

Leib und Leere

Thomas Fuchs und Thomas Arnold beschreiben den Narzissmus als Unfähigkeit, mit sich selbst befreundet zu sein

Von Felix Bartels

Jeder Anfang ist falsch. Narzissmus geht anders als der Mythos, nach dem er heißt. Eingeführt hat den Begriff der Psychiater Paul Näcke. Berühmt wurde Freuds Unterscheidung eines primären und sekundären Narzissmus. Näcke wie Freud zielten auf das Element der Autoerotik, heutige Psychiatrie hat den Narzissmus von den Komplikationen des Sexualtriebs befreit. Wie auch spätere Freudianer im übrigen. Béla Grunberger und Pierre Dessuant schrieben 1997: »Die reine narzisstische Liebe ist steril, das narzisstische Subjekt dreht sich in einem geschlossenen Kreis.« Das knüpft eher an den frühen Freud an, in dessen Terminologie das Ich-Ideal den Platz hielt, den später das sexuell denotierte Über-Ich einnehmen würde.

Der Philosoph Thomas Arnold und der Psychiater Thomas Fuchs wollten eine fachübergreifende Zusammenschau des narzisstischen Komplexes geben, in der das Phänomen nicht der Sexualität unterstellt wird, doch seine Ursprünge als durchaus leiblich verstanden werden. Ihr Buch »Das unersättliche Selbst« wird diesem Anspruch gerecht.

Die Reise ins Ich beginnt weit entfernt. Tief im Vergangenen, beim Mythos. Wer über Narzissmus spricht, kann von Ovid nicht schweigen. So analysiert der erste erörternde Abschnitt den Narziss-Mythos der »Metamorphosen« und die Spiegelmetapher. Im Anschluss skizzieren die Autoren die Grundstruktur narzisstischer Subjektivität. Ein »Mangel an leiblich gespürtem Wert« und eine »tiefe Leere« führen zur Flucht in die »Welt der Spiegelbilder«. Das Phänomen soll nicht normalisiert werden, daher kritisiert der dritte Abschnitt Freuds Konzept des primären sowie die geläufige Vorstellung eines gesunden Narzissmus. Im vierten Kapitel kommt man auf die leibliche Grundierung des Phänomens. Danach widmen die Autoren sich der narzisstischen Zeitlichkeit. Ungeduld und Unruhe – der Narziss lebe beständig im Noch-nicht einer vorgestellten Tilgung des gespürten Mangels. Das Fehlen echter Beziehungen zu anderen, die bloß als Spiegel missbraucht oder instrumentalisiert werden, narzisstische Partnerschaft mithin als emotionale Ausbeutung, ist Thema des nächsten Kapitels. Im siebenten Schritt verhandeln die Autoren geschlechtsspezifische Ausprägungen. Narzissmus wird bei Männern häufiger diagnostiziert, gleichwohl seien auch weibliche Spielarten zu konstatieren. Schließlich fragen Fuchs und Arnold nach gesellschaftlichen Strukturen, die narzisstische Muster begünstigen, namentlich Kapitalismus und soziale Medien.

Mythos und Logos

Das Mythenkapitel ist der glänzendste Abschnitt, zugleich der angreifbarste. Die Betriebsfehler des psychologischen Zugriffs hat Hugh Lloyd-Jones bereits vor vierzig Jahren freigelegt. Psychoanalyse projiziere neuzeitliche Strukturen in archaische Welten, überbetone das Unbewusste, missachte logisch-ideelle Strukturen der Handlung und das bewusste Agieren der Figuren, mithin kultisch-traditionelle Beziehungen, die in der Moderne verloren sind. Das alles darf sie, es liegt im Wesen des Mythos, dass er sich aneignen lässt. Dennoch sollte man die Aneignung einer Sache nicht mit der Sache verwechseln. Kein Mythos geht in seiner Interpretation auf, auch Narziss im Komplex des Narzissmus nicht.

