielsweise herzliche emotionale Beziehungen knüpft, und versucht aufrechtzuerhalten. Nicht selten sind die Perfektionisten sehr selbstkritisch und reflektiert und achten die eigene seelische Hygiene. Spätestens hier

¹¹⁸ vgl. Schmidbauer 2013, S. 206

gerät der Helfer in Schwierigkeiten, da auch das Privatleben entsprechender Leistungsurteile zugrunde liegt. Die Schwierigkeit liegt darin, dass es den Helfern außerordentlich schwerfällt, Trennungen zu akzeptieren. Schließlich wüssten sie „eigentlich schon längst, was da gelaufen sei.“¹¹⁹ Der Konflikt besteht vor allem darin, dass die Helfer sich selbst nicht verzeihen können, dass die Beziehung zu dem Partner nicht das professionelle Ideal widerspiegelt, denn „ein Psychologe, ein Therapeut, ein Theologe müsste, doch anders mit solchen Problemen umgehen können!“¹²⁰ Demzufolge richtet sich der Anspruch an den Helfer, der selbst mit gescheiterten Beziehungen und Depressionen zu kämpfen hat, an sich selbst. Denn er hat den Anspruch, mit Krisen besser umzugehen, als der Klient es könne.¹²¹

3.4. „Der Pirat“

Der Pirat verhält sich genau gegenteilig zum Perfektionisten. Der Pirat missbraucht den Beruf des Helfers, um sein Privatleben zu bereichern und auszufüllen. Dabei werden Interessen befriedigt, die weit über eine professionelle Helferbeziehung hinausgehen, bis hin zu sexuellen Beziehungen zu seinem Schützling. Die Befriedigung, die angestrebt wird, liegt dabei auf der narzisstischen Ebene. Er liebt das Gefühl, wenn Menschen ganz auf ihn bezogen sind und er im besten Fall, die wichtigste Person im Leben seiner Schützlinge wird. In der Arbeit mit seinen Schützlingen verhält sich der Helfer erwachsen und vernünftig, er ermöglicht den Klienten unbeschwerter zu leben, bleibt dieser jedoch aus, besteht die Gefahr, selbst die Rolle des regressiven Klienten zu übernehmen. Wird er enttäuscht, neigt der Pirat dazu, sein gekränktes Kind zum Vorschein zu bringen. Diese abgewehrten Kränkungen haben jedoch nichts mit ihm zu tun, sondern mit der Außenwelt, vorrangig mit seinen Kollegen. Der Helfer ist meist davon überzeugt, dass auch die Beziehung außerhalb der professionellen Arbeit notwendig und nützlich erscheint. Beide, der Helfer sowie der Schützling, laufen jedoch Gefahr, diese Beziehung nicht mehr verlassen zu können. „Der Pirat, weil er sich in Beziehungen nicht mehr sicher fühlt, in denen er nicht die kontrollierenden, manipulierenden Mittel seiner Professionalität einsetzt; der Schützling, weil er sich einer Beziehung nicht mehr gewachsen fühlt, in der er sich keinem überlegenen Fachmann anvertrauen kann.“¹²²

¹¹⁹ vgl. Schmidbauer 2013, S. 215

¹²⁰ ders. 2013 S. 215

¹²¹ ebd. 2013 S. 216

¹²² Schmidbauer 2013, S. 226

4. Der Psychosoziale Berater als Unterstützung hilfebedürftiger Menschen

Die Behauptung, dass soziale Berufe wie der eines Beraters oder Therapeuten unter einer Störung ihres Gefühlslebens leiden, ist weit verbreitet. Dieses Kapitel beschäftigt sich näher mit dem Berufsfeld des Beraters und der Frage, inwieweit sich ein gestörtes Gefühlsleben auf die Arbeit eines Beraters auswirken kann.

Schon Alice Miller weist auf die Tatsache hin, dass es kaum anzunehmen ist, dass ein Kind mit einem gesunden Selbstwertgefühl, den Wunsch hegt, den Beruf des Psychotherapeuten zu erlernen.¹²³ Dabei stellt sich die Frage, inwieweit das für Berater ebenso der Fall ist. Ein grundlegendes Ziel in der Ausbildung des Beraters ist der Erwerb von Wissen über unbewusste dynamische Hintergründe sowie über die Entwicklung des Bewusstseins über die eigene Person. Dazu gehört auch, nicht den eigenen narzisstischen Anteil des beruflichen Engagements zu verleugnen.

Um sich mit dieser Thematik näher auseinanderzusetzen, wird im Folgenden auf die Rolle des Beraters mit seinen Motiven, Grenzen und Weltanschauungen eingegangen. Anschließend folgt eine Einführung zum Helfersyndrom für soziale Berufe. Abschließend wird in diesem Kapitel auf die Unterscheidung von Beratung und Therapie eingegangen.

4.1. Die Beratung

Die Veränderungen, die alle Menschen in hoch entwickelten Industrieländern erleben, führen zunehmend zu einem Anstieg sozialpädagogischer Beratung. Die 60iger Jahre waren, im Gegensatz zur heutigen Zeit, durch Verbindlichkeit in Familie, Ehe und Beruf gekennzeichnet. Beck beschreibt in diesem Zusammenhang, dass inzwischen „in allen Bezugspunkten Wahlmöglichkeiten und – zwänge aufgebrochen“ sind. Das führt wiederum immer mehr zu starken Anforderungen an die Familienmitglieder.¹²⁴ Die Anforderungen, den Alltag zu bewältigen, ihr Leben zu managen, wie sie ihre Beziehungen gestalten, aber auch wie sie die Probleme meistern, wachsen und führen letztendlich dazu, dass die professionelle psychosoziale Beratung immer mehr an Bedeutung gewinnt.¹²⁵

¹²³ vgl. Miller 1996, S. 38

¹²⁴ vgl. Belardi 2007 S. 17

¹²⁵ vgl. Nestmann 1997, S. 16

Die Beratung weist eine Vielzahl von Definitionen auf. Dietrich unternimmt folgenden Versuch, den Beratungsbegriff mit allen seinen wesentlichen Merkmalen zu definieren: „Beratung ist in ihrem Kern jene Form einer interventiven und präventiven helfenden Beziehung, in der ein Berater mittels sprachlicher Kommunikation und auf der Grundlage anregender und stützender Methoden innerhalb eines vergleichsweise kurzen Zeitraumes versucht, bei einem desorientierten, inadäquat belasteten oder entlasteten Klienten einen auf kognitiv-emotionale Einsicht fundierten aktiven Lernprozeß in Gang zu bringen, in dessen Verlauf seine Selbsthilfebereitschaft und seine Handlungskompetenz verbessert werden können.“¹²⁶

Sickendiek et al. ergänzen, dass es sich dabei um eine Interaktion zwischen mindestens zwei Beteiligten handelt, die aufgrund einer Frage oder eines Problems Unterstützung, Wissen, Orientierung oder eine Lösungskompetenz erhalten wollen. Feltham & Dryden definieren die Beratung als "a principled relationship characterised by the application of one or more psychological theories and a recognised set of communication skills, modified by experience, intuition and other interpersonal factors, to client' intimate concerns, problems or aspirations. Its predominant ethos is one of facilitation rather than advice giving or coercion."¹²⁷

Gleichzusetzen ist die Beratung, zumindest im professionellen Verständnis, nicht mit Rat geben. In gewissen Situationen kann sicherlich ein Ratschlag gegeben werden, in erster Linie sollen allerdings die Selbsthilfekräfte des Klienten aktiviert werden.¹²⁸ In der Beratungssituation sind, so paradox es klingen mag, viele Klienten gar nicht an das Erhalten von Ratschlägen interessiert. Vielmehr geht es darum, sich mit dem Berater über unterschiedliche Sichtweisen auszutauschen, Unsicherheiten zu besprechen oder Entscheidungen abzuschätzen.¹²⁹ Die Beratung lässt allein dadurch vom „Ratgeben“ abgrenzen, weil sie an einen „Beratungsvertrag“ gebunden ist, der formell und informell abgeschlossen werden kann. Dieser enthält eine Reihe von Implikationen für den Berater sowie rechtliche Vorschriften für den Klienten. Eine professionelle Beratung ist daher eine Dienstleistung mit Qualitätskriterien, die im Wesentlichen durch eine fachliche Expertise des Beraters, charakterisiert ist.¹³⁰

Die Beratung trägt somit dazu bei, Klarheit über Probleme, die Klienten beschäftigen zu erhalten und Bewältigungsmöglichkeiten, zu schaffen. Dafür bedient sich die Beratung verschiedener theoretischer Ansätze, die in der Ausbildung eines Beraters gelehrt werden

¹²⁶ Dietrich 1991, S. 2

¹²⁷ Feltham & Dryden 2004 S. 51

¹²⁸ vgl. Sickendiek, Engel, Nestmann 2008, S. 14

¹²⁹ dies. 2008, S. 14

¹³⁰ vgl. Warschburger 2009, S. 12

sollten. Dietrich beschreibt dabei zwei Voraussetzungen, um als Berater tätig sein zu dürfen. Zum einen benötigt der Berater grundlegende Handlungsmuster der Beratungstätigkeit. Dazu gehören vor allem die Grundkomponenten der Diagnostik, der Intervention und der Evaluation. Voraussetzung sind dafür unter anderem anthropologische Grundüberzeugungen, die Techniken von Beratungstheorien und die erworbene Praxiserfahrung. Zum Zweiten muss der Berater über eine geeignete fachliche und persönliche Sensibilität verfügen und den Klienten achten können. Gegebenenfalls sollte er dabei auf die eigene seelische Struktur achten und über ein differenziertes psychologisches Wissen verfügen.¹³¹

Dementsprechend machen sich Berater ein Bild von der Person und helfen ihr dann dabei, die eigene individuelle Lage zu erkennen und bei der Unterstützung von Lösungswegen, um letztendlich die Autonomie des Klienten zu stärken.¹³² Wenn Klienten eine Beratung aufsuchen, sind sie nach Dietrich, meist desorientiert. „Ziele, die sie verfolgen können, und die Wege, die zu diesen Zielen hinführen sind, unklar, unbekannt, problematisch, mit negativen Valenzen versehen“.¹³³ In adäquater Weise sind die Personen entweder belastet oder entlastet. Als inadäquat belastet werden Personen bezeichnet, die sich unter Konflikt- und Frustrationsdruck nach Einheitlichkeit, Harmonie und Stabilität sehnen. Im Gegensatz dazu werden Personen als inadäquat entlastet bezeichnet, welche in eine gewisse Schrankenlosigkeit verfallen. Die Belastung sowie die Entlastung verschärfen die ursprünglichen Probleme und Konflikte der Klienten. Die Beratung kann den Klienten dabei helfen, diese Desorientierung zu beseitigen und dazu beitragen, dass Klienten die Ist-Lage durch eine Soll-Lage ersetzen.¹³⁴ Dabei kommt es oftmals auf die Bereitschaft des Klienten an, inwieweit er bereit ist, eine Veränderung zu vollziehen. Die Beratung kann demnach nichts erzwingen. Es handelt sich dabei um einen Prozess des „Sich-Änderns“, bei dem der Berater den Klienten zur Selbsthilfe befähigen soll. Um dieses Ziel umsetzen zu können, ist eine vertrauensvolle Beziehung unabdingbar.

Die Beratung ist ein Phänomen, welches durch die verschiedenen Modelle, theoretischer Fundierung aber auch praktischen Aufgabenstellungen, als sehr vielseitig und facettenreich gilt. Daher müssen auch die Berater eigene Strategie entwickeln, und sich mit ihrer eigenen Biografie auseinandersetzen, um den Klienten die bestmögliche Unterstützung zu gewährleisten.

¹³¹ vgl. Dietrich 1991, S. 4

¹³² vgl. Sickendiek, Engel, Nestmann 2008, S. 14

¹³³ vgl. Dietrich 1991, S. 3

¹³⁴ ders. Dietrich 1991, S. 3

4.2. Beratung als Hilfe

Viele psychologische Studien beschäftigen sich mit den Beweggründen, die ein Individuum dazu veranlassen, zu helfen. Murgatroyd definiert das Helfen als Unterstützung für Menschen, sich zu ändern. Demnach ist das Ziel, die Klienten zu unterstützen und dabei, „sein eigenes Leben besser unter Kontrolle zu bringen“. In Studien wird oft der Begriff des Altruismus als Antrieb der Helfenden beschrieben. Der Altruismus beschreibt den Gegensatz des Egoismus, „ein Verhalten oder Handeln eines Menschen (...), das das Interesse, den Nutzen bzw. das Wohl eines anderen Menschen fördert“. Die Gesellschaft soll es dabei als „moralisch richtig“ empfinden, eigene Bedürfnisse werden dabei zurückgesteckt.¹³⁵ Ein buddhistischer Mönch sagte über den Altruismus: „Für einen Altruisten zählt nur das Resultat, nicht die persönliche Befriedigung über die eigene Hilfsbereitschaft.“¹³⁶ Dadurch, dass anderen geholfen wird, kann sich ein Gefühl von Zufriedenheit des Helfenden einstellen, die Welt zu verbessern.

