

Alle anderen sind nur Bewunderer

Narzissen glauben, dass die Welt sich nur um sie dreht – und für sie. Sie lieben, um geliebt zu werden, und tun auch im Job alles für Aufmerksamkeit

- Narzissen sind kontaktfreudig, kreativ und ehrgeizig. Daher sind sie im Beruf oft besonders erfolgreich
- Doch die übersteigerte Selbstliebe macht sie zu sehr schwer zu ertragenden Mitmenschen

FANNY JIMÉNEZ

Narziss war ein sehr eitler junger Mann. Er verschmähte die Liebe der Nympe Echo, weil sie seiner Schönheit angeblich nicht gerecht wurde. Die Liebesgöttin Aphrodite bestrafte ihn dafür mit einer unstillbaren Selbstliebe. Dieser Mythos aus dem antiken Griechenland hat die moderne Vorstellung von Narzissmus als übersteigertes und damit nicht gerade sympathischer Selbstliebe geprägt. Dabei fanden die alten Griechen, dass ein bisschen davon ganz gut sei, und auch Sigmund Freud erklärte, Narzissmus sei ein gesunder Mechanismus der Selbsterhaltung. Eine gesunde Portion Selbstliebe kann das Leben zweifellos leichter und das Lieben anderer erst möglich machen. Doch übergroße Selbstherrlichkeit tut nicht gut. Narzisstische Menschen halten sich für einzigartig, überschätzen

sich und haben ein großes Bedürfnis nach Bewunderung. Durch ihr grandioses Selbstbild reagieren sie sehr empfindlich auf Kritik und können starke Stimmungsschwankungen haben, wenn etwas passiert, das ihre Welt ins Wanken bringt. Das fand Richard Gramzow von der George Mason University in Washington heraus, als er Narzissen mit Kritik konfrontierte. Sie wurden sehr wütend und schämten sich gleichzeitig. Der Mythos von Narziss endet damit, dass der seinem Spiegelbild Verfallene sich aus Schmerz über die Unerfüllbarkeit seiner Liebe mit einem Dolch das Leben nimmt. So dramatisch verläuft die Biografie moderner Narzissen nicht, denn den meisten fällt ihre verzerrte Wahrnehmung gar nicht auf. Sie geraten zwar häufig mit anderen aneinander, aber oft erst nach einiger Zeit. Denn Narzissen sind Meister darin, einen guten ersten Eindruck zu hinterlassen. „In der Kommunikation haben Narzissen eine starke Strategie der Selbstdarstellung“, sagt Hans-Werner Bierhoff von der Ruhr-Universität Bochum. „Sie sind sehr kontaktfreudig und beim Kennenlernen äußerst erfolgreich.“ Dass Narzissen beliebt sind, fand auch Amy Brunell von der Ohio State University in einer Studie mit über 400 Studenten heraus. In den Gruppendiskussionen der Studie waren selbstverliebte Studenten die treibende Kraft in den Gesprächen und wurden von den anderen als natürliche Anführer wahrgenommen. Da verwundert es nicht, dass viele Narzissen die Karriereleiter erfolgreich erklimmen. Der Sozialpsychologe Bierhoff sagt, das habe mit ihrer Kommunikationsstärke und Offenheit zu tun, aber auch mit der Durchsetzungskraft und großen Leistungsbereitschaft von Narzissen. „Sie sind im Beruf sehr leistungsorientiert und auch kreativ, schreiben sich allerdings auch oft den Erfolg eines Teams zu“, erklärt er. „Das ist die Kehrseite des Narzissmus: Sie nerven. Denn sie betonen ihre Überlegenheit ständig und beuten andere für ihren eigenen Erfolg aus.“ Dass die Selbstbezogenheit ihren Preis hat, merken nicht nur Kollegen,



