



„Ich“ im Mittelpunkt der Kommunikation in sozialen Medien, gepaart mit dem Gefühl der Selbstüberschätzung.

Foto: Rawpixel.com - stock.adobe.com

Der moderne Narzisst

Warum so viele Politiker, aber auch ganz „einfache“ Menschen „übersteigert selbstverliebt“ ist und wann das zur Krankheit wird

1-2

PROZENT DER ÖSTERREICHER leiden an der krankhaften Persönlichkeitsstörung.

Zwei Personen im Politik-Milieu, die miteinander chatten und dabei nicht nur ihre Konkurrenten verhöhnen, sondern gleichzeitig auch sich selbst erhöhen. Davon haben wir alle gelesen. Soziale Medien dürften „echten“ Narzissmus – also das Bedürfnis nach Aufmerksamkeit, Anerkennung und Bewunderung, das sich durch Arroganz und Selbstidealisation äußert – zu triggern.

Doch wann spricht man eigentlich von einem Narzissen? Steckt dahinter eine Erkrankung, die behandelt werden sollte? Und gibt es dank moderner Kommunikation mehr Betroffene? Das wollten wir von Psychotherapeutin Prof. Dr. Monika Wogrolly wissen.

„Gesunden Narzissmus braucht jeder von uns, um sich durchzusetzen, abzu-

grenzen und in der Gesellschaft seinen Platz zu finden“, klärt die Expertin auf, die sogar betont: „Wer kein bisschen narzisstisch ist, hat ein Selbstwertproblem!“ Die Dosis macht also das „Gift“.

Donald Trump gilt als „echter“ Narzisst

„Außerdem gibt es übersteigerten Narzissmus, der dennoch nicht krankhaft ist. Moderatoren, Schauspieler oder auch Firmenchefs benötigen etwa diese Eigenschaft. Von einem ‚echten‘, also malignen Narzissen, der psychologische/psychotherapeutische Behandlung bräuchte, spricht man erst, wenn jemand manipulativ auftritt, keine Empathie empfindet, nur seine eigenen Interessen verfolgt und dabei gleichsam über Leichen geht. Donald Trump gilt als Paradebeispiel da-

für“, berichtet Prof. Dr. Wogrolly.

Erwähnte chattende Politiker ordnet die Psychotherapeutin nur in die Sparte „übersteigerte Narzissen“ ein. „Vor allem junge Menschen, die in einer Partei plötzlich viel Macht innehaben, Erwartungs- und Leistungsdruck ausgesetzt sind und gehypt werden, verändern sich in ihrer Persönlichkeit: Das Ego wird auf diese Weise ordentlich gepusht.“

Damit einher geht dann oft auch eine abgestumpfte, arrogante Schriftsprache. In dieser Kürzel- oder Robotersprache steht seelenloser Austausch, der möglichst schnell ans Ziel führen soll, im Mittelpunkt – gepaart mit dem Gefühl der Selbstüberschätzung und unangreifbar zu sein“, startet die Expertin einen Erklärungs-

versuch für die vor Kurzem bekannt gewordenen, brisanten Chats.

Politiker sollten sich ihrer Vorbildrolle bewusst sein

Wie hätten sie besser kommunizieren können bzw. sollen? „Wichtig wäre, dass sie sich ihrer Rolle als ‚role model‘, also Vorbild, bewusst würden. Dass man öffentlich nicht in der Nase bohrt, ist bekannt. Politiker müssen sich aber auch kultiviert ausdrücken können, ein Achtsamkeitscoaching zum Erlernen angemessener Kommunikationsstile würde z. B. helfen. Denn Schimpfwörter und ähnlich Abwertendes wirken verstörend auf den Bürger“, so die Psychotherapeutin. Und dass selbst vermeintlich private Chats mitunter aufgedeckt werden, ist nun sicher hinlänglich bekannt.



Foto: Emur - stock.adobe.com

Wenn man Facebook, Instagram und TikTok durchforstet, hat man den Eindruck, dass es heutzutage in der ganzen Gesellschaft mehr „Selbstverliebte“ gibt. Stimmt das? „Nein, Narzissmus hat, meiner Meinung nach, nicht zugenommen. Schon seit der Antike wird Jugendlichen nachgesagt, dass sie es wären. Dabei ist das eine wichtige Entwicklungszeit zur Bildung der eigenen Identität, sehr auf sich zentriert zu sein. Heute ermöglichen soziale Medien nur, sich mehr zur Schau zu stellen“, berichtet die Expertin.

Mehr „Selbstverliebte“ im Internet als real?

Studien zeigen, dass in Ländern, in denen Menschen unterdrückt werden, mehr Narzissen im Internet unterwegs sind als z. B.

hierzulande. In Österreich ist freie Entfaltung schließlich auch abseits der Online-Medien möglich. Weltweit beobachten Experten dabei das Muster der „selbstverstärkenden Spirale“: „Jemand postet etwas, erhält dadurch Likes, also Zustimmung. Je mehr positives Feedback aufscheint, desto häufiger gibt er Dinge über sich preis“, so Dr. Wogrolly.

Dieses Verhalten kann Menschen, die im Internet Bestätigung suchen, in die Sucht führen, es trifft v. a. jene mit wenig Selbstwertgefühl. „Vorbeugend wäre es wichtig, dass diese sich wieder eher persönlich ihren Familien und Freunden anvertrauen. Erlebnisse im realen Leben fördern zudem das Selbstbewusstsein, eine Sucht kann abgewendet werden“, bestätigt sie.

Mag. Monika Kotasek-Rissel



UNSERE EXPERTIN

Prof. Dr. Monika Wogrolly, Psychotherapeutin und Philosophin in Graz, Wien und Online. Kontakt: praxis@wogrollymonika.at, www.wogrollymonika.at

Implantierte Sonde hilft bei Rückenschmerz

ELEKTRODEN, die regelmäßig elektrische Impulse abgeben, werden an bestimmten Stellen zwischen den Rückenmarkshäuten in den Wirbelkanal eingesetzt. Ziel: die Schmerzen gezielt zu reduzieren. Vor dem Eingriff erhält der Patient zwei Wochen einen Teststimulator, der hochfrequente Impulse unterschiedlicher

Art und Dauer abgibt, um festzustellen, welche am besten wirken. Das implantierte Gerät lässt sich über Fernsteuerung und Ladegerät aufladen bzw. bei Bedarf anpassen. Laut OA Dr. Klaus-Peter Guglia, Wirbelsäulenzentrum Speising in Wien, wird dies nur bei Patienten angewandt, die weitgehend als „austherapiert“ gelten.