Dem jungen Narziss wird ein langes Leben prophezeit, sofern er sich nicht kennenlerne. Heranwachsend verweigert er sich sexuellen Offerten, weil die Verehrer ihm nicht gut genug scheinen. Das riecht nach Narzissmus, doch ist der Tod mittels Spiegel das Ergebnis eines Fluchs. Die Erzählung hat eine doppelte Struktur – eine, die den Habitus des Jünglings, und eine, die seine Gefangenschaft mit dem Spiegelbild beschreibt. Habituellem und gefangenem Narziss decken sich dabei nicht ganz. Die Welt ist dem jungen Narziss nicht genug, er selbst sich schon. Vom Narzissten sagt man das Gegenteil. Er empfindet gerade eine Leere in sich und ist abhängig von der Spiegelung durch andere.

Vielleicht ist Ovids Sujet besser als Verkörperung des Widerspruchs zwischen Ideal und Wirklichkeit verständlich. Wer sich auf die Wirklichkeit einlässt (was Narziss nicht tut), kann lernen, mit dem Unvollkommenen zu leben. Andernfalls fällt er auf sich selbst zurück und bewegt gar nichts. Er bleibt ganz rein, bei sich, doch damit fruchtlos. Narziss' Strafe ist talionsgemäß, eine Spiegelstrafe im doppelten Sinn: Sie spiegelt den Frevel, und der Spiegel wird ihr Instrument. Zum anderen war sie selbst Ergebnis einer narzisstischen Kränkung, indem eine Gottheit die Klage eines zurückgewiesenen Verehrers erhört hat.

Auch die Prophezeiung geht nicht ganz in der psychoanalytischen Deutung auf. Man erkennt sich selbst, schreibt Goethe, indem man das andere erkennt. Narziss erkennt das andere nicht und lernt sich erst kennen, indem er erfährt, dass man ohne Gegenüber nicht sein kann. Narzissmus wieder richtet sich zwanghaft aufs andere und erkennt sich gerade deswegen nicht. Weil er im anderen sucht, was in ihm fehlt.

Schein und Erscheinung

Man muss den Autoren nicht in jeden Winkel folgen. Ihre Deutung indessen legt ein solides Fundament aus. Die vermeintliche Dyade des Narzissmus – *leeres Selbst / reale Welt* – erweist sich als Triade: *leeres Selbst / Ideal-Ich / reale Welt*. Das Ideal-Ich wird vom Ich (dem leeren Selbst) als reales Ich empfunden. Es konstruiert die Welt als Ort, der dem Ich-Ideal entgegenkommen soll, um den Selbstwert zu stabilisieren. So wird die Welt als Schein eines Ichs strukturiert, das selbst Schein ist. Die reale Welt dagegen steht dem Schein-Ich gegenüber, während sie das reale Ich des Narzissten mit enthält. So unterwirft sich das Ich dem Ideal, weil es davon Erhöhung erwartet, während das Ideal der realen Welt narzisstische Bedeutung verleiht.

Es ist nach dieser Skizze offensichtlich, dass Arnold und Fuchs den Narzissmus als Pathologie fassen, die von vermeintlich ähnlichen Akzentuierungen wie Geltungssucht oder Eigenliebe unterschieden werden muss. Entsprechend ihre Kritik an Freuds primären und der legeren Vorstellung eines gesunden Narzissmus. Beide haben die Tendenz, Narzissmus zu normalisieren. Bloßes Streben nach Anerkennung sei ein Grundbedürfnis. Die Kombination hingegen »aus tiefem Mangel, seiner Verdrängung und der rastlosen Suche nach Ausgleich an der falschen Stelle kann es in keiner gesunden Variante geben«. Dem »narzisstischen Streben ist die Unerfüllbarkeit prinzipiell inhärent«, es ist »auf eine (ideale) Außenwirkung gerichtet, die sich nicht mit einem inneren (realen) Wert verbinden kann«. Anerkennung, Leistung und Erfolg nähren nicht, sie bleiben äußerlich. Die narzisstische Kränkbarkeit wird dann zum Zeichen für die Labilität dieses äußerlich erzeugten Selbstbilds. Wer den Glanz in Frage stellt, legt den verletzbaren Kern frei.