Salvador Dalí war wie viele Narzissen ein Meister der Selbstinszenierung

sondern auch Partner von Narzissen. Eine Beziehung mit so einem Selbstdarsteller kann schwierig sein. Der Psychologe Keith Campbell von der University of Georgia stellte in seiner Studie fest, dass Narzissen zwar Beziehungen eingehen, diese aber eher spielerisch sehen. Zudem haben sie mehr Angst vor festen Bindungen und sind untreuer. Hans-Werner Bierhoff hat in seiner aktuellen Studie noch etwas anderes festgestellt: Bei Paaren mit einem Narzissen schrieb sich dieser den größten Anteil der Beziehungsarbeit zu und unterstellte dem Partner, weniger Wärme und Zuneigung in die Beziehung zu investieren. Bei Paaren ohne Narzissen waren die angegebenen Anteile der Partner dagegen ausgeglichener. Dazu kommt, dass es Narzissen schwerfällt, sich in die Lage anderer zu versetzen. So verlieren sie oft auch die Gefühle ihres Partners aus dem Blickfeld. Bierhoff betont aber, dass nicht alle Narzissen in unglücklichen Beziehungen stecken. Oft suchten sich Narzissen Partner, die gut zu ihnen passen. Das können Menschen sein, die unsicher sind und einen Partner möchten, der selbstsicher auftritt und zu dem sie aufschauen können. „Solche Beziehungen können lange halten, obwohl sie unausgeglichen sind“, sagt er. Das klingt tröstend, besonders weil einer Studie von Jean Twenge zufolge die Menschen in den vergangenen 20 Jahren immer narzisstischer geworden sind. Die Forscherin der San Diego State University wertete die Ergebnisse von Studien zu Narzissmus aus den Jahren 1982 bis 2006 aus. Dabei kam sie zu dem Ergebnis, dass fast zwei Drittel der heutigen Studenten narzisstischer sind als frühere

Generationen. Hans-Werner Bierhoff glaubt, dass das vor allem an den Frauen liegt: „Männer sind zwar im Durchschnitt narzisstischer, aber die Frauen haben aufgeholt und sich den Männern angepasst“, sagt er. Er glaubt ebenfalls, dass besonders Jüngere die Selbstliebe etwas zu ausgiebig pflegen. Der Psychologe hat im vergangenen Jahr das Buch „Narzissmus – die Wiederkehr“ veröffentlicht, in dem er über Narzissmus als gesellschaftliches Phänomen schreibt. „Die neue Sozialisation fördert Narzissmus, weil es viele Anregungen dafür gibt, sich selbst zu perfektionieren und zu präsentieren, wie zum Beispiel in Talentshows“, sagt Bierhoff. Nicht überraschend also, dass sich überdurchschnittlich viele Narzissen in der Welt der Stars und Sternchen finden lassen. Vor allem Darsteller aus Reality-TV-Shows sind narzisstisch, gefolgt von Schauspielern und Musikern, wie der US-Psychiater Drew Pinsky von der Keck School of Medicine in Los Angeles herausfand. „Medien ziehen narzisstische Persönlichkeiten an“, sagt auch Franz Neyer, Persönlichkeitspsychologe an der Friedrich-Schiller-Universität in Jena. Prominenz als Weg, die Fantasien der eigenen Großartigkeit zu realisieren, birgt aber auch Gefahren. „Ohne Frage profitieren Menschen von der öffentlichen Aufmerksamkeit, denn sie kann das Selbstwertgefühl steigern“, sagt Neyer, „aber narzisstische Selbstwertsteigerung und verzerrte Realitätswahrnehmung können meist nicht unbegrenzt aufrechterhalten werden.“ Der Wechsel von Grandiosität und Stimmungstiefs kann zu Vereinsamung und Depressionen führen. „Meist haben Narzissen doch leise Zweifel, ob sie wirklich so grandios sind, wie sie denken“, sagt auch Bierhoff. Für viele Narzissen scheinen die Bühnen der Welt dennoch wie gemacht zu sein, ob mit oder ohne Selbsteinsicht. Salvador Dalí, der sowohl mit seinen surrealistischen Werken als auch mit seiner exzentrischen Persönlichkeit von sich reden machte, schrieb in seiner Biografie: „Nur durch stolze Selbstverherrlichung gelang es mir, mich vor dem systematischen Selbstzweifel zu retten.“

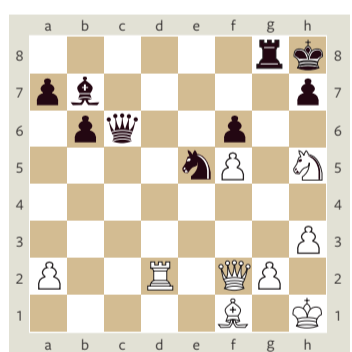
„Medien ziehen narzisstische Personen an“

