

Martin Teising

## Narzissmus im Alter

Narcissism in Old Age

Narzissmus wird als Entwicklungslinie, als spezifische Abwehrkonstellation und als psychopathologisches Phänomen beschrieben. Zu den Herausforderungen des hohen Lebensalters gehört die Verarbeitung von Verlusten und die Veränderung herrschender Wertvorstellungen. Scheitert die Bewältigung dieser Aufgabe, können narzisstische Krisen entstehen. In dieser Arbeit werden charakteristische narzisstische Krisen des hohen Lebensalters beschrieben.

Schlüsselwörter

hohes Alter – Narzissmus – Kränkung – Krise

*Narcissism is described as a developmental line, a constellation of defense and a phenomenon of psychopathology. Among the challenges of old age are coping with losses and the change of dominating values. If coping fails, narcissistic crises may occur. This paper describes typical narcissistic crises of old age.*

Keywords

*old age – narcissism – mortification – crisis*

### Einleitung

Der Narzissmythos überliefert wesentliche Erkenntnisse der Alten zum Altwerden. Narziss war das Ergebnis einer Vergewaltigung, kein Kind liebender, gegenseitiger Bezogenheit zweier Menschen, die sich aufeinander verlassen können. Der allein auf sich selbst bezogene und ewig lebende Flussgott Kephisos missbrauchte die Nymphe Leirioppe. Sie sucht den Rat Theiresias'. Der blinde Seher sagt voraus, dass der Knabe sehr alt wird, es sei denn, er erkenne sich selbst. Selbsterkenntnis, die im Spiegel des Anderen stattfindet, ist damit tödlich, Beziehungen lebensgefährlich. Der schönste aller Knaben, die die Welt jemals gesehen hat, weist alle Liebhaber und Liebhaberinnen, die eine Beziehung zu ihm aufnehmen wollen, zurück, darunter auch die Nymphe Echo. Er kann kein Echo, keine Resonanz ertragen. Seine dadurch entstehende Einsamkeit wird verstärkt, weil er wegen der Zurückweisung des Ameinios mit unstillbarer Selbstliebe gestraft wird. Als Narziss sich dann aber doch im Wasser eines Sees spiegelt, erkennt er sich selbst, seine einmalige Schönheit, aber wohl auch seine Unfähigkeit, sich auf andere Menschen liebend einzulassen, und damit seine tiefe Einsamkeit. Darauf suizidiert er sich. In einer Version des Mythos kräuselt der Wind das Wasser, Narziss sieht Falten in seinem Gesicht, erkennt seine Vergänglichkeit, eine für ihn unerträglich einschränkende Lebensatsache. Dieser

Mythos beschreibt die Selbstbezogenheit als Unfähigkeit, sich auf Beziehungen zu anderen Menschen einzulassen, was Liebe und Vertrauenkönnen voraussetzt. Der Außenwelt kann nicht das notwendige Vertrauen entgegengebracht werden, die Welt erscheint bedrohlich. Psychopathologisch wird Narzissmus als Ausdruck einer gestörten Entwicklung verstanden, bei der es nicht ausreichend gelungen ist, sich auf Beziehungen zu anderen Menschen einzulassen, sondern diese vorwiegend zur Bestätigung des eigenen Selbstwertgefühls benutzt werden. Entwicklungspsychologisch lässt sich eine Linie von der Selbst- zur Objektbezogenheit nachzeichnen. In konflikthaften Lebenssituationen wird die Einnahme einer selbstbezogenen, sich von den Objekten zurückziehenden Abwehrposition als narzisstisch bezeichnet.

