

Leonhard Schrenker

## Pessotherapie (PBSP) und narzisstische Störungen

Pesso Therapy (PBSP) and narcissistic disorders

Nach einer kurzen diagnostischen Eingrenzung unter Bezugnahme wichtiger tiefenpsychologischer Erklärungsansätze zur Ätiologie wird die Entstehung von narzisstischen Störungen vor dem Hintergrund des Entwicklungsmodells von Pessotherapie diskutiert. Fallbeispiele erläutern die zentralen Punkte und dienen insbesondere zur praktischen Veranschaulichung des therapeutischen Vorgehens in der Pessotherapie mit dem Schwerpunkt der Arbeit in einem Gruppensetting.

Schlüsselwörter

Ätiologie narzisstischer Störungen – Pessotherapie – Pessotherapie Boyden System Psychomotor – Autonomie – Grundentwicklungsbedürfnisse – Traumatisierung – Narzisstisches Größenselbst – Omnipotenz – Therapie narzisstischer Störungen

*Following a short diagnostic definition referring to important psychoanalytical approaches, the etiology of narcissistic disorders is discussed on the background of the developmental model of Pessotherapie. Case examples explain crucial points and serve to clarify the therapeutic approach in Pessotherapie with a focus on therapy within a group setting.*

Key words

*etiology of narcissistic disorders – Pessotherapie – Pessotherapie Boyden System Psychomotor – autonomy – basic developmental needs – traumatization – narcissistic grand self – omnipotence – therapy of narcissistic disorders*

### Einleitung

Das vorliegende Themenheft beschäftigt sich mit unterschiedlichen Aspekten narzisstischer Störungen hinsichtlich ihrer Genese wie auch verschiedener Möglichkeiten therapeutischer Interventionsstrategien. Der Schwerpunkt dieses Artikels liegt auf einem ganzheitlichen (körperorientierten) Ansatz der Behandlung von narzisstischen Störungen durch Pessotherapie (PBSP). In Abgrenzung zum normalen Narzissimus im Sinne einer konstruktiven Selbstliebe und Selbstbezogenheit handelt es sich bei den tendenziell pathologischen Formen von Narzissimus um ein entwicklungsgeschichtlich frühes und äußerst komplexes Störungsbild. Diese Menschen weisen tiefgreifende Beeinträchtigungen auf bezüglich ihrer Körperwahrnehmung, ihres Selbstbildes wie auch ihrer Fähigkeiten, emotionale Prozesse hinreichend wahrnehmen bzw. darauf in adäquater Weise reagieren zu können. Die erhebliche Beeinträchtigung ihrer Beziehungsfähigkeit dürfte dabei eines der wichtigsten diagnostischen Kriterien sein. „Pathologische

narzisstische Verhaltensweisen lassen sich am leichtesten über die Qualität der dabei zu beobachtenden Beziehungen zu anderen Menschen identifizieren. Diese Qualität ist zum Beispiel gekennzeichnet durch eine selbstbezogene Benutzung anderer, deren Gefühle und Bedürfnisse übergangen werden, als ob sie keine abgegrenzte eigenständige Subjektivität hätten“ (Hartmann, 2006, S. 13).

Geht man von dieser Prämisse aus, resultieren daraus hohe Anforderungen für jede Form von Psychotherapie, die dieses Störungsbild in konstruktiver Weise dauerhaft beeinflussen möchte. Aufgrund der tiefgreifenden strukturellen Defizite bedarf es dabei eines längerfristigen Nachreifungs- wie auch Nachentwicklungsprozesses im Rahmen eines belastbaren und emotional stabilen therapeutischen Beziehungsgeschehens. Trotz der zum Teil sehr divergenten Vorstellungen über die Ätiologie narzisstischer Störungen (Kernberg & Hartmann, 2006), stimmen die meisten Erklärungsmodelle darin überein, dass es sich um einen schwerwiegenden Mangel an früher Subjekt-Objekt-Differenzierung handelt, deren adäquate Nachreifung ein wichtiges Ziel des therapeutischen Interventionsgeschehens sein muss. Eine besondere Herausforderung stellen die entwicklungsgeschichtlich frühen Abspaltungsmuster dar und die damit verknüpften archaischen Schutzstrategien, wodurch die therapeutische Beziehungsebene immer wieder bedroht wird.

Da diese Menschen in ihrer Entwicklung meist weder ausreichende Stabilität noch adäquate Spiegelung ihres emotionalen Befindens erlebt haben und ihre frühen Interaktionsmuster geprägt waren von einem eklatanten Mangel hinreichender Steuerungsmöglichkeiten ihrer primären Bezugspersonen, ist ihr frühes Beziehungserleben in erster Linie geprägt von der Erfahrung von Ohnmacht und Ausgeliefertsein. Die Ausübung von Macht und Kontrolle stellt damit die wichtigste Kompensationsmöglichkeit dar und ist Grundlage des Aufbaus von Beziehungen, ohne das zugrunde liegende Problem darüber wirklich lösen zu können. „Die Anhäufung von noch so viel Macht kann das menschliche „Urbedürfnis“ nach Liebe und Anerkennung jedoch nicht ersetzen, sondern nur umformen und ausnutzen. Wer Macht hat, kann sich Liebe und Anerkennung erzwingen und erkaufen. Er verschleiert damit seine fundamentale Abhängigkeit, ohne sie jedoch wirklich aufheben zu können“ (Wirth, 2006, S. 160).

Das Einlassen auf eine therapeutische Beziehung birgt für diese Menschen immer wieder die Gefahr, sich diesen aversiven und absolut bedrohlichen Gefühlen (ihrer frühen interaktionellen Erfahrungsgeschichte) erneut aussetzen zu müssen. Um dies abzuwehren, erfolgt häufig der Rückgriff auf die alten Schutzstrategien von Machtausübung und Kontrolle, verbunden mit impliziter bis offener Entwertung und subtilen bis offenen manipulativen Strategien. Der Therapeut braucht die Fähigkeit, dies frühzeitig zu durchschauen und diese Muster ohne explizite Selbst- oder Fremdentwertung im Beziehungsgeschehen thematisieren zu können. Gelingt dies nicht in ausreichender Weise, kommt es häufig zum Abbruch der Behandlung.

Nach erfolgreicher Bewältigung dieser Hürde stehen im weiteren Therapieverlauf langfristig wiederkehrende, für den Patienten oft sehr schmerzhafteste Prozesse an, die partiell mit tiefen depressiven Einbrüchen einhergehen können. Sobald das narzisstische Größenselbst als wichtigste Abwehrstrategie ins Wanken gerät und die emotionalen Abspaltungsprozesse nachlassen, nimmt in der Regel die Empfindungs- wie auch Wahrnehmungsfähigkeit zu: Das Fühlen ihres stark negativ geprägten Selbstbildes, der hohen Kränkbarkeit bzw. der Instabilität und großen Verletzlichkeit ihres Selbst rückt ins Zentrum ihres Bewusstseins. Spürbar wird darüber aber auch die mit ihrer Geschichte verbundene Panik, ins Bodenlose

zu fallen. Auf Seiten des therapeutischen Gegenübers brauchen sie dabei die Fähigkeit, das anerkennen und aushalten zu können, ohne vorschnell Lösungen anzubieten (um die damit verbundene Aversivität zu reduzieren). Im übertragenen Sinne brauchen sie ein haltendes therapeutisches Beziehungsgeschehen, das ihnen ermöglicht, wieder in ein Fühlen eintreten zu können, das ursprünglich (bezogen auf ihre frühen lerngeschichtlichen Erfahrungen) unerträglich war. „Wir haben es mit einem Menschen zu tun, der, so glänzend und erfolgreich er auch erscheinen mag, *in seinem inneren Erleben verarmt* ist. Oft von Erfolg besessen, ist er ein Versager nach den Kriterien der eigenen Erlebnisfähigkeit. Die affektive und kognitive Bewusstheit dieses Zustands ist nötig, um Veränderungen in Gang zu setzen“ (Johnson, 2011, S. 84).

## Diagnostische Eingrenzung

Menschen mit klassischer narzisstischer Persönlichkeitsstörung nehmen eher selten psychotherapeutische Hilfe in Anspruch, sofern sie nicht in schwere Krisen geraten. „Solange die Annahme von Großartigkeit nicht erschüttert wird, zeigen Personen mit narzisstischer Persönlichkeitsstörung eine eher positive Lebenshaltung, ein positives Grundgefühl“ (Sachse, 2002, S. 151). Dies gilt umso mehr, als sie ihre Grandiosität offen zur Schau stellen, nach außen arrogant und tendenziell aggressiv reagieren und wenig spürbare Signale von Kränkbarkeit zeigen. In der einschlägigen Literatur finden sich mehrfach Hinweise auf zwei unterschiedliche Grundtypen narzisstischer Pathologie (Doering, 2012), den „grandiosen Narzissten“ bzw. den „vulnerablen Narzissten“. Der einleitende Hinweis dieses Abschnitts bezieht sich auf diese grandiose Ausprägung, meist beruflich sehr erfolgreiche Menschen, die ihren Narzissmus offen zur Schau stellen und keinen spürbaren Leidensdruck in sich tragen. Dieser Typus dürfte am ehesten dem „unbeirraren Narzissten“ im Sinne Kernbergs entsprechen (Hartmann, 2006, S. 28), während sich Kohut (1973) schwerpunktmäßig mit dem vulnerablen Typus beschäftigte. Er entwickelte seine diagnostischen Kriterien in erster Linie aus seiner psychoanalytischen Fallarbeit ohne die Berücksichtigung weiterer empirischer Befunde und sieht die Übertragungsreaktionen im analytischen Setting als wichtigstes Entscheidungskriterium. „... beruht das entscheidende diagnostische Merkmal nicht auf der Bewertung der angebotenen Symptomatik und auch nicht der Lebensgeschichte, sondern auf dem Wesen der spontan sich entwickelnden Übertragung“ (Kohut, 1973, S. 41). Da diese Kriterien sehr eng mit seinem analytischen Modell der Entstehung narzisstischer Störungen verknüpft sind, sind sie schwer auf andere psychotherapeutische Herangehensweisen übertragbar. Eine ähnliche Unterscheidung klinischer Merkmale narzisstischer Störungen, die sich allerdings sehr klar an der Phänomenologie beobachtbarer und damit auch messbarer Symptome orientiert, findet sich bei Akhtar (1996). Er unterscheidet zwischen „sichtbaren“ bzw. „verdeckten“ Erscheinungsformen narzisstischer Merkmale, die sechs Kategorien zugeordnet und darüber beobachtbar sind. Sie beziehen das „Selbstkonzept“ mit ein, die „interpersonalen Beziehungen“, die „soziale Anpassung“, die „ethischen Grundsätze, Standards/Ideale“ und „Liebe/Sexualität“ bzw. den „kognitiven Stil“. Die darin enthaltenen Kriterien dürften für jede psychotherapeutische Ausrichtung von diagnostischer Bedeutung sein, insbesondere zu Fragen der Differentialdiagnose. Zur praktischen Veranschaulichung werden die Kategorien I und III exemplarisch dargestellt:

**Tabelle 1:** Klinische Merkmale der narzisstischen Persönlichkeitsstörung nach Akhtar (exemplarische Auswahl)

	sichtbar	verdeckt/larviert
<b>I. Selbstkonzept:</b>	Grandiosität; Vorherrschen von Fantasien besonderen Erfolgs; ungebrochenes Gefühl der Einzigartigkeit; hohe Anspruchshaltung; scheinbare Selbstgenügsamkeit	Minderwertigkeit; mürrische Selbstzweifel; ausgeprägte Neigung zu Schamgefühlen; Fragilität; unerbittliche Suche nach Ruhm u. Macht; ausgeprägte Sensibilität gegenüber Kritik u. realistischen Rückschlägen
<b>III. Soziale Anpassung:</b>	sozial betörend; oftmals erfolgreich; beharrliche und angestrenzte Arbeit, meist aber nur zu dem Zweck, Bewunderung zu erfahren; ausgeprägter Ehrgeiz; besondere Betonung der äußeren Erscheinung	quälende Ziellosigkeit; oberflächliches berufliches Engagement; dilettantische Einstellung; vielfältige, aber oberflächliche Interessen; chronische Langeweile; das ästhetische Empfinden ist oft künstlich und nachahmend

Die weiteren Einzelheiten zu allen sechs Kategorien und Überlegungen zur differentialdiagnostischen Abgrenzung von anderen Persönlichkeitsstörungen können dort nachgelesen werden (Akhtar, 1996, S. 18 ff.).

Diese symptomorientierte Klassifikation entspricht auch mehr der Erfahrung des psychotherapeutischen Alltags, in dem wir selten auf den „grandiosen Narzissten“ in Reinkultur stoßen, sondern es mehr mit Klienten zu tun haben, die unterschiedliche Mischformen deutlich sichtbarer narzisstischer Symptome bzw. mehr verdeckter Art zeigen.

Abschließend zu diesen generellen diagnostischen Überlegungen sei noch angemerkt, dass Klienten mit narzisstischen Störungen natürlich häufig eine breit gefächerte Symptomatik aufweisen, die von Suchterkrankungen (Walter, 2012), breit gefächerten Somatisierungsstörungen (Gündel, 2012) über depressive Episoden (Johnson, 2011) bis hin zu schweren masochistischen Erscheinungsformen (Cooper, 1996) gehen können. Im Kontext der einzeltherapeutischen Praxis ist oft auch entscheidend, die vorhandenen Beziehungsmuster narzisstisch gestörter Patienten in der anamnestischen Phase eingehend zu explorieren. Sofern sie enge und relativ stabile Beziehungsmuster aufweisen, sind diese oft durch schwere dysfunktionale Abhängigkeiten gekennzeichnet. Eine sehr gute Zusammenstellung der damit verknüpften destruktiven Muster, mit denen seelische Gewalt und der darin innewohnende Machtmissbrauch ausgeübt und verschleiert wird, findet sich bei Hirigoyen (2013).

## Die Entstehung narzisstischer Störungen aus der Sicht der Pessotherapie

Pessotherapie lässt sich mit ihrem ganzheitlichen Ansatz dem Bereich der wachstumsorientierten psychotherapeutischen Verfahren zuordnen. Sie geht von einem Entwicklungsmodell aus, in dem es auf drei Ebenen zu Störungen (Schrenker, 2008, 2010, 2012) kommen kann:

- unzureichende Selbstentwicklung durch grundlegende und gravierende Defizite
- schwere Schädigung der Selbstentwicklung durch traumatische Erfahrungen
- Frühe Aufgabe der Selbstentwicklung durch massiven Anpassungsdruck, ausgehend von nahen instabilen Bezugspersonen („Holes in Roles“ oder Mehrgenerationenperspektive)

In der Entstehung von narzisstischen Störungen spielen meist alle drei Ebenen eine bedeutsame Rolle. In den folgenden Abschnitten wird das damit verbundene entwicklungspsychologische Modell kurz dargestellt, dessen Bezug zur Entstehung narzisstischer Störungen und die grundlegend dafür bedeutsamen Interventionsstrategien. Einzelne Falldarstellungen dienen der praktischen Veranschaulichung.

Pesso (1991, 2008a) definiert in seinem entwicklungspsychologischen Modell fünf grundlegende Entwicklungsbedürfnisse, die in der Interaktion des Säuglings mit seinen primären Bezugspersonen von Anfang an in stimmiger Weise gewährleistet sein sollten. Zentrale Bedeutung hat dabei das Prinzip „Form-Passform“, mit dem die Stimmigkeit der jeweiligen Bedürfnisbefriedigung hinreichend definiert werden kann.

### Das Form-Passform-Prinzip

Dies wird am Beispiel des frühen Säuglingsstadiums erklärt: Hat der Säugling Hunger, so fängt er an, körperlich unruhig zu werden, wird wehleidig bzw. weinerlich (all diese körperlichen und nonverbalen Anzeichen werden dabei als **Form** des Ausdrucks seines Hungers gesehen), und wenn die Mutter diese Anzeichen als Hungersignale richtig erkennt, ihn hochnimmt und an die Brust legt, ergreift er mit seinem Mund sofort die Brustwarze und fängt an zu trinken. Ihr Stillen stellt bei diesem Beispiel dann die **Passform** dar, d.h. die absolut stimmige Interaktion in Abhängigkeit vom zugrunde liegenden Bedürfnis. Im optimalen Fall erfolgt dieses Stillen des Säuglings in einem liebevollen, ruhigen und hingebungsvollen Kontext, die Augen der Mutter sind bei ihm (liebevolle Verbundenheit), sie erkennt, wann das Kind satt ist, und bringt es dann in eine eher aufrecht haltende Position.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Form des Bedürfnisses in stimmiger und liebevoller Weise beantwortet wurde. Damit klingt die physiologische Energie ab, die dem Bedürfnis zugrunde lag, und der Säugling erreicht einen Zustand von Ruhe und Zufriedenheit (Prinzip der Homöostase). Diesem Grundprinzip von Form-Passform als Regel für zufriedenstellende Interaktion liegen mehrere Annahmen zugrunde, die das theoretische System, aber auch die praktisch therapeutische Arbeit der Pessotherapie prägen:

- Die Entwicklung menschlichen Lebens folgt einem innewohnenden Wachstums- und Reifungsprozess.
- Sie ist vor allem in den ersten Lebensjahren vollständig abhängig von Eltern, die diesen Entwicklungsprozess in wohlwollender und liebevoller Verbundenheit begleiten.
- Das genetische Potential (mütterliches und väterliches Erbgut bei Verschmelzung von Ei und Samenzelle) ist bei jedem Menschen einzigartig und stellt die Grundlage des „wahren Selbst“ (Pesso, 2008b) dar.

