

Lampiran 2: Sampul Majalah *Der Spiegel*

Kultur

Die größte Liebe unseres Lebens

Zeitgeist Narzisst ist das Schimpfwort der Stunde, Narzissmus gilt als Leitneurose der emanzipierten Gesellschaft. Doch nicht jeder, der stört, ist auch gestört.

Als der ehemalige Fifa-Präsident Joseph Blatter vor einigen Wochen seine Biografie vorstellte, sagte er über seinen Rücktritt: „Ich habe gelitten, auch Christus hat gelitten. Aber jetzt geht es mir wieder gut.“

Als der Mexikaner Joaquín „El Chapo“ Guzmán, der übelste Drogenboss der Welt, das letzte Mal aus dem Knast geflohen war, kam er auf zwei irre Ideen. Erstens: einen Film über seine Heldentaten drehen zu lassen und selbst nach Produzenten und Schauspielern zu suchen. Zweitens: dem Schauspieler Sean Penn im Untergrund ein siebenstündiges Interview für das Magazin „Rolling Stone“ zu geben. Das Treffen brachte die Polizei auf seine Spur. Jetzt sitzt er wieder in Haft.

Als Lance Armstrong einmal gefragt wurde, was der größte Fehler seines Lebens gewesen sei, antwortete er nicht: dass ich gedopt habe. Er antwortete: „Dass ich in den Rennsport zurückgekommen bin.“ 2005 hatte er zum siebten Mal die Tour de France gewonnen, so oft wie kein anderer vor ihm, und daraufhin seine Karriere beendet. Ein Held mit vermeintlich weißer Weste. 2009 wollte er es noch einmal wissen, weil er daheim vorm Fernseher saß und zusah, wie „Leute Rennen gewinnen, die ich auch ohne Doping locker abgehängt hätte“. Armstrong wurde nach seinem Comeback als Doping-sünder enttarnt. Seine sieben Toursiege wurden ihm aberkannt.

Die drei Anekdoten erzählt der Schweizer Moderator, Medienunternehmer und ehemalige Sat.1-Geschäftsführer Roger Schawinski in einem neuen Buch. Der Titel: „Ich bin der Allergrößte“. Der Untertitel: „Warum Narzissten scheitern“. Es geht um Männer, denen ihr Hochmut zum Verhängnis wurde. Um Männer wie Franz Beckenbauer, die Lichtgestalt des deutschen Fußballs, der die WM 2006 ins Land holte und nun der Korruption verdächtigt wird. Männer wie Thomas Middelhoff, einst Vorstandsvorsitzender von Bertelsmann und Arcandor, der wegen Untreue und Steuerhinterziehung im Gefängnis sitzt. Und Männer wie Josef Ackermann, der die Deutsche Bank ins Verderben führte, ein Egomane, der Besucher stundenlang vor seinem Büro warten ließ, nur um seine Macht zu demonstrieren. Überall in unserer Gesellschaft, so schreibt Schawinski auch, breite sich der Narzissmus aus.

Wo man hinschaut, selbstverliebte Alpha-tiere, männliche und weibliche Egozentri-

ker, Junge und Alte, die sich vor allem mit sich selbst beschäftigen. Im Fernsehen, im Internet, im Alltag. In den Reality- und Castingshows, in denen sich Mächtigermodells und Traumtänzer in Szene setzen. In den sozialen Netzwerken, wo auf Instagram täglich 80 Millionen Bilder geteilt werden, unzählige davon mit dem wichtigsten Motiv eines digitalen Lebens: dem Selfie.

In den Wartezimmern der Schönheitschirurgen, die 2015 fast zehn Prozent mehr Kunden hatten als im Jahr zuvor. In den Fitnessstudios, wo inzwischen fast jeder sechste Deutsche seinen Körper formt. Die Schriftstellerin Ildikó von Kürthy hat sich für ihren Bestseller „Neuland“ das Gesicht mit Botox und Hyaluron aufspritzen lassen, eine Darmreinigung absolviert und ein Kautraining, sie war sogar im Schweigekloster, und manch einer wünschte, sie wäre dort geblieben. Sie hat sich, so muss man es wohl sagen, ein Jahr lang exzessiv mit sich selbst beschäftigt. „Neuland“ ist Selbstbespiegelungsliteratur über die allgegenwärtige Selbstbespiegelung. Ein narzisstischer Bericht aus einer narzisstischen Gesellschaft.

Noch ein paar Beispiele aus der modernen Welt des „Ich! Ich! Ich!“? Cristiano Ronaldo. An manchen Tagen ein großkotziges Genie, an anderen ein genialer Großkotz. Den Hohn der gegnerischen Fans erklärt er sich so: „Ich bin reich und schön und ein großartiger Spieler. Es gibt keine andere Erklärung.“

Oder der Rapper Kanye West, der eines seiner letzten Alben „Yeezus“ nannte, Jesus, und sein neues „The Life of Pablo“ und der sich bei einem Auftritt in der US-Show „Saturday Night Live“ so schlecht behandelt fühlte, dass es hinter den Kulissen aus ihm herausbrach: „Sind die wahn-sinnig? Mann, ich bin 50 Prozent einflussreicher als Stanley Kubrick, der Apostel Paulus, Pablo Picasso und Pablo Escobar. 50 Prozent mehr, tot oder lebendig. Für die nächsten 1000 Jahre.“

Und dann dieser Donald Trump. Sitzt in seinem goldschimmernden Trump Tower in New York, wo er sich in seinem Büro einen riesigen Spiegel hat anbringen lassen, und auf die Frage, wen er bewundere, zu wem er aufschau, antwortet er: „Ich schaue mich im Spiegel an.“ Die „Vanity Fair“ bezeichnete ihn einmal als „vulgären Typen mit kurzen Fingern“. Seine Antwort: „Meine Finger sind lang und