Menschen im hohen Lebensalter sind an Erfahrungen und Kenntnissen reicher als Jüngere. Dies trifft auch für Verluste zu, die sich mit zunehmendem Alter häufen. Erzwungene und unwiederbringliche Verluste nahestehender Menschen sind ebenso zu verarbeiten wie Verluste beruflicher, sozialer und eigener körperlicher Funktionstüchtigkeit. Die subjektive Lebenszufriedenheit jenseits des 85. Lebensjahres ist ganz besonders von der körperlichen Verfassung und ihrer seelischen Verarbeitung abhängig. Der Körper erzwingt häufig Abhängigkeit von technischen Geräten bei der Sinneswahrnehmung und Fortbewegung, und er erzwingt häufig das Angewiesensein auf die Hilfe anderer Menschen bei basalen Aktivitäten des täglichen Lebens wie der Körperpflege, der Nahrungsaufnahme, der Ausscheidung oder der Fortbewegung. Solche Abhängigkeit war Merkmal des ganz frühen Lebensalters und wurde im Laufe der kindlichen Entwicklung, deren Fortschritt sich fast ausschließlich an der Entwicklung von Selbstständigkeit orientiert, überwunden. Die im Alter oft unvermeidbare erneute Konfrontation mit Abhängigkeitserfahrungen erinnert unweigerlich an die soziale Bezogenheit menschlicher Existenz und ist eine narzisstische Herausforderung. Sie kann angenommen werden, wenn das Selbstwertgefühl, ein Ergebnis lebenslanger Beziehungserfahrungen, ausreichend stabil ist. Bleibt das Selbstwertgefühl aber auf die ständig zu erneuernde Bewunderung und die permanente Bestätigung eigener Unabhängigkeit angewiesen, entstehen seelisch unerträgliche Situationen.

## Das Vergehen der Zeit, eine narzisstische Herausforderung

Die Wahrnehmung von Körperrhythmen sowie die Anwesenheit eines Anderen, sein Verschwinden, sein Wiederauftauchen und sein endgültiges Verschwinden ermöglichen die Vorstellung von Zeit und Vergänglichkeit. Das Erleben der Zeit ist Voraussetzung für die Wahrnehmung von Konstanz und Veränderung bei Subjekt und Objekt. Erst mit dieser Wahrnehmung lässt sich eine Vorstellung vom Altern in der Zeit ausbilden. Wir wissen um unsere eigene Vergänglichkeit und um die Vergänglichkeit der realen Objekte, zugleich besitzen wir die wunderbare Fähigkeit, nicht präsente Objekte psychisch zu repräsentieren. Die intrapsychischen Repräsentanzen existieren unabhängig von erlebter Zeit. Mit dieser Fähigkeit, und vielleicht nur mit ihr, können wir mit dem Wissen um Vergänglichkeit leben. Körperliche Veränderungs- und Zerfallsprozesse konfrontieren mit eigener Vergänglichkeit und Sterblichkeit und werden realitätsverleugnend doch immer wieder abgewehrt.

„Wir haben erfahren“, schreibt Freud, „dass die unbewußten Seelenvorgänge ‚zeitlos‘ sind. Das heißt zunächst, dass sie nicht zeitlich geordnet werden, dass die Zeit nichts an ihnen

verändert, dass man die Zeitvorstellung nicht an sie heranbringen kann“ (1920/1998, GW 12, 28). Der Wahrnehmung von Zeit und Vergänglichkeit sowie unserer Abhängigkeit von der Zeit, liegen hingegen bewusste Ich-Funktionen zugrunde, die mit unbewussten „zeitlosen“ Prozessen interagieren.

Jeder Mensch weiß um seine letzte Abhängigkeit, seine eigene Sterblichkeit, und zugleich nimmt er unbewusst auch das Gegenteil an. Bei einem Patienten, der den tödlichen Verkehrsunfall seiner Partnerin miterleben musste, zeigte sich in der Analyse, dass ihm das schreckliche Erlebnis unbewusst bestätigt hatte, dass andere sterben, er selbst aber dem Tod entgeht. Freud (1915 a/1991) ging in „Zeitgemäßes über Krieg und Tod“ davon aus, dass das Unbewusste keinen persönlichen Tod kennt. Er erinnert an „die dem Ehemanne zugeschriebene Äußerung: Wenn einer von uns beiden stirbt, übersiedle ich nach Paris. Solche zynischen Witze wären nicht möglich, wenn sie nicht eine verleugnete Wahrheit mitzuteilen hätten, zu der man sich nicht bekennen darf, wenn sie ernsthaft und unverhüllt ausgesprochen wird. Im Scherz darf man bekanntlich sogar die Wahrheit sagen“ (1915 a/1991, GW 10, 352 f.), nämlich dass wir uns die eigene Sterblichkeit doch nicht richtig vorstellen können. Elliot Jaques (1965) nimmt hingegen an, dass unbewusste Ahnungen eigener Sterblichkeit im Traum, dem Fenster zum Unbewussten, z. B. als Zustand absoluter Lähmung, Hilflosigkeit und Kommunikationsunfähigkeit erscheinen.