Berater haben auch das Ziel, die Welt des Klienten ein Stück weit zu verbessern, indem sie Menschen helfen, persönliche Ressourcen zu entwickeln und ihre Autonomie zu stärken.¹³⁷ Die Beratung kann daher als eine spezielle Form des Helfens angesehen werden.¹³⁸ Sie ist ein dynamischer Prozess, welcher in stetiger Wechselwirkung durch Ereignisse und Umstände Veränderungen mit sich zieht. Das Helfen besteht in der Beratung durch eine Form zwischenmenschlicher Beziehungen. Man vermutet, dass es sich dabei um Klienten handelt, die freiwillig die Hilfe des Beraters suchen. Dies ist allerdings nicht immer der Fall. Spätestens, wenn Klienten zu einer helfenden Beratung gezwungen werden, durch die Jugendgerichtshilfe beispielsweise, ist die Hilfe des Beraters nicht gewollt und kann in einigen Fällen den Hilfeprozess erfolglos machen.¹³⁹

¹³⁵ Gängler, H. 2001, S. 773

¹³⁶ Merkle 2016 (Internetquelle)

¹³⁷ vgl. Sickendiek, Engel, Nestmann 2008, S. 16

¹³⁸ vgl. Murgatroyd 1994, S. 20

¹³⁹ ebd. Murgatroyd 1994, S. 20

4.3. Elemente einer helfenden Beziehung

Die Beziehung zwischen dem Berater und Klient ist die wichtigste Komponente im Beratungsprozess. So beschreibt Nußbeck, dass eine Beratung ohne eine vertrauensvolle Beziehung, unmöglich wäre.¹⁴⁰

Nach Carl Rogers ist der Erfolg eines Beratungsgesprächs abhängig von den basalen Fähigkeiten des Beraters.¹⁴¹ Er geht davon aus, dass jeder Mensch nach Liebe und Wertschätzung durch andere Menschen strebt. Die Gesprächssituation sollte daher einige Qualitäten aufweisen, die zum Erfolg führen und dafür sorgen, dass der Klient sich eigenständig weiterentwickeln kann. Carl Rogers steht heute für die Grundannahmen der Beziehung zwischen dem Berater und dem Klienten in der Gesprächsführung.¹⁴²

Er definiert die Beratung wie folgt: „Wirksame Beratung besteht aus einer eindeutig strukturierten, gewährenden Beziehung, die es dem Klientel ermöglicht, zu einem Verständnis seiner selbst in einem Ausmaß zu gelangen, das ihn befähigt, auf Grund dieser neuen Orientierung positive Schritte zu unternehmen.“ Erst die therapeutische Beziehung trägt dazu bei, dass Veränderungsprozesse bei dem Klienten stattfinden. Die erforderlichen Basisqualitäten des Beraters sind: Empathie, Kongruenz und Akzeptanz.¹⁴³

Als „Empathie“ beschreibt Rogers die Fähigkeit, das Problem aus der Perspektive des Klienten zu sehen. Der Berater versucht dabei, die innere Realität des Klienten wahrzunehmen, zu verstehen und gegebenenfalls dem Klienten mitzuteilen.¹⁴⁴ Übersetzt bedeutet „Empathie“ Einfühlung. Der Gegenpol stellt dabei beurteilendes oder wertendes Verhalten des Beraters dar.¹⁴⁵ Die Aufgabe des Beraters besteht darin, immer wieder zu prüfen, ob das Gesagte von dem Klienten wirklich richtig verstanden wurde.¹⁴⁶

Die „Kongruenz“ bedeutet hingegen, dass der Berater seinem Klienten nichts vorspielt und ihm authentisch, mit seinen Gedanken und Gefühlen, gegenübertritt. Dabei ist nicht grenzenlose Offenheit gemeint, sondern das der Berater aufrichtig gegenüber dem Klienten bleibt.

¹⁴⁰ vgl. Nußbeck 2014, S. 110

¹⁴¹ vgl. Murgatroyed 1994, S. 30

¹⁴² vgl. Nußbeck 2014, S. 57

¹⁴³ vgl. Warschburger 2009, S. 13

¹⁴⁴ vgl. Nußbeck 2014, S. 60

¹⁴⁵ vgl. Warschburger 2009, S. 13

¹⁴⁶ vgl. Murgatroyed 1994, S. 31f

Infolgedessen muss er dem Klienten nicht alles mitteilen, was ihn ihm vorgeht, es geht eher darum, kongruent mit seinen Empfindungen zu sein.¹⁴⁷

Als „Akzeptanz“ versteht Rogers die Fähigkeit die Person, unabdingbar von seinem Verhalten wertzuschätzen, ohne dies an Bedingungen zu knüpfen. Mit dem Wissen, dass der Klient sich weiterentwickeln und somit seine Selbstachtung gestärkt werden kann.¹⁴⁸ Die „Beratervariablen“ finden dabei nicht nur verbal Verwendung, sondern werden vor allem durch die Mimik, das Blickverhalten und die Körpersprache ausgedrückt. Es handelt sich dabei um eine innere Haltung des Beraters. Die Asymmetrie und Rollenverteilung muss dabei zwischen Klient und Berater deutlich sein.¹⁴⁹

Viele Studien haben sich seitdem mit diesen Voraussetzungen des Beraters befasst, mit dem Entschluss, dass die Bedingungen von Carl Rogers immer noch gültig und im Beratungsprozess als notwendig angesehen werden. Jedoch sind sich viele Forscher heute darüber einig, dass sie allein nicht ausreichen.¹⁵⁰

Robert Carkhuff ergänzte drei weitere Merkmale, die als basale Voraussetzungen für den Erfolg eines Hilfeprozesses von Bedeutung sind. Dabei nannte er „Konkretheit“ als wichtige Variable im Beratungsprozess. Konkretheit in dem Sinne, dass der Helfer seinen Klienten dazu einlädt, die exakte Bedeutung der jeweiligen Situation und die beiliegenden Gedanken, Gefühle und Reaktionen, ausführlich zu beschreiben. Wird das von dem Berater nicht eingehalten, könnte dieser blind vermuten, dass Gefühle und Begriffe für beide das gleiche bedeuten. Das ist allerdings nur selten der Fall. So kann die Frage nach Schmerzen, für jede Person eine andere Bedeutung und Schmerzquelle haben. Daher ist die Anleitung zu Konkretheit nach Carkhuff eine weitere wichtige Voraussetzung, um eine erfolgreiche Beratung durchzuführen.¹⁵¹

Die zweite Komponente, die von ihm beschrieben wird, ist die Unmittelbarkeit. Mit Unmittelbarkeit ist gemeint, dass der Klient dazu aufgefordert wird, seine Gefühle zu verbalisieren. Dabei sollen sich die Gefühle und Gedanken auf die Gegenwart beziehen, mit dem Versuch, die Zukunft und Vergangenheit außen vor zu lassen. Wer Schwierigkeiten hat, die Vergangenheit und Zukunft auszublenden, hat ein Problem sein gegenwärtiges Fühlen und Denken zu überprüfen. Die Beschreibungen der Klienten bleiben somit in vergangene Ereignisse eingeschlossen oder werden auf die Zukunft projiziert. Das Ergebnis führt oftmals dazu, dass

¹⁴⁷ vgl. Nußbeck 2014, S. 60

¹⁴⁸ dies. 2014, S. 60

¹⁴⁹ ebd. 2014, S. 110

¹⁵⁰ vgl. Murgatroyd 1994, S. 45

¹⁵¹ vgl. Murgatroyd 1994, S. 47

Klienten eine unrealistische Sichtweise auf das Selbst entwickeln und unter unterentwickelten Fertigkeiten der interpersonalen Kommunikation leiden. So stellt für Carkhuff die Unmittelbarkeit, dass zentrale Charakteristikum für die Beziehung von Helfer und Hilfesuchenden dar.¹⁵²

Die Letzte Voraussetzung für eine erfolgreiche Beratung stellt demnach die Konfrontation dar. Dabei weist der Berater auf Widersprüche zwischen der Sicht des Klienten und der des Beraters hin. Drei wesentliche Typen der Widersprüchlichkeiten liegen in der Regel vor:

1. „Unterschiede zwischen dem realen und dem idealen Selbst der Gesprächspartner;
2. Unterschiede zwischen dem, was die Gesprächspartner denken und fühlen und was sie in der aktuellen Situation tun;
3. Unterschiede zwischen der realen Welt, wie der Helfer sie sieht, und der Traumwelt der Gesprächspartner.“¹⁵³

Entscheidend bei einer Konfrontation ist der Hintergrund einer vertrauensvollen und warmen Beziehung zwischen dem Berater und Klienten, denn nur so kann die Konfrontation wirkungsvoll sein. Eine effektive Konfrontation kann somit den Beratungsprozess beschleunigen und zu neuen Perspektiven des Klienten führen. Ist die Konfrontation jedoch ineffektiv oder sogar unangemessen, kann sie den Beratungsprozess verlangsamen und im schlimmsten Fall dazu führen, dass es zu einem Abbruch der helfenden Beziehung kommt.¹⁵⁴

McLeod beschreibt sogenannte „Beraterqualitäten“ des professionellen Beraters. Demzufolge benötigt der Berater interpersonelle Fertigkeiten. Mit interpersonellen Fähigkeiten meint er zum einen Kommunikationsaufbau und Strategien, zum anderen auch die Fähigkeit, Gefühle auszudrücken. Zudem muss ein Berater dazu in der Lage sein, an die Veränderung des Klienten zu glauben und ein Bewusstsein für ethische und moralische Wahlmöglichkeiten entwickeln. McLeod spricht in diesem Zusammenhang von persönlichen Überzeugungen, die die Beziehung zwischen Berater und Klienten, stärken. Neben den persönlichen Überzeugungen benötigen Berater ebenso konzeptionelle Fähigkeiten. Dazu gehören beispielsweise die Fähigkeiten, Probleme des Klienten richtig zu verstehen und die Problemlösefähigkeit des Klienten zu stärken. Der Berater sollte dazu in der Lage sein, soziale Systeme zu verstehen und, falls es

¹⁵² ders. 1994, S. 49f

¹⁵³ vgl. Murgatroyd 1994, S. 50

¹⁵⁴ vgl. Muratroyd 1994, S. 52

notwendig erscheint, auch mit ihnen zu arbeiten. Dabei muss der Berater eine gewisse Sensibilität gegenüber der Welt des Klienten mitbringen. Eine Herausforderung des Beraters ist es vor allem, keine persönlichen Bedürfnisse im Beratungsprozess zu verfolgen. Er sollte demnach genug persönliche Integrität mitbringen, um unangenehme Gefühle gegenüber dem Klienten zu tolerieren und auch Vorurteile gegenüber gesellschaftlichen Gruppen zu vermeiden. Zu aller Letzt sollte der Berater über genug Wissen der therapeutische Intervention und Beratungstechniken verfügen.¹⁵⁵

Letztendlich müssen Berater in der Beratungssituation sie selber sein und versuchen, Optionen für die Zukunft zu entdecken, um ehrliche Interaktionen mit hilfeschenden Menschen führen zu können. „Dem Berater wird also neben professionellen Techniken und Haltungen, die er lernen kann, auch ein hohes Maß an persönlicher Stärke und Stabilität abverlangt“.¹⁵⁶

4.4. Die Herausforderungen und Fallstricke des Beraters

Schwierige Situationen oder Charaktere führen dazu, dass der Berater stark herausgefordert wird und er mit seinen Grenzen in Berührung kommt.¹⁵⁷ Auch Definitionen von Beratung verdeutlichen, dass die Anforderungen an den Berater schwer zu erreichen sind. Bürgi beschreibt beispielsweise, „dass die Beraterin mit der Klientin in Beziehung steht. Dabei muss es sich aber um eine Beziehung mit besonderer Qualität handeln“.¹⁵⁸

Der Berater befindet sich in einem ständigen Diagnose- und Entscheidungsprozess. Demnach entscheidet der Berater zu Beginn der Beratung, ob der Klient beratungs- oder eher therapiebedürftig ist. Dabei muss er erkennen, ob der Klient Problemlagen dramatisiert beziehungsweise herunterspielt oder ob der Klient möglicherweise suizidgefährdet ist. Die Klarheit der Problemdefinition stellt besondere Herausforderungen an den Berater. Versteckte Problemkonstellationen des Klienten können daran hindern, Veränderungsprozesse zu vollziehen. Diese müssen aufgedeckt werden, um gemeinsam mit den Klienten Lösungen zu finden. Nach Dietrich ist der Veränderungsprozess durch die Ausgangslage und die Endlage des

¹⁵⁵ vgl. Warschburger 2009, S. 12

¹⁵⁶ Nußbeck S. 112

¹⁵⁷ vgl. Noyon/Heidenreich 2009, S. 2

¹⁵⁸ Bürgi 2006, S. 25

Klienten gekennzeichnet. Als Ausgangslage definiert er die Ist-Lage des Klienten durch den Beratungsgrund. Das Ziel beschreibt demnach die antizipierte Soll-Lage bzw. Endlage des Klienten. Konstruiert wird die Ist-Lage des Klienten durch den Problemerkern und den Problem Mantel. Der Problemerkern beinhaltet das eigentliche Problem des Klienten, während der Problem Mantel die Auseinandersetzung und Veränderung des Klienten unterdrückt. Dietrich verweist darauf, dass im Zentrum des Problemerkernes vor allem die Erfahrungen nach mangelnder Bewältigung von Konflikten und Belastungen vorzufinden sind. Er schließt daraus, dass zunächst die erste Aufgabe der Beratung sei „dem Klienten zu einer Revision seiner Daseinstechnik und bestimmter Bereiche seiner Umweltkonstellation anzuregen und in Zusammenhang damit in der Entwicklung seiner Eigenaktivität und seiner Selbst-Kompetenz zu fördern und zu unterstützen“.¹⁵⁹ Die Schwierigkeit liegt darin, dass viele Klienten versuchen, die Auseinandersetzung mit dem Problemerkern zu verhindern und ebenso Funktionen des reflexiven Steuerungssystems abzuschalten.

Die zweite Aufgabe in der Beratung besteht demzufolge, den Klienten zu verhelfen, das Abwehrsystem aufzulösen und gleichzeitig Voraussetzungen für die Auseinandersetzung mit dem Problemerkern zu schaffen. Das bedeutet, wird das eigentliche Problem des Klienten nicht aufgedeckt, kann die Beratung ihrer Rolle und Aufgabe nicht gerecht werden.¹⁶⁰

Der Berater nutzt sein Wissen über Interaktionsprozesse, um es an die Bedürfnisse des Klienten anzupassen und immer wieder zu revidieren. Er entscheidet selbst, welche Interventionsstrategien er verwendet, und wägt ab, ob er den Klienten beispielsweise konfrontieren kann, oder ihn lieber schonen sollte. Das Mittel der Diagnostik ist dafür die Verhaltensbeobachtung des professionellen geschulten Beraters.¹⁶¹

Es wird immer mehr deutlich, welche Herausforderungen im Beratungsalltag an den Berater gestellt werden. Die menschliche Wahrnehmung dient zwar im Beratungsprozess als eine schnelle und sichere Orientierung, kann aber auch die Einschätzung des Klienten verzerren und den Zugang zu ihm erschweren.