schön, so wie auch viele andere Teile meines Körpers.“

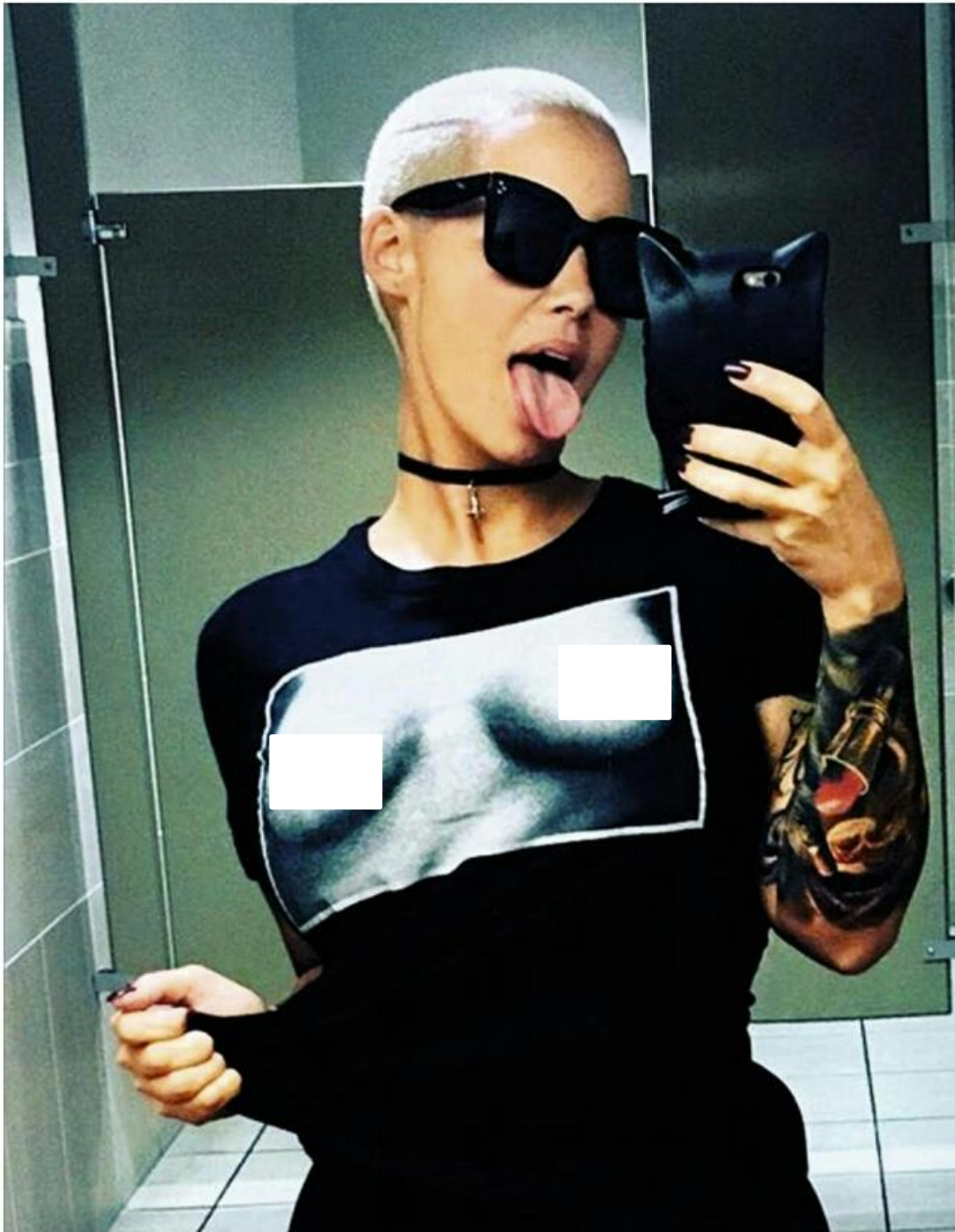
Weder Trump noch Kanye, noch Ronaldo sind bislang gescheitert, so wie Buchautor Schawinski es sich zu wünschen scheint. Aber als Narzissten gelten sie allemal. Und Trump, der es, entgegen allen Prognosen, zum US-Präsidentschaftskandidaten gebracht hat, halten viele seiner politischen Gegner für mehr als nur selbstverliebt, sie halten ihn für ernsthaft krank.

Wer arrogant auftritt oder eitel, snobistisch oder exhibitionistisch, selbstverliebt, egozentrisch, unempathisch, wer leicht kränkbar ist und Kritiker runterputzt, kurz: Wer ein ziemlicher Unsympath ist, gilt heute als Narzisst. Keine andere psychologische Diagnose ist tiefer in unsere Alltagssprache eingesickert. Es ist die Modediagnose einer Gesellschaft, in der – nach „Du Nazi“ – kaum eine größere Beleidigung vorstellbar scheint als „Du Narzisst“. Schlimmer nur: „Du hast eine narzisstische Störung.“

Es ist ein Schimpfwort für vermeintliche Soziopathen, die eine Gesellschaft zu prägen scheinen, die weder Empathie kennt noch Solidarität. Eine Gesellschaft, die sich womöglich selbst für krank hält. Mal ist daran der Neoliberalismus schuld oder dieses verdammte Internet. Und nur eines scheint gewiss: Eine Gesellschaft aus Narzissten ist dem Untergang geweiht.

Zeitdiagnostiker, Soziologen und Psychologen reden von einer „Narzissmus-Epidemie“, einer „Generation Ich“, einer „Ich-Inflation“ – und davon, dass sich die Verbreitung der narzisstischen Störung kaum noch beherrschen lasse, „ähnlich der Pest im Mittelalter“. Der Schweizer Psychiater Gerhard Dammann sieht im Narzissmus die „Leitneurose unserer Zeit“.

Aber was ist das eigentlich, ein Narzisst? Der Begriff geht zurück auf den griechischen Mythos des Jünglings Narziss, den der Flussgott Kephissos gezeugt hat, indem er die Wassernymphe Leiriope vergewaltigte. Frauen und Männer begehren den goldgelockten Narziss, doch er verschmäht alle. Schon bald ist sein Stolz so legendär wie seine Schönheit. Als er sich über einen Teich beugt, verliebt er sich in sein Spiegelbild. Er verharrt Tag und Nacht am Ufer, immer verzweifelter, weil das wundervolle Wesen ihm nicht antwor-



US-Model Amber Rose

„Die Aufmerksamkeit anderer Menschen ist die unwiderstehlichste aller Drogen“

Kultur

tet. Als er versucht, es zu küssen, stürzt er ins Wasser und ertrinkt.

In der Antike hatte Narziss noch ein recht gutes Image: Die alten Römer trugen Schmuckstücke mit seinem Bild, um ihr Liebesbedürfnis zum Ausdruck zu bringen. Das änderte sich mit dem Christentum, das die Nächstenliebe propagierte und die Selbstliebe des Narziss skeptisch beäugte. Erst Ende des 19. Jahrhunderts kam der Begriff Narzissismus in Mode, zunächst als Bezeichnung für die Neigung zu einer sexuellen Praktik, die als mächtig versaut galt: Selbstbefriedigung.