Die Abhängigkeit vom Unbewussten, das uns davor bewahrt, unserer Sterblichkeit gewahr zu sein, ist eine lebensnotwendige Bedingung menschlicher Existenz. Wir benötigen psychische Funktionsweisen von verleugnender, von narzisstischer Qualität, um mit dem Wissen um die eigene Vergänglichkeit leben zu können. „Im Narzissmus schützen wir uns vor der schmerzlichen Erfahrung von Abhängigkeit“ (Altmeyer, 2000).

Die narzisstische Abwehrposition ist geprägt von einer Suche nach einer Erlebnisqualität, mit der die durch Trennung oder Kränkung ausgelösten Gefühle der Hilflosigkeit und Verzweiflung aufgehoben werden sollen. Narzisstische Phantasien ermöglichen es, die Kontrolle über eine Situation zurückzugewinnen, die außer Kontrolle zu geraten droht. Der Versuch, die Zeit anzuhalten, der sich z. B. im Schmücken mit jugendlichen Attributen ausdrücken kann, kann als ein narzisstischer Versuch interpretiert werden, der unumgänglichen Tatsache des Alterns zu entfliehen.

Zeitbewusstsein hingegen setzt das Aufgeben narzisstisch-omnipotenten Denkens voraus, eine Voraussetzung, die historische Dimension einschließlich des eigenen Lebens zu erkennen. Zur Entwicklung des Zeitgefühls ist es nötig, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu integrieren.

Das vielfach abgewehrte Bewusstsein der Zeitlichkeit dringt im Alter zunehmend ins Bewusstsein. Ausdruck dafür ist das Gefühl, die Zeit vergehe schneller. „Kinder, wie die Zeit vergeht“, sagt die Großmutter, „schon wieder Weihnachten“, während für ihr Enkelkind die Zeit bis zur Bescherung unendlich lang dauert. Das Alter konfrontiert damit, dass die Verschiebung in die Zukunft in immer begrenzterem Maße realistisch ist. Die Realität des Alters zwingt dazu, so Roy Schafer (1968), die Phantasien von unsterblichen Objekten aufzugeben und die Jagd nach einem idealen Objekt einzustellen. Manische, phallisch-narzisstische Abwehrmechanismen, mit denen Abhängigkeit und Bedürftigkeit so kontrolliert und abgewehrt werden, dass menschliche Objekte keine Bedeutung gewinnen, würden im reiferen Erwachsenenalter an Kraft verlieren und bei gelingendem Altern durch zunehmende Anerkennung ersetzt werden. Ein 85-jähriger Patient formulierte: Es ist notwendig, einen zweiten Gehorsam zu entwickeln, er meinte einen Gehorsam

gegenüber der Autorität des Körpers. Der Gehorsam geht einher mit der Anerkennung von Generationsunterschieden, von Verlust und Tod.