- Die vielfältigen Aspekte des „wahren Selbst“ können in der kindlichen Entwicklung nur dann in vollendeter Weise entwickelt und integriert werden, wenn Form-Passform weitgehende Grundlage der Interaktionsmuster der primären Bezugspersonen des Kindes sind (das wahre Selbst wird weitgehend deckungsgleich mit dem realen Selbst des späteren Erwachsenen).
- Jedes Kind trägt von Anfang an ein tiefes intuitives Wissen in sich, was es für diesen Reifungs- und Entwicklungsprozess in seinen Interaktionen braucht: Es erkennt die Passform für die Form seiner Bedürfnisse und ist intuitiv bereit, sich dieser stimmigen Interaktion zu öffnen.
- Die damit verbundenen Interaktionen (sofern sie von dem Form-Passform-Prinzip geprägt sind) werden in tiefer Weise als befriedigend erlebt und führen nach Abklingen der mit dem Bedürfnis einhergehenden physiologischen Energie (Homöostasis) zu einem Zustand von Ruhe und Zufriedenheit (Bedürfnisse sind primär endlicher Natur).

## Die Entwicklung von Autonomie

Pesso definiert drei wichtige Phasen auf dem Weg von der frühen Abhängigkeit, die unsere Entwicklung als Säuglinge bzw. Kleinkinder prägt, bis hin zur Entwicklung von gesunder Autonomie, die es uns später als Erwachsene ermöglicht, in adäquater Weise gut für uns sorgen zu können. Die erste Phase beinhaltet die unmittelbare körperliche Ebene.

### • **Phase 1: unmittelbare körperliche Ebene**

Der Beginn unserer Entwicklung ist von einer vollständigen Abhängigkeit von unseren primären Bezugspersonen geprägt (idealerweise die leiblichen Eltern). Erfolgt die Zeugung eines Kindes in einem Akt tiefer Liebe und Hingabe mit dem Ziel, für das daraus entstehende Wesen in liebevoller Verbundenheit zu sorgen, bis es groß genug ist, so dass es seinen Weg in die Welt in selbständiger Weise gehen kann, so können wir von optimalen Voraussetzungen eines Lebensbeginns sprechen. Haben wir es dabei mit einem Paar zu tun, das sich in gleichberechtigter und liebevoll achtsamer Weise einander zugetan und von Rahmenbedingungen umgeben ist (Eingebundensein in ein bejahendes familiäres und soziales Umfeld in einem Land ohne Krieg und ohne sonstige äußere Bedrohungen), die eine gute Entwicklung dieses familiären Systems gewährleisten, kommen diese Kriterien dem sehr nahe, was Pesso als „ideal parents“ (Pesso, 1991) umschrieb. Er kreierte diesen Begriff zusammen mit seiner Frau im Rahmen der schrittweisen Entwicklung seines therapeutisch heilenden Interventionsmodells als Form-Passform-Modell.

Wenn sich Klienten im therapeutischen Prozess ihrer frühen entwicklungsgeschichtlichen Defizite schmerzlich bewusst werden, wird eine neue heilende Interaktionserfahrung mit idealen Eltern kreierte. Im gruppentherapeutischen Verfahren wird diese Aufgabe von anderen Gruppenteilnehmern übernommen, die der Klient dafür auswählt. Diese stellen in ihren Rollen in spielerischer Weise genau das zur Verfügung, was der Klient damals (abhängig vom Alter und der spezifischen Erinnerung der schmerzlichen historischen Szene) stattdessen gebraucht hätte (Form-Passform). Daraus entwickelt sich eine neue heilende Interaktionserfahrung (Antidot), in der er auf symbolisch körperlich-emotionaler

Ebene genau das spüren und in sich aufnehmen kann, was ihm damals in der Interaktion mit den realen Eltern gefehlt hat. Im Pesso'schen Sinn kreieren wir darüber das Erleben einer neuen Geschichte, an die wir uns nach tiefer Verankerung auch später wieder erinnern können.

In diesem Konzept idealer Eltern stecken natürlich auch Implikationen, wie unsere tatsächliche frühe Entwicklung in optimaler Weise gestaltet sein sollte. Als Säuglinge brauchen wir Eltern, denen es gut geht, die sensibel sind für die kleinen nonverbalen Signale unserer Bedürfnisse, uns darin wohlwollend sehen und uns das zur Verfügung stellen, was dafür stimmig ist. Vor allem in den ersten beiden Lebensjahren, in denen Sprache noch keine so große Rolle spielt und wir aufgrund unserer unvollständigen neurologischen Reifung noch über eine sehr geringe Frustrationstoleranz verfügen, sollte dies in unmittelbarer körperlicher Weise erfolgen. Ein Säugling braucht die ständig wiederkehrende Erfahrung, im Blickfeld der Eltern zu sein, die ihn liebevoll wahrnehmen, worüber die basale Sicherheit von Zugehörigkeit und Bindung entsteht (Platz im Pesso'schen Sinne). Er braucht es, körperlich genährt zu werden (Nahrung), wenn er hungrig ist; körperlich gehalten und getragen zu sein (Unterstützung im Pesso'schen Sinne), um der lebensbedrohlichen Energie der Schwerkraft nicht hilflos ausgeliefert zu sein; und er braucht unmittelbaren körperlichen Schutz, wenn er sich bedroht fühlt. Durch diese stimmige Bedürfnisbefriedigung in dieser frühen Phase macht er die wiederkehrende Erfahrung, dass seine Bedürfnisse endlich sind (Grenzen im Pesso'schen Sinne) und er von deren (emotional-körperlicher) Intensität nicht in bedrohlicher Weise überflutet wird (Prinzip der guten Begrenzung). Eine weitere wichtige Dimension dieses Prinzips ist in der späteren Entwicklung von entscheidender Bedeutung im Sinne von guter Begrenzung der archaischen Kräfte von Aggression und Sexualität, die weiter unten eingehender dargestellt wird.

All diese unmittelbaren körperlich-emotional geprägten Interaktionserfahrungen werden auf neurologischer Ebene gespeichert im sog. Körpergedächtnis. „Diese unbewussten Erfahrungsstrukturen bilden die Grundlage dessen, was Damasio als ‚Protoselbst‘ definierte. Es braucht noch viele Jahre der Entwicklung, bis sich daraus über unser fühlendes, wahrnehmendes und steuerndes Bewusstsein unser ‚fühlenendes Kernselbst‘ (Damasio) und danach die Vorstellung eines eigenen ‚Ichs‘ bilden. Dieser Erfahrungsweg vollzieht sich von Anfang an, eingebettet in unseren Körper (Embodiment) ...“ (Schrenker, 2012, S. 325). Wir können also davon ausgehen, dass insbesondere in den ersten drei Lebensjahren unserer Entwicklung die unmittelbare körperliche Ebene der Bedürfnisbefriedigung ganz entscheidend ist. In der Entstehung entwicklungsgeschichtlich früher Störungen spielen gravierende Defizite in den Grundbedürfnissen eine wesentliche Rolle, weshalb die Einbeziehung der körperlichen Ebene wichtig ist. Die Pesso-Therapie hat ein äußerst sicheres und achtsames Setting entwickelt, das für spezifische Defizite und dafür notwendige Nachreifungsschritte auf der unmittelbaren körperlich emotionalen Erfahrungsebene in der Interaktion heilende Gegenenerfahrungen zur Verfügung stellen kann.

### • Phase 2: symbolische Ebene

In der Regel begleiten Eltern intuitiv immer wieder die körperliche Versorgung des Säuglings von Anfang an mit Sprache, indem sie in liebevoller Weise das, was sie gerade tun oder wie der Säugling bzw. das Kleinkind reagiert, in stimmige Worte fassen. In

jedem dieser Momente wird die unmittelbare körperlich-emotionale Erfahrung schrittweise mit der semantischen Bedeutung der Wörter verknüpft, was für den Spracherwerb des Kleinkindes wesentlich ist. Damit beginnt der Übergang von der körperlichen zur symbolischen Ebene. Dieser kontinuierliche Übergang spielt in mehrfacher Hinsicht eine entscheidende Rolle. Kann ein Säugling immer wieder spüren, dass die Eltern auf seine nonverbalen und späteren verbalen Signale in stimmiger Weise reagieren, baut sich schrittweise ein basales Vertrauen auf, dass er die Interaktionen seiner primären Bezugspersonen im Einklang mit seinen Bedürfnissen in konstruktiver Weise steuern kann. Dabei wird Beziehung als vertrauensvolle und konstruktive Interaktion erlebt, und es entsteht eine tiefe Bereitschaft zur Öffnung und Hingabe, die bei narzisstischen Störungen vollständig fehlt. „Grundsätzlich ist die Bedeutung sicherer Bindungserfahrungen für die Entwicklung eines gesunden Narzissmus erheblich. Neugeborene bzw. Säuglinge sind ihrer Umwelt spontan zugeneigt, und ihr Verhalten benötigt lediglich angemessene Responsivität, damit Selbstvertrauen über Anerkennung und Akzeptanz entstehen kann. Zuneigung und Interesse für andere entwickeln sich dann nicht, wenn die Umwelt kein Interesse und keine liebevollen Reaktionen zeigt“ (Hartmann, 2006, S. 16).

Erlebt ein Kind demgegenüber, dass die Eltern seine verbalen und motorischen Äußerungen mit ihren Augen liebevoll begleiten und die dabei auftretenden Gefühle in stimmige Worte fassen, fühlt es nicht nur deren liebevolle Verbundenheit und seine eigene Zugehörigkeit zu diesen Eltern, sondern es lernt auch zunehmend, seine emotional körperlichen inneren Zustände in differenzierter Weise zu unterscheiden und zu benennen. Insoweit ist die Entwicklung der körperlichen Wahrnehmungs- und Empfindungsfähigkeit (intraindividuelle Differenzierung) eines Kindes nicht nur entscheidend abhängig von bedürfnisstimmiger Interaktion seiner Eltern, sondern auch von der dazu passenden Verbalisierung dessen, was in ihm und mit ihm passiert. Darüber lernt es auch im weiteren Verlauf, seine eigenen Gefühle wahrnehmen und verbal stimmig benennen zu können, wie auch das Vertrauen, dass es mit diesen Gefühlen sein darf, von den Eltern damit angenommen wird, und kann diese schrittweise in sein Selbst als erlaubte Gefühle integrieren.

Insbesondere bei Menschen mit narzisstischen Störungen geht man davon aus, dass es in ihrer diesbezüglichen Entwicklung nicht nur an wertfreier Validierung ihres inneren emotionalen Erlebens gefehlt hat, sondern sie im Gegensatz dazu von ihren primären Bezugspersonen für deren Bedürfnisbefriedigung benutzt wurden. „... dass Personen mit den gravierendsten narzisstischen Fehlanpassungen in den vorangegangenen Perioden, die Körperkontakt und Fürsorge erforderten, eindeutig eine unzureichende Betreuung hatten“ (Johnson, 2011, S. 54). Eltern die aufgrund ihrer eigenen defizitären Entwicklung über ein instabiles Selbst verfügen und gelernt haben, dies über ein idealisiertes Größenselbst abzuwehren, tendieren oft dazu, ihre Kinder für die Aufblähung des eigenen Größenselbst zu benutzen. Dies geht nicht nur mit überfordernder Idealisierung dieser Kinder einher, sondern auch damit, dass all die Gefühle der Kinder entwertet oder missachtet werden, die das Größenselbst der Eltern bedrohen. Damit geraten diese Kinder in einen immensen Anpassungsdruck und haben keine Chance im Pessó'schen Sinne ihr wahres Selbst entwickeln und integrieren zu können. „Der Versuch des Kindes, so zu sein, wie die Umwelt es haben möchte, ist das falsche Selbst. Und die als ‚narzisstisch‘ bezeichneten Pathologien sind einfach die Folge davon, (1) dass es wurde, wie man es haben wollte,



statt so, wie es seinen Anlagen entsprach, und (2) die Folge seiner Entwicklungshemmung an dem Punkt, an dem es eine unterstützende Spiegelung brauchte, um wirklich es selbst zu werden“ (Johnson, 2011, S. 56). Ein hilfreicher Überblick über mögliche elterliche Risikofaktoren für die Entstehung narzisstischer Strukturen in Kindheit und Jugend findet sich bei Kernberg (Kernberg, 1996).

Der letzte wichtige Aspekt dieser symbolischen Ebene betrifft das generelle spätere Vertrauen in die Bedeutung von Worten und der damit verbundenen sprachlichen Bedeutung. Wenn wir z. B. auf körperlicher Ebene als Kind nie Schutz erlebt haben, sondern stattdessen häufig uns entwertende oder auch grenzüberschreitende und uns schädigende Interaktionen, werden wir später auch als Erwachsene diesbezüglichen Worten wenig Vertrauen entgegenbringen. Dies bringt natürlich große Probleme mit sich, wenn es um das Einlassen auf nahe Beziehungen geht, was ohne dieses Vertrauen unmöglich erscheint. Zugleich kennzeichnet dies auch die wiederkehrende Erfahrung von Menschen mit narzisstischen Störungen, für die Macht und Kontrolle der einzige Weg ist, ein Beziehungsgeschehen in für sie sicherer Weise gestalten zu können. Im therapeutischen Alltag wir mit ihnen immer wieder auf die schwierige Erfahrung, dass sie Worten nicht wirklich vertrauen, weil sie aufgrund ihrer frühen entwicklungsgeschichtlichen Erfahrung „nur leere Worthülsen“ darstellen.

### • Phase 3: Autonomie

Die Fähigkeit, für sich selbst gut sorgen zu können, kennzeichnet den Zustand von wirklicher Autonomie, das dritte Stadium der Befriedigung der grundlegenden Entwicklungsbedürfnisse. Im Verständnis der Pesso-Therapie kann dieser Zustand nur dann befriedigend erreicht werden, wenn vorher die ausreichende Erfüllung der unmittelbar körperlichen und der symbolischen Ebene gegeben war. Dies hat mit mehreren Faktoren zu tun: An erster Stelle steht hier der mögliche Rückgriff auf die in unserer Entwicklung abgespeicherte körperlich-emotionale Datenbank, die wir für die Möglichkeit, für uns selbst sorgen zu können, intuitiv nutzen. Wenn wir die wiederkehrende Erfahrung in uns tragen, in liebevoller körperlicher Weise genährt, gehalten und geschützt worden zu sein, können wir auf diesen in uns ruhenden Erfahrungsschatz zurückgreifen und ihn für unsere Selbstversorgung nutzen. Wir wissen, wie sich Schutz anfühlt, wurden in unserer frühen Schutzbedürftigkeit auch gesehen und anerkannt und tragen damit auch die selbstverständliche Erfahrung in uns, es wert zu sein, dies zu bekommen. Wurden wir in unserer weiteren Entwicklung auch darin unterstützt, uns schützen zu lernen, so konnten wir auch die dafür notwendigen Fähigkeiten und Fertigkeiten entwickeln und später darauf zurückgreifen. Neben dieser körperlich-emotionalen Erfahrung der frühen Ebene tragen wir auch das Vertrauen in die Worte unserer Eltern in uns, deren liebevollen Interaktionen durch stimmige Verbalisierung verbunden waren. Dies ermöglicht es uns, auch später als Erwachsene ein nahes Beziehungsgeschehen zu kreieren, in dem beides möglich ist: Öffnung und Hingabe, um uns versorgen zu lassen, wenn wir Versorgung brauchen, aber auch die Fähigkeit, für uns selbst sein zu können und für uns selber zu sorgen, ohne den Partner mit einer unnötigen Bedürftigkeit oder Abhängigkeit zu belasten. „Meine Grundannahme ist, dass wir nicht wirklich autonom werden können, wenn wir nicht zuvor durch die Stadien einer guten Abhängigkeit gegangen sind. Also zuerst jemand von außen, der ganz konkret diese Dinge für uns tun muss, dann symbolisch, so

dass wir dann diese Erfahrung internalisieren und diese Funktion für uns selbst wahrnehmen können“ (Pesso, 2008a, S. 48).