Richtig berühmt machte den Begriff einige Jahre später Sigmund Freud, der Begründer der Psychoanalyse. Er unterschied einen primären und einen sekundären Narzissismus. Der primäre Narzissismus sei der normale, gesunde Seelenzustand jedes Säuglings, der völlig auf sich selbst bezogen sei; der sekundäre Narzissismus eher eine seelische Störung älterer Menschen, die in den frühkindlichen, egozentrischen, selbstverliebten Zustand zurückfielen, um ein verunsichertes Selbstwertgefühl zu bekämpfen.

1979 war es dann der amerikanische Historiker und Sozialkritiker Christopher Lasch, der in einem berühmten, brillant formulierten Buch „Das Zeitalter des Narzissismus“ anprangerte. Viele seiner Überlegungen, etwa die zur damals neuen Selbstverwirklichung durch Yoga und naturreine Nahrungsmittel oder jene zur wachsenden Furcht vor Alter und Tod, lassen sich noch heute mit Gewinn lesen. Das Buch gibt das Muster vor, wie wir fast 40 Jahre später über Narzissismus sprechen.

Sucht man im SPIEGEL-Archiv nach berühmten Persönlichkeiten, die in journalistischen Texten schon einmal Narzissten genannt worden sind, kommt eine imposante Liste zustande. Silvio Berlusconi wird oft genannt, natürlich, Yanis Varoufakis und Recep Tayyip Erdoğan, Peer Steinbrück, Karl-Theodor zu Guttenberg, Kim Kardashian, Thilo Sarrazin, Uli Hoeneß, José Mourinho, Arjen Robben, Benjamin von Stuckrad-Barre, Maxim Biler, Paris Hilton, Wolfgang Joop, Dieter Bohlen, Sean Penn, Edward Snowden, Julian Assange, Nicolas Berggruen, Bernie Madoff, Beate Zschäpe, Andreas Lubitz, Anders Breivik, Denis Cuspert. Und so könnte es ziemlich lange weitergehen.

Aber fällt Ihnen etwas auf?

Es sind fast nur Männer – mal abgesehen von notorischen Glamourfiguren wie Kim Kardashian und Paris Hilton (bei Beate Zschäpe muss jemand etwas missverstanden haben). Der österreichische Psychiater Reinhard Haller, Autor des populären Buchs „Die Narzissmusfälle“, berichtet, dass 70 Prozent der etwa 5000 Briefe und Mails, die ihn nach der Veröffentlichung

seines Buchs erreichten, von Frauen geschickt wurden, die überzeugt waren: „Sie beschreiben genau meinen Partner!“ Nur fünf Prozent der Männer schrieben: „Das ist meine Partnerin.“ Die restlichen 25 Prozent waren weibliche und männliche Arbeitnehmer, die ihren meist männlichen Chef zu erkennen glaubten. „Was will das Weib?“, hieß es zu Freuds Zeiten. Heute heißt es: „Der Kerl spinnt!“

„Männer neigen tatsächlich eher zu narzisstischen Reaktionen“, sagt Haller. „Sie sind eher in Machtpositionen, in denen sie sich das erlauben können.“ Zudem sei der männliche Narzissismus viel unangenehmer, weil aggressiver. Von der narzisstischen Persönlichkeitsstörung, der extremsten, krankhaften Form des Narzissismus, seien zu etwa 70 Prozent Männer betroffen.

Das jedoch liege auch daran, dass die Diagnosekriterien für die narzisstische Persönlichkeitsstörung „um den männlichen Narzissismus herumgebaut“ worden seien, erklärt Hallers Kollege Dammann. „Man könnte also von einem methodischen Problem sprechen.“ Seinen Ursprung hat es Ende der Siebziger-, Anfang der Achtzigerjahre, als Laschs sozialpsychologische Kampfschrift erschien, als das Narcissistic Personality Inventory (NPI) eingeführt wurde, ein Fragebogen, den Sozialpsychologen bis heute nutzen, um einen Hang zum Narzissismus zu ermitteln, und als die narzisstische Persönlichkeitsstörung erstmals Eingang fand in das Klassifikationssystem DSM der American Psychiatric Association, die sogenannte Bibel der Psychiatrie, die die Grenzen festlegt zwischen Normalität und Krankheit. Es war die Zeit, als die ersten Anhänger der gegenkulturellen Bewegungen ihren Weg in die Institutionen gefunden hatten.

Im Fokus steht seit jenen Jahren der extrovertierte, unbeirrte, grandiose Narzissismus, der deutlich häufiger bei Männern auftritt. Sofern sie extreme Narzissten sind, sind sie großspurig und selbstgefällig, ehrgeizig und dominant, manipulativ. Man könnte sagen, sie sind Machos alter Schule. Familien- und Firmenpatriarchen, die ihren Willen durchsetzen, unfähig zur Empathie und zur Teamarbeit, zu Eigenschaften also, die heute sehr gefragt sind. Ihr Narzissismus riecht nach Testosteron.

Daneben gibt es jedoch einen introvertierten, dünnhäutigen, vulnerablen Narzissismus, der eher bei Frauen auftritt – und der bis heute viel schlechter erforscht ist. Die Psychotherapeutin Bärbel Wardetzki hat darüber ein Buch geschrieben: „Weiblicher Narzissismus. Der Hunger nach Anerkennung“. „Männer blasen sich leicht auf“, sagt Wardetzki. Narzisstische Frauen hingegen verhielten sich oft gehemmt, seien besonders schnell gekränkt, fühlten sich ungerecht behandelt, zu kurz gekommen. Minderwertigkeitsgefühle kompensieren

sie, ganz klassisch, durch Schönheit und Schlankheit, sie neigen zu Essstörungen.