Freuds Arbeit „Vergänglichkeit“ (1915b/1991) beginnt mit der Schilderung eines Spazierganges mit einem schweigsamen Freund und einem „jungen, bereits rühmlich bekannten Dichter durch eine blühende Sommerlandschaft“ (S. 358). Hier findet das Gespräch über Vergänglichkeit statt, nicht etwa in einer kahlen Winterlandschaft. Die im Ersten Weltkrieg geschriebene Arbeit endet mit dem Satz: „Wir werden alles wieder aufbauen, was der Krieg zerstört hat, vielleicht auf festerem Grund und dauerhafter als vorher“ (o. a. S. 361). Freud stellte seine Reflexion zur Vergänglichkeit mit diesem fast trotzig anmutenden Schluss vor dem Hintergrund an, dass seine Söhne als Soldaten im Krieg waren. Zudem sah er in dieser Zeit sein eigenes Werk durch die Abkehr Jungs ernsthaft bedroht. Freuds zentraler Gedanke in der kurzen Arbeit ist aber der, dass es die Vergänglichkeit ist, die dem Bestehenden Wert verleiht. Vergänglichkeit fordert trauernde Anerkennung der Verluste und des Vergehenden, ohne Vergänglichkeit wäre das Kostbare aber oft nichts wert. Von der Kostbarkeit des Vergänglichen wird jede Analysestunde beeinflusst. Wir laden zur Regression ein, bieten einen therapeutischen Raum zur Entfaltung möglichst grenzenloser Phantasien, den wir dann, dem Realitätsprinzip folgend, nach 50 Minuten beenden.

## Fallbeispiel

Einer meiner älteren Patienten empfindet dieses Geschehen regelmäßig so, als würde er aus der Unvergänglichkeit des Paradieses vertrieben, in das er mit unendlichen Hoffnungen eingetreten war, Erwartungen, die sich mit jedem Stundenbeginn wieder neu einstellen und Enttäuschungen, die sich mit jedem Stundenende wieder neu ereignen.

Dieser 1941 geborene Patient wurde während eines Fronturlaubs seines Vaters gezeugt und war in den ersten Jahren mit der Mutter und älteren Schwestern aufgewachsen. Im Alter von 67 war er mit dem Gefühl in die Analyse gekommen, noch nicht richtig gelebt zu haben. Sein jetzt 23 jähriger Sohn verließ gerade das Haus und führte das Familienunternehmen nicht weiter. Ihn trieb die Frage um, wie er seinen Betrieb, in dem er hochwertige Musikinstrumente produzierte, aufgeben sollte. Mit der Betriebsaufgabe verbunden war die Frage des Wohnens.

In der bisherigen Analyse hatte er am Stundenende fast immer den Eindruck, die Zeit sei zu schnell vorbei und wir seien noch gar nicht zum Eigentlichen gekommen, er wurde jedes Mal von der Couch verstoßen.

Zu Beginn einer Montagsstunde bittet mich der Patient um den Text eines Vortrages, den ich am Wochenende bei einer öffentlichen Veranstaltung gehalten habe.

*Es entsteht eine Pause, in der ich mir überlege, ob ich ihm den Wunsch erfüllen soll. Ich bin mir unsicher und entscheide mich zu tun, was ich mühevoll gelernt habe, nämlich abzuwarten, gerade wenn ich unsicher bin.*

Er wisse, fährt er nach der Pause fort, dass er den Text auch auf anderem Wege bekommen könne. Er hätte ihn so gern mit warmer Hand erhalten.

*Er modifiziert damit eine in der Analyse bekannte Metapher. Mit „kalter Hand“ hat er das Erbe der Eltern erhalten. Wie gern, so hat er sich oft gewünscht, hätte er das Gefühl gehabt, von ihnen etwas mit „warmer Hand“ erhalten zu haben.*

„Wir kommen nicht zusammen“, sagt er nach einer Weile mit tränenerfüllter Stimme. *Seine Bemerkung ist für mich zunächst schmerzhaft, und ich empfinde ein Schuldgefühl. Nun muss ich, wird mir klar; meinerseits auf die von mir phantasierte Anerkennung verzichten, die ich wohl hätte erfahren können, wenn ich ihm den Text gegeben hätte.*

Und nach einer Pause: „Dass ich aber darüber mit Ihnen sprechen kann, ist eine ungeheuer wichtige Erfahrung. Dass ich mich sehne, zeigt mir, dass ich eine Beziehung zu Ihnen habe, auch wenn ich allein bin.

*Mit meiner abstinenter Haltung habe ich seiner illusionären Wunschvorstellung eines „Doch-noch-Zusammenkommens“ widersprochen, seine Einsicht in das Getrennt- und doch in Beziehungseins ist aber gefördert worden.*

So weit ein Ausschnitt aus der Montagsstunde.