Dieser Komplex hat grundsätzlich die Struktur einer Störung, auch wenn er in abgeschwächter Form (Akzentuierung) auftreten kann. Nicht unwichtig ist hier die moderate Kritik der Autoren an der 2022 von der WHO verabschiedeten ICD-11. Sie folgt einem dimensionalen Ansatz, der – prononciert gesagt – dem Grad einer Störung mehr Gewicht beimisst als ihrem Inhalt. Das soll dem Umstand Rechnung tragen, dass der Übergang vom Kranken zum Gesunden fließend ist. Doch auch wenn es »die Dämmerung gibt, wird der Tag deshalb nicht zu einer gesteigerten Form der Nacht«.

Gleichwohl können »Grandiosität und Anspruch, im Mittelpunkt zu stehen, (...) eine immense Motivation« sein. Das verweist indirekt auf Otto Kernbergs Unterscheidung eines positiven und eines malignen Narzissmus. Auf letzteren kommen die Autoren später zurück. Während sie Freuds primären Narzissmus rundweg ablehnen, nach dem das Kind seine Libido im Rahmen gewöhnlicher Entwicklung auf sich selbst richtet, ehe es beginnt, Objekte mit Libido zu besetzen. Die Idee einer autoerotischen Phase sei durch die Säuglingsforschung widerlegt, die Annahme einer frühkindlichen Allmachtsphantasie ebenso. Narzissmus bleibe an Spiegelung gebunden, setze also eine »Außenperspektive voraus«, wovon vor dem zweiten Lebensjahr keine Rede sein kann. Ebenfalls zurückgewiesen wird Melanie Kleins These einer paranoiden Position, bei der das Kind im ersten Lebensjahr die wechselnden Erfahrungen im Bild einer guten und einer schlechten Mutter aufspaltet.

Narzisstische Subjektivität

Als instruktiv erweist sich die Klassifikation. *Hochfunktionale* Narzissten hoffen auf Leistung, Macht und Erfolg. *Grandiose* Narzissten suchen nach Selbstdarstellung und Glanz – Applaus wird Surrogat echter Selbstliebe. *Maligne* Narzissten werten sich selbst durch Abwertung anderer auf (Manipulation, Intrige, Sadismus). *Vulnerable* Narzissten zeigen ein negatives Selbstwerterleben, Scham und Neid. Kompensatorisch versuchen sie, von grandiosen Phantasien zu zehren, die sie aber für sich behalten. Hierunter fallen auch »gescheiterte« Narzissten – Grandiosität ohne tatsächliche Leistung oder sozialen Rang. *Altruistische* Narzissten schließlich gleichen inneren Mangel durch exzessive Aufopferung aus, ohne dass es wirklich um die Adressaten ihres Altruismus geht. Das Ideal ist hier ein Anschein von Tugend oder Moralität.

Ein Problem dieser Systematik: Sie passt vor allem auf die männliche Psyche. Daher erörtern die Autoren das Verhältnis von Narzissmuskonzept und Geschlecht. Um noch einmal auf Freud zu kommen, dessen Modell erheblich misogyn war. Weibliche Psyche gebe es darin »nur über ein phallisches Mandat«. Worin zwei Probleme stecken: die enge Anbindung des Narzissmus an die Sexualität und die grundsätzliche Prägung des Verständnisses durch die männliche Perspektive. Das erste Problem wurde schon angerissen. Fuchs und Arnold halten dafür, dass Narzissmus sexuell gefärbt sein kann, aber kein grundsätzlich sexuelles Problem ist. Das wiederum bedeute nicht, dass er unleiblich sei, worauf sie später zurückkommen. Die Misogynie Freuds indessen bestehe darin, dass weibliche Komplexe »immer irgendwie auf das männliche (väterliche) Begehren bezogen« sind. Erkennbar ging Freud in seiner Arbeit vom Mann aus, die Frau musste sich dann ins Konzept fügen, was zu teils abenteuerlichen Konstruktionen führte (deren berühmteste: der Penisneid). Frauen waren danach stets »unvollständige Spiegelungen des Mannes«, ihre Akzentuierungen Resultat eines Mangels an männlichen Attributen.