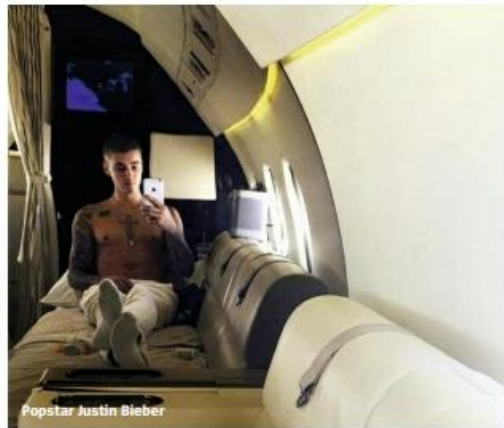
Zur Ursache von gesteigertem Narzissismus gibt es zwei Theorien: zu wenig oder zu viel Bestätigung in jungen Jahren. Der Narzisst musste als Kind hart um Liebe und Anerkennung kämpfen, indem er seinen Eltern, seinem Umfeld und sich selbst ein perfektes Selbst vorspielte. Das passt zum Mythos des antiken Narziss, der bei einer Vergewaltigung gezeugt wurde, also vermutlich ohne Vater aufwuchs und mit einer ihn zwiespältig beäugenden Mutter. Die zweite Theorie ist neuer: Der Narzisst bekam zu viel Anerkennung, wurde von Helikoptereltern verhätschelt. „Auch ein verwöhntes Kind ist ein verlassenes Kind“, sagt Psychotherapeutin Wardetzki. „Das Kind lernt nicht richtig, wer es ist. Es denkt, die Welt will es als Superhelden.“

Die Wochenzeitung „Die Zeit“ verpasste ihrem Dossier zu Trump kürzlich die Überschrift „Das größte Ego Amerikas“ und erzählte, wie streng Trumps Vater Fred war. Als sein Sohn Donald mal wieder den Unterricht schwänzte, steckte er ihn in eine Militärschule, in der er strammstehen musste und von brüllenden Exsoldaten gemäßregelt wurde. Das Motto der Schule: „Gewinnen ist nicht alles. Es ist das Einzige.“

Psychologen glauben, dass manche Berufsgruppen besonders häufig von narzisstischen Persönlichkeitsstörungen betroffen sind: Topbanker, Spitzensportler, Politiker. An Wahlabenden winden Politiker sich im Fernsehen, um noch die miesesten Ergebnisse umzudeuten. Sie können nicht verlieren. Berühmt ist der sogenannte Napoleonkomplex, der vermeintlich übergroße Geltungsdrang der Kleingewachsenen. Lenin maß 165 Zentimeter, Chruschtschow 160, Kim Jong Il 160, Deng Xiaoping 150, Schröder misst 174, Putin 170, Sarkozy 165, Berlusconi 164, Medwedew 163.

Schawinski porträtiert in einem Kapitel seines Buchs den Wetterexperten Jörg Kachelmann, den er einst zum Radio holte. Kachelmann sei charmant, eloquent und witzig gewesen, sagt Schawinski, ein „extrovertierter Sonnyboy“, dem die Sympathien zugeflogen seien, aber es habe auch eine zweite Seite gegeben: „Er verkrachte sich schnell, wenn er mit seinen Anliegen nicht zum erwünschten Ziel kam. Dann wurde er grob und verletzend.“ Schawinski sieht in Kachelmann einen Narzissten, der sich nach dem Freispruch von den Vergewaltigungsvorwürfen, die ihn belasteten, zu lange damit aufhält, „in seinem kunstvoll formulierten Lästerton offene Rechnungen zu begleichen“. Diese Rechthaberei sei es, die ihm den Wiedereinstieg verbaue: „In Kachelmanns Welt gibt es nur zwei Positionen: Wer nicht bedingungslos für mich ist, der ist mein tödlicher Feind.“

Extreme Narzissten sind Menschen, die über andere lachen – aber nie über sich



Prominente unter Narzissmus-Verdacht

Wo man hinschaut, selbstverliebte Alphatiere, männliche und weibliche Egozentriker

Kultur

selbst. Der türkische Präsident Recep Tayyip Erdoğan, der sich einen Palast bauen ließ mit mehr als tausend Zimmern, einer Moschee und einem Atombunker, gilt als Narzisst, weil er einen deutschen Satiriker verklagt hat, statt dessen Scherze müde wegzulächeln. Ebenso wie der oben erwähnte ehemalige Fifa-Präsident Blatter, über den der Moderator Schawinski in seinem Buch eine weitere Anekdote erzählt: Im Mai 2015 waren sieben Fifa-Funktionäre im Zürcher Nobelhotel Baur au Lac verhaftet worden. Schawinski lud den damaligen Mediendirektor der Fifa, Walter de Gregorio, in seine Talkshow ein. Am Ende der Sendung bat Schawinski ihn, einen Witz zu erzählen, den er in jenen Tagen überall in Zürich zum Besten gab. De Gregorio zögerte nur kurz. „Im Auto sitzen der Fifa-Präsident, sein Generalsekretär und der Mediendirektor. Wer fährt?“ Eine Pause. „Die Polizei.“ Die Zuschauer lachten, Blatter warf de Gregorio raus.

Die Gesellschaft scheint sich einig, dass Narzissmus zu verurteilen ist: als eine Macke, wenn nicht eine Geistesstörung. Natürlich hat die Menschheit im Laufe ihrer Geschichte gelitten unter der Egomane mancher ihrer Führer, und sie wird möglicherweise noch leiden unter den vermuteten Psychopathologien von Trump oder auch Putin. Aber war nach heutigen Maßstäben nicht auch Martin Luther ein Narzisst? Abraham Lincoln? Muhammad Ali? Leonardo da Vinci? Che Guevara? David Bowie? Wäre die Menschheit so weit gekommen ohne all diese Narzissten? Ist Narzissmus nicht auch ein Treibstoff, der wie Angst Großes produzieren kann? Kann es sein, dass wir eine einfache Wahrheit aus dem Blick verloren haben: Nicht jeder, der stört, ist auch gestört?

Und ist das Internet tatsächlich eine Maschine, die aus den digitalen Eingeborenen lauter selbstsüchtige Monster produziert? Als der US-Schriftsteller Jonathan Franzen auf Werbetour für seinen internetkritischen Roman „Unschuld“ war, sagte er: „Das Netz ist so ziemlich das größte Instrument zur Förderung von Narzissmus, das je gebaut wurde.“ Und was, wenn das Internet nur ein Instrument wäre, das hilft, ein bestehendes und durchaus nachvollziehbares Bedürfnis zu befriedigen: das nach Sichtbarkeit und Resonanz?