Der erste Beobachtungsfehler kann schon durch den ersten Eindruck resultieren, indem die weitere Wahrnehmung des Beraters von dem Klienten als „typisch“ angesehen wird. Zudem neigt man nicht selten dazu, sich bei extremen Bewertungen zu enthalten und die jeweilige

¹⁵⁹ Dietrich 1991, S. 59-61

¹⁶⁰ vgl. Dietrich 1991, S. 61

¹⁶¹ vgl. Nußbeck 2014, S. 100

Person eher milde zu beurteilen. Achten müssen Berater vor allem darauf, dass eigene Einstellungen sich nicht auf die Interpretation und Beobachtung auswirken. Beispielsweise können Klienten eine normale Lautstärke als Lärm empfinden, während der Berater sie als normale Lautstärke anerkennt. Ebenso muss der Berater aufpassen, dass eigene Eigenschaften oder Gefühle des Beraters dem Klienten nicht unterstellt werden (Projektion).¹⁶² Schwer fällt dem Berater oftmals auch die Abgrenzung von seinem Klienten außerhalb der Beratungszeit. Die vielen Problemstellungen der Klienten, die nacheinander erfolgen, können bei dem Berater starke emotionale Reaktionen auslösen, vor die er sich schützen will/muss. Die Beratungsgespräche erfordern oftmals viel Kraft des Beraters. Die professionelle Haltung des Klienten gegenüber nach Empathie, Kongruenz und Akzeptanz mit einem freundlichen, respektvollen Verhalten muss gewährleistet werden, auch wenn einem der Klient wörtlich gesagt „auf die Nerven geht“.

Anders als in anderen Tätigkeitsfeldern haben Berater keine vollständige Ergebnis – und Erfolgskontrolle. Als Berater kann man sich demnach seines Erfolges nie sicher sein.¹⁶³ Manche Klienten bleiben weg und der Berater erfährt nicht, wieso sie nicht wiederkommen. Je häufiger der Berater das Wegbleiben des Klienten auf sich selber bezieht, umso mehr beginnt er, an sich zu zweifeln.¹⁶⁴ Der „böse Klient“ bleibt weg, durchkreuzt Hilfeversuche und verschweigt Probleme oder täuscht welche vor. Der „gute Klient“ hingegen arbeitet mit und ist motiviert, etwas zu ändern. Der Berater ist sich durchaus bewusst, dass er nicht nur „gute Klienten“ professionell berät. Diese Merkmale können einen Berater stark belasten und letztendlich dazu führen, dass der Berater ein „Burn-out“ entwickelt. Schmidbauer fasst dieses Phänomen als „Helfersyndrom“ zusammen, bei dem das unbewusste Verlangen nach Selbstbestätigung einen unentbehrlich macht, einem letztendlich viel Kraft kostet und somit auch „Berater“ zum Ausbrennen prädestiniert sind.

4.5. Das Helfersyndrom

„Ein verwahrlostes, hungriges Baby hinter einer prächtigen, starken Fassade“ so beschreibt Schmidbauer die innere Situation eines Menschen mit Helfersyndrom.¹⁶⁵

¹⁶² vgl. Nußbeck 2014, S. 100

¹⁶³ vgl. Noyon/Heidenreich 2009, S. 2

¹⁶⁴ vgl. Nußbeck 2014, S. 112

¹⁶⁵ vgl. Schmidbauer 2013, S. 18

Als Syndrom wird das Zusammenlaufen von verschiedenen Merkmalen zu einem krankhaften Prozess verstanden. Wolfgang Schmidbauer, der Erfinder des Helfersyndroms, versteht darunter „die zu einem Teil der Persönlichkeitsstruktur gewordene Unfähigkeit, eigene Gefühle und Bedürfnisse zu äußern, verbunden mit einer scheinbar unangreifbaren Fassade im Bereich sozialer Dienste und latenten „Allmachtsphantasien“.¹⁶⁶

Auch Berater gehören zu dem Feld der „sozialen Dienste“. Als Berater gibt man und ist stark, die Schützlinge sind oft schwach und auf die Helfer angewiesen. Der hilflose Helfer gleicht einer stark fürsorglichen Mutter, die ein Kind, was aus eigenen Kräften Nahrung zu sich führen kann, immer noch füttert.¹⁶⁷ Die Problematik entsteht durch eine unbewusste Abwehr, bei der andere Erlebnisformen vermieden werden und die Welt zwanghaft auf das Helfen ausgerichtet ist.¹⁶⁸ Die Persönlichkeitsstruktur ist einer Abwehrorganisation, bei der das Ich versucht einen Weg zwischen der Realität, den Triebwünschen und den Über-Ich-Geboten zu finden.¹⁶⁹ Dabei kompensiert der Helfer durch seinen beruflichen Übereinsatz Gefühle von Wertlosigkeit und Leere. Doch diese einführende Zuwendung von außen kann er wenig nachträglich erfahren. Er wehrt durch sein Helfen andere Formen von Gefühlen und Beziehungen ab. Nur durch das Übertragen eigener kindlicher Gefühle, der Angst vor Abhängigkeit und dem Gefühl, „gebraucht zu werden“, was auf den Hilfebedürftigen übertragen wird, kann sich der Helfer beziehungsfähig fühlen. Die unbewussten Motive des Helfens vergleicht Wolfgang Schmidbauer mit einer Drogenabhängigkeit. Der Helfer befindet sich in einem Teufelskreis: „Wer sich unantastbar und überlegen gibt, verliert an mitmenschlicher Nähe; wer dann seine Sehnsüchte nach Kontakt mit Drogen betäubt, vereinsamt noch mehr“.¹⁷⁰ Der Helfer muss demnach immer für andere Menschen da sein, was ihn selbst zum Bedürftigen macht.

Nach Schmidbauer liegen die Ursprünge des Helfersyndroms in der jeweiligen Biografie des Helfers. Er unterteilt das Modell in folgende fünf Bereiche:

1. „das abgelehnte Kind.
2. die Identifizierung mit dem Über – Ich (Ich – Ideal, Größenselbst),
3. die narzisstische Unersättlichkeit,
4. die Vermeidung von Gegenseitigkeit,

¹⁶⁶ Schmidbauer 2013, S. 20

¹⁶⁷ vgl. Schmidbauer 2013, S. 15

¹⁶⁸ ders. 2013, S. 15

¹⁶⁹ ebd. 2013, S. 21

¹⁷⁰ Schmidbauer 2013, S. 26

5. die indirekte Aggression.“¹⁷¹

4.5.1 Das abgelehnte Kind

Das Motiv des abgelehnten Kindes fasst viele Kräfte des Helfersyndroms zusammen. In erster Linie lehnt der Helfer es ab, sich emotionalen Bereichen zu nähern, bei denen er sich schwach oder unvollkommen fühlt. Er lehnt möglicherweise die kindliche Seite in ihm ab, da seine Eltern ihn als Kind durch wenig Einfühlung vernachlässigt haben. Der Prozess läuft meist ambivalent ab und bewegt sich meist zwischen den Polen der „Ablehnung“ und der „Akzeptanz“. Dementsprechend durchlebt das Kind verschiedene Bereiche des Erlebens und Verhaltens im Laufe seiner Entwicklung.¹⁷² Beispielsweise ist das Kind anfänglich unerwünscht und die Bezugspersonen nehmen es von ihrem eigenen Über-Ich an, jedoch nicht vom Gefühl her. Das könne das Kind merken und sich unerwünscht oder überflüssig fühlen. Bei allen vielfältigen Formen der Ablehnung entstehen, je nach Ablehnung, kleinere oder größere narzisstische Schäden.

Nach Schmidbauer werden diese verwaorlosten Kinder entweder dissozial oder übersozial. Demnach haben sie es schwer ein Über-Ich zu entwickeln, um ordentlich mit ihren Trieben und Emotionen umzugehen.¹⁷³

Wenn sich der Helfer als Heranwachsender entsetzlich geschämt hat oder als kindisch gehalten wurde, kann er ebenso seine Bedürftigkeit unterdrücken und verleugnen und dadurch die anhängige Rolle einnehmen. „Was an dem Kind im Helfer-Innen abgelehnt wird, ist vor allem die Verletzlichkeit und Abhängigkeit, die Bedürftigkeit des Kindes nach Anerkennung, nach exhibitionistischer Entäußerung des eigenen Narzissmus, welche so leicht beschämt werden kann“.¹⁷⁴ Ein narzisstisch ausbalancierter Mensch kann sich vieles durch sein positives Ich-Ideal selbst geben, während der narzisstisch gestörte Mensch nicht fündig wird und das Helfersyndrom der Weg ist, diese narzisstische Schädigung zu bewältigen.¹⁷⁵

¹⁷¹ ders. 2013, S. 43

¹⁷² vgl. Schmidbauer 2011, S. 52

¹⁷³ vgl. Schmidbauer 2013, S. 44

¹⁷⁴ Schmidbauer 2013, S. 44f

¹⁷⁵ vgl. Schmidbauer 2011, S. 56

4.5.2 Die Identifizierung mit dem Ich-Ideal

Das Ich –Ideal, Über-Ich und das Größenselbst sind Begriffe, die zusammenhängen. Es handelt sich dabei um Metaphern, die einem Menschen helfen sollen, die Erlebniswirklichkeit verständlicher zu machen.¹⁷⁶ Der Begriff des Über-Ichs ist eine Instanz von Freuds Instanzenmodell. Es enthält vor allem die verbietenden und strafenden Motive, die an den gefürchteten Elternaspekt gekoppelt sind.¹⁷⁷ Dieser unbewusste Anteil soll das Kind davor bewahren, dass das schwache Ich des Kindes überwältigt wird.¹⁷⁸

Das Ich –Ideal beschreibt eher die positiven Leitbilder im Sinne des Vorbildes der bewunderten und geliebten Eltern und bildet die Subkultur des Über-Ichs mit seinen moralischen und ethischen Idealvorstellungen.¹⁷⁹ Unter günstigen Voraussetzungen kann ein gesunder Mensch lange Phasen ohne Konflikte durchleben, bei denen er sich gut fühlt, seinen Pflichten nachgeht und seine Ideale realisiert. Wenn jedoch, wie bei dem abgelehnten Kind, die emotionalen Bedürfnisse des Kindes durch die Eltern nicht gesehen oder gespiegelt wurden, begrenzt das Kind die Fähigkeit des Austausches zwischen seinen Trieben und seiner Vernunft. Aufgrund der unzureichenden Idealisierung der Eltern gelingt die strukturbildende Identifizierung nicht und es bildet sich ein starr und gefühlsfeindliches Über-Ich und ein übermächtiges Ich-Ideal heraus. Beim Helfersyndrom sind demnach das Ich- Ideal und das Über-Ich so ausgeprägt, dass sie die differenzierte Struktur des Ichs ersetzen.¹⁸⁰ Schmidbauer fasst das Geschehen wie folgt zusammen: „Der Helfer nimmt eine Chance wahr, sein narzisstisches Defizit durch Leistungen auszugleichen, und bildet die dazu notwendigen inneren Strukturen durch die Identifizierung mit der idealen Mutter, dem idealen Vater, der ihm während seiner Kindheit mangelte. Er fixiert sich an die Progression, die Leistung, das „Gute“, das sozial Anerkannte. In diese Richtung gehen auch seine Größenwünsche: nie einen Fehler zu machen, nie etwas für sich selbst zu wollen, was er nicht freiwillig erhält, ein wirklich guter Mensch zu sein.“¹⁸¹

¹⁷⁶ vgl. Schmidbauer 2013, S. 48

¹⁷⁷ vgl. Elhardt S. 34

¹⁷⁸ vgl. Schmidbauer 2013, S. 47

¹⁷⁹ vgl. Elhardt S. 34

¹⁸⁰ vgl. Schmidbauer 2013, S. 50

¹⁸¹ Schmidbauer 2013, S. 51

4.5.3 Die narzisstische Unersättlichkeit

Für Schmidbauer ist das Helfersyndrom ein Weg, mit einer narzisstischen Störung umzugehen und diese zu bewältigen.¹⁸² Menschen mit einer narzisstischen Störung streben nach der Wiederherstellung des Urzustandes, denn dieser scheint notwendig zu sein, um einer Gefährdung des Selbstwertgefühls zu entkommen. Denn das abgelehnte Kind konnte demnach keinen „gesunden, an verinnerlichte, idealisierte Werte gebundenen Narzißmus“ entwickeln.¹⁸³ Es ist narzisstisch gekränkt, weil es nicht wegen seiner Gefühle und Eigenschaften geliebt wurde, sondern weil es sich den idealisierten Vorstellungen seiner primären Bezugspersonen anpasste.