Typisch weibliche Ausprägungen des Narzissmus sehen die Autoren vor allem im Vulnerablen, während typisch männliche häufig »in den Dimensionen der Grandiosität und Ansprüchlichkeit« leben. Männern gehe es um Autonomie, Frauen um Anerkennung. Eine bei Frauen tendenziell verbreitete Form ist die *konarzisstische* Ausprägung: Überanpassung, Aggressionshemmung, Übernahme fremder Gefühle. Die Aggression des männlichen Partners wird genutzt, den eigenen Selbstwert zu regulieren. Ferner eine *passiv-regressive* Form, die Fürsorge durch attraktive Fragilität heischt, bei Erhalt der Fürsorge in abwertende Anspruchshaltung fällt und den dadurch entstehenden Konflikt durch Rückfall in appellative Verletzlichkeit löst. Drittens gebe es einen *inneren* Narzissmus, der das Surrogat nicht im Äußeren suche, sondern ein narzisstisches Selbstregime führe. Anschaulich bei Essstörungen, vor allem der Anorexie, die statistisch stark auf Frauen fällt. Das Subjekt wendet sich gegen sich selbst, der eigene Körper wird zum Objekt gemacht und kontrolliert. Zum anderen damit, zum Partner sozusagen. Selbstwert entsteht hier am Gefühl, wenigstens ihn, wenn schon nichts anderes, unter Kontrolle zu haben.

Wichtig bleibt zu bemerken, dass Fuchs und Arnold diese geschlechtstypischen Evidenzen nicht rein biologisch verstehen, sie sind - Differenzen im Hormonhaushalt eingestanden - zugleich Ergebnis gesellschaftlicher Prägung. Ebenso wichtig: Die Zurückweisung des Sexuellen in der narzisstischen Grundstruktur zielt nicht auf Vergeistigung psychischer Prozesse. Die Wurzel des Narzissmus, so geistig vertrackt er sich in seinem Überbau darbietet, liege im Leiblichen. Eine unstillbare innere Unruhe sei ebenso leiblich gefühlt wie die nie zu füllende innere Leere. Frühkindliche Erfahrungen, insonders Gestilltwerden, sind leiblich, verschaffen prägende Urerfahrungen von »Wärme, Geborgenheit, Zuwendung«, von »Empfangen ohne Gegenleistung«. Ergänzt werden könnte hier auch eine verbale Komponente, die den Entzug von Liebe kommunikativ ausdrückt und damit (sekundär) leiblich bleibt. Kinder, die Abwertung erfahren oder Zuneigung nur nach Erbringen von Leistung erhalten, können narzisstische Tendenzen entwickeln. Wer seinen Wert immer erst in der Darstellung herstellen muss, kann kein stabiles Ich ausbilden, weil, was ihn stabilisiert, stets außer ihm bleibt.

Objektiver Narzissmus

»Psychische Störungen sind immer Beziehungsstörungen, und als solche spielen sie sich in einem sozialen Kontext ab.« Mit diesem Gedanken wendet das Buch sich dem Gesellschaftlichen zu. Es sei nicht zwingend davon auszugehen, dass narzisstische Akzentuierungen heute verbreiteter sind als früher, offensichtlich aber, dass sie den dominierenden Persönlichkeitsstil unserer Zeit ausmachen. Prägend ist der Kapitalismus, insbesondere seine digitalisierte Form der Spätmoderne. Er fördere narzisstische Verhaltensweisen ebenso, wie er auf sie angewiesen ist, zudem hat er selbst objektive Abläufe, die dem narzisstischen Komplex strukturell entsprechen. Im unstillbaren Mangel etwa, der ja als spezifisch narzisstisch bestimmt wurde. Kapitalismus muss immer weiter rattern, Bedürfnisse müssen befriedigt, zugleich aber stets neu geschaffen werden. Der Zweck der Lebenserhaltung, der jeder Ökonomie vorausliegt, wird im Regime des Kapitals, das nur um sich selbst kreist, vergessen.