Unabhängig von der jeweiligen Orientierung stimmen die meisten Erklärungsmodelle darin überein, dass der Übergang von der frühen Abhängigkeit des Kleinkindes in die schrittweise Loslösung und Autonomie für die Entstehung von narzisstischen Störungen bedeutsam ist. Nach Mahler et al. (Mahler, Pine & Bergmann, 2008) beginnt dieser Entwicklungsprozess in der zweiten Hälfte des zweiten Lebensjahres und geht einher mit der Fähigkeit des Kleinkindes, sich erstmals selbstständig von der Mutter wegbeugen zu können. Irgendwann realisiert es dabei sein Getrenntsein von der Mutter, den bedrohlichen Verlust seiner bisherigen Sicherheit im Gehaltensein und die eigene Verletzlichkeit gegenüber der unbekannteren Außenwelt, die viele Gefahren in sich birgt, die es noch nicht bewältigen kann. „Besonders hilfreich für Menschen mit narzisstischen Problemen ist es, sich an die große Verletzlichkeit zu erinnern, die das Kind während der Wiederannäherungsphase erlebt. Das Kind fühlt sich durch seine wachsende Bewusstheit der eigenen Verwundbarkeit und Machtlosigkeit ebenso bedroht wie durch seine zunehmende Erkenntnis, dass es von der Mutterfigur getrennt ist und nicht ihre magischen Kräfte besitzt“ (Johnson, 2011, S. 57). In dieser Phase braucht das Kleinkind Eltern, die es in dieser inneren Reifungskrise liebevoll wahrnehmen und ihm immer wieder die Möglichkeit gewähren, erneut in den elterlichen Schutz zu flüchten und die damit zusammenhängende liebevolle körperliche Verbundenheit und Sicherheit wieder aufzutanken zu können. Wenn dies nicht der Fall ist, geht dies mit einer tiefen Verunsicherung und Kränkung des noch instabilen Selbst des Kindes einher.

Narzisstisch gestörte Eltern, die ihrerseits diese schrittweise Loslösung und die damit verbundene Individuation nicht in guter Weise durchlaufen konnten, haben damit in der Regel große Probleme. „Wenn der Elternteil in seiner Kindheit selbst eine narzisstische Kränkung erlitt, erwartet er von seinem Kind, dass es ihm das narzisstische Verständnis und die Spiegelung entgegenbringt, die er selbst damals nicht erhalten hat. Die Folge davon ist, dass der Elternteil vom Kind nicht zur Bewältigung der großen Probleme der Wiederannäherung benutzt werden kann ...“ (Johnson, 2011, S. 58). Die Art der daraus resultierenden elterlichen Reaktionsmuster kann abhängig von der jeweils eigenen dysfunktionalen Geschichte sehr unterschiedlich sein: Eltern, die als Kinder ihrerseits in kalter Weise in die Autonomie gepuscht wurden, tendieren dazu, ihre Kinder zurückzuweisen, sie zu entwerten oder sich von ihnen abzuwenden, wenn diese aus Unsicherheit und Angst heraus ihre Nähe suchen. Es ist aber auch eine überprotektive und das Kind in Abhängigkeit haltende Variante denkbar, um das elterliche Größenselbst darüber weiter zu nähren. Die zuletzt genannte Variante dürfte eher dem Bereich der versteckten oder latent vulnerablen narzisstischen Struktur zuzuordnen sein, die ihr Größenselbst über Macht und Kontrolle durch Abhängigkeitsbeziehungen aufrechterhält.

## Die fünf Grundbedürfnisse der menschlichen Entwicklung nach Pessó

Die von Pessó definierten Grundbedürfnisse werden hier nur kurz ausgeführt, damit der damit nicht vertraute Leser ein Grundverständnis dafür entwickeln kann. Wichtige Aspekte, die für die Entstehung von Narzissmus bedeutsam sein können, werden dabei wie in den vorangegangenen Abschnitten etwas ausführlicher behandelt. Eine eingehende und detaillierte Übersicht zu diesen Grundentwicklungsbedürfnissen findet sich an anderer Stelle (Schrenker, 2008, 2010, 2012).

### • Platz

Menschliche Entwicklung beginnt mit der Verschmelzung von Ei und Samenzelle, sofern es der befruchteten Zelle gelingt, sich in der Gebärmutter einzunisten. Sie stellt den besten uranfänglichen Platz dar für den schrittweisen Entwicklungs- und Reifungsprozess des Fötus. Das war der wesentliche Grund, weshalb Pessó für das erste Grundbedürfnis diesen Begriff wählte. Bezüglich der weiteren darin enthaltenen Bedeutung ist dieser Begriff leider nicht so glücklich gewählt. Im Kern geht es dabei um das Vorhandensein von liebevoller Verbundenheit der Eltern mit dem Kind, was Grundlage von vertrauensvoller Öffnung, interaktioneller Bezogenheit und dem Aufbau von Bindung ist. Das Kind realisiert diese Verbundenheit in den liebevollen Augen der Eltern, die die körperlichen Interaktionen mit dem Kind wohlwollend begleiten. Darüber kann es immer wieder seine Verbundenheit mit ihnen aufnehmen, seine Zugehörigkeit zum familiären System, was in den ersten Jahren seiner Entwicklung auch sein Daseinsgeschehen und seinen primären Lebenssinn prägt.

In diesem Kontext wird sehr klar, wie wichtig es in den ersten Lebensmonaten ist, dass eine Mutter während des Stillens überwiegend das Kind in ihrem Blick hat und dessen Nahrungsaufnahme liebevoll begleitet. Dies setzt natürlich eine Mutter voraus, die Bindungsfähigkeit und liebevolle Hingabe in sich trägt; ist sie dazu nicht in der Lage, stillt sie das Kind mechanisch, innerlich gelangweilt und beschäftigt sich währenddessen mit Zeitschriften oder einem Fernsehfilm, dann dürfte dies den Aufbau eines Bindungsverhaltens eines Säuglings erheblich erschweren. Noch gravierender sind die Auswirkungen, wenn die Mutter das Kind innerlich ablehnt, emotional kalt reagiert, den Säugling schreien lässt oder rigide Stillzeiten einhält, die völlig konträr zur tatsächlichen Bedürfnislage des Kindes sind. Säuglinge weisen aufgrund der noch ungenügend ausgeprägten neurologischen Reifungsprozesse keine Frustrationstoleranz auf und geraten darüber sehr schnell in traumatisierende Zustände, in denen sie von heftigen körperlichen Erregungsprozessen überflutet werden.

Solche Rahmenbedingungen schädigen nicht nur die prinzipiell vorhandene Bindungsfähigkeit des Säuglings, sondern beinhalten über die damit verbundene frühe Traumatisierung weitere Konsequenzen: Sie können später in der Entwicklung die Grundlage einer äußerst geringfügigen Frustrationstoleranz bilden (aufgrund der hohen Aversivität körperlicher Erregungsprozesse, die mit zu frühen Bedürfnisaufschub einhergehen) und einer damit verbundenen Instabilität des späteren Selbst. Dies sind ebenso vertraute diagnostische Kennzeichen von Menschen mit narzisstischer Problematik wie auch deren häufige Schwierigkeit, dem wohlwollenden Blickkontakt anderer Menschen wahrnehmen

bzw. dem auch adäquat begegnen zu können. Bisweilen erleben sie Blickkontakt auch generell als unangenehm oder aversiv. Dies hat viel damit zu tun, dass sie die Erfahrung aus ihrer Geschichte eben nicht in sich tragen, von ihren Eltern ohne Beimengung negativer oder kritischer Bewertung nur liebevoll wahrgenommen worden zu sein. Meist haben sie schon sehr frühzeitig gelernt, die mit dem negativ konnotierten Blickkontakt einhergehende Erfahrung so weit wie möglich zu vermeiden. „Ein weiterer wichtiger diagnostischer Aspekt bei Kindern ist die Aversion gegen Blickkontakt. Ich habe diese Erscheinung relativ häufig bei narzisstisch gestörten Kindern angetroffen ... Bei Kindern mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen ist die Vermeidung des Augenkontakts ein Mittel zur Vermeidung der traumatischen Erfahrung, von den Eltern nicht anerkannt (nicht liebevoll gesehen, Anm. d. Verf.) zu werden“ (Kernberg, 1996, S. 198). Diesen Kindern fehlt eindeutig die Erfahrung, in einem Beziehungsgeschehen in wohlwollender Weise gesehen worden zu sein, was Voraussetzung ist für die basale Sicherheit, sich in einem Beziehungsgeschehen willkommen zu fühlen.

Die meisten Theorien zur Entstehung narzisstischer Störungen stimmen darin überein, dass die ersten Vorläufer dazu sehr früh in der Entwicklung anzusiedeln und wesentliche Kriterien in einem eklatanten Mangel an liebevoller Verbundenheit und Achtsamkeit zu sehen sind, bis hin zu emotionaler Kälte und Ablehnung des Kindes. „Theoretisch wird davon ausgegangen, dass bei Patienten mit narzisstischer Persönlichkeitsstörung in der Biographie zentral das Beziehungsmotiv „Anerkennung, Liebe, Zuwendung“ frustriert bzw. traumatisiert worden ist“ (Sachse, 2002, S. 160/161). Dies bedeutet natürlich nicht, dass narzisstische Störungen bereits im ersten Lebensjahr entstehen, sondern nur, dass die Grundlagen für die spätere Entstehung dieser Störung, die im Allgemeinen zwischen dem 3. und 5. Lebensjahr angenommen wird (Kernberg, 1996), bereits sehr frühzeitig gelegt werden. Durch die erfolgte Reifungsakzeleration von Kindern können wir mittlerweile davon ausgehen, dass dieser Entwicklungsschritt der Individuation bereits früher beginnt, der eng verknüpft wird mit der Entwicklungsphase von schrittweiser Loslösung und Wiederannäherung (Mahler, Pine & Bergmann, 2008).

#### • **Nahrung**

Wie wichtig bedürfnisadäquate Ernährung des Säuglings auf der unmittelbaren körperlichen Ebene in einem liebevollen interaktionellen Kontext ist, wurde bereits weiter oben dargestellt. Auf der mehr symbolischen Ebene hat dies viel mit „emotionaler“ Nahrung zu tun, mit Eltern, die ihr Kind wahrnehmen in all seinen Versuchen, sich der Welt anzunähern, diese zu begreifen und die damit verbundenen Anforderungen zu bewältigen. Eltern, die dies mit zutreffenden Worten begleiten, die Gefühle ihres Kindes wohlwollend benennen und emotional Anteil nehmen an seinen inneren und äußeren Erfahrungen. In dieser emotionalen wie auch interaktionellen Spiegelung hat es die Möglichkeit, sich mit Unterstützung der Eltern ohne Gefahr von Bewertung oder narzisstischer Vereinnahmung selbst spürend wahrnehmen, ausdrücken und begreifen zu können, was die entscheidende Grundlage ist für die allmähliche Entwicklung seines wahren Selbst.

Eltern, die ihr Kind in dieser Entwicklungsphase bereits narzisstisch besetzen, verhindern dessen eigenständige Selbstexploration auf körperlicher wie auch auf emotionaler Ebene und tragen mit ihren manipulativen Mustern dazu bei, dass ihr Kind sukzessive

genau die Selbstanteile entwickelt und integriert, die ihrer Erwartungshaltung und dem damit verbundenen Größenselbst gerecht werden. Über positive emotionale Zuwendung verstärken sie gezielt genau diese Verhaltensmuster, oft auch bei gleichzeitiger idealisierender Überhöhung gegenüber Geschwistern oder anderen Kindern. Damit tragen sie zu einer frühzeitigen Internalisierung eines überhöhten Größenselbst des Kindes bei. Da solche Eltern mit Fehlern und Schwächen bzw. regressiven Bedürfnissen aufgrund der Abwehr und Entwertung ihrer eigenen Verletzlichkeit nicht umgehen können, reagieren sie darauf in der Regel mit massiver Entwertung bis hin zu emotionaler Kälte. Dies stellt für ein kleines Kind, das von der Liebe und Verbundenheit seiner Eltern vollständig abhängig ist, eine immense Bedrohung dar. Es hat eigentlich keine andere Chance, als die Anteile seines emotionalen Erlebens, die Grundlage seines Selbst sind, nach außen zu verstecken bzw. völlig aufzugeben, was häufig über frühe Selbstentwertungs- bzw. Abspaltungsmuster erfolgt.

Im späteren Erwachsenenleben prägen diese dann das negative oder instabile Selbst, das für narzisstische Störungen typisch ist. „Die negative Beziehungsrückmeldung, die Personen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen erhalten haben, wird von ihnen, wie ausgeführt, meist so interpretiert, dass sie ausgeschlossen, abgewiesen, abgelehnt sind: Sie haben den Eindruck, sie könnten jederzeit ‚aus der Familie herausfallen‘“ (Sachse, 2002, S. 163). In Vorgesprächen mit Menschen in meiner Praxis, die diesbezügliche Erinnerungen an ihre frühen familiären Interaktionen noch in sich tragen (sofern die eigene Familiengeschichte nicht weitgehend durch Abspaltung gelöscht und mit gleichzeitiger Idealisierung aufgeladen wurde, was häufig der Fall ist), finden sich immer wieder erschreckende Beispiele: Eltern, die sich emotional kalt abwenden, wenn die Kinder in unerwünschter Weise reagierten, bis hin zu traumatisierenden Entwertungsmustern. Reagierten diese Kinder aber in für die Eltern narzisstisch erwünschter Weise, bekamen sie ein Ausmaß von emotionaler Zuwendung und instrumenteller Verstärkung, die einen immensen Anpassungsdruck zur Folge hatte. Die diesen Mustern immanente bedeutsame affektive Besetzung erfolgt nicht über eine wertfreie Spiegelung des eigenen Erlebens des Kindes, sondern durch das umgekehrte Prinzip: In seinen eigenen inneren wie äußeren Verhaltensmustern lernt es zunehmend, die ungestillten frühen narzisstischen Bedürfnisse der Eltern zu erfüllen und damit zum Spiegel für deren Bedürftigkeit zu werden.

Dies stellte eine Umkehrung des Prinzips der „Beelterung“ dar (das Kind nährt die Eltern in deren Bedürftigkeit) und legt die Grundlage zu den späteren manipulativen Beziehungsmustern und der narzisstischen Besetzung seiner Mitmenschen. „Ein Verständnis der narzisstischen Besetzung ist nötig, um die narzisstische Entwicklung und deren Äußerung im Erwachsenenleben wirklich würdigen zu können. Ein Objekt wird narzisstisch besetzt, wenn es das Ziel eigener Investition oder Bindung ist, ihm aber kein eigenes Lebenszentrum bzw. keine eigene Aktivität zugestanden wird. Als bedeutsam wird es im Rahmen des eigenen Lebens und als wertvoll nur insofern angesehen, als es Bezug zu einem selbst hat, ja man erwartet von ihm, gewissermaßen bedingungslos den eigenen Bedürfnissen zu dienen“ (Johnson, 2011, S. 57/58). Diese Beschreibung charakterisiert in sehr zutreffender Weise sowohl die innere Einstellung wie auch die Interaktionsmuster von narzisstisch gestörten Eltern, die sich in den Anamnesen der Menschen wiederfinden, die wegen ähnlicher Schwierigkeiten psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen.

### • **Unterstützung**

Die Notwendigkeit von absolut verlässlicher Unterstützung in unmittelbarer körperlicher Weise prägt ganz wesentlich die ersten beiden Jahre unserer Entwicklung, in der wir noch nicht in der Lage sind, der vitalen Bedrohung der Schwerkraft wirkungsvoll zu begegnen. Erst wenn die neurologische Reifung weit genug fortgeschritten ist, unsere sensomotorische Entwicklung wie auch die der Fein- und Grobmotorik, sind wir in der Lage, uns aufrecht fortzubewegen und zunehmend zu lernen, die damit verbundenen Kräfte entsprechend einschätzen und ausbalancieren zu können. Bis dahin brauchen wir Eltern, die uns in absolut sicherer Weise halten und tragen und die dafür sorgen, dass sich keine existentiell frühe Angst in uns breitmacht zu fallen. Aufgenommen wird diese Erfahrung des sicheren Halts und Getragenseins primär über das Gesäß und den Rücken, was zur Entspannung der damit verbundenen muskulären Partien und der verknüpften neurologischen Strukturen beiträgt.