Die Auswirkungen des hilflosen Helfers sind dabei ein ständiges Bedürfnis nach Anerkennung und Bestätigung. Der narzisstisch gestörte Mensch schwankt ständig zwischen übersteigerten Minderwertigkeitsgefühlen und ebenso negativen Größenfantasien. Dabei wird die Regulation des Selbstwertgefühls an einseitige Beziehungen zu anderen Menschen geknüpft. Der Helfer hat durch seine Biografie gelernt, dass er Liebe nur durch das Erreichen von Leistungen erhält und glaubt, diese Liebe durch eine „gesteigerte Tätigkeit“ zu erhalten. Die narzisstische Kränkung ließe „ein großes, wegen seiner Verdrängung unersättlich wirkendes narzißistisches Bedürfnis entstehen“.¹⁸⁴ Diese Kränkung erfolgt ursprünglich aus einer Situation von Nähe und Distanz, in der das Kind seine Bezugspersonen begegnete. Die „primäre Liebe“ des Kindes stößt auf Zurückweisung und kann sich nicht zu einer realistischen Gegenseitigkeit entwickeln. Demzufolge wird sie abgespalten und bleibt im hilflosen Helfer als „unersättlich wirkenden Charakter erhalten“.¹⁸⁵ Gleichzeitig entwickelt es Hass und möchte die ersten Bezugspersonen zerstören. Dieser Hass muss jedoch verdrängt werden, denn das Kind ist von seinen Bezugspersonen abhängig und nicht lebensfähig. Um zu überleben, gehorcht das Kind. Diese Aufmerksamkeit führt jedoch nicht zur Befriedigung der Bedürfnisse, sondern „beeinträchtigt, narzißistische Bestätigung aufzunehmen und für eine Idealisierung der eigenen Person, der eigenen Werte nutzbar zu machen“. Zusammenfassend kann man sagen, der hilflose Helfer benötigt stetig die Bestätigung nach außen, ist kaum in der Lage dazu, seine Leistungen anzuerkennen, obwohl dies die einzige unersättliche „narzißistische Nahrung“ ist.¹⁸⁶

¹⁸² vgl. Schmidbauer 2011, S. 56

¹⁸³ ders. 2011, S. 55f

¹⁸⁴ ebd. Schmidbauer 2011, S. 57

¹⁸⁵ Schmidbauer 2011, S. 57

¹⁸⁶ ebd. 2011, S. 58

4.5.4 Die Vermeidung von Gegenseitigkeit

Wie weiter oben beschrieben, werden Gefühle wie Nähe und Abhängigkeit von dem narzisstisch gestörten Menschen größtenteils versucht zu vermeiden. In normalen Beziehungen stellt sich nach einer Weile eine ausgeglichene Situation dar, bei der wechselartig beide Beteiligten einerseits die kindliche Rolle und andererseits die erwachsene Rolle übernehmen. Egoismus ist dabei durchaus normal, solange der Partner nicht verletzt wird oder Schaden dadurch nimmt. Im Gegensatz zu einer normalen Beziehung hofft der hilflose Helfer, dass er dafür belohnt wird, wenn er etwas gibt. Oftmals hat er gar keinen Zugang zu seinen emotionalen Bedürfnissen. Demzufolge vermeidet er Beziehungen, in denen er nicht der „Gebende“ ist. Er benötigt das Gefühl, gebraucht zu werden und zu wissen, dass er als unentbehrlich angesehen wird. Die Schwierigkeit liegt oft darin, dass er sich nicht bewusst ist, wie er seine Beziehungen einseitig lebt. Dass ihm etwas fehlt, merkt der hilflose Helfer meist dann, wenn er bereits in einseitigen Verbindungen verstrickt ist.¹⁸⁷

4.5.5 Die indirekte Aggression

Aus der Dynamik des abgelehnten Kindes gehört die Steigerung der menschlichen Aggression. Wenn die Eltern nicht dazu fähig waren, das Kind zu spiegeln, führt dies zu einer Kränkung der kindlichen Grundbedürfnisse und weckt die narzisstische Wut. „Ein Kind, das auf eine gleichgültige Umwelt trifft, lernt schnell, seine primäre Reaktion zu unterdrücken: unermessliche Wut“. Durch die Ablehnung der primären Bezugspersonen sehnt sich das Kind nach Rache. Je nach Begabung des Kindes weiß es jedoch, dass die Eltern „die Ressourcen des Lebens“ beherrschen und das Kind bei einer Vollendung der Rache sich selbst schädigen würden.¹⁸⁸ Um seine Angst zu bändigen, malt sich das Kind aus, wie es wäre, wenn die Aggression überwunden wäre. Er stellt sich vor, wie alle Menschen gut sind und Schwächere unterstützen. Es möchte später sogar selber einen Beruf erlernen, in dem Schwächeren geholfen wird. Daher bleibt das Kind brav und „lernt, seiner Wut indirekten Ausdruck zu schaffen“. Die Aggression wird demnach Idealen zugespielt und richtet sich gegen alle, die sie

¹⁸⁷ vgl. Schmidbauer 2013, S. 57f

¹⁸⁸ vgl. Schmidbauer 2013, S. 66

nicht erfüllen, auch wenn es der herangewachsene Helfer selbst ist. Vor allem die Interaktion zwischen Helfer und Schützling ist durch die indirekte Aggression gefährdet.¹⁸⁹

4.5.6 Die Rolle des Helfersyndroms für die Beratung

Die Analyse von Schmidbauer ist, gerade im sozialen Bereich, auf viel Widerstand gestoßen. Keiner will sich gerne Selbstwertprobleme oder Störungen der narzisstischen Entwicklung unterstellen lassen. Da jedoch viele Abläufe des Helfersyndroms unbewusst ablaufen, kann sich niemand seiner Sache sicher sein. Eins hat Schmidbauer jedoch ins Rollen gebracht: Durch die Erfindung des Helfersyndroms achten mehr professionelle Helfer auf ihr eigenes Wohlergehen. Auf sich selbst zu achten und gegebenenfalls Fehler einzugestehen, ist einer der wichtigsten Fähigkeiten und Aufgaben eines Beraters. Oftmals lassen sich die Ideale des „perfekten Beraters“ jedoch nur „durch Verleugnung der Wirklichkeit“ aufrechterhalten. Auch ein Helfer muss daher egoistisch denken, denn wer nur gibt, ohne etwas zu erhalten oder ohne für sich zu sorgen, bleibt auf der Strecke und läuft Gefahr des Burnouts. Dabei muss das eigene Wohlergehen nicht im Widerspruch zu den Klienten stehen, denn nur wenn sich ein Berater wohlfühlt und auf eigene Gefühle hört, kann er sich wie geplant, auf den Klienten einlassen.¹⁹⁰ Problematisch wird es in erster Linie dann, wenn der Berater sich von seinen eigenen Gefühlen leiten lässt. Leidet ein Berater unter dem Helfersyndrom, wird er durch die eigene Selbstbestätigung dazu verleitet, den Klienten in eine Hilfeempfängerposition zu drängen, welche die Entwicklung der Selbstständigkeit bei dem Klienten bedrohen kann.¹⁹¹ Der Berater wehrt alles ab, um seine eigenen Bedürfnisse nicht wahrnehmen zu müssen. Er setzt vor allem Abwehrmechanismen wie Introjektion, Reaktionsbildung, Sublimierung und Projektion ein, um Affekte und Triebregungen unbewusst zu machen. Dafür sorgt vor allem das stark ausgeprägte Über-Ich des Beraters. Er läuft Gefahr, dass Klienten merken, dass er die Beratung als Selbstzweck verwendet, was auf Seiten der Klienten zu Widerständen führen kann. Denn Klienten wollen größtenteils selbst entscheiden und nicht von dem Berater bevormundet werden. Leidet der Berater unter einem Helfersyndrom, könnte er den Widerstand auf sich als Person beziehen. Demzufolge fühlt er sich frustriert und abgelehnt, die benötigte Bewunderung und Bestätigung von dem Klienten bleibt aus. Die Situation kann zur Eskalation führen, wenn

¹⁸⁹ ders. 2013, S. 69

¹⁹⁰ vgl. Büttner/Quindel 2013, S. 194

¹⁹¹ vgl. Gabbert 2009, S. 45

der Berater versucht, den Widerstand zu überwinden, um letztendlich doch zu seiner gewollten Bestätigung zu kommen. Der Klient wird weiter um seinen Selbstschutz kämpfen, während der Berater weiter um seine Selbstbestätigung kämpft, was dazu führt, dass keine Lösung erarbeitet wird und die Beratung somit nicht erfolgreich abgeschlossen werden kann.¹⁹²

4.6 Die Abgrenzung von Beratung und Psychotherapie

Die Psychotherapie und die Beratung weisen viele Überschneidungspunkte auf, die rein äußerlich kaum sichtbar sind. Das liegt daran, dass die Abgrenzung von Beratung und Psychotherapie nicht einfach ist, sogar teilweise widersprüchlich erscheint.¹⁹³

Abgrenzen lässt sich die Unterscheidung vor allem im rechtlichen Bereich. In erster Linie ist der Begriff des Psychotherapeuten ein rechtlich geschützter Begriff. Unter Psychotherapie wird eine nonverbal und verbal zwischenmenschliche Interaktion verstanden, bei der das Anliegen ist, Menschen in ihrem Verhalten, ihren Einstellungen oder Denkweisen zu beeinflussen.¹⁹⁴ Das psychotherapeutische Setting wird formalrechtlich im Psychotherapeutengesetz geregelt. Auch die Beratung wird in Gesetzestexten geregelt, jedoch weist der Begriff der Beratung keinen rechtlichen Schutz auf. Um das Setting einer Beratung zu erhalten, müssen nach Kraft folgende Komponenten erfüllt sein: Es müssen zwei Personen mit komplementären Rollen (Klient vs. Berater) und ein Problem, welches der Klient aus seiner momentanen Situation nicht selbst lösen kann, vorhanden sein.¹⁹⁵ Festgelegt werden Aufgaben von Erziehungsberatungsstellen oder Lebensberatungen unter anderem Kinder- und Jugendhilfegesetz, Sozialgesetzbuch und achttes Buch.¹⁹⁶

Im Psychotherapeutengesetz (PsychThG) wird die Psychotherapie als Heilkunde verortet, die sich mit der Behandlung von psychischen Störungen befasst. Dieses anerkannte Verfahren wird von Krankenkassen übernommen und kann nur von approbierten Psychotherapeuten durchgeführt werden. Gekoppelt ist die Approbation an ein Studium der Psychologie oder Medizin.¹⁹⁷ Sie behandelt vor allem Störungen mit einem Krankheitswert, die beispielsweise eine Arbeitsunfähigkeit zur Folge haben.

¹⁹² ebd. 2009, S. 46

¹⁹³ vgl. Boeger 2009, S. 13

¹⁹⁴ vgl. Hoffmann 2005, S. 3

¹⁹⁵ vgl. Kraft 2009, S. 45f

¹⁹⁶ vgl. Warschburger 2009, S. 22ff

¹⁹⁷ vgl. Boeger 2009, S. 13

Die psychosoziale Beratung hingegen findet in einem institutionellen Rahmen kostenlos statt. Sie greift vor allem bei akuten Lebenskrisen ein, bei denen die Bewältigungskapazitäten des Individuums überfordert erscheinen.¹⁹⁸

Die Psychotherapie überwiegt demzufolge im medizinischen Sektor und erzielt somit die Linderung vorhandener psychischer Störungen, während die Beratung in verschiedenen Sektoren vorweisbar ist und eher an die Förderung von Kompetenzen und Ressourcenstärkung zur Prävention von psychischen Störungen arbeitet.¹⁹⁹ Demnach könne man davon ausgehen, dass die Übergänge fließend verlaufen, denn eine formale Abgrenzung zwischen Störungen mit Krankheitswert und Konflikten, die den Betroffenen in seiner Lebenswelt stark beeinträchtigen, sind kaum formal abzugrenzen. Demnach sind im beraterischen sowie im therapeutischen Kontext die gleichen Berufsgruppen anzutreffen.²⁰⁰ Bei beiden ist eine genaue Diagnostik und Analyse notwendig, bei der der Klient für das Liefern von Informationen zuständig ist und den Prozess sowie das Ende wesentlich bestimmt. Dabei greifen beide auf die gleichen Interventionen und Grundkonzepte zurück. In der Psychotherapie sowie in der Beratung finden professionelle Gespräche statt, die dazu beitragen sollen, dass der Klient mehr Klarheit über seine Situation erhält. Es geht hauptsächlich um die Entwicklung persönlicher Ressourcen und die Stärkung der Problemlösekompetenz. Beide Formen können demnach nur erfolgreich sein, wenn sich eine vertrauensvolle Beziehung zu der helfenden Person einstellt. Die Beziehung zwischen den Parteien ist dabei asymmetrisch. Das bedeutet, eine ratsuchende Person fühlt sich in ihrer Situation hilflos und sucht, um Unterstützung zu erhalten, professionelle Hilfe auf. Die Beratung, genauso wie die Therapie, findet in der Regel freiwillig statt. Jedoch kann unter bestimmten Voraussetzungen die Therapie oder Beratung staatlich verordnet werden. Dies ist beispielsweise in der Schwangerschaftskonfliktberatung oder bei einer Therapieauflage für einen Täter bei sexuellem Missbrauch der Fall.²⁰¹

Klare Unterschiede weisen, neben dem rechtlichen Bereich, die Dauer auf. Eine Beratung ist eher kurzfristig angelegt, während eine Therapie über mehrere Jahre angestrebt werden kann. Zu einer Beratung hat jede Person Zugang und sie ist, im Gegensatz zur Therapie, eher niedrigschwellig angelegt. Der Zugang zu einer Psychotherapie stellt sich dabei schwieriger dar und erfolgt nur über ein Gutachten zur Therapiebedürftigkeit, welches von der Krankenkasse genehmigt werden muss. Im Gegensatz zur Beratung hat die Psychotherapie einen kurativen

¹⁹⁸ vgl. Boeger 2009, S. 13

¹⁹⁹ vgl. Warschburger 2009, S. 22

²⁰⁰ vgl. Boeger 2009, S. 13

²⁰¹ vgl. Boeger 2009, S. 14

Anspruch. Sie zielt im Gegensatz zur Beratung auf psychischen und psychosomatischen Krankheiten, Verhaltensstörungen und die Entwicklung der Persönlichkeit ab, während die Beratung nicht auf Heilung ausgerichtet ist, sondern eher Menschen Hilfestellung bietet, bei der Auseinandersetzung mit allgemeinen Lebensproblemen. Darüber hinaus muss sie gewünschte Informationen sachkundig erteilen.²⁰²

Man könnte demnach feststellen, dass Beratung durchaus in eine Therapie übergehen kann oder die Beratung zu einer Therapie motiviert. So kann die Beratung beispielsweise helfen, Erfolge in der Therapie im Alltag des Klienten zu festigen.

Auffallend ist jedoch, dass die Grenzen der Methoden und Interventionen nur schwer voneinander abgegrenzt werden können und eine eindeutige Zuordnung der beiden Formen nicht immer möglich ist. Letztendlich sind beide einer besonderen Reflexion von Machtverhältnissen verpflichtet.

