

Zum Buch „Es gibt keine Narzissten! Nur Menschen in narzisstischen Nöten“



„Es gibt keine Narzissten! Nur Menschen in narzisstischen Nöten“. So lautet der Titel eines Buches von Klaus Eidenschink, das ich als Lektüre für die Sommermonate wärmstens empfehle.

Ich bin viele Jahre Führungskraft auf C-Level gewesen und arbeite heute als Coach und Mentor für Führungskräfte. Da kommt man am Thema Narzissmus kaum vorbei.

Und zugleich ist es - abgesehen von einigen sehr offensichtlichen Beispielen - fast zur Mode geworden, Menschen mit dem Etikett „Narzisst“ zu versehen - häufig zu schnell und zu leichtfertig.

Genau an diesem Punkt setzt der Theologe, Organisationsberater, Executive-Coach und Fachbuchautor Klaus Eidenschink an.

Er wehrt sich gegen diese Etikettierung und bezeichnet narzisstische Phänomene als erlernte Überlebensstrategien.

Nach Eidenschink neigen narzisstisch leidende Menschen dazu, andere auszubeuten, zu demütigen oder zu beschämen. Um diese Dynamiken besser zu verstehen, lohnt sich ein genauer Blick auf die zugrundeliegenden narzisstischen Nöte, die ich hier nur stark verkürzt wiedergeben kann:

- ➔ Mangel an Selbstwahrnehmung und Resonanz
(Entfremdung von eigenen Impulsen, Abhängigkeit von Außenreizen)
- ➔ Existenzielle Angst vor Bedeutungslosigkeit
(Zwang zur Einzigartigkeit, Flucht in die Grandiosität)
- ➔ Unfähigkeit zu echter Bindung
(Beziehung als Bühne, Angst vor Nähe)
- ➔ Permanenter Druck zur Selbstoptimierung
(Perfektionismus als Schutz, erschöpfender Zwang zur Kontrolle).

Nach der Beschreibung narzisstischer Nöte geht Eidenschink sehr fundiert und ausführlich auf deren Entstehung und den Umgang mit ihnen bei Kindern, bei sich selbst, in Paarbeziehungen, bei anderen Menschen und auch bei Führung und Zusammenarbeit in Unternehmen ein.

Er endet mit dem schönen Zitat von Martin Buber: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“, um deutlich zu machen, „dass das Leid narzisstischer Muster im Verlust echter Begegnungsfähigkeit besteht.“

Mit Präzision, Einfühlungsvermögen und großer Erfahrung beleuchtet Eidenschink viele Aspekte seines Themas. Das Buch ist klug und verständlich geschrieben, wozu auch zahlreiche anschauliche Beispiele beitragen.

Ich bin überzeugt, dass die Lektüre helfen kann, psychologische Mechanismen bei Menschen in narzisstischen Nöten besser zu verstehen, auch um sich selbst und andere zu schützen. Diese Einladung zum Verstehen ist für mich die besondere Stärke des Buches - in ihr spiegelt sich die Grundhaltung des Autors wider.