Dies spielt auch in der mehr symbolischen Form von Unterstützung eine entscheidende Rolle: Eltern, die uns absichern, wenn wir als Kinder unsere ersten Versuche machen, auf einen Stuhl zu klettern, die uns notfalls auffangen, wenn wir ausrutschen, oder die später in unserer Entwicklung bei schwierigen neuen Aufgaben einfach hinter uns stehen. Im Sinne des Form-Passform-Modells geben sie uns so viel Unterstützung, wie wir brauchen, um unsere jeweiligen Entwicklungsschritte aus „eigener Kraft“ vollziehen zu können, und sie geben uns die Freiheit, ohne unnötige Vorgaben all dies ausprobieren und explorieren zu können. Jeder dieser neuen Entwicklungsschritte, den ein Kind eigenständig ausprobieren und selbst bewältigen kann (mit der Sicherheit der im Hintergrund wohlwollend präsenten Eltern) stärkt sein Selbstwertgefühl. Nehmen die Eltern daran gleichzeitig in emotional wertschätzender Weise Anteil (freuen sich mit dem Kind), so findet dieses Lernen und die damit verbundene Erfahrung von Selbstkompetenz in liebevoller Verbundenheit statt. Damit kann Beziehung als etwas erlebt und verinnerlicht werden, was Freiheit und Individuation in einem unterstützenden Kontext gewährt.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass nur erwachsene Bezugspersonen, die das Erfahrungsprinzip in sich tragen, als Kinder in adäquater Weise in der Entwicklung ihrer eigenen Selbstständigkeit unterstützt worden zu sein, dies in weitgehend stimmiger Weise auch an ihre Kinder weitergeben können.

### • **Schutz**

Wie die meisten hoch entwickelten Lebewesen kommen wir mit einer großen Verletzlichkeit auf die Welt und sind ohne die Versorgung und den Schutz unserer Eltern nicht überlebensfähig. Dies charakterisiert nicht nur unsere Säuglingszeit und frühe Kindheit, sondern wir brauchen diesen Schutz auch in unserer späteren Kindheit bis in die frühe Jugendzeit hinein. Um das zu gewährleisten, bedarf es Eltern, die die Erfahrungsgeschichte in sich tragen, als Kinder geschützt worden zu sein, und für die das Bedürfnis nach Schutz legitim und verständlich ist. Nur dann können sie uns als Kinder in unserer Schutzbedürftigkeit sehen und anerkennen und diesen Schutz in stimmiger Weise zur Verfügung stellen.

Dies brauchen Menschen von Anfang an auf einer unmittelbaren körperlichen Ebene: Der Säugling braucht Abschirmung und Schutz seiner Eltern vor schädigenden äußeren Reizen (Lärm, grelles Licht, extreme Temperaturen usw.), um davon nicht geschädigt

oder überflutet zu werden, aber auch vor dem übermäßigen sozialen oder körperlichen Eindringen fremder Personen. Im späteren Verlauf der Entwicklung „... verteidigen sie das Kind gegenüber Angriffen, gegen die es sich selbst noch nicht wehren kann. Sie treten so lange nach außen für die Rechte des Kindes ein, bis es das später als Erwachsener selbst übernehmen kann. Damit erfährt das Kind immer wieder, dass die Eltern quasi eine schützende Schicht um seinen Körper und sein Ich legen, wodurch es sein körperliches, aber auch sein seelisches Dasein als schützenswerte Einheit erfährt“ (Schrenker, 2010, S. 284). Auf der mehr symbolischen Ebene treten Eltern gegenüber anderen für die Schutzbedürftigkeit des Kindes ein, erkennen Unrecht an, das ihm wiederfahren ist (von externen Bezugspersonen in Kindergarten oder Schule) und unterstützen es später darin, für seine Rechte einzutreten. Eine sehr entscheidende Erfahrung im unmittelbaren Kontakt mit den Eltern ist auch deren Bereitschaft, die Eigenständigkeit und Abgrenzung des Kindes anzuerkennen, wenn es sich gegen deren Erwartungen zur Wehr setzt, die es als ungerecht oder unangemessen erlebt. Eltern benötigen auch die Fähigkeit, mit Trotz oder Wut ihrer Kinder umzugehen. Dies wird im nächsten Abschnitt eingehender behandelt.

Reagieren Eltern auf kindliche Wut (ausgelöst durch ihre eigene Kränkbarkeit) in bedrohlicher, aggressiver oder anderweitig instabiler Weise (z. B. durch emotionalen Zusammenbruch oder mit Anzeichen körperlicher Somatisierung), so werden die damit verbundenen Ängste oder Schuldgefühle die Individuation ihrer Kinder in eklatanter Weise beeinträchtigen. Ein weiteres Thema ergibt sich aus der spezifischen Schwierigkeit von narzisstisch gestörten Eltern, mit Anzeichen von Schwäche und Bedürftigkeit umgehen zu können, die bereits weiter oben ausgeführt wurde. Erleben sie ihre Kinder als zu regressiv in ihrer Schutzbedürftigkeit, so kann es passieren, dass sie diese zu früh in eine Autonomie zwingen, die sie noch nicht eigenständig in guter Weise bewältigen können. Dies ist, wie weiter oben dargestellt wurde, ein besonders kritisches Thema in der Loslösungs- und Individuationsphase, die für die Entstehung von narzisstischen Störungen sehr bedeutsam ist.

Erleben diese Kinder auch in ihrer weiteren Entwicklung häufig ablehnende oder entwertende Muster, wenn sie eigentlich liebevolles Wahrgenommensein, Kontakt und Schutz brauchen, dann verinnerlichen sie zunehmend die Erfahrung, alleingelassen und ausgeliefert zu sein. Abhängigkeit und Bedürftigkeit, als Folge ihrer Schutzlosigkeit und der damit einhergehenden Überforderung bzw. aversiven Gefühlsüberflutung, werden als extrem demütigend für das Selbst erlebt. In ihnen entsteht ein immenser Entwicklungsdruck, alles dafür zu tun, um so schnell wie möglich unabhängig und autonom zu werden. Dies trägt häufig zur Ausbildung von Einstellungs- und Bewertungsmustern bei, die für narzisstische Strukturen typisch sind: der Ablehnung von Beziehung, von Abhängigkeit und Verbundenheit (durch die hohe emotionale Aversivität dieser Erfahrung); der Entwertung von Fehlern, Schwäche und Bedürftigkeit (durch die entsprechende Internalisierung der negativen elterlichen Zuschreibungen) und dem Aufbau von extrem hohen und perfektionistischen Leistungsstandards. Ganz besonders Letztere sind eng verbunden mit der Entwicklung eines frühen narzisstischen Größenselbst, das nach meinen Erfahrungen bereits frühzeitig in der kindlichen Fantasie entworfen wird. Klienten erinnern sich häufig noch an die damaligen Empfindungen von Triumph in der Vorstellung, diesen Zustand erreichen zu können, in dem sie niemanden mehr brauchen.

## • Grenzen

Für die meisten Menschen hat das Wort Grenzen eine tendenziell negative Bedeutung. Für mich und meine Generation, die ihre Kindheit und frühe Jugend im autoritären und moralisch pruden Klima der Adenauerzeit verbracht haben, ist dies sehr verständlich. Gesellschaftliche wie auch familiäre Grenzen waren meist rigider moralischer Natur, dienten der Aufrechterhaltung von Moral und Macht und hatten wenig zu tun mit den tatsächlichen Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen. Die Verletzung oder der Protest gegen diese Normen wurde meist in völlig inadäquater Weise geahndet.

Im Pessoschen Sinne hat dieses 5. Grundbedürfnis von Grenzen eine eindeutig positive Bedeutung. Im Kontext des Prinzips von Form-Passform gewährleistet es in der Interaktion einen sicheren Rahmen, in dem das Kind seine genetischen Urkräfte von Aggression und Sexualität als begrenzt und endlich erleben kann. Nur darüber wird es ihm im Laufe seiner Entwicklung möglich, den konstruktiv energetischen Aspekt dieser Kräfte zu integrieren und später in der Interaktion mit anderen Menschen in befriedigender Weise nutzen zu können. Dies möchte ich kurz am Beispiel eines intensiven körperlichen Wutanfalls eines kleinen Kindes erläutern. Die darin enthaltene ungebundene und noch nicht hinreichend integrierte aggressive Energie überflutet das kindliche Selbst und birgt auch die Gefahr von Selbstverletzung in sich durch die unkontrollierten grobmotorischen Impulse. In dieser Situation braucht es Eltern, die es wohlwollend darin sehen und seinen kindlichen Körper so halten, dass es sich in der gesamten Intensität seiner heftigen Erregung in einer sicheren Weise umhüllt fühlt, so dass es weder sich noch die Eltern verletzen kann. Pessó hat dafür den Begriff „ego-wrapping“ geprägt (Pessó & Crandell, 1991), der durch folgende Aspekte charakterisiert ist:

- Der Ausdruck seiner kraftvollen körperlichen Energie und seiner Wut wird von den Eltern gesehen und anerkannt; es darf wütend sein.
- Die Eltern reagieren darauf ruhig, kraftvoll und seelisch stabil, sie können damit umgehen.
- Sie umhüllen mit ihrem Körper den des Kindes in guter haltender Weise und geben ihm damit Sicherheit.
- Das Kind erlebt, dass die Intensität seiner Wut schrittweise abklingt und es zur Ruhe kommt, wodurch es das Erleben und den Ausdruck von Wut als begrenzt und nicht bedrohlich erfährt.

Die damit verbundene Sicherheit trägt wesentlich mit dazu bei, dass das Kind Wut als kraftvollen Teil seiner genetischen Urkräfte ins Ich integrieren kann und die darin enthaltene Energie ihm auch für weitere Aufgaben zur Verfügung steht (kraftvoll für sich eintreten, sich zu wehren usw.). Selbstverständlich reicht dafür eine einmalige Erfahrung nicht aus, sondern das Kind braucht auch in seiner weiteren Entwicklung wiederkehrende stimmige Erfahrungen von guter Begrenzung, wobei diese mit zunehmendem Alter mehr von der unmittelbaren körperlichen Ebene auf die symbolisch-sprachliche Ebene übergehen können. Für die schrittweise Integration dieser Energien ist sowohl ein gutes elterliches Modell wichtig als auch eine spezifische Unterstützung situationsadäquater kindlicher Reaktionsmuster, die dem Kind helfen, sich in seiner weiteren Entwicklung im Kontext seiner Gefühle wie auch seiner Bedürfnisse stimmig realisieren wie auch behaupten zu können.

Das gleiche Grundprinzip von guter Begrenzung gilt für die Entwicklung der kindlich-sexuellen Impulse. Auch hier braucht es Eltern, die es in seinen ersten sinnlichen, auf



den Körper bezogenen Explorationsmustern wohlwollend wahrnehmen und es gewährleisten lassen können in dem Bewusstsein, dass dies ein wesentlicher Teil der kindlichen Neugier und körperlichen Selbstexploration ist. Klare Grenzen braucht es innerhalb des familiären Systems, vor allem bezüglich der elterliche Sexualität, vor der das Kind absolut Schutz braucht. Erwachsene sexuelle Energien stellen in ihrer Triebhaftigkeit eine grenzüberschreitende und schädigende Überflutung dar, die die Grenzen des kindlichen Selbst in dauerhaft schädigender Weise überschreiten. Ein Elternteil, der sein Kind in manipulativer und grenzüberschreitender Weise für seine narzisstischen körperlichen oder sexuellen Impulse benutzt, schädigt es in seiner Selbstentwicklung in gravierendster Weise. Es gibt viele Spielarten derart missbräuchlicher Triangulation von Kindern in familiären Beziehungssystemen, die wir in den Anamnesen von Patienten unserer Praxis immer wieder finden können.

Klienten meiner Praxis, die selbst Kinder haben und die tiefe Bedeutung dieser Grundentwicklungsbedürfnisse über die therapeutische Arbeit zunehmend mehr begreifen, zeigen oft erhebliche Betroffenheit, was in ihrer Entwicklung wie auch in der ihrer Kinder defizitär gewesen ist. Dies sind häufig Momente, in denen ich immer wieder klarmache, dass es sich dabei natürlich um ein idealtypisches Modell handelt: ein Form-Passform-Modell, das wir im therapeutischen Beziehungsgeschehen als Grundlage für heilende Gegenerfahrungen nutzen. Selbstverständlich stecken darin auch tiefe menschliche Leitlinien für die Interaktion und Erziehung von Kindern, um deren Entwicklung in stimmiger Weise unterstützen und begleiten zu können. Zugleich muss aber auch betont werden, dass nicht jeder elterliche Fehler sofort bleibende Schäden hinterlässt. Die menschliche Spezies hat eine unglaubliche Anpassungs- und Überlebensfähigkeit. Kinder können vieles kompensieren, wenn die Grunddimension von elterlicher Liebe im Prinzip gewährleistet ist. Im Kontext mit dem Thema der Entstehung von narzisstischen Störungen fällt mir als heilendes Gegenmittel immer wieder ein altes jüdisches Sprichwort ein, dass ich sinngemäß wiedergeben möchte: „Liebe heißt, den Anderen erkennen.“

Abschließen möchte ich diese Darstellung der Entwicklungsgrundbedürfnisse mit dem Hinweis, dass das PESSO'sche Modell noch weitere wichtige Entwicklungsaufgaben beinhaltet, wie die Integration der Polaritäten, die Entwicklung von Bewusstsein und selbstbestimmter Steuerungsfähigkeit und die Integration der Einzigartigkeit unseres Selbst. Für den interessierten Leser finden sich dazu detailliertere Ausführungen an anderer Stelle (Schrenker, 2012).

### **Schwere Schädigung der Selbstentwicklung durch traumatische Erfahrungen**

An dieser Stelle werde ich nicht auf die spezielle Sichtweise von traumatischen Störungen nach dem Modell von PESSO und die damit verbundene therapeutische Arbeit eingehen; dies ist an anderer Stelle ausführlich erfolgt und kann dort im Detail nachgelesen werden (Schrenker, 2010). Es ist jedoch sinnvoll, einige wichtige Aspekte hervorzuheben, die für Menschen mit Traumatisierung typisch sind und für die Entstehung von narzisstischen Störungen bedeutsam sein können.

Menschen, deren Entwicklungsgeschichte durch Traumatisierung geprägt ist, zeichnen sich durch ein äußerst fragiles Selbst, eine geringe Stressbelastbarkeit und eine große Anfälligkeit aus, bei kleinsten Auslösern in die Gefahr einer Retraumatisierung zu geraten. Dabei werden die Wahrnehmungs-, Differenzierungs- und Steuerungsfähigkeiten des Neocortex weitgehend deaktiviert, und es kommt zu emotional wie auch körperlich-

physiologisch überwältigenden inneren wie auch äußeren Reaktionsmustern, wie sie in der ursprünglich traumatisierenden Situation geprägt wurden. „Traumatisierung aktiviert entwicklungs geschichtlich alte Hirnstrukturen, die verantwortlich sind für die Auslösung archaischer Schutzstrategien. In deren Folge kommt es zu einer Schwächung der weitaus mehr differenzierten Wahrnehmungs-, Verarbeitungs- und Bewältigungsleistungen, wie sie der entwicklungs geschichtlich sehr viel jüngere präfrontale Cortex zur Verfügung stellt. Traumatisierung setzt diese Funktionen partiell außer Kraft ...“ (Schrenker, 2010, S. 280). In der therapeutischen Bearbeitung besteht das wichtigste Ziel darin, diese hoch aufgeladenen aversiven Muster so weit wie möglich zu löschen zugunsten adäquater situativer Steuerungs- und Bewältigungsmuster. In der Pesso-Therapie erfolgt dies schwerpunktmäßig über die nachträgliche Integration von Schutz, was schrittweise die heilende Gegenerfahrung ermöglicht, der ursprünglich grenzüberschreitenden und schädigenden Erfahrung nicht mehr ausgeliefert zu sein. Ein weiterer wichtiger Schritt liegt in der Anerkennung des damals erfahrenen Unrechts und der Schutzbedürftigkeit bzw. der Unterstützung und Integration einer altersgemäßen Fähigkeit des Kindes, sich wehren zu dürfen und zu können (sofern diese Traumatisierung in der Kindheit erfolgte). Eine ausführliche Falldarstellung eines Therapieverlaufs über einen längerfristigen Zeitraum zu diesem Thema wird an oben genannter Stelle (Schrenker, 2010) beschrieben. Eine spannende Parallele findet sich in der oft hoch explosiven Kränkbarkeit, die bei sog. vulnerablen narzisstischen Störungen häufig zu beobachten ist. Nach meinen Erfahrungen spielen dabei mehrere Auslösefaktoren eine wichtige Rolle:

- die Erfahrung von Beschuldigung, Entwertung oder Kritik
- interaktionelle Zurückweisung bzw. emotionale Distanzierung durch andere
- die Offenlegung von manipulativen Mustern und die damit verbundene Entblößung der zugrunde liegenden Machtstrukturen

In all diesen Fällen kommt es bei Menschen mit hoher narzisstischer Vulnerabilität zu heftigen überschießenden inneren wie äußeren Reaktionsmustern, in denen sie auf der emotionalen Ebene im Kontakt meist nicht mehr adäquat erreichbar sind. Die Palette reicht von sofortiger Distanzierung mit innerem Rückzug oder auch spürbarer emotionaler Kälte bis hin zu aggressiven Entwertungen bzw. erheblicher Beschuldigung des Gegenübers. Insbesondere im nahen Beziehungsgeschehen von Zweierbeziehungen können daraus extrem destruktive Kämpfe resultieren, die selbst im therapeutischen Kontext schwer zu stoppen sind. Wer mit Paaren mit narzisstischer Beziehungskollusion arbeitet, kennt diese Muster.