„Heute morgen“, beginnt er die Dienstagsstunde, „fuhr ich der aufgehenden Sonne entgegen, und ich habe mich gefragt, ob Sie diesen Sonnenaufgang wohl auch sehen können.“

Nach einer Pause berichtet er einen Traum: „Ich liege in einem Zimmer und muss eigentlich die Augen geschlossen halten, ich darf nicht hinsehen, aber ich blinzele. Dann muss ich zur Strafe einen riesigen Trümmerhaufen wegräumen, in dem ein Goldstück begraben liegt, das ist ein Trümmerhaufen wie beim 11. September, das ist richtige Folterarbeit.“

*Mein erstes Verständnis der Situation ist etwa Folgendes: Die aufgehende Sonne soll uns verbinden, während er mit der untergehenden Sonne, die Trennung und Abschied signalisiert, beschäftigt ist. Trennendes war nicht nur Thema der letzten Stunde, sondern ist auch ein zentrales Thema seines Alltags, in Gestalt seiner bedrohten Gesundheit, bei der Aufgabe seines Betriebes und in der Wohnungsfrage. Die Anforderungen, die diese Trennungsaufgaben mit sich bringen, lösen beim Patienten die Furcht vor einem riesigen Trümmerhaufen aus. Er möchte sehen und zugleich die Augen schließen, als Kompromiss blinzelt er. Klar sehen wollen, worum wir uns in der Analyse bemühen, kann schmerzhaft sein, wie in der Montagsstunde, aber vielleicht auch ein Goldstück zutage fördern. Während meiner Überlegungen, die ich noch nicht mitteile, spricht er über sein Gefühl, gequält zu werden, und ihm fällt dazu ein, dass er ja in der letzten Woche vor einem solchen schmerzhaften Gefühl fliehen wollte.*

*Er spielt damit darauf an, dass er mich gefragt hat, ob ich ihm Schlaftabletten verordnen könnte. Er wollte sich durch Schlaf vor Schmerz schützen.*

„Das ist ja eigentlich ungeheuerlich“, sagt der Patient, „wenn ich Sie, den Analytiker, nach Schlaftabletten frage.“ Pause. „Vielleicht sollte ich mit der Folter dafür bestraft werden.“ „Als Junge habe ich einmal mit einem Stein nach meinem Vater geworfen. Ich weiß nicht ob ich ihn getroffen habe oder nicht, auf jeden Fall habe ich gleich gerufen: „Das wollte ich nicht.“

*Ich hatte an den Wunsch nach Schlaftabletten nicht mehr gedacht, hatte aber diesem Wunsch ebenso wenig entsprochen wie dem nach dem Redetext oder dem nach einem gemeinsamen Erleben des Sonnenaufgangs. Er hat Wünsche an mich, deren Erfüllung versagt wird, worauf er wütend wird, was er in Form der Erinnerung des Steinwerfens zulassen kann und bei der offenbleibt, ob er (mich) auch trifft. Allerdings war ich schmerzlich getroffen, als er davon gesprochen hatte, dass wir nicht zusammenkommen können.*

Er berichtet nun einen zweiten Traum: „Ich wollte 50.000 € zur Bank bringen. Der Bankangestellte sagte, davon sind 1.000 € in einer anderen Währung.“

Gestern, sagt er dazu, habe er tatsächlich 50.000 € von einem Arzt als Vorschuss für einen Auftrag erhalten. Dieses Geld will er nicht antasten, bevor das Instrument fertiggestellt ist, schließlich sei dieser Arzt schon todkrank.