Franz Neyer, Persönlichkeitspsychologe

Plötzlich war es matt

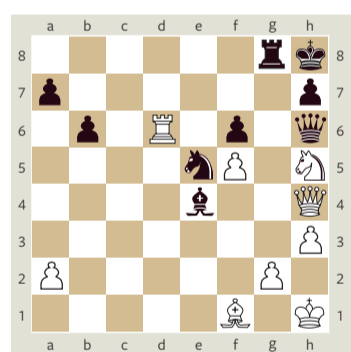
SCHACH mit Helmut Pfleger

Das Schachfestival im schweizerischen Biel hat eine schon 43-jährige Tradition und verbindet vorbildlich das Turnier der Meister mit den Amateurguppen. In diesem Jahr lud man zehn junge Talente ein, die an der Schwelle zur Weltelite stehen. Es gewannen schließlich gemeinsam der Italiener Fabiano Caruana, der Vietnamesen Nguyen Ngoc Truong Son und der Franzose Maxime Vachier-Lagrave. Eine spannende Kampfpartie, die erst in den letzten Zügen durch einen Läuferanschlag beim weißen König entschieden wurde, lieferten sich der Israeli Maxim Rodshtein, 21, und der 17-jährige Philippiner Wesley So. Rodshtein – So Grünfeld-Indische Verteidigung 1.d4 Sf6 2.c4 g6 3.Sc3 d5 4.cxd5 Sxd5 5.e4 Sxc3 6.bxc3 Lg7 7.Lc4 e5 8.Se2 Sc6 9.Le3 o-o 10.o-o Sa5 11.Ld3 b6 12.Dd2 e5 13.Lh6 cxd4 14.Lxg7 Kxg7 15.cxd4 exd4 16.f4 f6 17.f5 Sc6 18.Lb5 Se5 19.Sxd4 gxf5! Eine mutige Entscheidung: Schwarz



Stellung nach 30...Dc6

schwächt freiwillig seine Königsstellung, um die g-Linie für den Konter gegen den weißen König zu öffnen. 20.exf5 Kh8 21.Tad1 Lb7 22.Tf4 Dd5 23.Lf1 Tg8 24.Kh1 Tad8 25.Df2 Tg4 26.Td2 Tdg8 27.Se6 Dc6 28.h3 Txf4 29.Sxf4 De4 30.Sh5 Dc6 Die Stellung ist in einem dynamischen Gleichgewicht, wobei beide Könige potenziell gefährdet sind und die Springer sich in ihrer Stärke neutralisieren. 31.Kh2 Dc7 32.Kh1 Dc1 Durch die Fesselung des Läufers f1 droht der Einschlag auf g2 – das Leitmotiv dieser Partie. 33.Kh2 Dc7 34.Kh1 Df7 Schwarz verschnäht das Remis durch Zugwiederholung



Stellung nach 38.Dh4

nach 34...Dc1. 35.Sf4 Le4 36.Td6 Dg7 37.Sh5 Dh6 Jetzt verliere 38.Sxf6?? wegen 38...Dxh3+ 39.Kg1 Sf3+. Am besten war 38.Df4 Lxg2+ 39.Lxg2 Dxh5 40.Txf6 Sd3 mit unklarer Stellung, allerdings ja nicht 41.Dd4? Dd1+ 42.Kh2 Txg2+ 43.Kxg2 Se1+ und Damengewinn. 38.Dh4? Dieser plausible Mehrzweckzug, der sowohl den Springer h5 deckt als auch Läufer e4 und Bauer f6 angreift, ist ein schlechter Fehler. 38...Lxg2+! Nach diesem Einschlag aus heiterem Himmel ist das Matt nicht mehr zu verhindern. 39.Lxg2 Dc1+ Weiß gab auf: 40.Kh2 Sf3+! 41.Lxf3 Dg1 matt.

Einfallslos

BRIDGE mit Robert Boeddeker

Süd zollte der Reizung seines Partners keinen Respekt und übte sich in totaler Passivität. Im Gegenspiel unterlief auch noch ein Fehler, und Ost-West war die einen Teilkontrakt erfüllen dürfende Achse und nicht Nord-Süd. Ost eröffnete 1 Treff, West bot 1 Pik und Nord meldete 2 Karo. Ost passte, Süd fand kein Gebot und West ging auf 2 Pik. Nachdem Nord und Ost passten, hatte Süd nochmals die Gelegenheit, ein Lebenszeichen von sich zu geben. Alternativ könnte Süd 3 Karo oder 2 SA bieten. 2 SA darf Nord nicht als natürlich interpretieren – mit der Punktstärke für 2 SA hätte sich Süd gleich gemeldet –, sondern sollte es als ein Gebot verstehen, mit dem Süd Toleranz für die ungereizten Farben zeigt. Nord-Süd gewinnt bequem 3 Treff. Als er passte, durfte West 2 Pik