Eine andere Ähnlichkeit liegt im Wettbewerb, der die Dynamik des Kapitalismus bestimmt und sich als »attraktives Surrogat für Selbstwert« anbietet. Im Unternehmerischen ist, über den augenscheinlichen Zweck der Akkumulation hinaus, ein seelischer Mehrwert enthalten. Neoliberalismus verschaffe Narzissten die Möglichkeit, ihr Handeln zu rationalisieren, an dem sie tatsächlich narzisstische Bedürfnisse befriedigen. Drittens wird in der Singularisierung des digitalisierten Kapitalismus ein narzisstisches Element identifiziert. Es sei »eine neue, überwiegend akademische Mittelklasse« entstanden, die »die Werte der Individualisierung und Authentizität« zelebriere, was »Kultivierung von Besonderheit, Selbstverwirklichung und sozialem Erfolg« bedeute wie auch die Darstellung des »besonderen Lebens vor anderen«.

Womit die sozialen Medien ins Spiel kommen, die ebenso wie der Kapitalismus eine objektiv narzisstische Struktur besitzen. Der Nutzer steht permanent auf der Bühne, inszeniert sich ununterbrochen selbst. Das Subjekt der Spätmoderne müsse fortwährend seine Einzigartigkeit unter Beweis stellen, zur Distinktion gegenüber dem Gewöhnlichen. Die Kultur der Startups, der Selbstoptimierung, der Marktförmigkeit aller Beziehungen entwickelt sich darum. Zwanghaftes Ausstellen des Alltags – Ernährung, Fitness, Kosmetik, Wohnen, Reisen – entspricht dem im Privaten. Das Phänomen sollte weder rein psychologisch noch rein gesellschaftlich verstanden werden, es ist das Ergebnis eines Zusammenspiels. Problematische Akzentuierungen im Sozialverhalten kommen primär aus der Person, aber sie werden von einer Gesellschaft gefördert, die objektiv narzisstische Strukturen hat. Es ist heute okay, sich selbstbezogen zu verhalten. Es ist gewissermaßen sogar erforderlich.

In der Social-Media-Sphäre ruhen zugleich Mechanismen, die in der Spiegelmetapher erfasst wurden. Das Image, das man sich auf Onlineplattformen gibt, habe den Charakter von »Zwittergebilden zwischen Wirklichkeit und Schein, Anwesenheit und Abwesenheit, Original und Simulation«. Zeichen und Bilder gerieren sich als leibhaftige Dinge. In der Tat wirkt Social Media wie eine monströse Reproduktion des Narziss-Mythos. Das Entstehen hermetischer Filterblasen, zum Teil mit Tendenz zur Verschwörungsideologie, wird in diesem Zusammenhang gleichfalls verständlich. In der Blase ist das Dafürhalten, mangels Anwesenheit

Andersdenkender, der Probe entzogen. Die gleichgesinnte Gruppe gerät zum Ersatz – nicht nur für die Gesellschaft, sondern auch für das Ich. In ihr konvergieren die Teile der narzisstischen Partnerschaft. Die Gemeinschaft der Wissenden verschaffe intellektuelle Distinktion gegenüber den »Gläubigen der Mehrheitsgesellschaft«, »Selbstwertsteigerung durch vermeintliches Opfer- oder Heldentum« und die Möglichkeit, in ihr etwas zu erlangen, was den Insidern in der breiten Gesellschaft verwehrt geblieben ist: eine »Sonderrolle«, eine »Führungsposition«.

Flott wie ein Krimi

194 Seiten Rumpftext lesen sich weg wie ein flott geschriebener Krimi: flüssig, nicht feuilletonistisch, anschaulich, nicht oberflächlich, weitläufig, nicht verzettelt, scharfsinnig, nicht verstiegen. Dabei ist, was man da lesen kann, durchaus nicht immer neu. Mitunter treten Fuchs und Arnold offene Türen ein. Andererseits liegt ihre Leistung im Zusammentragen verschiedener Wissensstände und im Finden einer luziden Darstellungsform. In sich schlüssig deklinieren sie das Phänomen Narzissmus durch. Selbstsucht – in diesem Satz läuft alles zusammen – ist das Gegenteil von Selbstliebe. Sie macht gerade unmöglich, was Aristoteles in der »Nikomachischen Ethik« ausgeschrieben hat: mit sich selbst befreundet sein können.

Thomas Arnold/Thomas Fuchs: Das unersättliche Selbst. Phänomenologie des Narzissmus. Suhrkamp-Verlag, Berlin 2026, 248 Seiten, 28 Euro

<https://www.jungewelt.de/beilage/art/518022>