Die spannende Frage ist, woher diese tiefe Kränkbarkeit kommt, die, einmal getriggert, wie ein Alles-oder-nichts-Prinzip wirkt. In diesem inneren Zustand scheint ein dichotomes Prinzip zu wirken, das die normalen und erwachsenen Wahrnehmungs-, Steuerungs- und Interaktionsfähigkeiten außer Kraft setzt. Es herrscht das Gesetz von „Sieg oder Niederlage“, „Macht oder Ohnmacht“, „vernichten oder vernichtet werden“, wie es für die archaischen Bewältigungsmuster bei Traumatisierung typisch ist. Auch die für Traumatisierung typischen Muster von Einfrieren oder weitgehender emotionaler Abspaltung finden sich deutlich wieder bei Menschen mit sog. kalten narzisstischen Störungen, die darüber äußerlich weitgehend die Kontrolle über ihre innere Kränkbarkeit behalten.

Diese Parallelen haben im Laufe der Jahre in mir die Grundüberzeugung verfestigt, dass für die Entstehung von narzisstischen Störungen frühe emotionale Traumatisierungsmuster

eine entscheidende Rolle spielen. Im Zuge der Grundentwicklungsbedürfnisse habe ich aufgezeigt, wie abhängig kleine Kinder von ihren Eltern sind, deren liebevolle Verbundenheit, Nahrung, Unterstützung und Schutz sie brauchen. Im Laufe der therapeutischen Arbeit mit narzisstisch strukturierten Patienten habe ich immer wieder die Erfahrung gemacht, dass diese in heftige Gefühle von Verzweiflung und innerer Verlorenheit geraten, wenn ihre emotionale Differenzierungs- und Wahrnehmungsfähigkeit zunimmt. Meist hängt das damit zusammen, dass sehr schmerzhaft Erinnerungen aus ihrer familiären Lerngeschichte wieder auftauchen, die vorher weitgehend abgespalten waren. Die damit verbundenen inneren Erlebniszustände beschrieben sie häufig folgendermaßen: „Es fühlt sich an, als wenn der Boden unter mir ins Wanken gerät und ich in eine abgrundtiefe Schwärze stürze, ein Bild, das schier unerträglich ist ...“

Wenn ein kleines Kind von den Menschen, die ihm liebevoll zugetan sein sollten, emotionale Kälte, Distanzierung und Entwertung erlebt, fühlt es sich in brutaler Weise ausgeliefert und erniedrigt. Damit geht ein höchst aversives und bedrohliches emotionales Erfahrungsgeschehen einher, das möglicherweise genau die gleichen archaischen Schutzstrategien aktiviert wie bei Traumatisierung. Da die Ichstrukturen in dieser frühen Phase noch nicht stabil genug sind, um dies emotional differenziert verarbeiten bzw. kompensieren zu können, bleiben bei späteren vergleichbaren Auslösern die damit verbundenen archaischen Schutz- und Bewältigungsstrategien innerlich aktiv und werden im Zuge der erneuten Kränkung reaktiviert. Unter diesem Gesichtspunkt braucht es in der therapeutischen Bearbeitung dieser Muster einen interaktionellen emotional-sozialen Nachreifungsprozess, der folgende Ebenen mit einbezieht:

- Bei Wiederauftauchen emotional traumatisierender früherer Muster bedarf es einer Validierung der assoziativ verknüpften emotional archaischen Schutz- und Bewältigungsmuster und einer Anerkennung des erlittenen frühen Unrechts.
- Im nächsten Schritt braucht es die nachträgliche Integration von Schutz, so dass der Klient im Wiedererleben von damals eine neue heilende Gegenerfahrung innerlich aufnehmen und verankern kann, in der er in seiner Schutzbedürftigkeit gesehen und diese auch so realisiert wird, wie es damals für ihn als Kind notwendig und stimmig gewesen wäre.
- Meist zeigen sich im weiteren Therapieverlauf auch noch tiefe Defizite in den weiteren Grundbedürfnissen, die Schritt für Schritt in heilende interaktionelle Gegenbilder integriert und verankert werden müssen.

Um diese differenzierten und zum Teil auch sehr fragilen bzw. verletzlichen Prozesse gewährleisten zu können, ist der Aufbau einer wohlwollenden und nicht bewertenden Möglichkeitssphäre (Pesso, 1991) notwendig. Nur darüber kann der Klient im therapeutischen Beziehungsgeschehen die Sicherheit entwickeln, sich mit seinen negativen wie auch positiven Seiten sowie mit seiner Verletzlichkeit öffnen zu können und sich darin gesehen und angenommen zu fühlen (ohne negative Bewertungen bzw. verletzende Zuschreibungen, wie sie ihm aus seiner realen Geschichte vertraut sind). Dies aufzubauen ist kein einfaches Unterfangen, da Menschen mit narzisstischen Störungen ein tiefes Misstrauen vor emotionaler Öffnung bzw. nahen emotionalen Kontakten in sich tragen.

**Frühe Aufgabe der Selbstentwicklung durch massiven Anpassungsdruck, ausgehend von nahen instabilen Bezugspersonen („Holes in Roles“ oder Mehrgenerationenperspektive)**

Das Konzept von „Holes in Roles“ wurde von Pesso als dritte Ebene der Störungsentstehung erst in den letzten 10 Jahren entwickelt, mit dem er die Mehrgenerationenperspektive explizit in die Pesso-Therapie integrierte. Implizit existierte es im therapeutischen Vorgehen bereits früher, indem er in Einzelfällen für seelisch schwer belastete nahe Angehörige der Klienten neue Geschichten kreierte, so dass diese als Kinder davon nicht mehr belastet waren. Das Grundkonzept, das damit verknüpft ist, soll an dieser Stelle kurz umrissen werden. Ausgehend von den dargestellten Grundentwicklungsbedürfnissen braucht ein Kind hinreichend stabile und in sich ruhende Eltern, damit diese in der Lage sind, es in seinen Bedürfnissen zu sehen und ihm, im Sinne von Form-Passform, in der Interaktion zur Verfügung stellen zu können, was stimmig ist. Auf das tiefe Vertrauen und die Bereitschaft eines Kindes zur Öffnung, das zu nehmen und zu integrieren, wurde bereits weiter oben hingewiesen. Um anschaulich zu machen, was stattdessen passiert, wenn ein Kind realisiert, dass ein Elternteil längerfristig krank oder seelisch instabil und damit nicht belastbar ist, werde ich auf ein Fallbeispiel zurückgreifen, das sich in meinem Buch im Abschnitt 8.3. Störungen in der Folge von „Holes in Roles“ findet (Schrenker, 2008):

„Zur Konkretisierung wieder ein praxisnahes Fallbeispiel:

*Ich erinnere mich an einen Klienten, dessen Mutter, als er 7 Jahre alt war, über Monate hinweg schwer erkrankte. Wochenlang versorgte er nicht nur sie, sondern auch den 1 ½ j. alten Bruder mit einer Umsicht und Hingabe, wofür er von allen Seiten Anerkennung und Wertschätzung erhielt. In den Vorgesprächen berichtete er in ruhiger und sachlicher Weise über diese Zeit, spürbar waren die Selbstverständlichkeit und der Stolz darauf, wie er diese Aufgaben wahrgenommen hatte. Meine mitfühlende Anmerkung, dass dies für ihn als Kind ja schwierig gewesen sein muss (der Vater war beruflich stark engagiert und viel unterwegs, die Erkrankung der Mutter phasenweise lebensbedrohlich), wehrt er schnell ab mit der Bemerkung, „das war so, und daran wächst man“. Gefühle, die ein Kind in einer solchen Bedrohungssituation natürlicherweise empfindet (Panik, Angst, Überforderung und Verzweiflung usw.), trug er in seiner bewussten Erinnerung nicht in sich.“*

Ergänzend sei hierzu noch erwähnt, dass die Versorgung des Kindes bereits in den Jahren davor emotional sehr mangelhaft war, sich die Mutter aufgrund ihrer tendenziell narzisstischen Struktur sehr um sich selber drehte, den kleinen Jungen zwar äußerlich versorgte, aber nicht in der Lage war, ihm ein emotionales Bindungsgeschehen zur Verfügung zu stellen.

Der Klient, dessen Leben bisher in sehr geordneten Bahnen verlief, beruflich äußerst erfolgreich, berichtet im Vorgespräch, dass es für ihn unvorstellbar gewesen wäre, jemals Hilfe in Anspruch zu nehmen; egal, welchen Anforderungen er sich gegenüber sah, die hätte er immer bewältigt. Je höher diese waren, desto größer der Reiz, dafür eine Lösung zu finden; das sei für ihn immer klar gewesen. Andere Menschen brauchten Hilfe, und soweit dies in seiner Macht stand, habe er diese auch gerne gegeben. Dies hätte sich vor einigen Monaten schleichend verändert, er habe zunehmend Schlafstörungen entwickelt, wache morgens völlig erschlagen auf, und am schlimmsten sei für ihn, dass ihm seine Arbeit seit einigen Wochen völlig sinnlos erscheine. Ein Kollege, den er sehr schätze, habe ihm zu diesem Schritt geraten, aber er zweifle immer noch sehr daran, ob das sinnvoll sei. Im Laufe der weiteren Vorgespräche wird für mich deutlich, dass es dafür klare externe Auslöser gab, die ihn auf persönlicher Ebene sehr erschüttert und auch das Sinnsgeschehen seiner beruflichen Tätigkeit erheblich in Frage gestellt haben

mussten, wobei er diese Zusammenhänge auf intellektueller Ebene wahrnehmen, aber deren tatsächliche emotionale Bedeutung nicht fühlen kann.

In diesem Fallbeispiel zeigen sich exakt die Muster, die für die Entstehung einer narzisstischen Struktur im Kontext mit Holes in Roles typisch sind:

- Eine weitgehende Abspaltung der emotionalen Erlebnisfähigkeit mit Ausnahme oberflächlicher Gefühle, die im sozialen Kontakt bedeutsam sind.
- Wenig Zugang zu Körperempfindungen, deren Zusammenhänge mit dem seelischen Erleben werden zwar theoretisch gesehen, aber nicht fühlend wahrgenommen.
- Sehr hohe Leistungsstandards, verbunden mit der Fähigkeit, auch extrem schwierige Situationen gezielt erfassen und bewältigen zu können, woraus das eigene Sinngeschehen und die Stabilität des Selbstwertgefühls bezogen wird.
- Unfähigkeit zur Bewältigung tieferer emotionaler Krisen, die häufig zu schwerer Destabilisierung führen, sofern die vorhandenen Schutz- und Abspaltungsstrategien zur Kompensation nicht mehr ausreichen.
- Verleugnung von Gefühlen von Schwäche, Hilflosigkeit oder Überforderung.
- Erhebliche Ängste, sich auf tiefere emotionale Kontakte einzulassen mit sehr differenzierten Schutz- bzw. Vermeidungsstrategien (Rationalisierungsmuster bis hin zu latenter oder offener Entwertung).
- Häufig zeigen diese Menschen eine sehr gute Wahrnehmungsfähigkeit für die Reaktionsmuster anderer Menschen, ohne darauf emotional adäquat eingehen zu können.

In den folgenden Abschnitten werde ich die Entwicklungsgeschichte der narzisstischen Störung dieses Patienten vor dem Hintergrund des Störungsmodells von Pesso beleuchten und dabei auch zusätzliche Informationen des längerfristigen Therapieverlaufs mit einbeziehen, der den Vorgesprächen folgte. Insgesamt waren es 80 einzeltherapeutische Sitzungen und eine parallel dazu laufende Gruppentherapie, die erst im zweiten Jahr begann. In beides war schwerpunktmäßig die Arbeit mit der Pesso-Therapie integriert.

### **Diskussion des Fallbeispiels vor dem Hintergrund des Störungsmodells von Pesso**

Dass es bereits sehr früh in seiner Entwicklung ein erhebliches Defizit in Bezug auf das Grundbedürfnis nach Platz gab, vermutete ich bereits am Beginn des Therapiegeschehens aus der sachlichen Rückmeldung des Patienten, dass seine Mutter sich immer sehr um sich selber gedreht habe. Erst zu einem wesentlich späteren Zeitpunkt der Therapie wurde ihm selbst schmerzvoll bewusst, dass er keinerlei Erfahrungsbilder in sich trägt, von ihr emotional liebevoll wahrgenommen oder gehalten worden zu sein. Seine starken Kontrollmuster und die gleichzeitig vorhandenen massiven Ängste vor Kontrollverlust und vor verletzlichen Gefühlen dürften entwicklungsgeschichtlich mit in dieser Zeit entstanden sein. Ein kleines Kind, das mit seinen Gefühlen von Bedürftigkeit bzw. Verletzlichkeit ohne liebevollen Kontakt und Schutz zurechtkommen muss, wird von der Intensität dieser Gefühle heftig überflutet, was eine äußerst aversive Erfahrung darstellt. Daraus entstehen das Erleben und die frühe Verankerung einer inneren Wahrheit, dass es damit alleine ist und dies ohne Hilfe von außen bewältigen muss. Starke körperliche Kontrollmuster (um von der Intensität der Gefühle nicht mehr überflutet zu werden) und emotionale Abspaltungsstrategien sind das Mittel der Wahl, die ihm dabei helfen. Anerkennung und Wertschätzung erhielt er primär für die Erfüllung der an ihn gestellten Erwartungen, was zur primären Quelle der Stabilisierung seines Selbstwerts wurde. Im

Kontext des Grundbedürfnisses von Nahrung wird darüber deutlich, dass vor allem seine Leistungsfähigkeit und eine hohe Anspruchshaltung systematisch instrumentell verstärkt wurden, bei einem gleichzeitigen Mangel an emotionaler Nahrung oder liebevoller Wertschätzung. Erst im Laufe der Erfahrung der Pessu-Gruppe, in der er vergleichbare liebevolle Interaktionen anderer Teilnehmer mit ihren „idealen Eltern“ miterlebte, wurde er sich betroffen seiner diesbezüglichen Defizite bewusst und auch, wie schwer es ihm fällt, seinen Mitarbeitern sowie seiner Familie diese unmittelbare menschliche Wertschätzung zu geben. Der eklatante Mangel an Unterstützung und Schutz, den er in seiner Entwicklung erlebte, soll im Zusammenhang mit den Holes-in-Roles-Thema dargestellt werden. Die Erkrankung seiner Mutter erfolgte nicht schlagartig, sondern begann schleichend kurz nach der Geburt seines jüngeren Bruders und nahm im kritischen Stadium lebensbedrohlichen Charakter an. Bereits Monate vorher wurde der Patient von der Oma ms., die wochenweise immer wieder mal unterstützend da war, eindringlich darauf hingewiesen, dass es seiner Mutter nicht gut gehe und er sie nicht in Anspruch nehmen dürfe. Als der Patient erstmals in den Vorgesprächen darüber berichtete, geschah dies in relativ sachlichem Ton, und es gab kaum gefühlsmäßige Erinnerungen an diese Zeit. Erst im Kontext mit der Struktur (der Begriff für die therapeutische Sitzung eines Einzelnen in der Gruppe) eines anderen Teilnehmers in der Gruppe mit einem vergleichbaren Thema, war er sichtlich betroffen über das tiefe Mitgefühl, das dieser Teilnehmer in der Erinnerung an seine Kindheit erlebte, als die Bilder mit seinem durch einen Unfall schwer erkrankten Vater wieder auftauchten.

Nach dieser Gruppensitzung berichtete er von plötzlich auftretenden Panikzuständen in der Folge von nächtlichen Alpträumen, in denen seine Mutter qualvoll starb. Offensichtlich hatte diese emotionale Konfrontation durch die Struktur des anderen Gruppenteilnehmers seine alten Abspaltungsmuster durchbrochen, und sukzessive tauchten in seinen Erinnerungen die alten emotionalen Bilder wieder auf. Erstmals konnte er spüren, wie viel Panik damals um die Mutter in ihm gewesen sein musste und wie traumatisierend diese Erfahrungen für ihn waren. Erschwerend kam hinzu, dass weder der Vater noch die Oma den kleinen Jungen darin gesehen hatten (mit ihm auch nicht in kindgerechter Weise darüber gesprochen wurde, was da eigentlich passiert), wodurch eine verbal-emotionale Spiegelung, ein liebevoll haltender körperlicher Kontakt und die notwendige Unterstützung für diese ängstigende Erfahrung weitgehend gefehlt hatten.