Teller: Ost; Gefahr: keiner

2	5	8	3
4	10	9	7
6	5	4	7
8	7	5	4

Teller: West; Gefahr: Nord-Süd

K2	AKD	43	D876
AD432	532	AKB108	A1093
B10987652	NWOS	D876	D876
94	AKDB	B109	10876
		765	10876
		AKDB	

Aufgabe für den 28.11.2010: Können Sie auf Süd 7 Pik gewinnen? West greift mit Coeur-Bube an.
Lösung der Aufgabe vom 21.11.2010:

Sonntagsrätsel – gewinnen Sie tolle Preise

US-Raumfahrtbehörde (Abk.)	gefällt Kleiderbesatz	Abk.: Freikörperkultur	Warenabnehmer, Kunde	Umlauf, Um-drehung	ital. Provinz in den Abruzzen	Filmvertriebsfirma	dänische Nordseeinsel	israel. Stadt am Golf von Akaba
Liebschaft, Verhältnis	japanischer Reiswein	2	Auszeichnung, Medaille		unbestimmt, ungewiss		Zigarettenrest	
ind. Millionenstadt	ugs.: Tick, Fehler	Singvogel	Zauberschutz, Maskottchen		Farbton			
Mahnrufer, Erinnerung				indische Entspannungsübungen	Kerbe am Visier	Schiffschliffstelle	Fliegenlarve	englischer Adelstitel
alte dt. Münze	dt. Name von Tschernjachowsk	Stadt in Japan			8			1
israel. Schriftsteller 1.2005		Abk.: very important person	Hundeklaffen	Balgerei	bestimmter Artikel	3		6
nicht diese	persönl. Fürwort, 3. Person Singular	Schnittblumengefäß	4	Frauenboot der Inuit	Nelken-gewächs, Vogelkraut			
Behälter, Hülle		Silberlöwe, Raubkatze						
Allerzuffuss	lat.: Wasser	Küchengerät	Abk.: Minute	5				
Weg bergab			Schweizer Flächenmaß					
franz.: wer								
Verwandter der 3. Generation								
Abk.: Allg. Geschäftsbedingungen								

Auflösung aus Heft 46

EMBARGO ASIEN
PIERREFIPSE
DOLEFIPETZE
RRTGENEEO
HEBENLASET
HIERHANLAGE
IIBECKAMEN
KASTENNHORN
BSRGERMANE
JAWGGB
UUYTAB
MARKAKAU
EOMSK
YOSEMITE
DEKANAT
EDEKOUT
REL

(1-9) Ablenkung

1. PREIS: WELT-Edition „Deutsche Literatur“ in 25 Bänden 2. PREIS: CD-Edition „Berliner Philharmoniker“
3. PREIS: WELT-Edition-Kalender „Faszination Sport“

So spielen Sie mit:
Das Lösungswort können Sie bis 4. Dezember 2010, 24 Uhr, per Telefon durchgeben: 01378-403 488 (CompuTel 50 Cent/Minut). Oder Sie senden eine Postkarte bis zum 7. Dezember 2010 (Poststempel). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Bei mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los. Lösungen an: Redaktion Welt am Sonntag, Kennwort: Sonntagsrätsel, Brieffach 10444, 10867 Berlin.
Das Lösungswort in Nr. 46 hieß: Ablenkung
Den 1. Preis gewann: Anni Michelkens, Kerken.
Die Gewinner des 2. und 3. Preises werden schriftlich benachrichtigt.

Sudoku

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und jedem 3x3-Kasten alle Zahlen von 1 bis 9 stehen.

LEICHT

8					5			
3	6				8		1	
	1	9	3		6	4	2	
		8	1	2	7	5		
			6		8			
		5	9	4	3	2		
	2	4	8		9	3	7	
9		7				1		8
	3							4

MITTEL

	2		8		5		6	
8			7	6	2			9
1	6			8			7	3
	8		5		6		9	
9	7			1			5	6
6			9	4	7			8
	9		3		1		4	

SCHWER

		3				5		
		9		8		2		
4	8						7	3
			3		9			
	5						4	
1	6						2	9
		7		6		8		
		5					1	

Autor: Stefan Heine. Auflösung nächste Woche
Spielen Sie Sudoku online in vier Schwierigkeitsstufen: welt.de/sudoku