

Narzissten suchen keine Therapie – es sei denn, sie müssen. So auch Stefan K. Er erzählt, warum ihn andere nicht interessieren, wie er Menschen manipuliert und weshalb sein Kind die einzige Ausnahme ist.

SANDRA CASALINI TEXT  
UND THOMAS MEIER FOTOS

Kommt ein Narzisst zum Therapeuten, um sich auf Narzissmus abklären zu lassen ... dann ist das der Anfang eines Jokes. Denn: «Narzissten kommen niemals, um sich auf eine narzisstische Persönlichkeitsstörung abklären zu lassen», sagt Dina Pereira, Ärztin bei den Psychiatrischen Diensten Aargau (PDAG). «Sie erhalten die Diagnose immer im Zuge anderer Abklärungen.» So auch ihr Patient Stefan K. (44). 2022 begibt er sich erstmals in Behandlung, seine Ehe liegt in Scherben, im Job schiebt er «Zehn- bis Vierzehn-Stunden-Schichten, auch am Wochenende». Zum Runterfahren kippt er Alkohol. Die Symptome sind eindeutig, die Diagnose steht rasch fest: Burnout, dazu kommen Panikattacken. Stefan K. begibt sich in Behandlung, drei Wochen stationär, danach ambulant.

Im Laufe der Therapie fällt Dina Pereira auf, dass Stefan K. sich in seinen sozialen Beziehungen und auch im Gespräch mit ihr immer wieder auf eine bestimmte Weise verhält. Dabei zeigen sich Denkmuster und Verhaltensweisen, die auf eine narzisstische Persönlichkeitsstörung hinweisen. Um diese abzuklären, führt Pereira eine strukturierte psychiatrische Untersuchung durch, die den Verdacht bestätigt.

Die Diagnose beschreibt Stefan K. als Erleichterung – weil sie ihm vieles erklärt –, ansonsten hat sie keinen grossen Einfluss auf ihn. Seine Kollegen seien erstaunt gewesen, schliesslich sei er ein durchaus hilfsbereiter Zeitgenosse, seine Ex-Frau habe mit einem Wort reagiert: «Ja.»

Man geht davon aus, dass etwa 1 Prozent der Bevölkerung eine narzisstische Störung hat. Narzissmus-Experte und Chefarzt bei den PDAG Marc Walter sagt: «Die wenigsten davon erhalten eine Diagnose. Aber natürlich ist die Selbstdarstellung auf Social Media eine Spielwiese für alle

bringen einen auch im Geschäftsleben weiter – bis zu einem gewissen Punkt.»

Jede andere Diagnose sei mit Scham behaftet, sagt Dina Pereira. «Narzissmus ist es nicht.» Dass Stefan K. für diesen Bericht anonymisiert wird, ist zum Schutz seines Kindes. «Ich selbst hätte kein Problem damit, mich zu zeigen.»

**Auch therapiert lässt er sich nur deshalb, weil es eine Auflage des Gerichts ist, damit er Kontakt zum Kind haben darf.** Seine Ärztin merkt zwar an, dass er inzwischen ein hohes Engagement und Commitment in die Therapie einbringe. Doch Stefan K. meint: «Sobald ich nicht mehr muss, bin ich hier raus.»

Denn der Leidensdruck, den es braucht, um sich therapieren zu lassen, ist nicht seiner. Es ist der seines Umfelds. «Mir ist bewusst, dass ich andere Menschen kränke»,

sagt Stefan K. Er tue das nicht, weil er Freude daran habe. «Das ist eines der meistverbreiteten Vorurteile», so Dina Pereira. «Narzissten verletzen andere nicht absichtlich, doch sie zeigen wenig Mitgefühl und übernehmen keine Verantwortung für die Gefühle anderer.» Oder wie Stefan K. es ausdrückt: «Es ist ja nicht mein Problem, wenn sich jemand wegen mir verletzt fühlt.»

Eine narzisstische Persönlichkeitsstörung liegt auf einem Spektrum, erklärt Psychiater Marc Walther. Der Gradmesser von leichten Symptomen hin zur schweren Persönlichkeitsstörung ist dabei die abnehmende Empathie. Dazu kommen Symptome wie eine grandiose Selbstwahrnehmung und fehlende Kritikfähigkeit. Heilbar sei Narzissmus nicht. «Je nachdem, wie viel Empathiefähigkeit vorhanden ist, kann man die Symptome der narzisstischen Persönlichkeitsstörung gut oder nicht so gut behandeln. Ist bei einer leichten Störung noch mehr an Empathie vorhanden, versucht man, die Beziehungsfähig-



Narzissmus-Experte  
Marc Walter

# ICH!

# ICH!

# ICH!

verbessern und eine Verhaltensänderung zu bewirken», sagt Walter.

Stefan K. ist gross, charmant, eloquent. «Ich bin von mir und meinem Intellekt überzeugt, gebe in Diskussionen niemals nach und habe immer das letzte Wort», sagt der Basler. Er kommt gut an, nicht nur beim anderen Geschlecht, auch bei Kollegen und Geschäftspartnern. Er zitiert gern Philosophen; Nietzsche und Co. haben ihn geprägt, sagt er. Wenn er jemanden kennenlernt,

proviziert er erst mal. «An der Reaktion merke ich, wo jemand angreifbar ist. So kann ich ihn oder sie manipulieren.» Er findet das nichts Schlechtes. Und: «Ich mache grundsätzlich nichts, was mir nicht in der einen oder anderen Weise etwas bringt.» Andere existieren nur in

Relation zu ihm selbst – eine Kosten-Nutzen-Frage: Wer ihm nichts nützt, interessiert ihn nicht.

Das gilt auch – und insbesondere – für die, die ihm am nächsten stehen. Eine Beziehung funktioniert so lange, wie er davon auf irgendeiner Ebene profitiert. Was nicht bedeutet, dass er keine Liebe empfindet. Nur ist diese abhängig von gewissen Faktoren. Und: «Selbstliebe ist immer noch die wichtigste Liebe. Oder fast.» Das «fast» ist Stefan K.s Kind im Primarschulalter. «Mein Genpool, mein Spiegelbild, der einzige Mensch, der mich wirklich interessiert. Mein Kind ist mir wichtiger als ich selbst.»

Dass Narzissten ihre Kinder vergöttern, komme oft vor, sagt Psychiater Walter: «Sie sehen Kinder typischerweise als eine Erweiterung von sich selbst, als etwas, das sie geschaffen haben. Kindererziehung ist in diesem Fall, das Kind nach den eigenen Vorstellungen zu formen und ihren eigenen Bedürfnissen entsprechend auszurichten.» Stefan K. ist fürs Kind auch bereit, sich «hin und wieder zu verstellen», wie er sagt. Sprich, sich so anzupassen, dass er andere nicht ganz so heftig vor den Kopf stösst. Auch wenn Zurückhaltung so gar nicht sein Ding ist. «Ich meine, wenn ich nicht überzeugt bin von mir selbst – wer dann?» ●

Stefan K. zeigt sich nur anonymisiert – um sein Kind zu schützen. Er selbst hätte kein Problem damit, dass man ihn erkenne, wie er sagt.

Dina Pereira,  
Ärztin bei den  
Psychiatrischen  
Diensten Aargau,  
behandelt  
Stefan K.