Lange Zeit war narzisstisches Verhalten ein Privileg der Reichen und Einflussreichen, zu deren Jobprofil es gehörte, auf dicke Hose zu machen. Nur sie konnten sich öffentliches Gepolter erlauben, um ihr Ego aufzuplustern, nur sie fanden damit Gehör. Und wohl auch deswegen hat die Porträtmalerei eine jahrhundertlange Tradition in der Kunstgeschichte, die außer den Selbstporträts narzisstischer Künstler:innen, klar, vor allem Herrschern vorbe-

halten war. Heute kann sich jeder jederzeit selbst porträtieren, mit seiner Handykamera, und das Bild in die weltgrößte Ausstellungshalle hängen, das Internet. Auf Facebook, Instagram, Pinterest ruft der Narzisst der Welt zu: „Schaut her! Hier bin ich! So bin ich! Was haltet ihr davon? Wie findet ihr mich? Antwortet mir!“ Die Selfiestange heißt im englischen Sprachraum auch „Narcistick“.

Das Phänomen Selfie passt zum Mitmachfernsehen, zu Quizshows wie „Wer wird Millionär?“, Castingshows wie „Deutschland sucht den Superstar“ und „Germany's Next Topmodel“, Spielshows wie „Der Bachelor“ und „The Biggest Loser“, Gastro-Shows wie „Rach, der Restauranttester“ und „Die Kochprofis“. Es wird nicht mehr lange dauern, dann gibt es mehr Menschen, die schon mal im Fernsehen waren, als Menschen, die immer nur davorsaßen. „Im Auge der Kamera, unter den Scheinwerfern der Studios, in der Aufmerksamkeit der Zuschauer wird aus dem sich präsentierenden Nobody ein wahrgenommener Jemand“, schreibt der Psychologe Martin Altmeyer in seinem Buch „Auf der Suche nach Resonanz“, einer Verteidigung der medialen Moderne gegen ihre kulturkonservativen Kritiker. Altmeyer bezieht sich auf die berühmten Thesen, die der Stadtplaner Georg Franck 1998 in seinem Buch „Ökonomie der Aufmerksamkeit“ dargelegt hat: „Die Aufmerksamkeit anderer Menschen ist die unwiderstehlichste aller Drogen. Ihr Bezug sticht jedes andere Einkommen aus. Darum steht der Ruhm über der Macht, darum verblasst der Reichtum neben der Prominenz.“

All diese Entwicklungen lassen sich aus kulturkonservativer Perspektive beklagen, und diese Klagen werden seit Jahren laut geführt. Nichts ist so modern wie die Kritik an der Moderne. Da wird der Anstieg narzisstischen Verhaltens dann auch damit erklärt, dass der Neoliberalismus lauter Ichlinge heranziehe, die sich in einem immer gnadenloseren Konkurrenzkampf in Szene setzen und zur Selbstoptimierung gezwungen sind. Die Logik: In der Ich-AG lauert die Ich-Ich-AG, in der Selbstverantwortung der Egowahn. Kapitalismuskritik verkauft sich gut.

Was von solchen Kurzschlussanalysen zu halten ist, hat der Frankfurter Soziologe und Psychologe Martin Dornes in seinem neuen Buch dargelegt: nichts. Er nimmt einen der zentralen Glaubenssätze linker Soziologen und Journalisten auseinander, die davon ausgehen, dass der Kapitalismus zum Burn-out führe und depressiv mache. Stattdessen beschreibt er einen Strukturwandel der Psyche, der mit Neoliberalismus wenig und mit wachsenden Freiheiten viel zu tun hat. Die „postheroische Persönlichkeit“, so Dornes, löse die autoritäre Persönlichkeit ab, weil der Erziehungsstil

partnerschaftlicher geworden sei und tradierte Ordnungssysteme ihre Macht verloren hätten: Familie, Religion, soziale Klasse. Postheroisch ist die Persönlichkeit, weil sie ihre Bedürfnisse nicht mehr heldenhaft unterdrückt, weil sie ihre innersten Wünsche nicht länger gesellschaftlichen Normen unterordnet. Im Gegenzug muss die Persönlichkeit damit leben, dass ihr Identität und Sinn nicht in die Wiege gelegt werden, sie muss sich beides erarbeiten, immer wieder neu: Wer bin ich? Wer will ich sein? Wie will ich wahrgenommen werden? Ja, die Menschen werden narzisstischer, aber vielleicht haben sie gute Gründe dafür.

„Identität ist das seelische Hauptproblem unserer Zeit“, schreibt Dornes' Kollege Altmeyer. Das individualisierte Ich strebe nach Selbstvergewisserung. Was Dornes als postheroische Persönlichkeit bezeichnet, nennt Altmeyer das „exzentrische Selbst“, ein neuer Sozialcharakter, der stärker denn je dazu neige, sich anderen Menschen zu zeigen. Dabei geht es um mehr als um gewöhnliche Eitelkeit: „Wer in dieser Welt unterwegs ist, tut das nicht als Einzelgänger, sondern sehnt sich nach einem sozialen Echo, möchte sich gespiegelt sehen. Er zeigt sich letzten Endes, um zu erfahren, was er kann, wer er ist und welche Bedeutung er für andere hat. Mediale Selbstdarstellung ist zu einer Art Existenzbeweis geworden“, schreibt Altmeyer. Die Identitätsformel der digitalen Moderne: Ich werde gesehen, also bin ich.

Altmeyers Modell erklärt auch, warum so viele Menschen kaum Sorge um ihre Daten haben: „Auf der Suche danach, von anderen Menschen Aufmerksamkeit zu erfahren, wollen sie in den weltweiten Netzwerken eher gesellschaftliche Spuren hinterlassen als Spuren vermeiden. Sie haben deshalb weniger Angst davor, von der Gesellschaft überwacht, als von ihr übersehen zu werden.“ Es ist eine Haltung, die Datenschützer verzweifeln lässt, was auch daran liegen könnte, dass der deutsche Datenschutzgedanke in altlinken Ängsten vor einer autoritären Gesellschaft wurzelt. Damals musste sich das, was Freud das Unbewusste, Triebhafte nannte, vor dem Blick der anderen verstecken, vor Staat, Kirche, Familie. Heute strebt das Unbewusste nach Entdeckung. Es möchte von der Umwelt registriert, erkannt und aufgenommen werden.