Eine entsprechende Bearbeitung und positive Reintegration mit heilenden Gegenbildern erfolgte in der nächsten Gruppenstruktur, in der wir für ihn einen idealen Vater auf die „Bühne der Struktur“ holten (dieser Begriff umschreibt in der Pessu-Therapie den Therapieraum, in dem heilende Gegenerfahrungen mit Rollenspielern kreierte werden). Dieser sprach mit ihm in kindgerechter Weise darüber, was da mit der Mutter passiert, sah ihn in seiner Angst und half ihm durch liebevollen körperlichen Halt, damit umzugehen. Dadurch wurde es ihm möglich, die Angst von damals spüren und integrieren zu können, ohne von der Intensität dieses Gefühls überflutet zu werden. Hinzu kam eine ideale Oma, wie er sie damals gebraucht hätte, die die Mutter wie auch den kleinen Bruder dauerhaft liebevoll versorgte und ihm gegenüber klar aussprach, dass sie die Verantwortung dafür trägt und er sich als kleiner Junge darum nicht kümmern muss. Der Klient durchlief in dieser Struktur immer wieder Momente von tiefem Berührtsein, unterbrochen von heftigen Gefühlen von Schmerz und Verzweiflung (wie sehr ihm das damals gefehlt hatte) bis hin zu der großen Entlastung und Erleichterung, als die Last, die er damals

spürte, von seinen Schultern genommen war: Rücksicht auf die schwer erkrankte Mutter nehmen zu müssen und zugleich sich verantwortlich zu fühlen für die Versorgung des kleinen Bruders, Aufgaben, mit deren Bewältigung er als 7-Jähriger restlos überfordert war. Ergänzend sei erwähnt, dass die nachfolgenden Einzelstunden noch sehr geprägt waren von der emotionalen Nachbearbeitung und weiteren Integration der mit dieser Struktur eingehenden tiefen Erfahrung.

Bevor ich diesen Fall abschließe, möchte ich komprimiert ausführen, was in einem Kind passiert, wenn es wahrnimmt, dass ein Elternteil, der in stabiler und liebevoller Weise seine Versorgung gewährleisten sollte, aufgrund eigener Instabilität dazu nicht in der Lage ist:

- Aufgrund seiner Abhängigkeit von diesen Eltern ist es letztlich bereit, alles zu tun, um diese Eltern zu stabilisieren.
- Gleichzeitig wird seine natürliche Fähigkeit, Mitgefühl empfinden zu können, in altersgemäß inadäquater Weise aufgebläht.
- Um den bedürftigen Elternteil zu schonen, gibt es sich in den natürlichen Aspekten seiner Lebendigkeit auf, die diesen Elternteil belasten könnten.
- Es verzichtet darauf, in seiner Bedürftigkeit von Eltern versorgt zu werden; verschließt die damit verbundene Öffnung zu nehmen und kümmert sich stattdessen um die Bedürftigkeit der anderen (Eltern, Geschwister usw.).
- Der natürliche Lebenssinn, sein wahres Selbst schrittweise zu entwickeln und die damit verbundene Lebendigkeit zu genießen, wird blockiert.
- Stattdessen erfolgt der Aufbau eines übersteigerten Größenselbst, verbunden mit einer Grundüberzeugung von Omnipotenz („Ich bin der Einzige, der das leisten kann!“)

All diese Aspekte sind in diesem Fallbeispiel repräsentiert, was deutlich macht, dass bei der Entstehung dieser narzisstischen Störung alle drei Ebenen ineinandergreifen: tiefgreifende Defizite, emotional traumatische Erfahrungen wie auch der partielle Verzicht eines Kindes auf die Entwicklung und Integration seiner eigenen Lebendigkeit zugunsten der Versorgung eines bedürftigen Angehörigen.

### **Narzisstisches Größenselbst und die Grundüberzeugung von Omnipotenz**

Die Entwicklung eines narzisstischen Größenselbst geht immer mit der Entstehung einer Grundüberzeugung von Omnipotenz einher. Normales menschliches Sein ist geprägt von der Erfahrung von Verbundenheit und von der Akzeptanz von Grenzen (Perquin, 2005). Nur über die Verbundenheit mit unserem Körper und die darüber mögliche Wahrnehmungs- und Empfindungsfähigkeit haben wir Zugang zu unseren Gefühlen, die sich über den Körper aktualisieren. Gefühle sind primär Veränderungen im körperlich-physiologischen Haushalt und werden spürbar, wenn die damit einhergehenden körperlichen Veränderungen bzw. Energien in unsere bewusste Wahrnehmung treten. Die Verbundenheit mit anderen Menschen ist die Grundlage von Beziehung und Bindung, und nur darüber können wir uns als gleichberechtigter Teil eines Interaktionsgeschehens begreifen und dieses für den beiderseitigen Austausch bzw. für die Begegnung im Miteinander adäquat nutzen.

Kinder, die in ihrer Entwicklung mit intensiven und belastenden Gefühlen zu früh alleingelassen wurden und dadurch in die Gefahr von aversiver Überflutung geraten, greifen zum Selbstschutz auf emotionale Abspaltungsmuster zurück. Diese schädigen nicht nur ihre emotionale Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit, sondern beeinträchtigen auch erheblich ihre Körperempfindungen. Die prinzipielle (angeborene) Fähigkeit, die Ver-

bundenheit mit dem eigenen Körper spüren und nutzen zu können, wird durch solche Abspaltungs- bzw. Schutzstrategien partiell sehr geschwächt. Ähnliches gilt für Kinder, die immer wieder miterleben, dass sie für ihre emotionale und körperliche Ausdrucksform von Eltern, die damit nicht umgehen können, entwertet oder bestraft werden. „Personen mit narzisstischer Persönlichkeitsstörung haben entweder keine positive Anerkennung erhalten, oder sie sind persönlich abgewertet worden ... Diese Botschaften können in geballter Ladung auftreten oder eher subtil; auch in subtiler Form, so kann man annehmen, wirken sie sich toxisch aus“ (Sachse, 2002, S. 161. u. 162).

Erleben Kinder zudem immer wieder, dass die Personen, die sie liebevoll wahrnehmen und versorgen sollten, sie nicht wahrnehmen oder sich von ihnen abwenden, wird es ihnen nicht möglich, ein adäquates Bindungsgeschehen aufzubauen. Die tatsächlich damit einhergehenden innerlichen Konsequenzen sind viel dramatischer. Pesso (2008 a) geht davon aus, dass Neugeborene die prinzipielle Fähigkeit von Öffnung und Bindung von Geburt an in sich tragen. Dies wird mittlerweile auch gestützt durch die Forschung zur Interaktion von Neugeborenen und ihren Müttern (z. B. Stern, 2007), die aufgezeigt hat, dass ein Kind von Anfang an die Fähigkeit einer Subjekt-Objekt-Differenzierung aufweist und die Interaktion der Mutter nonverbal steuert im Sinne seiner frühen Bedürfnisse. Diese Forschung hat auch die alte Freud'sche Sichtweise eines primären Narzissmus deutlich widerlegt, nach der der Säugling unfähig sei, eine Subjekt-Objekt-Differenzierung vornehmen zu können. „Ohne Zweifel akzeptierte Freud aber nie die Vorstellung einer von Geburt an bestehenden ‚Objektbeziehung‘. Dies kann man sicher sagen ...“ (Steiner, 1996, S. 267). Aus diesen Gründen erfolgte auch im analytischen Lager eine Revision seiner Theorie zur Entstehung von narzisstischen Störungen, die er in einer Regression auf dieses frühere Stadium verstand. Eine der führenden Vertreterinnen dabei war Melanie Klein.

Geht man von dieser von Anfang an gegebenen Öffnungs- und Interaktionsfähigkeit des Säuglings aus, dann bedeutet dies, dass ein Kind mit der impliziten Erwartung auf die Welt kommt, auf ein liebevoll versorgendes Bindungsgeschehen zu treffen. Das, was von René Spitz als sog. Urvertrauen beschrieben wurde, müsste somit nicht erst entstehen, sondern die prinzipielle Fähigkeit und Öffnung dafür ist im Kern bereits vorhanden. Sie braucht in liebevoll fürsorglichen Eltern-Kind-Interaktionen Bestätigung und Stabilisierung, um sich auf breiter Ebene verankern zu können. Gleichzeitig bedeutet dies aber auch, dass die zunehmende Schädigung dieses Urvertrauens durch destruktive Interaktionen bei kleinen Kindern zu einer weiteren gravierenden Konsequenz führt: dem Verlust von Verbundenheit, der sie in ein beziehungsloses und sinnentleertes „Niemandland“ katapultiert, was extrem bedrohlichen Charakter hat.

Die Flucht in eine entwicklungsgeschichtlich viel zu frühe zwangsläufige Autonomie stellt in dieser Situation den einzigen Lösungsweg dar, um das eigene Selbst zu retten, wobei der Preis, den diese Kinder dafür bezahlen, sehr hoch ist. Verbundenheit, die bei ihnen mit der Erfahrung tief erniedrigender Abhängigkeit assoziativ verknüpft ist, muss entwertet oder verleugnet werden. Dies ist häufig kombiniert mit einer extrem hohen Anspruchshaltung, die der Garant dafür ist, die notwendigen eigenen Entwicklungsschritte ohne ausreichende altersgemäße Unterstützung selbst leisten zu können. Patienten mit narzisstischen Störungen erinnern sich immer wieder im Laufe ihrer Therapie an solche Momente ihrer Kindheit, geprägt von einem tiefen Gefühl von Triumph, in denen sie es geschafft haben, die Verbundenheit zu ihren Eltern zu kappen, und Situationen, die eigentlich von



Überforderung geprägt waren, alleine zu bewältigen. Diese Momente prägen den Beginn eines narzisstischen Größenselbst, das sich über andere erhebt, Abhängigkeit, Bedürftigkeit bzw. die Sehnsucht nach Verbundenheit entwertet und zu seiner Aufrechterhaltung immer wieder erneute triumphierende Erfahrungen braucht. „Die Entwertung anderer und die Entleerung der inneren Welt der Objektrepräsentanzen sind im Wesentlichen für die bemerkenswerte Unfähigkeit narzisstischer Persönlichkeiten, anderen gegenüber empathisch zu sein und für ihren Mangel an normalem Selbstwertgefühl verantwortlich. Das Gefühl innerer Leere kann nur durch endlose Bewunderung von Seiten anderer und durch die Bemühungen kompensiert werden, andere zu kontrollieren, um jenen Neid zu vermeiden, der ansonsten angesichts des autonomen Funktionierens und der Kreativität, derer sich die anderen erfreuen, entstehen würde“ (Kernberg, 1996, S. 250).

Da die Erfahrung guter Begrenzung der eigenen Bedürfnisse wie auch der genetischen Urkräfte von Aggression und Sexualität fehlt, bleiben diese in ihrer ursprünglich ungebundenen archaischen Qualität erhalten. Letztere werden entweder durch zwanghafte bzw. rigid kontrollierende Muster im Keim erstickt oder aber über selbst- bzw. fremdschädigende Muster ausagiert, Varianten, die in beiden Ausprägungen bei narzisstischen Störungen vertraut sind. Beiden Fällen liegt die tiefe Überzeugung zugrunde, dass die darin enthaltenen Energien so gigantisch sind, dass niemand in der Lage ist, dem zu widerstehen oder damit umgehen zu können. In der Pessso-Therapie sprechen wir in diesem Zusammenhang auch von einer Grundüberzeugung von Omnipotenz (Schrenker, 2008). Diese Grundüberzeugung verleugnet die Möglichkeit von guter Begrenzung dieser Urkräfte in einem zwischenmenschlichen Kontext von Verbundenheit, da sie als adäquate Erfahrungsgeschichte in der eigenen Entwicklung nicht erlebt werden konnte. Sofern es diesen Menschen gelungen ist, sich innerlich einen Kern dieser Sehnsucht nach Verbundenheit fühlend zu bewahren, erhöht dies die Wahrscheinlichkeit, dass sie in Krisensituationen psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen.

## Exemplarisches Fallbeispiel

Mit einem ausführlichen Fallbeispiel möchte ich diesen Artikel abrunden. Dabei werde ich drei aufeinander aufbauende Strukturen darstellen und unter diagnostischen wie auch therapeutischen Gesichtspunkten kommentieren. Zum Schutz des Klienten werden dabei persönliche Details so weit verändert, dass kein Rückschluss auf die Person möglich wird. Die Darstellung des Protokolls erfolgt dabei in Kursivschrift, um es klar von den begleitenden Erläuterungen abzuheben.

### **Fallbeispiel**

Es handelt sich um einen Mann Mitte 30, der sich im Laufe seiner Einzeltherapie (nach ca. 20 Sitzungen) entschlossen hatte, parallel an einer begleitenden Pessso-Gruppe teilzunehmen. Auslöser für den Therapieentschluss war eine schwere persönliche Krise, in der ihn seine Partnerin vor die Wahl gestellt hatte, seine gravierenden Probleme zu bearbeiten oder sich von ihr zu trennen. Die Beziehung war seit Jahren belastet durch seine Unfähigkeit, sich auf das Beziehungsgeschehen tiefer einzulassen. Berechtigte Kritik von ihrer Seite hatte in der Vergangenheit immer wieder zu destruktiven Auseinandersetzungen geführt mit gegenseitigen Schuldzuweisungen, in deren Folge er sich tief verletzt und

gekränkt tagelang zurückzog. In den Vorgesprächen berichtete er, dass er sich nach solchen Konflikten wie leer fühle, keinen Zugang mehr habe zu Gefühlen und in innere Härte und Entwertung gehe. Aus seinen weiteren Schilderungen werden Muster deutlich, die für narzisstische Störungen typisch sind: aufgrund tiefsitzender Ängste zu versagen (bei einem extrem hohen Anspruchsniveau, das mit massiven Entwertungsmustern gepaart ist bei der Vorstellung, diese nicht erreichen zu können) weist er breit differenzierte Vermeidungsstrategien auf, wenn er vor schwierigen Anforderungen steht. Gepaart sind diese mit für ihn schwer kontrollierbaren Suchtmustern (Rauchen, Alkohol und Computerspiele), gefolgt von massiven selbstdestruktiven Zuschreibungen. Wenn der Druck von außen groß genug wird, schafft er es dann doch, die gestellten Anforderungen mit hervorragenden Ergebnissen zu bewältigen, wobei er dabei keinerlei Rücksicht nimmt auf seine Grenzen oder körperlichen Ressourcen. Im Anschluss daran erlebt er intensive Gefühle von Triumph, die sein narzisstisches Größenselbst aufblähen.

Zur vorangegangenen Einzeltherapie sei hier nur kurz erwähnt, dass es einige Zeit in Anspruch nahm, bis es ihm möglich war, sich auf die therapeutische Beziehungsebene emotional mehr einzulassen. Anfangs kam er häufig zu spät, vor allem nach Sitzungen, die emotional tiefergingen, passierte es öfter, dass er einen Termin vergaß. Entscheidend für den Aufbau von mehr Vertrauen waren mehrere Situationen, in denen es zunehmend möglich wurde, seine manipulativen, entwertenden und selbstdestruktiven Muster klar zu benennen und deren Bedeutung offenzulegen. Dies bezog sich sowohl auf deren Reintegration in seinen frühen lerngeschichtlichen Kontext als auch auf deren Auswirkungen auf die jeweilige Beziehungsebene wie auch deren Schutz- bzw. Abwehrfunktion für sein emotionales Erleben.

Die folgende Mitschrift umfasst die erste Struktur, die er in der Gruppe macht, zu der er sich entschließt, nachdem er die *Pesso*-Arbeit in der Einzeltherapie kennengelernt hatte. Vom Setting her handelt es sich um eine viertägige Gruppe (Beginn Donnerstagsmorgen bis Sonntagnachmittag) in einem externen Trainingscenter, in dem die Teilnehmer während dieser Tage mit Übernachtung und Vollpension untergebracht sind. Die Strukturtage finden dort jeweils im Frühjahr und im Spätherbst statt.