*Ich denke daran, dass 1.000 €, das Geld in einer anderen Währung, in etwa einer Monatsrechnung entsprechen und Ausdruck meiner Forderung an ihn sind.*

Ich sage: „Sie erhalten viel Geld, sogar als Vorschuss. Die Wünsche, die ich Ihnen versage, werden von dem Arzt erfüllt. Allerdings ist die Frage, wie warm die Hand eines Todkranken noch ist, und Sie müssen noch viel leisten, um wirklich in den Genuss des Vorschusses zu kommen ...“

... Sie haben geträumt, dass Sie die Augen geschlossen halten sollen und nicht hinsehen dürfen. Kürzlich sollte ich Ihnen durch die Verordnung von Schlafmitteln dabei helfen. Wenn Sie aber doch hinsehen, was Sie ja eigentlich in der Analyse wagen wollen, sehen Sie, welche Trümmer da sind, Sie können aber auch einen Schatz finden, allerdings bleibt fraglich, ob Sie in der zur Verfügung stehenden Zeit fertig werden können. Unsere Arbeit wird in jeder Stunde für Sie zu früh beendet, so dass fraglich ist, was Sie hier bekommen können.“

Er kommt noch einmal auf seinen Wunsch nach dem Rezept für Schlaftabletten zurück. Ihm fällt ein, dass er zum ersten Mal Schlaftabletten genommen hat, als er als 17-Jähriger nach dem Tod des Vaters sich gezwungen sah, das Geschäft, vor dessen Aufgabe er jetzt steht, zu übernehmen. „Ich erinnere mich, wie ich an seinem Krankenbett saß und ihm immer wieder die Pinkelflasche hinhalten musste. Es war die Frage, ob er wohl noch urinieren kann, davon war das Weiterleben abhängig.“ Pause.

„Bei den Papieren, die am Wochenende der Rechtsanwalt für uns fertig gemacht hat, war auch eine Patientenverfügung, es fehlte aber eine Verfügung über assistierten Suizid, dass sich jemand verpflichtet, mir zu helfen, wenn ich nicht mehr will.“

Ich sage: „Sie fragen sich, ob ich im Ernstfall zur Verfügung stehe, ob Sie mich verpflichten können, so wie der Arzt Sie mit den 50.000 € verpflichtet hat.“

5 Minuten vor Ende der Stunde erkundigt sich der Patient nach der „Restlaufzeit“ der Stunde.

*Er verwendet diesen Ausdruck in Anspielung auf die aktuelle politische Diskussion. Damit spricht er das Ende an, stellt zugleich aber eine neue Verbindung her, denn er kann sicher sein, das mir sein Wortspiel gefällt. Er beginnt wohl, vom Wunsch nach einem zeitlos zur Verfügung stehenden und damit paradiesischen Objekt Abschied zu nehmen, was Trauer erfordert, und möchte aber die Entscheidung über das Ende selbst in der Hand behalten.*

Die im Traum genannte Summe von 50.000 € steht für die Anerkennung und Bestätigung des Selbstwertgefühls, wie ich meiner Reaktion auf die Mitteilung der Summe entnehmen kann. Diese Summe ist aber an Leistung und Gegenleistung gekoppelt, es geht um die Entgeltung einer Schuld. Geld steht auch für das narzisstische Verfügen über ein Objekt, die Deponierung des Geldes auf der Bank für den Wunsch, zu überdauern und nicht zu vergehen. Für Geld aber sind wirkliche Gaben, wie die Zeit des Lebens, die Restlaufzeit, nicht zu haben, dafür wird eine andere Währung, die mit warmer Hand gegeben wird, benötigt.

Die schmerzhafteste Tatsache der begrenzten Zeit wird in der Erinnerung des Patienten an das Lebensende des Vaters bildhaft dargestellt, pinkelt er noch, ist er noch flüssig? Als Resonanz entsteht in mir in dieser Behandlung immer wieder das Gefühl, die Mitteilungen



und Assoziationen des Patienten stets nur in ungenügender und sehr begrenzter Weise aufnehmen und bearbeiten zu können. Er kommt in einer der späteren Stunden darauf zurück. „Sie haben neulich mal gesagt, dass einmal auch die letzte Stunde ist. Das war ungeheuerlich.“ Wir gelangen zu dem Verständnis, dass er lebenslang in vielen Situationen vermieden hat, sich verbindlich einzulassen, um Trennungsschmerz und Trauer zu vermeiden. Mit einem solchen Auftrag war er seinerzeit in die Welt gesetzt worden. Diese Erkenntnis war bitter, bot aber auch die Chance für noch manchen Neuanfang.