Das Narzissmus-Konzept Freuds wurzelte in der Vorstellung, dass der Säugling völlig auf sich bezogen sei. Die moderne Forschung hat das widerlegt. „Bereits der Säugling sucht den Blick der Mutter, um in ihrem Gesicht eine erste Ahnung davon zu erhalten, wer er ist“, schreibt Altmeyer. „Wenn er sie anlächelt, erlebt er im Spiegel ihrer mimischen Reaktionen etwas von sich.“ Das Verhalten Erwachsener in sozia-



Touristen vor der „Mona Lisa“ im Pariser Louvre
Heute kann jeder sein Bild in die weltgrößte Ausstellungshalle hängen – ins Internet

Kultur

len Netzwerken docke an dieser Urfahrung an. Der Narzissmus ermuntert sie dazu, aus sich herauszugehen, sich darzustellen – und so eine Identität zu erwerben. „Selbstbewusstsein braucht Bestätigung. Identität wächst nicht im Stillen.“

In vielen Artikeln über den sogenannten Selfiewahn wurde zuletzt eine Studie der Ohio State University zitiert, laut der männliche Internetnutzer, die häufig Selfies posten, besonders zum Narzissmus neigten. Was gern übersehen wurde: Ihr Narzissmus lag noch im normalen Bereich, war keinesfalls pathologisch. Wenn Wissenschaftler und Journalisten auf Kim Kardashian und all die anderen begnadeten Selbstdarsteller in sozialen Netzwerken schimpfen, dann auch deshalb, weil es früher ihr Privileg war, sich und ihre Gedanken öffentlich zu inszenieren. Altmeyer diagnostiziert einen „narzisstischen Futterneid ausgerechnet bei jenen öffentlichen Intellektuellen, die in der digitalen Moderne um ihre privilegierte Rolle in der Medienwelt fürchten müssen und ihre angestammte Bühne gegen den Ansturm der Jugend verteidigen.“ Sie schreiben Narzissmus, weil sie narzisstisch gekränkt sind.

Das ist das Schöne an dem Begriff: Er passt eigentlich immer. Mit kaum einer anderen Diagnose lässt sich so herrlich küchenspsychologisieren. Wer rätselt, wieso so viele US-Amerikaner Trump folgen, obwohl sein Turbo-Narzissmus ihn doch so unsympathisch macht, den überzeugt vielleicht diese Interpretation: Trump packt seine Wähler, darunter vor allem weiße Männer der Unter- und Mittelschicht, an ihrem eigenen Narzissmus. Denn der Kern seiner Botschaft ist dieser: Ihr dürft so bleiben, wie ihr seid! Ich Sorge dafür, dass die Welt sich uns anpasst! Ihr werdet nicht länger gekränkt werden! „Make America great again!“

Narzisstisches Verhalten ist weit verbreitet, wie die Antworten auf den Fragebogen „How I see myself“ zeigen, mit dem Forscher das Selbstwertgefühl erfassen: Die allermeisten Menschen halten sich für intelligenter und attraktiver als den Durchschnitt. Was in vielen Fällen eine Illusion ist, schon aus rein mathematischen Gründen. Doch ihre Selbstüberschätzung bringt ihnen Vorteile. Der Ökonom Yi Zhou von der Florida State University hat herausgefunden, dass narzisstische Künstler höhere Preise erzielen und mehr Ausstellungen haben. Wer mehr von sich selbst hält, von dem halten auch andere mehr. Andere Studien haben gezeigt, dass Überlebende des Bosnienkriegs, die sich in Tests etwas überschätzten, in psychisch besserer Verfassung waren als diejenigen, die sich realistisch einschätzten. Dasselbe galt für Überlebende des Anschlags auf das World Trade Cen-

ter. Und die Ökonomen David Hirshleifer, Angie Low und Siew Hong Teoh haben entdeckt, dass übermütige Vorstände in Technologiefirmen mehr in Innovationen investieren – und dass sie mit diesen Investitionen erfolgreicher sind. Profitieren also alle vom Übermut Einzelner? Kommt der vermeintlich asoziale Narzissmus unter Umständen der Gemeinschaft zugute? Sicher ist: Charismatische Persönlichkeiten, die sich für etwas Besonderes halten, leisten oft auch Besonderes.

Der Psychologe Craig Malkin, Dozent an der Harvard Medical School, hat dem Phänomen ein Buch gewidmet, in dem er mit vielen Vorurteilen aufräumt: „Narzissmus ist nicht immer nur negativ“, schreibt er. „Genau genommen sind einige Formen des Narzissmus gut, ja sogar notwendig, um ein glückliches und erfülltes Leben führen zu können.“ Wer sich für überdurchschnittlich hält, ist führungsstärker, was nicht unbedingt überrascht, aber er ist auch enthusiastischer, kreativer und damit anziehender für andere, er ist geselliger, glücklicher und häufig auch gesünder, er führt bessere Liebesbeziehungen. „Sich selbst zu lieben ist der Beginn einer lebenslangen Romanze“, schrieb Oscar Wilde. Wer sich hingegen für durchschnittlich hält, wer also ein realistisches Selbstbild hat, leidet häufiger unter Depressionen und Angststörungen. Es ist eine tolle Pointe: Craig Malkin, ein Psychologe ausgerechnet, redet der Verblendung das Wort.

Malkin tastet sich über eine persönliche Erinnerung an sein Thema heran: „Meine Mutter war die wunderbarste und zugleich unausstehlichste Person, die ich je kannte“, schreibt er. Eine große und blonde Frau, ansteckend witzig, ungeheuer fürsorglich, sozial engagiert. Mit zunehmendem Alter aber wurde sie ichbezogener: Sie prahlte

mit ihren früheren Leistungen als Balletttänzerin, ließ in Gesprächen die Namen berühmter angeblicher Bekannter fallen, registrierte ängstlich jede neue Falte und legte sich Zehn-Zentimeter-Stiletto der Nobelmarke Manolo Blahnik zu.

Als sie jünger war, so glaubt Malkin zu verstehen, hätten andere Menschen ihr durch Zuwendung und Komplimente vermittelt, etwas Besonderes zu sein. Dieses Gefühl habe ihre Lebensbejahung genährt, ihr Selbstvertrauen, ihren Mut, ihre Dynamik, ihre Herzlichkeit: all die Dinge, für die er sie bewunderte. Als sie ihr strahlendes Aussehen jedoch verlor, als auch ihr Mann starb und sie aus dem großen gemeinsamen Haus in ein kleines Apartment umziehen musste, habe sie andere Wege finden müssen, sich als etwas Besonderes zu fühlen. Der ach so verrufene Narzissmus, erklärt Malkin sich und uns, sei nichts anderes als eine „menschliche Angewohnheit, sich selbst aufzurichten“.