5 Die narzisstische Persönlichkeitsstörung als Machtmissbrauch in der Beratung und Therapie

Die Klienten, die eine Beratung aufsuchen befinden sich in den meisten Fällen in einer Entscheidungsnot oder Orientierungslosigkeit. Daher steht dem Berater eine hohe ethische Verantwortung zu, seine Position im Beratungs – und Therapieprozess nicht auszunutzen und den Klienten somit keinen Schaden zuzufügen.²⁰³ Klienten, die eine Beratung oder Therapie aufsuchen, sehen einen Handlungsdruck und sind infolgedessen sehr empfänglich für Manipulation oder Missbrauch. Dementsprechend sollte das Handeln des Beraters und Therapeuten nicht nur von theoretischen Kenntnissen geprägt sein, sondern auch durch das Wissen von narzisstischen problematischen Sachverhalten.²⁰⁴

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit Macht als Bestandteil des Narzissmus und damit, wie Berater und Therapeuten mit der Ausübung von „Macht“ umgehen. Anschließend wird der Berater und Therapeut als Narzisst näher erläutert, um zum Ende den narzisstischen Machtmissbrauch im Behandlungsprozess näher zu beleuchten.

²⁰² vgl. Boeger 2009, S. 15

²⁰³ vgl. Nußbeck 2014, S. 13

²⁰⁴ dies.2014, S. 24

5.5 Macht als Bestandteil des Narzissmus

„Keine Macht für niemand“, so lautete noch der Slogan der 72er Bewegung. Aber auch die Studenten konnten nicht ganz auf Macht verzichten und formulierten den Slogan in „Die Phantasie an die Macht“ und „Alle Macht dem Volke!“ um.

In der Soziologie wird der Begriff der Macht heute mit einem relationalen Charakter verbunden. Demnach existiert die Macht nur, wenn man sie über etwas oder über jemanden ausübt. Der Soziologe Max Weber definiert die Macht als „jede Chance, innerhalb einer sozialen Beziehung den eigenen Willen auch gegen Widerstand durchzusetzen, gleichviel, worauf diese Chance beruht“.²⁰⁵ Für Kühl und Schnelle hingegen, ist die Macht eine Gestaltungsmöglichkeit, bei der keine klaren und verbindlichen Regeln existieren. Sie sei eher eine „Fähigkeit, entweder für andere Probleme zu lösen oder Hilfe zu verweigern“.²⁰⁶

Luhmann beschreibt die Macht als ein „Kommunikationsmedium, das dazu dient, auf einen Partner, der in seinen Selektionen dirigiert werden soll“, in gewisser Weise Einfluss zu erhalten.²⁰⁷

Somit wird die Ausübung von Macht erst dann problematisch, wenn eine Person die Macht dazu benutzt, eigene unbewusste narzisstische Konflikte auszuagieren oder abzuwehren. Der Narzissmus gehört demnach zu einer zentralen psychischen Voraussetzung zur Ausübung von Macht. Vergessen darf man dabei allerdings nicht, dass die Ausübung von Macht als wirkungsvolles Phänomen für das narzisstische Selbsterleben angesehen ist.²⁰⁸

Die Definitionen von Macht sind so gut wie nie wertneutral. Entweder ein Hierarchieaspekt einer ungerechten Überlegenheit, wie das Ausnützen steht im Vordergrund oder die Assoziationen von höherem Wissen oder größerem Erfolg führen in die Richtung von Macht. Besonders deutlich wird dieses Phänomen an dem Beispiel „notwendiger Autorität“ in der Erziehung, bei dem auch das Sorgen für Abhängige eine erhebliche Rolle spielt.²⁰⁹

Die Macht ist in der Gesellschaft ein Phänomen, welches vor allem ambivalente Gefühle und Wertungen hervorruft. Auf der einen Seite wird die Macht verdammt und entwertet, auf der anderen Seite führt sie unweigerlich zur Faszination. Die Fantasie wird dazu angeregt, von Macht zu träumen, an ihr teilzuhaben oder andere zu beneiden. Diese Gefühle gehen nicht

²⁰⁵ Kernberg/Hartmann 2006, S.160

²⁰⁶ Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 293

²⁰⁷ Kernberg/Hartmann 2006, S. 160

²⁰⁸ vgl. Kernberg/Hartmann 2006, S. 164

²⁰⁹ vgl. Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 292

selten mit Schuldgefühlen einher, die zur Beschwichtigung der Gefühle beitragen sollen, mit der eigenen Vorstellung, unendliche Macht zum Wohl der Gesellschaft einzusetzen. Das Gefühl bewundert zu werden und ein Leben lang auf das Gefühl anderer Menschen angewiesen zu sein, scheint nicht nur ein Phänomen der früheren Kindheit zu sein.²¹⁰ Jessica Benjamin, eine amerikanische Psychoanalytikerin betont, dass die Erfahrung auf andere und deren Wohlsein angewiesen zu sein, zu den schmerzlichsten aber auch glücklichsten Erfahrungen im Leben eines Menschen gehören. Diese Abhängigkeit und Ambivalenz wird als Strategie genützt, um die Ausübung von Macht mit Einfluss des pathologischen Narzissmus, zu entgehen. Ein Subjekt, welches diese Abhängigkeit vor einem Menschen verleugnen versucht, „kann es danach trachten, diese Person mithilfe der Macht zu unterjochen, zu versklaven oder sich in anderer Form gefügig zu machen“.²¹¹ Die andere Person soll demnach dazu gezwungen werden, die Anerkennung auszudrücken, ohne selbst die Anerkennung zu erhalten. Die Anhäufung der Macht führt jedoch dazu, dass das menschliche Urbedürfnis nach Anerkennung und Liebe nicht ersetzt wird und somit nur zum Umformen und ausnützen imstande ist. Die Abhängigkeit wird dadurch verschleiert, ohne sie jemals aufheben zu können. Letztendlich könne man sagen, dass derjenige, der Macht hat, sich durchaus seine Liebe und Anerkennung erzwingen oder erkaufen kann. Benjamin beschreibt dieses Phänomen als Cirulus vitiosus, „je mehr der andere versklavt wird, desto weniger wird er als menschliches Subjekt erfahren, und desto mehr Distanz oder Gewalt muss das Selbst gegen ihn einsetzen“.²¹² Die fehlende Anerkennung führt bei dem Betroffenen letztendlich zu einer „narzisstischen Mangel Erfahrung“ und nach der Definition von Kohut, zu einer „narzisstischen Wut“ die dazu beiträgt, dass die Macht immer mehr gesteigert werden muss. Dieser Prozess führt zu einem Machtcharakter, der sowohl in privaten Beziehungen, in der Politik sowie in beruflichen Bereichen anzutreffen ist.²¹³

5.6 Die Macht des Therapeuten und Beraters

Es scheint in diesem Zusammenhang nicht abwegig, dass Beratern und Therapeuten eine gewisse Macht, oder auch Art von Manipulation, unterstellt wird. Zumindest im positiven Falle durch die Beeinflussung des Klienten im Interesse des Behandlers.²¹⁴ Gleichzeitig ist es

²¹⁰ vgl. Kernberg/Hartmann 2006, S. 160

²¹¹ Kernberg/Hartman 2006, S. 160

²¹² Kernberg/Hartmann 2006, S. 160

²¹³ vgl. Kernberg/Hartmann 2006, S. 160

²¹⁴ vgl. Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 291

selbstverständlich, dass es durchaus auch destruktive Machtpositionen durch den Therapeuten oder Berater gibt. Diese Manipulationen geschehen versteckt oder offen, indem beispielsweise Abhängigkeitsbedürfnisse gefördert werden, oder Abgrenzungen und Bildung von Autonomie erschwert werden. Bestehen können diese Manipulationsformen ebenso durch die einseitige Förderung von Regression.

Um mit dem Problem der Macht konstruktiv umzugehen, sollte zunächst das Bewusstsein für die fundamentale Asymmetrie der Beziehung zwischen den beiden Subjekten geschaffen werden und wenn möglich dem Klienten auch mitgeteilt werden.²¹⁵ Von dem Berater und Therapeut wird in den meisten Fällen ein hohes Maß an Wissen und kommunikativen Fertigkeiten erwartet, mit Deutungen, die durchaus an der Grenzlinie zur Machtausübung angesiedelt sein können.²¹⁶

Darüber hinaus scheinen viele Berater und Therapeuten in ihren Familiendynamiken und Kindheitsmustern dazu geprägt worden zu sein, sich selbst als Person zurücknehmen, um sich optimal auf schwierige Impulse oder bedürftige Eltern einzustellen. Diese Strategie, um die Eltern zu versorgen, kann später zu einer Bevorzugung zu indirekten Formen der Kontrolle und Machtausübung führen. Die Suche nach herrschaftsfreien und konfliktfreien Gebieten „unter Ausblendung des Themas „konstruktiver und destruktiver Gebrauch von Macht“ ist häufig zu beobachten und entspricht dieser früh gelernten defensiven Strategie“.²¹⁷ In der Forschung finden sich dabei vor allem zwei Komponenten wieder. Zum einen legt der Berater oder Therapeut den Fokus einseitig auf Abhängigkeit und Versorgungswünsche des Klienten oder die triebhaften Seiten des Klienten werden als gefährlich wahrgenommen und werden stellvertretend für die ursprünglich bedrohlichen Eltern gezähmt. Zum anderen können Klienten auch dazu hingeführt werden, sich von dem jeweiligen sozialen Feld abzugrenzen und dadurch als Stellvertreter für die nicht bestehenden sozialen Selbstbehauptungskräfte des Therapeuten oder Beraters dienen.

Zu den Merkmalen von Machtbeziehungen gehört das Phänomen, dass die Macht, so weit wie möglich, von dem Berater und Therapeuten verleugnet wird. Das Wissen über die Tatsache, dass es sich bei dem Prozess um eine Beziehung von Macht handelt, wirft die Frage der Legitimität der Beziehung auf. Aber auch die Untergebenen versuchen die Tatsache zu verleugnen, da sie seinen Narzissmus kränkt. Wer jedoch „auf die Machtstrukturen (...)“

²¹⁵ ders. 2005, S. 294

²¹⁶ ebd. 2005 S. 299

²¹⁷ Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 299

hinweist, wird in der Regel diffamiert, er projiziere seinen eigenen Machthunger (...), sei paranoid oder wolle das friedliche Einvernehmen (...) stören.“²¹⁸

Max Weber ist bei der Auseinandersetzung mit dem Begriff der Macht auf Kriterien gestoßen, die die Notwendigkeit von Macht in Organisationen ausmachen. Neben dem Begriff der Macht verwendet er dabei den Begriff der Autorität. Demnach benötigen Personen bei der Ausführung von Macht eine Autorisierung aus drei Quellen:

1. von der Instanz, die die Macht delegiert (in Organisationen der Vorgesetzte, in Vereinen z.B. die Mitgliederversammlung)
2. von „unten“ (Mitarbeiter, die geführt werden, Vereinsmitglieder, die einen Vorstand tragen müssen)
3. von „innen“ (durch das Ich der Person)²¹⁹

Auffällig ist dabei, dass vor allem Beratern und Therapeuten die „Autorisierung von Innen“ meistens fehlt. Infolgedessen fällt es ihnen schwer, die Macht verantwortungsvoll einzusetzen und für sinnvoll erkannte Ziele durchzusetzen.²²⁰

5.7 Berater und Psychotherapeuten in der Rolle des Narzissten

Attraktiv wirken kann der Beruf des Beraters und Psychotherapeuten allerdings vor allem dadurch, dass die narzisstischen Bedürfnisse durchaus im besonderen Maß, dank der Berufswahl, befriedigt werden können.²²¹ Somit hat man es mit Personen zu tun, auf die man sich nicht in gleichberechtigte Beziehungen einlassen muss. Sie fragen nicht nach „wahren“ Motiven und schenken einem die Bewunderung und Anerkennung, die man benötigt. Gleichzeitig scheint es relativ einfach zu sein, unangreifbar zu sein. Wenn Gefahr droht, gibt es genug Strategien, sich unangreifbar zu machen. Beispielsweise kann Kritik des Gegenübers als „Widerstand“ gedeutet werden.

Besonders deutlich wird bei der Reflexion der Berufsgruppe, dass die narzisstische Problematik den Prozess der Therapie und Beratung in einem beträchtlichen Maße beeinflussen kann. Man könnte fast sagen, die Situation sei „narzisstisch aufgeladen“. Die Vorstellung sei unrealistisch

²¹⁸ Bruder-Bezzel 2001, S. 24ff

²¹⁹ Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 293

²²⁰ vgl. Kernberg/Dilz/Eckert 2005, S. 293

²²¹ vgl. Schmidt-Lellek 2002, S. 2

zu glauben, dass ein „kranker“ Mensch immer auf einen „gesunden“ Therapeuten oder Berater trifft, um mit seinen Problemen konstruktiv umgehen zu können. In der Regel ist anzunehmen, dass diese Berufsgruppe Reste von ungelösten Konflikten in sich trägt, die letztendlich das interaktionale Geschehen zwischen den Beteiligten erheblich beeinträchtigen kann.