## 1. Struktur

*Die Entscheidung zu seiner Struktur kommt während der Rückmeldungsrunde der gesamten Gruppe zur vorangegangenen Struktur eines anderen Teilnehmers zustande. Er berichtet, dass die zweite Hälfte dieser Struktur für ihn fast unerträglich war, weil da ein unglaublicher Hass in ihm aufkam. Verknüpft damit waren plötzlich auftauchende Erinnerungen aus seiner Geschichte mit seinen Eltern, die sich in seinem Erleben durch ein Ausmaß an Scheinheiligkeit und Destruktivität auszeichneten, was er weitgehend vergessen hatte. Während er dies mitteilt, ist sein Körper extrem angespannt, die Worte kommen stoßweise („Dieses Hohelied auf unsere Familientradition fühlt sich an wie Lug und Trug, Märchen, die nicht wahr sind ...“), immer wieder unterbrochen von kurzfristigen heftigen Gefühlsausbrüchen, begleitet von kurzen Pausen, in denen er um Kontrolle ringt.*

*Zu Beginn seiner Struktur fühlt er sich wie leer, innerlich mit keinem Thema in Kontakt. Als ich die Intensität dieses Hasses nochmal anspreche, kommt in ihn das Bild eines Vulkans, das sich seit Generationen durch die väterliche Linie zieht. Den Urgroßvater vergleicht er mit dem Ausbruch eines Vesuvus, der Pompeji vernichten kann, und den Vater mit dem Stromboli. Da ist auch Dankbarkeit und ein Gefühl von Verbundenheit in ihm, dass sein Vater die Kontrolle aufgebracht*

*hat, ihm gegenüber diese Unberechenbarkeit seiner aggressiven Energien nicht loszulassen, aber auch ein tiefes Mitgefühl, wenn er an die Szenen denkt, denen sein Vater in seiner Geschichte ausgeliefert war. Obwohl er sich innerlich zerrissen fühlt zwischen diesen beiden Polen, dem Hass auf der einen Seite und dem Mitgefühl auf der anderen, gibt es auf emotionaler Ebene keine Öffnung, damit zu arbeiten. Deutlich wird immer wieder die Stimme der „inneren Wahrheit“ seiner Geschichte, „dass niemand in der Lage ist, damit umgehen zu können oder das zu lösen ... Damit müsse er alleine zurechtkommen.“*

*Die verschiedenen Versuche meinerseits, ihn auf unterschiedlichen Ebenen emotional zu erreichen, sei es über Kontaktfiguren, später über die Idee guter männlicher Figuren, die ihm Halt und gute Begrenzung geben, finden vielleicht für Momente eine kleine emotionale Öffnung, die er aber sofort wieder verschließt. Ich spreche dieses Muster mehrfach an, auch das Ausmaß an gewaltvoller Überwältigung, das als Prinzip seit Generationen in der väterlichen Geschichte und auch in seiner steckt. Auch die Angst, von der Intensität der eigenen Gefühle überflutet zu werden, die er sehen kann; letztlich bleibt er in der Struktur aber verhaftet in seinem alten Lösungsmuster, das ohne Hilfe von außen aushalten und kontrollieren zu müssen.*

*Als kleinen positiven Schritt entwickeln wir am Schluss ein Übungsformat: Als unterstützende Figurholt er einen männlichen Teilnehmer herein, den er hinter sich setzt, so dass er sich mit seinem Rücken an ihn anlehnen kann. In diesem steckt die sichere und stabile Qualität der Idee eines Vaters, wie er ihn damals gebraucht hätte, der in stabiler und ruhiger Weise für ihn da ist. Er kann sich körperlich gut darauf einlassen, spürt die Ruhe, die darüber in ihn kommt. Er verankert dieses Erleben als konstruktiv neuen Erfahrungsschritt im Hier und Jetzt, ein innerer Transfer in seine frühe Geschichte ist ihm noch nicht möglich.*

Der Verlauf der Struktur zeigt einige typische Merkmale, die sich bei Menschen mit narzisstischen Störungen häufig wiederfinden. Die Wahrnehmung von intensiven emotionalen Prozessen anderer Gruppenteilnehmer führt entweder zu Distanzierung in Form von offener oder latenter Entwertung (meist zu Beginn eines Therapieverlaufs, wenn die damit verbundenen Schutzstrategien noch das innere Erleben dominieren), oder sie durchbricht die Abwehrmuster und führt zu heftigen Gefühlsreaktionen mit Überflutungsängsten. Da diese Menschen meist über gravierende frühe interaktionelle Defizite verfügen (es gab kein liebevolles Gegenüber, das sie in ihren Gefühlen gesehen und gehalten hätte), bleibt die traumatisierende Qualität intensiver Gefühle innerlich aktiv. Meist kommt es dann wie in diesem Fallbeispiel zu kurzfristiger emotionaler Überflutung und erneuten Kontrollstrategien bis hin zu Momenten emotionaler Leere. Sind für die Entstehung der narzisstischen Störung auch Holes-in-Roles-Themen der eigenen Ursprungsfamilie von Bedeutung, so brechen auch diese im Zusammenhang damit auf: Der Klient ist hin und her gerissen zwischen Hass und Mitgefühl, wobei beides in einer Intensität auftritt, mit der er nicht umgehen kann. Deutlich wird im weiteren Verlauf der Struktur, dass die emotionale Öffnung für eine interaktionelle Lösung bezüglich einer neuen Geschichte nicht ausreicht, die alten Schutzstrategien aufzugeben, weil die damit verbundene Grundüberzeugung von Omnipotenz („Niemand kann damit umgehen“) noch zu mächtig ist. Das Übungsformat, mit dem wir die Struktur im Hier und Jetzt abschließen, trägt zu einer deutlichen emotionalen wie auch körperlichen Beruhigung bei. Diese interaktionelle Öffnung stellt einen für ihn nicht zu unterschätzenden neuen Schritt dar, der in der Rückmeldungsrunde auch von der gesamten Gruppe anerkannt wird.

Die zweite Sitzung in der Gruppe erfolgte am Abend des nächsten Tages nach seiner Rückmeldung, er würde gerne noch einen weiteren Schritt tun. Diese Möglichkeit hat mit der Vereinbarung zu tun, wonach ein Teilnehmer, der seine Struktur nicht in einer für ihn wirklich befriedigenden Weise abschließen kann, die Chance zu einer Nacharbeit bekommt. Für solche Fälle steht regelhaft ein freier Abend zur Verfügung. Im Rahmen eines therapeutischen Kontraktes wird dabei ein klar fokussiertes Thema vereinbart mit dem Ziel, eine neue interaktionelle Erfahrung zu machen, die bezüglich der lerngeschichtlich frühen Prägungen bzw. Schutzstrategien einen neuen, heilenden Gegenschritt darstellt. Dafür stellt die Pesso-Therapie eine Reihe von Übungen zur Verfügung (s. Schrenker, 2008), die im Hier und Jetzt beginnen und im weiteren Verlauf als Andidot (neue, heilende Gegenerfahrung) in die Geschichte integriert werden können.

Als inhaltlichen Fokus benennt der Patient seine tiefe Grundüberzeugung, dass niemand in der Lage sei, mit der Intensität seiner Gefühle und insbesondere mit der seines Hasses und seiner Wut umzugehen. Auch durch das Miterleben der Strukturen von gestern und heute sei ihm sehr viel klarer geworden, wie viel Angst er habe, von der Intensität dieser Gefühle überflutet zu werden. Seine tiefe Überzeugung, „nur er könne das unter Kontrolle halten“, hätte auch gestern in seiner Struktur eine weitere emotionale Öffnung verhindert. Nun wäre er jedoch bereit, sich auf einen neuen Erfahrungsschritt einzulassen. Ich biete ihm als Übungsformat dazu ein „Total Limiting“ an, ein Übungsformat, das für den gesamten Körper ein absolut sicheres Setting von guter Begrenzung zur Verfügung stellt. Dies eröffnet die Möglichkeit, die volle Intensität seiner Kraft in den körperlichen Ausdruck kommen zu lassen und dabei zu erleben, dass Rollenspieler da sind, die ihn in einer wohlwollenden Weise halten, ihn in diesen Kräften anerkennen und dafür sorgen, dass er weder sich noch andere verletzt. Dieses Übungsformat muss mit großer Sorgfalt schrittweise aufgebaut und von den Rollenspielern sehr achtsam durchgeführt werden, da ein Durchbrechen der guten Begrenzung mit einer triumphalen Aufblähung des Größenselbst einhergehen und die Grundüberzeugung von Omnipotenz in massiver Weise verstärken würde.

## 2. Fokussierte Limitierungsstruktur

*Nachdem der P., der auf dem Rücken auf einer festen Matratze liegt, schrittweise Rollenspieler ausgewählt hat, die seine Hände und Arme, seinen Körperrumpf, die Beine und Füße halten, erfolgt im ersten Schritt eine Phase des Austestens. Sukzessive lässt er seine Kraft in die einzelnen Körperregionen kommen bis zur jeweils vollen Intensität und wird dabei von den Rollenspielern innerhalb einer mit ihm vorher vereinbarten Bewegungsgrenze in sicherer Weise so gehalten, dass es ihm nicht möglich ist, aus diesem Gehaltensein „auszubrechen“, auch wenn er es mit seiner gesamten Kraft versucht. Nachdem die Rollenspieler zugesichert haben, dass sie das in sicherer Weise gewährleisten können, lässt er die volle Intensität in seinen gesamten körperlichen Ausdruck kommen. Über einen Zeitraum von ca. 10 Min. tobt er in seinem Körper regelrecht an gegen diese Begrenzung, begleitet von tiefen Gefühlen von Wut und Hass, die auch stimmlich aus ihm herausbrechen. Währenddessen begleiten die Rollenspieler dies mit dem Satz: „Uns kannst du die gesamte Intensität deiner Kraft, deiner Wut und deines Hasses zeigen, wir können damit umgehen und halten dich.“ Es kommt in ihm zu Momenten von Verwunderung darüber, dass dies möglich ist: erneutes Ankämpfen mit deutlichen Spuren von Verachtung und Entwertung gegenüber den Rollenspielern und am Schluss eine große Erleichterung, die von einer klar sichtbaren emotionalen Veränderung im Ausdruck begleitet ist.*

*Sein Gesichtsausdruck, der vorher extrem angespannt und verkrampft war, beginnt sich zu lösen, wobei die spürbarste Veränderung um die Augen erfolgt. Sie werden weicher, er schaut die Rollenspieler an (am Beginn des Übungsformats wählte er einen Mann und eine Frau, die seinen Kopf und seinen Nacken hielten, als Hauptfiguren, zu denen er während der Durchführung mit den Augen Kontakt halten kann), und es wird die Öffnung zu einer tiefen Verbundenheit spürbar. Dieser Moment stellt den Übergang dar, diese Erfahrung im Hier und Jetzt als heilende Gegenerfahrung in eine neue Geschichte seiner Vergangenheit zu transformieren. Die beiden erweitern ihre Rollen in die von idealen Eltern, wie er sie in seiner Kindheit gebraucht hätte, und er selbst wählt für diese Integration das Alter von 8 Jahren. Die folgende Sequenz, in der er erneut seine Kraft und Stärke ausprobiert, allerdings mit einer mehr spielerischen und deutlich lustvollen Komponente, wird von ihnen mit einem Satz begleitet. Mit meiner Unterstützung wählt er diesen Satz so, dass er für ihn eine stimmige Verbalisierung dieser neuen interaktionellen Erfahrung ist: „Wenn wir damals da gewesen wären als die Eltern, wie du sie im Alter von 8 Jahren gebraucht hättest, hätten wir gesagt: „Du bist uns mit deiner Kraft und Lebendigkeit willkommen, und wir können damit umgehen.“*

*Sein Gesicht zeigt dabei Anzeichen von Freude, Verbundenheit und Dankbarkeit. In diesem Moment wechselt erneut sein Ausdruck: Er zeigt tiefes Berührtsein, und sein Kinn fängt leicht zu zittern an, worauf ich den idealen Vater bitte, seine Hand sanft haltend unter den Unterkiefer zu legen. Der Klient stimmt dem zu, und in seine Augen treten Tränen. Der ideale Vater schaut liebevoll zu ihm und sagt: „Wenn ich damals da gewesen wäre, hättest du mit mir immer wieder spüren können, dass deine Kraft sein darf und du mir damit willkommen bist wie auch mit deiner weichen und verletzlichen Seite.“ Diese Worte werden vom Klienten mit einem zustimmenden Nicken und tiefem Berührtsein quittiert. Es folgt eine längere Sequenz, nach der sein gesamter körperlicher und emotionaler Ausdruck zur Ruhe kommt, ein deutliches Zeichen für den inneren und äußeren Abschluss der Struktur. Er bekommt noch etwas Zeit, sein Erleben als neue Erfahrungsgeschichte im Alter von 8 Jahren zu verankern, wobei er im Blickkontakt mit den Rollenspielern bleibt, die die Eltern repräsentieren, wie er sie damals gebraucht hätte. Danach erfolgt schrittweise die Auflösung des haltenden Kontakts durch alle Rollenspieler (die bis zum Schluss bei ihm sind) und das Ende der Struktur.*

Diese Übungsformat, das mit großer Sorgfalt aufgebaut und mit liebevoller Achtsamkeit auch von Seiten der Rollenspieler durchgeführt wurde, stellt eine der kraftvollsten Interventionsmöglichkeiten dar, die die Pessotherapie mit ihrem körperorientierten Ansatz zur Verfügung stellt. Insbesondere bei narzisstischen Störungen mit einer tiefen Grundüberzeugung von Omnipotenz bietet sie ein sehr wertvolles Instrument, da diese zutiefst auf der körperlichen Ebene verankert ist. Fehlt in der frühen Lerngeschichte die Erfahrung, dass die genetischen Urkräfte von Wut, Hass und Aggression auf körperlicher Ebene gehalten und in guter Weise begrenzt wurden, bleiben sie in ihrer ursprünglichen archaischen Erlebnisqualität erhalten. Sie bilden den Kern dieser Grundüberzeugung, dass diese Energien zerstörerisch und nicht begrenzbar sind und niemandem zugemutet werden dürfen. Selbstkontrolle und Abspaltung bleiben die einzigen Möglichkeiten, damit umzugehen. Eine Ausnahme bilden diesbezüglich schwere narzisstische Störungen im Borderline-Bereich: Hier kommt es zum unkontrollierten Ausagieren dieser Muster. Kollegen, die in der forensischen Psychiatrie arbeiten, sind mit diesen Fällen vertraut. Vor dem Angebot eines „Total Limiting“ ist es wichtig, mit dem Klienten zu klären, ob er innerlich wirklich bereit ist, sich auf dieses Übungsformat einzulassen. Nur wenn eine

klare emotionale Öffnung dafür gegeben ist, besteht die Chance für einen interaktionellen neuen Erfahrungsschritt. Dafür ist auch die achtsame Haltung und Durchführung der Rollenspieler sehr wichtig. Die Begrenzung muss in einer liebevollen Weise erfolgen; ansonsten besteht die Gefahr, dass das Setting eine Kampfsituation induziert nach dem Motto „Wer ist der Stärkere?“. Dies würde die archaischen Schutzstrategien der lerngeschichtlich alten traumatisierenden Faktoren reaktivieren (das dichotome Prinzip „Sieg oder Niederlage“) und die damit verknüpften dysfunktionalen Muster verstärken. Die damit verbundenen Folgen für den Klienten wären katastrophal.

Die nächste Struktur, die ein knappes halbes Jahr später in der gleichen Gruppe erfolgt, wird in den Wochen davor inhaltlich durch die Themen der Einzelarbeit vorbereitet. Schwerpunkt lag dabei auf der Aufarbeitung der traumatisierenden Faktoren, die für die Entstehung seiner narzisstischen Struktur von Bedeutung waren. Dabei zeigte sich sehr klar, dass dafür verantwortliche dysfunktionale interaktionelle Muster bereits in seiner frühen Lerngeschichte eine wichtige Rolle spielten, lange bevor es zur Trennungsgeschichte seiner Eltern kam, deren dramatische Phase sich insgesamt über zwei Jahre hinzog.