Bis heute nehmen Narzissmus-Kritiker häufig Bezug auf eine Studie der US-Psychologin Jean Twenge aus dem Jahr 2009, in der sie von einer „Narzissmus-Epidemie“ sprach, die die sogenannten Millennials befallen habe, die Generation der zwischen 1980 und 2000 Geborenen, eine „Generation Ich“. Sie hatte die Ergebnisse verglichen, die amerikanische Studenten über die Jahre hinweg im Narzissmus-Test NPI erzielt hatten. Das Ergebnis: Narzisstische Persönlichkeitszüge hätten sich seit den Achtzigerjahren genauso stark verbreitet wie die Fettleibigkeit.

Malkin hält den Fragebogen für ein „ausgesprochen mangelhaftes Messinstrument“. Wer in dem Test den Satz „Ich bin durchsetzungsfähig“ bejahe, wandere in der Wertung nach oben, ebenso derjenige, der den Satz „Ich wäre gern eine Führungspersönlichkeit“ ankreuze. Lässt sich aus solchen Aussagen wirklich ein übersteigertes, ungesundes Narzissmus ableiten? Oder deuten sie auf Zuversicht und Tatkraft hin, auf gesunden Narzissmus?

Malkin stellt dem einen eigenen Test (siehe Seite 126) entgegen, der Narzissmus nicht per se verteufelt und auch eventuelle Narzissmus-Defizite in den Blick nimmt: Sind mir Komplimente peinlich? Entschuldige ich mich oft? Glaube ich trotz Rückschlägen an mich?

Neben einem gesunden gibt es einen krankhaften Narzissmus, natürlich, „aber dieser ist die Ausnahme, nicht die Regel, wie manche psychotherapeutischen Gesellschaftskritiker in ihrer ‚déformation professionnelle‘ meinen, wenn sie die medialisierte Lebenswelt insgesamt für krank erklären“, sagt der Psychologe Altmeyer. „Bei solchen Pathologiediagnosen, die sich übrigens medial prächtig vermarkten lassen, sind häufig unbewusst fixierte und deshalb schwer korrigierbare Standardeinstellungen

Literatur zum Thema:

Martin Altmeyer: „Auf der Suche nach Resonanz. Wie sich das Seelenleben in der digitalen Moderne verändert“. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen; 280 Seiten; 25 Euro.

Martin Dornes: „Macht der Kapitalismus depressiv? Über seelische Gesundheit und Krankheit in modernen Gesellschaften“. S. Fischer, Frankfurt am Main; 160 Seiten; 15,99 Euro.

Craig Malkin: „Der Narzissten-Test. Wie man übergroße Egos erkennt ... und überraschend gute Dinge von ihnen lernt“. Aus dem Englischen von Harald Stadler. DuMont, Köln; 288 Seiten; 19,99 Euro.

Roger Schawinski: „Ich bin der Allergrößte. Warum Narzissten scheitern“. Kein & Aber, Zürich; 224 Seiten; 20 Euro.



Hollywoodstars bei der Oscarverleihung 2014, Fußballspieler Toni Kroos nach dem Champions-League-Sieg mit Real Madrid im Mai
 „Schaut her! Hier bin ich! So bin ich! Was haltet ihr davon? Wie findet ihr mich? Antwortet mir!“

Kultur

gen am Werk, persönliche Idiosynkrasien gegen den Zeitgeist, man könnte auch sagen: schlichte Vorurteile.“

Der Schweizer Autor Schawinski aber lässt sich davon nicht beirren. Das Internet, so schreibt er in seinem Buch, sei „die technologische Weiterentwicklung der Geschichte von Narziss“: „Anstelle eines Spiegelbilds in einem nahen See hat man heute sein Spiegelbild immer und überall zur Hand und will sich unzählige Male bewundern lassen.“

Und Schawinski selbst? Seit Jahren hat er eine eigene Talkshow im Schweizer Fernsehen, bei der es durchaus vorkommt, dass der Moderator mehr spricht als seine Gäste. Eine Schweizer Zeitung schrieb vor zwei Jahren: „Roger Schawinski ist ein Kompletmedium: Moderator, Mikrofon, Lautsprecher. Und sein eigenes, hingerissenes Publikum.“

Interessant auch, wie Schawinski auf Kritik an seinem Buch reagierte, er habe Abschnitte aus Wikipedia, dem SPIEGEL

und der „Zeit“ übernommen, ohne dies kenntlich zu machen. Es geht um Passagen, die nicht zentral sind, aber anstatt die Fehler gelassen einzuräumen, putzte er den Kritiker vom Zürcher „Tages-Anzeiger“ runter, nannte die Beweisführung „sack-schwach“ und mutmaßte, die Zeitung wolle sich mit seiner Prominenz „offensichtlich Aufmerksamkeit für den bedenklich schwächelnden Kulturteil holen“.

Und auch der von Schawinski als Narzisst geoutete Wetterexperte Kachelmann

Sind Sie auch Narzisst?

Psychotest Der US-Therapeut Craig Malkin hat die Antwort.

Wie stark treffen diese Aussagen auf Sie zu?

Notieren Sie 1 Punkt für „trifft gar nicht zu“, 2 Punkte für „trifft weniger zu“, 3 für „neutral“, 4 für „trifft eher zu“ und 5 für „trifft voll und ganz zu“.



1. Komplimente sind mir peinlich.



2. Es ärgert mich, wenn jemand mit Starallüren vorwärtskommt.



3. Ich habe schon Chancen vergeben, weil es mir unangenehm war, mich selbst vorzuschlagen (zum Beispiel für eine Beförderung).



4. Manchmal drücke ich meine Vorstellungen nicht aus, weil die eines anderen bestimmt besser sind.



5. Ich füge mich oft der Meinung anderer.



6. Ich mache mir Gedanken darüber, was andere von mir halten.



7. Ich weiß nicht genau, was ich in Beziehungen wünsche oder brauche.



8. Oft gerate ich in Verlegenheit, wenn ich gefragt werde, welche Alternative ich bevorzuge.



9. Ich gebe immer mir die Schuld, wenn in einer Beziehung etwas schiefgeht.



10. Ich entschuldige mich sehr häufig.



11. Ich bin selbstbewusst, aber einfühlsam.



12. Ich hänge mich rein, selbst bei schwierigen Aufgaben.



13. Ich empfinde mehr Stolz auf meine Leistungen, wenn ich mich dafür anstrengen muss.



14. Ich kann meine Grenzen sehen und eingestehen, ohne mich deswegen schlecht zu fühlen.



15. Ich kann durchaus meine Fehler zugeben, wenn sich dadurch eine Situation verbessert.

Narzissmus-Defizit

Bei den Aussagen 1 bis 10 erzielen Testpersonen im Durchschnitt 28 Punkte. Solange Sie nicht mehr als 34 Punkte sammeln, liegen Sie im grünen Bereich. Wenn Sie mehr sammeln und diese Punktzahl zudem höher ist als Ihre Punktzahl in den beiden anderen Abschnitten, mangelt es Ihnen an Narzissmus. Mit einem solchen Narzissmus-Defizit gehen meist Probleme einher. Betroffene neigen dazu, sich den Wünschen und Bedürfnissen ihres Partners zu unterwerfen, sie haben

das Gefühl, sie hätten nichts verdient und dürften keine Ansprüche stellen, sie können nur schwer emotionale Unterstützung geben und annehmen, sind pessimistisch, ängstlich, depressiv und psychisch labil.