Problematisch ist dies letztendlich für den Klienten, wenn das wahre Bedürfnis als Person anerkannt und wahrgenommen zu werden, wieder zur Enttäuschung führt. Zum Preis dafür, dass der Berater oder Therapeut sein eigenes Selbstwertgefühl stabilisieren kann.²²²

Das geringe Selbstwertgefühl dieser Menschen führt dazu, dass sie als Bewältigungsstrategie ein übersteigertes Selbstbild entwickeln, das durch die Ausübung von Macht eine Stärkung erfährt.²²³ So liegt es auf der Hand, dass die Gefahr da ist, dass narzisstisch gestörte Therapeuten oder Berater ihre Klienten narzisstisch missbrauchen können. Diese Machtausübung über den Klienten dient der „narzisstischen Gratifikation“. Ein Mensch, der ständig auf der Suche ist, um sein Selbstwertgefühl zu stabilisieren, wird sich immer an diese erreichten Positionen klammern, bei denen die Ausübung von Macht ausgelebt werden kann.²²⁴ So wird der Narzissmus nicht zu einem allein individuellen Problem, sondern ist vor allem ein Phänomen, an dem mehrere Personen beteiligt werden können.²²⁵

Wilhelm Reich unterscheidet dabei zwei narzisstische Typen. Den phallischen Narzissten, der eine übersteigerte Selbstsicherheit ausstrahlt, um sein Minderwertigkeitsgefühl zu kompensieren und den zweiten Typus des Narzissten, genau dem Gegenteil, der unter manifesten Minderwertigkeitsgefühlen leidet, hinter dem allerdings latente Größenphantasien lauern. Jürg Willi ergänzt die Theorie und spricht vom phallischen und komplementär – Narzissten, die einer Kollusion entspricht.²²⁶ Eine „Kollusion“ meint ein uneingestandenes, voneinander verheimlichtes Zusammenspiel zweier oder mehrerer Partner aufgrund eines gleichartigen, unbewältigten Grundkonfliktes. Der gemeinsame unbewältigte Grundkonflikt wird in verschiedenen Rollen ausgetragen, was den Eindruck entstehen lässt, der eine Partner sei geradezu das Gegenteil des anderen. Es handelt sich dabei aber lediglich um polarisierende Varianten des Gleichen“.²²⁷

²²²ders. 2002, S. 2

²²³ vgl. Wirth 2007, S. 88

²²⁴ vgl. Kernberg/Hartmann 2006, S. 165

²²⁵ vgl. Schmidt- Lelleck 2002, S. 7

²²⁶ Kernberg/Hartmann 2006, S. 165

²²⁷ Schmidt-Lelleck 2002, S.9

Kohut und Wolf entwickelten Typologien von narzisstischen Persönlichkeiten, die die Beziehungsstrukturen der Betroffenen verdeutlichen sollen. Die ersten 3 Charaktertypen sind aber nicht pathologisch und können als Varianten angesehen werden, die zu einer normalen menschlichen Persönlichkeit dazugehören. Im Gegensatz dazu werden die letzten beiden Typen zu dem pathologischen Narzissmus zugeordnet.

- (1) *Nach Spiegelung hungernde Persönlichkeiten* sind nach Kohut und Wolf Persönlichkeiten, die gierig nach Selbstobjekten sind. Diese sind dafür zuständig, das eigene Selbst zu ernähren. Sie erregen dabei gerne die Aufmerksamkeit von anderen, denn dadurch können sie es schaffen, dem Gefühl von Wertlosigkeit und Minderwertigkeit entgegenzuwirken.
- (2) *Nach Idealen hungernde Persönlichkeiten* definieren Kohut und Wolf Menschen, die danach suchen, durch ihre Macht, Schönheit und Intelligenz von der Umwelt bewundert zu werden. „Sie sind nur so lange fähig, sich als wertvoll zu erleben, wie sie sich mit Selbstobjekten in Verbindung zu bringen vermögen, zu denen sie aufblicken können.“²²⁸
- (3) *Alter-ego-hungrige Persönlichkeiten* hingegen „brauchen eine Beziehung zu einem Selbstobjekt, das, indem es der Erscheinung, den Meinungen und Werten des Selbst entspricht, die Existenz, die Realität des Selbst bestätigt (...) Beziehungen, in denen jeder Partner die Gefühle des Anderen erlebt, als seien es seine eigenen.“²²⁹ Diese Beziehungen finden meist kurzlebig statt.
- (4) *Nach Verschmelzung hungernde Persönlichkeiten* sind Menschen, die ihre Selbstobjekte kontrollieren wollen, um so eigene Bedürfnisse zu erlangen. Ihr Selbst ist so sehr geschwächt, dass sie die Selbstobjekte benötigen, um eine fehlende Struktur des Selbst zu ersetzen. Sie erleben den jeweils Anderen als einen Teil des eigenen Selbst und können den Freiraum des ausgesuchten Selbstobjektes kaum ertragen. Trennungen können sie nur schwer meistern, sie fordern und erwarten von ihrem Gegenüber beständige Anwesenheit.
- (5) *Kontaktvermeidende Persönlichkeiten* hingegen isolieren sich von jeweils anderen. Sie isolieren sich aber nicht, weil sie kein Interesse haben, sondern gerade im Gegenteil: Das Bedürfnis nach Nähe der anderen erleben Betroffene besonders intensiv. „Die Intensität ihres Bedürfnisses führt nicht nur dazu, dass sie sehr empfindlich gegen

²²⁸ ders. 2002, S.7

²²⁹ Schmidt – Lelleck 2002, S. 7

Zurückweisung sind, (...) sondern auf tieferen und unbewussten Ebenen auch zu der Befürchtung, die Reste ihres Kern – Selbst würden von der ersehnten, allumfassenden Vereinigung verschluckt und zerstört werden“.²³⁰

Anhand dieser Überlegungen könnte man sich in einem Behandlungsprozess einen Klienten vorstellen, der nach dem zweiten Charaktertyp die Idealisierung mit einem Anderen, in diesem Fall mit dem Berater oder Therapeuten, sucht. Der Therapeut, der hingegen zu der Gruppierung des ersten Charaktertyps zugehörig ist, fühlt sich von dem Anderen, in diesem Fall vom Klienten, bewundert. Oberflächlich gesehen würden bei dieser Beziehungskonstellation beide Bedürfnisse von den Beteiligten befriedigt werden. Der Berater oder Therapeut braucht den Klienten, um sich seinen eigenen Wertes zu vergewissern, und der Klient selber benötigt den Helfenden, um sich durch eine Teilhabe an dessen Großartigkeit selbst als großartig zu erleben. Auf lange Sicht ist es jedoch schwierig, diese kreative, sachbezogene und lösungsorientierte Arbeitsbeziehung aufrechtzuerhalten. So ist die Wahrscheinlichkeit, dass bei einer solchen Konstellation die Wahrnehmungsfähigkeit und die persönliche Entwicklung blockiert ist, besonders hoch. Denn dem Berater oder Therapeut gelingt es kaum, Kritik des Klienten zu ertragen, weil er dadurch sein Selbstbild in Gefahr sieht. Während der Klient vermutlich nur Aussagen tätigt, die dem Behandelnden gefallen und im schlimmsten Fall nur noch so empfindet und urteilt, wie es der Berater oder Therapeut von ihm verlangt.²³¹

Berater und Therapeuten müssten genug Ich – Stärke haben sich, davon abzugrenzen und dadurch das Wohl im ganzen Geschehen im Auge haben. Jedoch werden sie oft durch ihre narzisstische Bedürftigkeit daran gehindert.²³²

5.8 Der narzisstische Machtmissbrauch in Beratung und Therapie

Lange Zeit war der Narzissmus des Therapeuten oder Beraters ein Tabuthema. Inzwischen trauen sich einige Autoren, sich dieses Thema anzunehmen.

Der narzisstische Missbrauch ist nicht nur die vielseitigste und häufigste Form von Missbrauch, sondern die Grundform aller Arten. Die indirekten und subtilen Ausprägungen sind beim

²³⁰ ebd. 2002, S.7

²³¹ vgl. Schmidt – Lelleck 2002, S. 9

²³² vgl. Kernberg/Hartmann 2006, S. 166

narzisstischen Missbrauch oft sehr schwer durchschaubar und abwendbar.²³³ Intelligente Klienten durchschauen den Narzissmus des Behandelnden, die meisten scheitern jedoch an dem narzisstischen Gebaren der Therapeuten und Berater.²³⁴

Christina Schulte versucht, die Problematik des narzisstischen Missbrauchs zusammenzufassen als: „alle Einstellungen, Rollen und Handlungen, durch die ein Therapeut seine Klientin und ihre Abhängigkeit von ihm dafür benutzt, seine eigenen Bedürfnisse zu befriedigen bzw. derart in den Vordergrund zu stellen, daß die Therapieziele und Wachstumsprozesse der Klientin ins Hintertreffen geraten oder gar verraten werden“.²³⁵ Nach Schulte ist diese Art des Missbrauchs eine Gewaltanwendung, die zu einer umfassenden Symbiose zwischen den Beteiligten führen kann. Der Therapeut oder Berater, „der ein undifferenziertes, oft idealisiertes „Wir“ überbetont und ein geäußertes „Ich“ der Klienten entweder überhört, bagatellisiert, entwertet, bestraft oder nur insoweit zulassen kann, als es seiner eigenen Aufwertung dient.“²³⁶ In den meisten Fällen wird der Missbrauch aufgrund der Symbiose vom Klienten nicht wahrgenommen, obwohl dieser Prozess zu einem erheblichen Ich-Verlust und zu einer immer weniger voranschreitenden Lebendigkeit, Autonomie und Bindungsfähigkeit führen kann.²³⁷ Kernberg weist darauf hin, dass von Machtmissbrauch schon dann gesprochen werden kann, wenn der Mächtige den schwächeren dafür nutzt, seine eigenen Interessen und Bedürfnisse zu befriedigen, die letztendlich seinen pathologischen Narzissmus dienen.²³⁸ Weber impliziert in seiner Definition vor allem den Zusammenhang zwischen Narzissmus und Macht. Machtmissbrauch stellt für ihn „ die Sünde gegen den heiligen Geist seines Berufs aber beginnt da, wo dieses Machtstreben unsachlich und ein Gegenstand rein persönlicher Selbstberauschung wird, anstatt ausschließlich in den Dienst der Sache zu treten“.²³⁹ Der Machtmissbrauch von Therapeuten gehört demzufolge nach neuen Untersuchungen zur Qualitätssicherung zu den wesentlichsten Ursachen für Therapieschäden.²⁴⁰

Eine narzisstisch aufgeladene Therapiesituation, in der Berater und Therapeuten beständig mit Problemen von Wertigkeit und Entwertung zu tun haben, ist einer Art psychischer „Infektionsgefahr“ ausgesetzt. Schaut man sich die narzisstischen Beziehungsstrukturen mit den verbundenen Atmosphären näher an, liegt eine Verführung von Beratern und Therapeuten, sich

²³³ vgl. Sonntag 1995, S. 38

²³⁴ vgl. Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 286

²³⁵ Sonntag 1995, S. 38

²³⁶ dies. 1995, S. 38

²³⁷ vgl. Sonntag 1995, S. 38

²³⁸ vgl. Kernberg/Hartmann 2006, S. 162

²³⁹ Wirth 2007, S. 86

²⁴⁰ vgl. Wirth 2007, S. 86

unbewusst mit einem idealisierten Bild zu identifizieren, sehr nahe. Dadurch kann die Wahrnehmung von eigenen Widersprüchen, Konflikten und Ängsten vernachlässigt werden.²⁴¹ Ebenso gibt es für Professionelle im psychosozialen Bereich einen „Zwiespalt zwischen hohen Anforderungen und niedriger Erfolgsresonanz“.²⁴² Dadurch ist der Wert der eigenen Arbeit nicht wirklich messbar und ungewiss, wodurch das Bedürfnis nach kompensatorischen Aufwertungen entstehen kann. Eine Kompensation könne daher das Bestreben sein, schnelle Effekte in der Beratung oder Therapie zu erzielen. Dabei ist zu beachten, ob die erzielten Effekte wirklich dem Bedürfnis des Klienten entsprechen oder eher dem narzisstischen Machtbedürfnis des Beraters oder Therapeuten. Wenn man jedoch den Klienten zum Therapieerfolg drängt, indem der Klient beispielsweise seine fantasierte Grandiosität aufgeben muss, könnte dies die „verdrängten narzisstischen Bedürfnisse des Patienten noch tiefer in die Verdrängung treiben.“²⁴³

Besondere Achtung gilt den Übertragungsphänomenen. Die Übertragung ist im tiefenpsychologisch orientierten Konzept ein wichtiger Bestandteil des Behandlungsprozesses, die in der Therapie sowie in der Beratung Anwendung findet. Eine Übertragung ist ein Gefühl, welches der Klient bei dem Berater oder Therapeuten auslöst. Demzufolge werden verdrängte Gefühle aus der Kindheit unbewusst auf neue soziale Beziehungen übertragen.²⁴⁴ Diese kann allerdings schnell zu einer großen narzisstischen Versuchung werden, weil Therapeuten und Berater es schaffen müssen, die Beziehung, die im Grunde genommen eine Übertragung aus einer lebensgeschichtlich zurückliegender Gefühlsbeziehungen darstellt, zuordnen müssen. Das ist eine große Herausforderung, da narzisstische Frustrationen durch frühere Bezugspersonen beim Therapeuten dazu führen können, dass er sich in „Übertragungsbeziehungen“ eine spätere Erfüllung wünscht und demzufolge einen großen Nachholbedarf durch liebevolle Anerkennung besteht.²⁴⁵ Das bedeutet, wenn der Therapeut oder Berater „narzissmusbedürftig“ ist, nutzt er seine Berufswahl vorwiegend, um narzisstische Defizite über die liebevolle Identifizierung mit dem Klienten zu verarbeiten. Dem Behandelnden könnte es durchaus schwerfallen, zwischen Übertragungen und den Gefühlsreaktionen des Klienten zu differenzieren. Die Versuchung, vom Klienten „narzisstisch gefüttert“ zu werden, scheint

²⁴¹ vgl. Schmidt–Lellek 2002, S.10

²⁴² ders. 2002, S. 11

²⁴³ ebd. 2002. S. 11

²⁴⁴ vgl. Tenorth/Tippert 2012, S. 723

²⁴⁵ vgl. Kerberg/Dulz/Eckert 2005, S. 287

durchaus präsent zu sein. Die Gefahr, Übertragungsphänomene zu missbrauchen, um das narzisstische Selbstkonzept zu retten, besteht allgegenwärtig. Um solche Übertragungsphänomene nicht zu missbrauchen, ist eine reife Grundhaltung gefordert. Die liebevollen Zuwendungen von dem Klienten und die daraus resultierenden narzisstischen Befriedigungen sind demnach legitim, wenn sie durch den Berater oder Therapeut mit einer „reifen Resignation“ oder Wehmut verbunden sind. Gefährdet wird der Behandlungsprozess nur, wenn sich die Behandelnden nicht im Klaren über die eigenen narzisstischen Bedürfnisse oder narzisstischen Kränkungen sind.²⁴⁶

Übertragungen können aber nicht nur die positive Zuwendung in einem Behandlungsprozess widerspiegeln, sondern auch „Übertragungsaggressionen“. Dies sind Gefühle, die ebenso mit den früheren Bezugspersonen zusammenhängen und vom Berater oder Therapeuten als Angriff gegen sein narzisstisches Selbstbewusstsein zu verstehen sind. Kann in solch einem Falle der Behandelnde sein Idealselbst in die Interaktion mit seinem Klienten integrieren, kann der Behandlungsprozess erfolgreich sein. Henseler beschreibt in diesem Zusammenhang: „Dieses sogenannte Idealselbst ist ein kleiner Privatwahn, den wir uns gönnen, weil wir ohne ihn nicht leben können“.²⁴⁷

Demzufolge sind die Übertragungsphänomene in zweifacher Sicht mit einer narzisstischen Gefährdung verbunden. Zum Einen kommt es zum Scheitern des Behandlungsprozesses, wenn der Berater oder Therapeut die negativen Übertragungsaktivitäten des Klienten nicht richtig deutet und mit Ablehnung und Aggression reagiert. Zum Anderen, wenn das genaue Gegenteil eintritt und der Behandlungsprozess dadurch zum Scheitern verurteilt sein kann, „dass er den realen Anteil in den kritischen Aktivitäten des Patienten, die das zerbrechliche Gebilde seiner unrealistischen Vorstellungen von der eigenen therapeutischen Potenz gefährden, nicht akzeptieren kann und nun versucht, der schmerzlichen Einsicht in eigene Defizite und Kompetenzmängel mit der tröstlichen Entlastung >> Das ist ja doch alles nur Übertragung<< zu entgehen“.²⁴⁸

Weitaus schlimmer ist die Situation, wenn Aggressionen mit der Sicherung und Erhaltung des Narzissmus einhergehen. Der Klient kann schnell zum Objekt der Aggressionsabfuhr werden, dem sich der Behandelnde allerdings nicht bewusst ist.