### 3. Struktur

*Er beginnt die Struktur mit dem Thema der Trennung seiner Eltern, diese grauenhaften Szenen vor allem des Kontrollverlusts seines realen Vaters, der für ihn so gravierend war, dass er sich als 12-jähriger Junge in der Verantwortung fühlte, da eingreifen zu müssen. In diesem Moment sei in ihm etwas zerbrochen, und er habe innerlich deutlich gespürt, wie er sich erstmals über den Vater gestellt habe. Im Anschluss an diese Situation erinnert er sich an einen Zustand von völliger energetischer Lähmung, in dem er nichts mehr fühlen konnte. Dieser Zustand spiegelt sich in diesem Moment der Struktur auch in seinem Körper wider, weshalb ich vorschlage, diese alte Schutzstrategie als „Stimme“ in der Luft zu externalisieren, die ihm damals geholfen hat, diese unerträglichen Gefühle aus dem Erleben abzuspalten. Als er diese bewusst hören kann: „Mach dich leer“, wird ihm deren Auswirkung auf sein inneres Erleben deutlich bewusst, und es bricht Verzweiflung in ihm auf. Da seine Bereitschaft spürbar wird, aus den alten Mustern auszusteigen, biete ich ihm in diesem Moment die Möglichkeit einer Kontaktfigur an. Dafür wählt er ein weibliches Gruppenmitglied, das sich in dieser Rolle auf seine Anweisung so seitlich neben ihn setzt, dass er deren Halt dort am Körper spüren kann, wo die körperliche Energie dieser Verzweiflung sitzt (oberer Brustraum). Dieser körperliche Halt ermöglicht es ihm, diese Gefühle weiter spüren zu können, ohne die damit verbundene Angst, davon überflutet zu werden. Kurz darauf tauchen Bilder in ihm auf aus der Geschichte seines Vaters (die er aus dessen Erzählungen kennt), dem ein vergleichbarer väterlicher Halt genauso gefehlt hat und das damit verbundene tiefe Mitgefühl, das schon Bestandteil seiner ersten Struktur war.*

*Unter meiner Anleitung kreiert er eine Holes-in-Roles-Bühne: Für den realen Vater entwerfen wir eine neue Geschichte für dessen Kindheit mit einem liebevollen, in sich ruhenden Vater, der mit der kraftvollen Energie des kleinen Jungen umgehen kann, ihn in seinen kreativen Seiten sieht und anerkennt. Diese gute Begrenzung und Anerkennung hilft dem kleinen Jungen, diese Energien in seiner weiteren Entwicklung in einer konstruktiven Weise zu integrieren. Als zweiten Schritt kommt in diese Szene (die wir mit Rollenspielern auf die Bühne der Struktur bringen, etwas weiter hinten im Raum links vor dem Klienten) ein idealer Großvater, wie der Vater des Klienten ihn damals gebraucht hätte, der entspannt im Hintergrund sitzt und wohlwollend auf diese Szene blickt. Der Klient zeigt währenddessen tiefe Gefühle von Berührtsein, die sich in bef-*

*tiger Weise im körperlich-emotionalen Ausdruck widerspiegeln, wobei die weibliche Kontaktfigur in haltender Weise weiter bei ihm ist, diese wahrnimmt und anerkennt. Im Anschluss daran zeigt er deutliche Gefühle von Erleichterung und Entlastung, die signalisieren, dass er diese neue Geschichte für seinen Vater als kleinen Jungen innerlich aufnimmt und in entlastender Weise integriert. Kurz darauf ist er innerlich offen für eine neue, heilende Gegenerfahrung bezüglich seiner eigenen Geschichte als Junge.*

*Der Zeuge<sup>1</sup>, den er bereits zu Beginn der Struktur als Rolle mit einem männlichen Gruppenmitglied besetzt und auf die Bühne der Struktur geholt hatte, erweitert seine Rolle um die eines idealen Vaters, wie er ihn von Anfang an gebraucht hätte. Im ersten Schritt wird dieser mit Qualitäten ausgestattet, die für den Klienten aufgrund seiner realen Geschichte entscheidend sind, um sich diesem guten Prinzip eines idealen Vaters öffnen zu können: Dieser Vater ist sich seiner eigenen Grenzen bewusst, geht damit achtsam um sowie auch mit denen anderer Menschen; der sorgt gut für sich, ruht in sich und ist auch in der Lage, mit Unzufriedenheit oder Kritik von Seiten seiner Frau bzw. seiner Kinder in konstruktiver Weise umgehen zu können. Gleichzeitig erweitert er die Rolle der weiblichen Kontaktfigur, die nach wie vor neben ihm sitzt, um die einer idealen Mutter; als Alter für die Integration dieses Erfahrungsschritts einer neuen Geschichte für ihn wählt er 12 Jahre. Um die damit verbundene altersgemäße Größenproportion (zwischen Mutter und Sohn als 12-Jährigem) stimmig zu gewährleisten, setzt sich diese Rollenspielerin deutlich erhöht auf Kissen. Dabei verändert er auch den bisherigen recht nahen körperlichen Kontakt zu ihr: Sie rutscht auf seine Anweisung etwas zur Seite und legt ihre Hand in einer eher leichten Geste auf seine linke Schulter. Für ihn hat das die Bedeutung „Ich bin bei dir, mir geht es gut, und ich bin wohlwollend mit dir verbunden“, ein Satz, den diese ideale Mutter währenddessen zu ihm sagt, während ihre Augen ihm mütterlich liebevoll zugewandt sind.*

*Anschließend platziert er den idealen Vater deutlich erhöht so vor sich, dass der ihm mit seinen Knien Halt um seine Knie und Oberschenkel geben kann. Ich hatte ihm diese Position vorge schlagen, da er erneut eine deutliche Anspannung in seinen Oberschenkeln fühlte. Aus meinem Verständnis hatte das damit zu tun, die sich lösenden kraftvollen Energien im Unterkörper im Sinne der „alten“ Schutzstrategie wieder festzuhalten. Er lässt die Energie mehr in die Beine kommen, was sich in einer kräftigen Öffnung der Schenkel niederschlägt, die vom idealen Vater mit dessen Beinen in guter Weise begrenzt wird. Als diese Impulse auch in seine Hände kommen, nimmt dieser Vater diese mit seinen Händen auf und gibt ihm für beides sicheren Halt. Dabei heißt er den Jungen willkommen mit seiner Kraft und Lebendigkeit und freut sich gemeinsam mit ihm darüber. Dies gibt dem Klienten in dieser neuen Erfahrungsgeschichte im Alter von 12 Jahren mit diesem Vater die innere Sicherheit, loslassen und seine weichen und liebevollen Gefühle zu diesem Vater spüren und zeigen zu können. Aus dem nächsten Schritt, einem weicheren Gehaltenseins, entsteht das Abschlussbild: Eltern, die von Anfang an für ihn da gewesen wären, ohne Aspekt seiner realen Eltern. Eltern, mit denen er immer wieder hätte sehen und spüren können, dass diese Konflikte in konstruktiver Weise austragen und lösen und mit denen nie und nimmer ein destruktiver Scheidungskrieg in sein Leben gekommen wäre. Im Schlussbild nimmt er diese völlig neue Erfahrung von Gehaltensein und liebevoller Verbundenheit mit solchen Eltern in sich auf und verankert das als neue erlebte Geschichte in der Zeit seiner beginnenden Pubertät.*

Der Beginn der Struktur eröffnet ein sehr zentrales Thema, das den Kern der Entstehung von narzisstischen Störungen widerspiegelt: die Zerstörung bzw. Auflösung zentraler

---

<sup>1</sup> Zur Bedeutung der Zeugenfigur s. Schrenker 2008

menschlicher Grundprinzipien, die Voraussetzung sind für die Aufrechterhaltung von emotionaler Öffnung und liebevoller Verbundenheit. Als kleine Kinder haben wir die Erwartung, dass unsere Eltern in der Lage sind, liebevoll für uns sorgen zu können. Wenn sich das in unseren frühen Erfahrungen hinreichend bestätigt, entsteht daraus das Vertrauen, dass wir Kind sein können und zu ihnen aufblicken in liebevoller Verbundenheit mit uns und ihnen. Wird dieses Grundvertrauen in gravierender Weise zerstört, fallen wir in zweifacher Weise aus dieser Verbundenheit: Wir kappen die Abhängigkeit von solchen Eltern, in der wir uns ohnmächtig und ausgeliefert fühlen, und auch die Verbundenheit zu unserem Fühlen (und damit zu unserem Körper). Gleichzeitig stellen wir uns innerlich über diese Eltern, was den Beginn der Entstehung des narzisstischen Größenselbst markiert mit allen damit verbundenen Folgen. Für das kleine Kind stellt dies eine Überlebensstrategie dar, mit der es versucht, auf diesem Weg die Aspekte seines Selbst zu retten, weil es im Interaktionsgeschehen mit den Eltern keine Chance sieht, sich damit in angemessener Weise realisieren zu können. Der Klient wird sich dessen fühlend bewusst, als er sich an die Szene mit dem Kontrollverlust seines realen Vaters erinnert (tatsächlich lag der Beginn dieses Musters schon sehr viel früher in seiner Geschichte). Die Externalisierung der damit verknüpften Abspaltungsstrategie in Form einer „Stimme im Raum“ ist eine Interventionsmöglichkeit der Pesso-Therapie, das damit verbundene lerngeschichtlich alte und tief automatisierte Schutzmuster dem fühlenden Bewusstsein in seiner emotionalen Auswirkung wieder zugänglich zu machen.

Meist birgt dieser Moment des Strukturverlaufs die Möglichkeit in sich, die damals abgespaltenen Gefühle wieder spüren zu können. Die positive interaktionelle Erfahrung der vorangegangenen Limitierungsstruktur trägt in diesem Moment zur Öffnung des Klienten bei, nicht in dieser alten Schutzstrategie zu bleiben, sondern mit einer Kontaktfigur eine neue Lösung zu wählen. Damit kann er in seinem Fühlen bleiben, wodurch der emotionale Link zur belastenden Trennungsgeschichte hergestellt wird. Dies eröffnet die Holes-in-Roles-Bühne für seinen realen Vater als kleinen Jungen mit der damit verbundenen deutlichen inneren Entlastung. Indem wir für solche traumatischen Szenen „neue Geschichten schreiben“, ermöglichen wir den Wiedereinstieg in das ursprüngliche Fühlen des Kindes in das, was es damals gebraucht hätte und was sich richtig anfühlt. Dies berührt das wichtige Prinzip von Gerechtigkeit, das darüber in glaubwürdiger Weise wiederhergestellt wird. Gleichzeitig erlebt der Klient über die neue Geschichte für seinen realen Vater als Jungen das stimmige „Prinzip eines idealen Vaters“, dem er sich darüber wieder öffnen kann. Seine innere Bereitschaft zur emotionalen Öffnung und Integration dieser Szene ist die Voraussetzung für die nächsten Schritte der Struktur, die vom inhaltlichen Verständnis her klar sein dürften. Hinweisen möchte ich abschließend auf die wichtige Sequenz der guten Begrenzung durch den idealen Vater, die viel zu tun hat, mit der Integration von Polaritäten: Weiche und verletzte Gefühle wie Liebe, Hingabe und die damit verbundene Bindungsbereitschaft können nur dann ohne Bedrohung gezeigt und integriert werden, wenn ein Kind Eltern erlebt, die auch mit seinen kraftvollen und lebendigen Seiten umgehen können und es darin willkommen heißen.



## Schlussbemerkung

Die Entstehung von narzisstischen Störungen setzt relativ früh in der menschlichen Entwicklung ein und ist geprägt von dysfunktionalen Interaktionsmustern sehr naher Bezugspersonen, von denen das Kind existenziell abhängig ist. Dadurch werden nicht nur wesentliche Grundprinzipien zerstört, sondern auch das prinzipielle Vertrauen in emotionale Öffnung und Verbundenheit. Zwangsläufig trägt dies zu tiefsitzenden Abspaltungsprinzipien als Selbstschutzmuster bei, die es verhindern, dass ein Kind sein Selbst in einem vertrauensvollen Beziehungsgeschehen schrittweise entwickeln und stabilisieren kann. Die damit verbundene unerträgliche Abhängigkeit wird gekappt, und es erfolgt die „Rettung“ ins narzisstische Größenselbst, geprägt von der Verachtung für die Schwäche der realen Bezugspersonen (die sich später auch auf vergleichbare Aspekte des eigenen Erlebens richtet), über die es sich innerlich erhebt. Gleichzeitig erlebt es in seiner weiteren Entwicklung wiederkehrende Gefühle von Triumph, wenn es ihm gelingt, seine eigenen (tendenziell überflutenden) Gefühle ohne fremde Hilfe kontrollieren zu können, was die Grundüberzeugung von Omnipotenz (niemanden zu brauchen) weiter nährt. Für das zuletzt genannte Muster spielt auch ein weiterer Faktor eine wichtige Rolle: Jede Situation von Überforderung, die oft mit übermenschlicher Anstrengung unter Verleugnung eigener Grenzen und der tatsächlichen (entwicklungsgeschichtlich altersgemäßen) Ressourcen bewältigt werden muss, hat kurzfristig erneut diese triumphalen Gefühle zur Folge. Der Preis den ein Kind dafür entrichten muss, ist sehr hoch: Es verliert seine Bindungs- und Beziehungsfähigkeit, und unter der oberflächlichen Fassade seines späteren Größenselbst verbirgt sich die latente Bedrohung, ausgehend von der Instabilität und der extrem kränklichen Verletzlichkeit seines realen Selbst. Für die langfristig positive Prognose von narzisstischen Störungen braucht es einen längerfristigen Nachreifungs- und Nachentwicklungsprozess, der auch emotional-körperliche Interaktion in einer sicheren und stimmigen Weise mit einschließt.

## Literatur

- Akhtar, S. (1996). Deskriptive Merkmale und Differentialdiagnose der Narzisstischen Störung. In O.F. Kernberg (Hrsg.), *Narzisstische Persönlichkeitsstörungen* (S. 1-29). Stuttgart: Schattauer.
- Cooper, A.M. (1996). Narzissmus und Masochismus: Der narzisstisch-masochistische Charakter. In O.F. Kernberg (Hrsg.), *Narzisstische Persönlichkeitsstörungen* (S. 39-51). Stuttgart: Schattauer.
- Doering, S. (2012). Phänomenologie und Diagnostik der narzisstischen Persönlichkeitsstörung. In G. Dammann, I. Sammet & B. Grimmer (Hrsg.), *Narzissmus* (S. 51–67). Stuttgart: Kohlhammer.
- Gündel, H. (2012). Somatisierung und Alexithymie – Körperliche Dimensionen des Narzissmus. In G. Dammann, I. Sammet & B. Grimmer (Hrsg.), *Narzissmus* (S. 68-78). Stuttgart: Kohlhammer.
- Hartmann, H.P. (2006). Narzisstische Persönlichkeitsstörungen – Ein Überblick. In O.F. Kernberg & H.P. Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus* (S. 3-36). Stuttgart: Schattauer.
- Hirigoyen, M.-Fr. (2013). *Die Masken der Niedertracht*. München: dtv.
- Johnson, St.M. (2011). *Der narzisstische Persönlichkeitsstil*. Bergisch Gladbach: EHP.
- Kohut, H. (1973). *Narzissmus*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Kernberg, O.F. (1996). Eine ich-psychologische Objektbeziehungstheorie der Struktur und Behandlung des pathologischen Narzissmus – Ein Überblick. In O.F. Kernberg (Hrsg.), *Narzisstische Persönlichkeitsstörungen*. Stuttgart: Schattauer.

- Kernberg, P.F. (1996). Narzisstische Persönlichkeitsstörungen in der Kindheit. In O.F. Kernberg (Hrsg.), *Narzisstische Persönlichkeitsstörungen*. Stuttgart: Schattauer.
- Kernberg, O.F. & Hartmann, H.-P. (2006). *Narzissmus*. Stuttgart: Schattauer.
- Mahler, M.S., Pine, F. & Bergmann, A. (2008). *Die psychische Geburt des Menschen: Symbiose und Individuation*. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Perquin, L. (2005). Besondere Anwendungsmöglichkeiten der Pessó-Therapie: Omnipotenz und Limitierung in der Pessó-Psychotherapie. In S.K.D. Sulz, L. Schrenker & C. Schrickler (Hrsg.), *Die Psychotherapie entdeckt den Körper* (S. 315-336). München: CIP-Medien.
- Pessó, A. (1991). Ego Development in the Possibility Sphere. In A. Pessó & J. Crandell (Eds.), *Moving Psychotherapy*. Northampton/USA: Brookline Books.
- Pessó, A. (2008a). Werden, wer wir wirklich sind. In A. Pessó & L. Perquin (Hrsg.), *Die Bühnen des Bewusstseins Oder: Werden, wer wir wirklich sind* (S. 43-60). München: CIP-Medien.
- Pessó, A. (2008b). Die Saat der Hoffnung kultivieren. In A. Pessó & L. Perquin (Hrsg.), *Die Bühnen des Bewusstseins Oder: Werden, wer wir wirklich sind* (S. 93-111). München: CIP-Medien.
- Sachse R. (2002). *Histrionische und narzisstische Persönlichkeitsstörungen*. Göttingen: Hogrefe.
- Schrenker, L. (2008). *Pessó-Therapie: Das Wissen zur Heilung liegt in uns*. Stuttgart: Klett-Cotta, Leben lernen.
- Schrenker, L. (2010). Die Behandlung traumatischer Störungen mit Pessó-Therapie (PBSP). *Psychotherapie* 15. Jahrg. 2010, Bd. 15, Heft 2© CIP-Medien, München
- Schrenker, L. (2012). Der Weg zu uns selbst – Persönlichkeitsentwicklung und Embodiment aus der Sicht der Pessó-Therapie (PBSP). *Psychotherapie* 17. Jg., Bd. 17, Heft 2© München: CIP-Medien.
- Steiner, R. (1996). Über den Narzissmus – der Kleinianische Ansatz. In O. F. Kernberg (Hrsg.), *Narzisstische Persönlichkeitsstörungen* (S. 265-296). Stuttgart: Schattauer.
- Stern, D. (2007). *Die Lebenserfahrung eines Säuglings*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Walter, M. (2012). Sucht und Narzissmus: Eine aktuelle Übersicht. In G. Dammann, I. Sammet & B. Grimmer (Hrsg.), *Narzissmus* (S. 159-173). Stuttgart: Kohlhammer.
- Wirth, H.-J. (2006). Pathologischer Narzissmus und Machtmissbrauch in der Politik. In O.F Kernberg & H.P. Hartmann (Hrsg.), *Narzissmus* (S. 158-170). Stuttgart: Schattauer.

## Korrespondenzadresse

Leonhard Schrenker  
Habsburgerplatz 3 | 80801 München | Tel. 089-393770  
leonhard@psychotherapie-schrenker.de  
www.psychotherapie-schrenker.de