Gesunder Narzissmus

Bei den Aussagen 11 bis 20 erzielen Testpersonen im Durchschnitt 39 Punkte. Wenn Sie deutlich darunter liegen, bei 35 oder weniger, können Sie es offensichtlich nicht genießen, sich als etwas Besonderes zu fühlen. Wenn Sie hingegen mehr Punkte

erzielen und wenn diese Punktzahl höher ist als Ihre Punktzahl in den beiden anderen Abschnitten, verfügen Sie über einen gesunden Narzissmus. Menschen mit gesundem Narzissmus sind meist optimistisch und gut gelaunt, verfolgen Ziele in ihrem Leben, besitzen Selbstdisziplin, zeigen Vertrauen und genießen Nähe, können emotionale Unterstützung geben und annehmen. Sie haben das Gefühl, Anerkennung zu verdienen, stellen aber keine überhöhten Ansprüche an andere und an sich selbst.

wehrte sich öffentlich und wies Schawinski Schilderungen als „Küchenpsychologie“ zurück: „Dass Schawinski ein Buch über Narzissten schreibt und mit diesem Wort andere Menschen meint, ist Satire auf höchstem Niveau. Wir warten auf das empörte Buch von Berlusconi über Korrupte.“

Erkenntnis führt nicht immer zur Selbsterkenntnis. „Der unbeirrte Narzisst merkt gar nicht, dass er ein Problem hat“, sagt die Psychotherapeutin Wardetzki. Anders

als die (oft weiblichen) vulnerablen Narzissten haben die (oft männlichen) grandiosen Narzissten keinen oder kaum Leidensdruck. Sie finden sich super. „Die kommen erst in Therapie, wenn sie ihren Job verlieren oder ihre Frau sie verlassen hat.“

Fairerweise muss man sagen, dass Schawinski auch folgende Anekdote über sich erzählt hat: Als er sein Buch dem Kein-&-Aber-Verleger Peter Haag schmackhaft machen wollte, habe er zu Haag gesagt:

„Ich habe ein Buch geschrieben, bei dem es überhaupt nicht um mich geht.“ Haag war überrascht, aber angetan und fragte, worum es gehen solle. „Um Narzissten.“ Good Joke, sagte Haag, guter Scherz.

Narzissten, das sind immer die anderen.

Tobias Becker



Video: Wer ist der größte Narzisst?

spiegel.de/sp262016narzissmus
oder in der App DER SPIEGEL



16. Ich glaube, beide Partner tragen zum Erfolg oder Scheitern einer Beziehung bei.



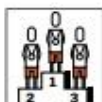
22. Ich bestehe darauf, den mir gebührenden Respekt zu erhalten.



28. Wenn ich die Möglichkeit habe, stelle ich mich gern selbst dar.



17. Ich kann mich zurücknehmen, wenn man mir zu verstehen gibt, dass ich arrogant werde.



23. Ich erwarte viel von meinen Mitmenschen.



29. Ich habe einen ausgeprägten Machtwillen.



18. Ich bin sehr ambitioniert, aber nicht auf Kosten meiner Beziehungen.



24. Ich würde mich nie zufriedengeben, bevor ich nicht alles erhalten habe, was mir zusteht.



30. Ich bin in vielem gut, verglichen mit den meisten anderen Menschen.



19. Geben ist mir immer wichtiger als Nehmen.



25. Ich glaube insgeheim, dass ich besser bin als die meisten anderen Menschen.



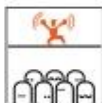
20. Trotz Rückschlägen glaube ich an mich.



26. Ich reagiere extrem wütend, wenn ich kritisiert werde.



21. Es fällt mir leicht, andere Menschen zu beeinflussen.



27. Es ärgert mich, wenn andere keine Notiz davon nehmen, wie ich in der Öffentlichkeit auftrete.

Addieren Sie Ihre Punkte getrennt für diese drei Abschnitte:

Aussagen 1 bis 10,
Aussagen 11 bis 20,
Aussagen 21 bis 30.

Extremer Narzissmus

Bei den Aussagen 21 bis 30 erzielen Testpersonen im Durchschnitt 27 Punkte. Haben Sie mehr als 34 Punkte gesammelt, sind Sie ein extremer Narzisst. Menschen mit so hohen Werten haben ein schwankendes Selbstwertgefühl, können emotionale Unterstützung nur schwer geben und annehmen, sind anspruchsvoll, manipulativ und süchtig nach Bestätigung. Sie fühlen sich ihren Partnern (und anderen Menschen) überlegen, wirken streitsüchtig, unkollegial und ich-bezogen, erleben Konflikte am Arbeitsplatz.

In seltenen Fällen erzielen Menschen viele Punkte sowohl bei den Fragen 1 bis 10 als auch bei den Fragen 21 bis 30. Das ist das Kennzeichen von introvertiertem Narzissmus. Wer dieses Muster aufweist, ist hochgradig narzisstisch, zugleich aber von Natur aus introvertiert oder durch eine Reihe von Niederlagen entmutigt. Er pendelt zwischen zwei Extremen: Selbstzweifel und Verslossenheit auf der einen Seite, Wut, Neid und überhöhtes Anspruchsdenken auf der anderen. Nahestehende Menschen spüren seine Überheblichkeit. Arbeitskolle-

gen hingegen erleben ihn wahrscheinlich als jemanden, der voller Ängste und Selbstzweifel steckt.



Der Test stammt aus Craig Malkins Buch „Der Narzisstentest“. Wie man übergroße Egos erkennt ... und überraschend gute Dinge von Ihnen lernt“, erschienen im DuMont Buchverlag.