²⁴⁶ ebd. 2005, S. 287

²⁴⁷ Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 287

²⁴⁸ ders. 2005, S. 288

Durchaus kann im Behandlungsprozess sogar das infantile Größenselbst des Klienten durch eine Spiegelübertragung des Behandelnden im Prozess gefördert werden. Die Rolle des „narzisstisch idealisierten allmächtigen Objektes“ muss jedoch von dem Berater oder Therapeuten ausgehalten werden. Dieses Übertragungsgeschehen wird als „idealisierte Übertragung“ bezeichnet. Die Gefahr besteht in diesem Wechselspiel allerdings dadurch, dass die Behandelnden sich gegenseitig in ihrer Grandiosität bestätigen wollen. Nach Jürg Willi besteht dabei eine Zweierbeziehung analog zur „narzisstischen Kollision“.²⁴⁹ Beide ziehen aus dieser Beziehung ihren eigenen narzisstischen Nutzen. Der Therapeut und Berater erhält die benötigte Bewunderung und der Klient erhält die Identifikation mit dem idealisierten Größenselbst durch den Therapeuten.²⁵⁰

Richter geht mit seiner Aussage noch weiter indem er behauptet, der Patient soll werden, wie sich der Berater oder Therapeut selbst sieht. Dieses Substitut für einen Aspekt des eigenen Selbst bezeichnet Richter als „narzisstische Projektion“.²⁵¹ Er geht davon aus, dass diese Kollision zu einer narzisstischen Union führt, die zu einem „ozeanischem Glücksgefühl, einem Urzustand, der durch keine Subjekt-Objekt-Spaltung getrübt wird“, führt.²⁵² Zudem ergänzt er, dass der Klient die unerfüllten Wünsche des Behandelnden verwirklichen soll. Richter verdeutlicht, dass dieses Phänomen der narzisstischen Projektion besonders bei den sogenannten Lieblingsklienten auftritt. Dabei nimmt er voller Bewunderung an dem Erfolg des Klienten teil und idealisiert die Eskapaden, weil er selbst gerne so geworden wäre wie der Klient. Nach Richter sind es „unerfüllte narzisstisch – exhibitionistische Bedürfnisse und unerfüllte Karrierewünsche, die sie ihren Patienten zur stellvertretenden Realisation aufbürden, bzw. die sie – weder bei ihren Patienten noch bei sich selbst – kritisch analysieren können“.²⁵³ Häufiger scheint jedoch genau das Gegenteil einzutreten. Der Therapeut oder Berater bietet sich selbst als Ideal an oder drängt es dem Klienten auf, um das brüchige Selbstwertgefühl durch die bewunderte Abhängigkeit stabilisieren zu können.

Richter hält es ebenso für möglich, dass der Klient zu einem Substitut bzw. Sündenbock für die negative Identität des Beraters oder Therapeuten wird. So soll der Klient den Selbstanteil des Behandelnden, den er selbst verleugnet oder ablehnt, ausleben. Aus dieser Rolle kann der

²⁴⁹ ebd. 2005, S. 288

²⁵⁰ vgl. Wirth 2007, S.93

²⁵¹ vgl. Wirth 2007, S. 90

²⁵² vgl. Wirth 2007, S. 90

²⁵³ Wirth 2007, S. 90

Berater oder Therapeut aus zweierlei Hinsicht positives für sich entnehmen. Zum Einen kann er durch diese Projektion verdrängter Impulse erreichen, dass er sich eine teilweise schuldfreie Ersatzbefriedigung in der Fantasie verschafft. Beispielsweise dringt er in das Sexualleben des Klienten ein, um eigene verleugnete sexuelle Bedürfnisse zu befriedigen.²⁵⁴ Zum Anderen führt er durch vorwurfsvolle und moralisierende Interpretationen die Selbstbestrafungstendenzen, für strafende Deutungen, ab. Richter vermutet, dass schwache Selbstanteile auf den Klienten projiziert werden, die durch die narzisstische Kränkung zur Ausübung von Macht führen. Dabei war der Berater oder Therapeut selbst einmal der Unterworfene, der in seinem Willen gebrochen und dessen Selbstachtung beschädigt wurde. Nun bestehe beim Berater oder Therapeuten das Bedürfnis, dass Klienten die gleiche Schmach durchleben müssen, die man selbst erlebt hat. Ganz unter dem Motto „Wenn ich so gelitten habe, warum soll es dann anderen besser gehen?“²⁵⁵

Darüber hinaus kann es dem Behandelnden ebenso darum gehen, dass der Klient einen vergangenen oder gegenwärtigen Partner des Beraters oder Therapeuten ersetzen soll. Dieses Rollenmuster kommt in einer Form vor, wenn der vereinsamte Therapeut oder Berater gleichsam nur noch mit und über seinen Klienten im realen sozialen Leben teilnimmt, und kann bis zum sexuellen Missbrauch gehen. Es ist somit nicht selten der Fall, dass Therapeuten und Berater ihr gesamtes Leben nur noch in beruflichen Beziehungen suchen, weil ein befriedigendes Privatleben nicht vorhanden ist. Wenn dieses Rollenmuster mit sexuellem Kontakt verbunden ist, spricht Hirsch von einem realen sexuellen Missbrauch. Sind nur sexuelle Wünsche und Fantasien vorhanden, die von dem Berater oder Therapeuten jedoch nicht ausgeführt werden, aber große negative Bedeutungen für die psychische Entwicklung des Klienten ausweisen, nennt Hirsch dies den latenten Missbrauch. „Das atmosphärisch-verführerische Bündnis zwischen Therapeut und Patient führt beim Patienten zu einer unauflösbaren Konfusion zwischen den eigenen inzestuösen Fantasien, den als Kind erlebten realen Übergriffen bzw. abrupten Zurückweisungen, der realen sowie der Übertragungsbeziehung zwischen Patient und Therapeut – eine Konfusion, die psychotische Erlebnisqualität hat.“²⁵⁶

Der Klient kann ebenso der Repräsentant der eigenen Eltern oder Elternfiguren für den Berater oder Therapeuten sein. Eine nicht erhaltende Liebe und Anerkennung von der elterlichen Figur,

²⁵⁴ vgl. With 2007, S. 91

²⁵⁵ Wirth 2007, S.91

²⁵⁶ Wirth 2007, S. 92

die vom Therapeuten oder Berater vermisst und nicht richtig bewältigt wurde, könne dazu führen, dass die Behandelnden dazu neigen, diese Dankbarkeit, Bewunderung und Liebesbeweise von dem Klienten zu erwarten. Damit benutzen die Berater und Therapeuten den Klienten als Liebesquelle für sich selbst. Oftmals fühlen sich Klienten von solch einem Therapeuten sehr angenommen, ohne unbedingt zu merken, dass der Berater oder Therapeut den Klienten nicht so annimmt, wie es notwendig wäre und er in den Klienten einen Spender von Dankbarkeit sucht.²⁵⁷

Schmidt –Lellek spricht dabei von einer „Umkehrung der Spiegelfunktion“, bei der der Berater oder Therapeut den Klienten dafür nutzt, um seinen eigenen Wert zu vergewissern und sich als wertvolles und mächtiges Wesen bestätigt zu fühlen. Johnson hingegen verdeutlicht in diesem Zusammenhang, „dass sich beide Partner des therapeutischen Geschehens gegenseitig zu Objekten ihrer eigenen Bedürfnisse machen, ohne sich also auf eine wirkliche dialogische Begegnung einzulassen“.²⁵⁸ Für den Klienten können sich dadurch Erfahrungen wiederholen, nicht geliebt zu werden als Kind und schon zu diesem Zeitpunkt als „Funktion“ existiert zu haben.²⁵⁹

Ein weiterer wichtiger Aspekt der narzisstischen Problematik ist die Bedeutung der Geschlechtsidentität. Eine Beraterin oder Therapeutin, die sich mit dem weiblichen Geschlecht aus unterschiedlichen Gründen nicht identifizieren konnte, könnte durch die nie verheilenden inneren Wunden und Defizitgefühlen den Wunsch haben, die überlegene Position als Beraterin oder Therapeutin zu nützen, um alte Rechnungen zu begleichen, vordergründig gegenüber männlichen Klienten. Besondere Achtung besteht in diesem Zusammenhang auch dann, wenn sie auf eine weibliche Klientin trifft, die beispielsweise Partnerprobleme vorweist, und sie zu identifizierenden Aktivitäten motiviert wird, die stellvertretend für die Beraterin oder Therapeutin realisiert ist. Dann kommt es zu einer unbewussten narzisstischen Determinierung der Interaktion. Die eigene narzisstische Problematik wird somit an die Klientin delegiert. Solche Strukturelemente sind ebenso bei dem männlichen Geschlecht vorzufinden. Das liegt zum einem daran, dass der Beruf des Therapeuten oder Beraters sich sehr dafür eignet, Minderwertigkeitsgefühle zu kompensieren und gegebenenfalls auch zu überkompensieren.²⁶⁰

²⁵⁷ vgl. Wirth 2007, S. 92

²⁵⁸ Schmidt – Lellek 2002, S. 8

²⁵⁹ vgl. Schmidt – Lellek 2002, S. 8

²⁶⁰ vgl. Kernberg/Dulz/Eckert 2002, S. 289

Schulte ist der Meinung, dass formelle Rollen durch die Schaffung von Komplizenschaft verwischen, beispielsweise durch Informationen über Intimitäten aus dem Privatleben unter Betonung des Schweigegebotes. Nach Schulte ist diese Form des Machtmissbrauchs ein Machtgefälle, welches bei dem Klienten zu einer Rollendiffusion und Identitätsverunsicherung führen kann. Sie hat Therapierisiken entwickelt, von denen im Folgenden nur die wichtigsten vorgestellt werden, die weitreichende Folgen haben können:

1. „die gerade zum Therapieanlaß gewordenen Abgrenzungsprobleme können im Prozeß der malignen Symbiose zunehmen.
2. Durch das oft indirekte Wahrnehmungs- und Fühlverbot kann es zur Abspaltung wichtiger Persönlichkeitsanteile kommen.
3. Durch den hohen Anpassungsdruck sinken Selbstwahrnehmung, Selbstwertgefühl und Selbstachtung.
4. Das erfahrene Wechselspiel von Nähe und Distanz, von Rolle und Gegenrolle, von „gut“ und „böse“ erscheint als Normalität und wird in anderen Beziehungen fortgeführt.
5. Durch das Verbleiben der verwirrenden Wechselrollen im Unbewußten oder Halbbewußten wird eine klare Identitätsentwicklung behindert, bleiben besonders sogenannte „negative“ Gefühle unartikulierte, können notwendige Individualisierungs- und Autonomieschritte nicht getan werden und wird entsprechend eine Loslösung vom Therapeuten extrem erschwert.“²⁶¹

Ob bei dem Klienten im Anschluss einer Therapie schwerwiegende Folgen eintreten, hängt nicht nur von den Missbrauchsformen ab, sondern auch von der therapeutischen Beziehung von Übertragungen, den biografischen Vorerfahrungen sowie von den aktuellen Lebensbedingungen. Dennoch liegt die alleinige Verantwortung für alle Formen des Machtmissbrauchs beim Berater oder Therapeuten und seinen vorbeugenden Maßnahmen.²⁶²

Für angehende Berater und Therapeuten gehört es demzufolge dazu, sich mit seinen eigenen narzisstischen Anteilen zu befassen, sie wahrzunehmen und gegebenenfalls in den Behandlungsprozess zu integrieren. Ist diese Auseinandersetzung erfolgreich, können die narzisstischen Anteile zu einem wertvollen Element der beruflichen Kompetenz werden. Freud

²⁶¹ vgl. Sonntag 1992, S. 41f

²⁶² ders. 1994, S. 44

sagte schon in diesem Zusammenhang, „dass jeder Psychoanalytiker nur so weit kommt, als seine eigenen Komplexe und inneren Widerstände es gestatten“.²⁶³

5.9 Wege aus der narzisstischen Verstrickung

Um der narzisstischen Verstrickung den Rücken zu kehren, ist die Reflexion der eigenen Haltung Voraussetzung. Es gilt dabei zum Einen, sich immer wieder von der Rolle des Anderen zu distanzieren. Das bedeutet, dass die Rollenidentifikationen und Rollendistanzen sich in einem Gleichgewicht befinden sollen. In der Regel hilft dabei das Bewusstsein, dass prinzipiell auch eine umgekehrte Rollenkonstellation möglich wäre und die andere Person als Mensch eigentlich ebenbürtig und gleichberechtigt ist. Helfen kann dabei ein Teil Selbstironie und Humor. Wichtig ist in diesem Zusammenhang aber vor allem die Fähigkeit unabhängig von der Berater - oder Therapeutenrolle ein realistisches Selbstwertgefühl zu entwickeln. Es empfiehlt sich daher, darüber hinaus parallel einen anderen Beruf auszuüben, um sich psychisch als auch ökonomisch unabhängiger von den Klienten zu werden.

Dabei kann man die Bewunderung des Klienten prinzipiell annehmen, solange dies nicht zu einem Suchtphänomen wird, denn Sucht ist eine Abhängigkeit und kann somit den Veränderungsprozess von Klienten behindern.²⁶⁴

Die Psychotherapeutenkammer sieht immer mehr die Notwendigkeit, ein offensiveres Verhältnis von „Macht“ zu erhalten und damit gleichzeitig verdeckte Formen von Machtmissbrauch offenzulegen und zu bekämpfen.²⁶⁵

Wer ausschließlich in der beraterischen oder psychotherapeutischen Welt lebt, wird keine neuen Erfahrungen sammeln, nicht seinen Horizont erweitern und womöglich seine Fähigkeiten zur Selbstreflexion früher oder später einbüßen. Das Gleiche gilt, wenn der Kontakt nur durch gleichgesinnte Professionelle beschränkt ist. Diejenigen, die sich den infantilisierenden Ausbildungsbedingungen angepasst haben, ohne Widersprüche zu leisten, vollziehen den Anpassungsmechanismus und sind besonders gefährdet.

Der beste Schutz, um sich vor Machtmissbrauch zu schützen, ist in erster Linie die Reflexion der eigenen Arbeit in Intervision. Diese Reflexion kann auf verschiedenen Wegen geschehen, wie

²⁶³ Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 290

²⁶⁴ vgl. Schmidt – Lelleck 2002, S. 15

²⁶⁵ vgl. Kernberg/Dulz/Eckert 2005, S. 301

beispielsweise durch Supervision, Eigenanalyse, Teamgesprächen oder Fortbildungen. Eine wichtige präventive Maßnahme stellt ebenso der fachliche Austausch mit Kollegen von anderen psychosozialen, therapeutischen oder sozialen Einrichtungen dar. Dadurch ist es möglich, sich über unterschiedliche Menschenbilder auszutauschen und zu diskutieren, um so eine Bereicherung der Vorstellungskraft zu erhalten, was Menschsein eigentlich ist. Diese Erkenntnis könnte letztendlich dazu führen, dass narzisstische Allmachts – und Ewigkeitsfantasien verringert werden.²⁶⁶ Dazu gehört auch die Akzeptanz der eigenen Endlichkeit und Fehlbarkeit des eigenen Handelns und Denkens. Was voraussetzt, dass man sich seines Selbst sicher ist. Schmidt – Lellek beschreibt jedoch als übergreifende Orientierung, das Bemühen einer dialogischen Grundhaltung als einen Weg aus der narzisstischen Verstrickung. Damit meint er das Bewusstsein und die „Anerkennung der Tatsache, dass *das Andere* (also das jeweilige Erkenntnisproblem) und *der Andere* (also der jeweilige Dialogpartner) den eigenen Erkenntnisbemühungen letztendlich unverfügbar bleiben“.²⁶⁷

²⁶⁶ vgl. Wirth 2007, S. 96f

²⁶⁷ Schmidt- Lellek 2002, S. 16

6 Fazit

Das Ziel dieser Arbeit war, den Wahrheitsgehalt des oben genannten Zitates „Man wird nicht Therapeut ohne narzisstisches Grundproblem“ (Schmidt – Lellek), zu belegen. Zu diesem Zweck wurden zunächst unbewusste dynamische Prozesse und Hintergründe des Narzissmus beschrieben. Anschließend wurde durch hinführende Kapitel auf den Machtmissbrauch in der Beratung und Psychotherapie hingewiesen.

Im Fokus der Überlegungen standen vor allem Auswirkungen, die in der Beratung oder Psychotherapie auftreten können, wenn man den Wahrheitsgehalt des oben genannten Zitates vermutet.

Die dargestellten Ergebnisse bewahrheiten die Aussage von Schmidt – Lellek, dass Berater und Psychotherapeuten mit hoher Wahrscheinlichkeit narzisstische Anteile aufweisen können. An dieser Stelle muss man allerdings besonders betonen, dass nicht jeder Berater oder Therapeut an einem pathologischen Narzissmus leiden muss, sondern dass der Narzissmus bei jedem Einzelnen unterschiedlich ausgeprägt sein mag. Hieraus ergibt sich, dass der Narzissmus erst problematisch wird, wenn er zu Missbrauch und Abhängigkeit führt.

Um diese Frage eindeutig beantworten zu können, bedarf es weiterer Untersuchungen. Unumstritten ist dabei nicht, dass es bisher zu wenig Forschungsstudien und Literaturhinweise zu diesem Sachverhalt gibt. Hier sei nochmal hervorgehoben, wie wichtig es ist, Berater und Therapeuten über diese Problematik des narzisstischen Machtmissbrauches aufzuklären, um zur Reflexion zu gelangen. Dadurch können persönliche narzisstische Anteile berücksichtigt werden, um narzisstischem Machtmissbrauch entgegenwirken zu können. Insgesamt lässt sich daraus der Schlusstrich ziehen, dass narzisstischer Machtmissbrauch teilweise unbewusst geschieht, da professionelle Helfer zu wenig auf diese Problematik hingewiesen werden und somit nur selten reflektieren. Denn eines steht fest: Wenn der Berater oder Therapeut sich nicht verändert und heilsam mit sich selbst umgeht, wird der Klient es auch nicht lernen. Insofern bleibt zu hoffen, dass sich in Zukunft mehr Wissenschaftlicher mit dieser Thematik befassen, um so auf dieses Geschehen aufmerksam zu machen und Machtmissbrauch entgegenzuwirken.

Literatur- und Quellenverzeichnis

- Asper, A. (1990). Verlassenheit und Selbstentfremdung. Neue Zugänge zum therapeutischen Verständnis. Deutscher Taschenbuch Verlag. München.
- Belari, N. (2007). Beratung. Eine sozialpädagogische Einführung. 5. Auflage. Juventa Verlag. Weinheim, München.
- Boeger, A. (2009). Psychologische Therapie – und Beratungskonzepte. Kohlhammer Verlag. Stuttgart.
- Bürgi, A. (2006). Teil II Metamethodik der Beratung. Teil IV Beratung als methodisch geleitetes Tun. Beratung als strukturierter und kreativer Prozess. Ein Lehrbuch für die Praxis für die Praxis. Verlag Vandenhoeck & Ruprecht. Göttingen.
- Büttner/Quindel (2013). Gesprächsführung und Beratung: Sicherheit und Kompetenz im Therapiegespräch. 2. Auflage. Heidelberg.
- Bruder-Bezzel A, Bruder K-J (2001). Auf einem Auge blind. Die Verleugnung der Macht in der Psychoanalyse. Individualpsychologie.
- Damman/Sammet/Grimmer (2012). Narzissmus. Theorie, Diagnostik, Therapie. Kohlhammer GmbH. Stuttgart.
- Dietrich, G. (1991). Allgemeine Beratungspsychologie. Eine Einführung in die psychologische Theorie und Praxis der Beratung. 2. Auflage. Göttingen.
- Dilling/Freyberger (2016). ICD-10. Taschenführer zur ICD-10-Klassifikation psychischer Störungen. 8. Auflage. Hogrefe Verlag. Bern.
- Dryden/Feltham, (1994). Psychologische Kurzberatung und Kurztherapie: Einführung in die praktischen Techniken. Ernst Reinhardt Verlag. München.
- Elhardt, S. (1990). Tiefenpsychologie. Eine Einführung. 12. Auflage. Kohlhammer. Stuttgart, Berlin, Köln.
- Eyferth/Thiersch (1987). Handbuch zur Sozialarbeit/Sozialpädagogik. Neuwied. Darmstadt.
- Fromm, E. (1974). Die Kunst des Lebens. Herder Verlag.
- Gabbert, K. (2009). Ratsuchende und Berater – Widerstand verstehen und in der Sozialen Arbeit damit umgehen. Hamburg 2009

- Gängler, H (2001): Soziale Arbeit. In: Otto, Hans-Uwe; Thiersch, Hans (Hrsg): Handbuch Sozialarbeit/Sozialpädagogik. 2. Auflage. Kriftel. Herman Luchterhand Verlag.
- Hoffmann, N (2005). Psychotherapie, Verhaltenstherapie und Therapietechniken. Verhaltenstherapiemanual. Springer. Heidelberg.
- Johnson, S (1988). Der narzisstische Persönlichkeitsstil. Edition Humanistische Psychologie. Köln.
- Kernberg/Hartmann (2006). Narzissmus. Grundlagen – Störungsbilder – Therapie. Stuttgart.
- Kernberg/Dulz/Eckert (2005). WIR: Psychotherapeuten über sich und ihren >> unmöglichen>> Beruf. Stuttgart.
- Kernberg, O. (1987). Borderline – Störungen und pathologischer Narzißmus. Suhrkamp Verlag. Frankfurt am Main.
- Kernberg, O. (1996). Narzißtische Persönlichkeitsstörung. Schattauer Verlag. Stuttgart.
- Kohut, H. (1973). Narzißmus. Eine Theorie der psychoanalytischen Behandlung narzißtischer Persönlichkeitsstörungen. Suhrkamp Verlag. Frankfurt am Main.
- Kraft, V (2009). Beratung. Handwörterbuch Erziehungswissenschaft. Beltz Verlag. Weinheim und Basel.
- Kreisman/Straus (1989). I Hate You – Don't Leave me. Originally Published in the United States of America by Price Stern Sloan Inc. Los Angeles.
- Mayer, K (2016). Ödipus- Komplex (in der aktuellen analytischen Theorie). http://www.neuro24.de/show_glossar.php?id=1223. [Stand. 05.05.2016]
- Merkle, R (2016). Lebenshilfe ABC. Psychologie Lexikon. Altruismus. <http://www.lebenshilfe-abc.de/altruismus.html>. [Stand. 14.06.2016]
- Michel/Novak (1975). Kleines psychologisches Wörterbuch. Verlag Herder Freiburg im Breisgau.
- Miller, A (1996). Das Drama des begabten Kindes. Eine Um- und Fortschreibung. Suhrkamp Verlag. Frankfurt am Main.
- Miller, A (1979). Depression und Grandiosität als wesensverwandte Formen der narzisstischen Störung, In: Psyche. Psychosozial – Verlag.

- Murgatroyd, S. (1994). Beratung als Hilfe. Eine Einführung für helfende Berufe. Beltz Verlag. Weinheim und Basel.
- Mugerauer, R. (1994). Narzißmus. Eine erzieherische Herausforderung in pädagogischen und sozialen Praxisfeldern. Tectum Verlag. Heidelberg.
- Nestmann, F. (1997). Beratung. Bausteine für eine interdisziplinäre Wissenschaft und Praxis. Dgvt – Verlag. Tübingen.
- Noyon/Heidenreich (2009). Schwierige Situationen in Therapie und Beratung : 24 Probleme und Lösungsvorschläge. 1. Auflage. Beltz Verlag. Weinheim, Basel.
- Nußbeck, S. (2014). Eine Einführung in die Beratungspsychologie. 3. Auflage. Ernst Reinhardt Verlag. München.
- Ovid, P (1982). Metamorphosen. Übersetzt und herausgegeben von H. Breitenbach. Reclam Verlag. Stuttgart.
- Röhr, H. (1999). Narzissmus. Das innere Gefängnis. Patmos Verlag GmbH & Co. KG. München.
- Röhr, H. (1999). Weg aus dem Chaos. Walter Verlag. Düsseldorf und Zürich.
- Schmidbauer, W. (2011). Hilfloose Helfer. Über die seelische Problematik der helfenden Berufe. Rowohlt Taschenbuch Verlag. Reinbek bei Hamburg.
- Schmidbauer, W. (2013). Das Helfersyndrom. Hilfe für Helfer. Rowohlt Taschenbuch Verlag. Reinbek bei Hamburg
- Sieckendiek/Engel/Nestmann (2008). Beratung. Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze. 3. Auflage. Juventa Verlag. Weinheim, München.
- Siegel, A. (2000). Einführung in die Selbstpsychologie. Das psychoanalytische Konzept von Heinz Kohut. Kohlhammer GmbH. Stuttgart, Berlin, Köln.
- Schmidt – Lellek 2002). Narzisstischer Machtmissbrauch. Grenzgänge und Grenzverletzungen in der therapeutischen Beziehung. Vortrag auf der Drei-Länder-Tagung der Schweizerischen Gesellschaft für Analytische Psychologie. Zug.
- Sonntag/Haering-Lehn/Gerdes/Ache/Kempe/Harms/Oltmanns/Schubert. (1995). Übergriffe und Machtmißbrauch in psychosozialen Arbeitsfeldern. Phänomene – Strukturen – Hintergründe. Tübingen.
- Tenorth/Rudolf (2012). Beltz Lexikon Pädagogik. Beltz Verlag. Weinheim und Basel.

- Walter, K. (1991). Narzißmus und Schule. Verlag Peter Lang. Frankfurt am Main.
- Wardetzki, B. (2009). Weiblicher Narzissmus. Der Hunger nach Anerkennung. 21. Auflage. Pößneck.
- Warschburger, P. (2009). Beratungspsychologie. Springer Medizin Verlag. Heidelberg.
- Wirth, H (2007). Narzissmus und Machtmissbrauch in der Psychotherapie. In: Psychoanalytische Familientherapie. Zeitschrift für Paar- Familien- und Sozialtherapie. Heft 1. Psychosozial – Verlag.

Eidstattliche Erklärung

Ich versichere hiermit an Eides statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ausschließlich unter Nutzung der verzeichneten Quellen angefertigt und die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Alle Quellen, die ich wörtlich oder sinnhaft entnommen habe, wurden durch mich im Text kenntlich gemacht und verweisen auf die im entsprechenden Verzeichnis notierten Literaturangaben und Quellen.

Ort, den 26.07.2016 (Unterschrift)