Etwa ein halbes Jahr später sagte der Patient: „Das ist eine schmerzliche Trennung von der Vorstellung eines Universums, in dem alles auf mich zentriert ist, eine ganz kindliche Vorstellung.“

Ich denke, dass Trauerarbeit, wie sie in dieser Behandlung geleistet wird, eigentlich in jeder Analyse geleistet werden sollte. Angesichts des Alters ist die Verleugnung der Vergänglichkeit für ältere Patienten weniger möglich. Statt einem Autonomiephantasma nachzujagen, sollte es um die Entwicklung einer Souveränität gehen, die als Anerkennung von Abhängigkeit definiert worden ist.

## Zur Bedeutung des Körpers und seiner Veränderung

Bewusst erlebte Abhängigkeit und Unabhängigkeit im hohen Lebensalter hängt primär vom Zustand des eigenen Körpers und insbesondere davon ab, ob körperliche Funktionen weiter beherrscht werden. Auch die Denkfähigkeit beruht auf intakten Körperfunktionen. Im Alter wird der Körper zum Organisator der Psyche, wie Heuft, Kruse und Radebold (2000) in Anlehnung an René Spitz schreiben. Der Körper bestimmt das Wohlbefinden, er erzwingt häufig Pflegebedürftigkeit und prägt damit neu zu gestaltende zwischenmenschliche Beziehungen, in denen Erlebnisqualitäten frühkindlicher Pflegebeziehungen reaktiviert werden können, wenn bei der Nahrungsaufnahme, der Fortbewegung, bei den Körperausscheidungen und der Hygiene, beim Denken und der von ihm abhängigen Orientierung sowie bei der Kommunikation die Hilfe anderer Menschen nötig wird.

Das Selbst erweist sich als relativ resistent gegen Alterungsvorgänge. Es weigert sich lange und hartnäckig, körperliche Veränderungen in das Körperselbst zu integrieren. Ein häufig angewandter Versuch, mit dem alternden Körper umzugehen, besteht in der Abspaltung des alternden oder des kranken Körpers vom Selbst. „Warum kann ich nicht meine Augen, meine Knie und mein Herz zum Doktor schicken und ruhig zu Hause bleiben, ohne Schmerzen zu haben, und die verbleibende Lebenszeit genießen?“, überlegte ein Patient. „Es ist ein neuer Gehorsam gefragt, der gegenüber meinem Körper“, sagte ein anderer Patient, der sonst seinen Körper immer beherrscht hatte.

Aus nicht länger zu verleugnenden Diskrepanzen zwischen Körperselbst und realem Körper können sich schwere narzisstische Konflikte ergeben. Der Verlust körperlicher oder geistiger Fähigkeiten, wie z. B. bei Schwerhörigkeit oder bei Bewegungseinschränkungen, kann als schwere Kränkung erlebt werden. Er wirkt sich auf die Interaktion mit der Umgebung aus und erzwingt häufig den Rückzug aus zwischenmenschlichen Beziehungen.

Wir wissen, dass narzisstische Krisen die Suizidgefahr erhöhen und damit im Alter von besonderer Bedeutung sein können (Teising, 2007). Suizidalität ist in den meisten Fällen

Ausdruck eines regressiven, letztlich narzisstischen Konfliktlösungsversuches. Im Tod wird ein Ende der Schmerzen, Spannungsfreiheit oder sanfte Ruhe gesucht, Ausdruck eines primärnarzisstischen Wunsches. Nur ganz wenige Patienten mit einer infausten körperlichen Krankheit nehmen sich aber in der terminalen Phase ihrer Erkrankung das Leben. Häufiger sind Suizidversuche in den ersten Stadien einer zum Tode führenden Erkrankung und besonders nach der Diagnosestellung (Mc Kenzie, 1990). Es sind die Phantasien über befürchtete Folgen der Erkrankung, die Ängste und die Verzweiflung, die das innere Erleben bestimmen und zum suizidalen Handeln führen. Auch chronisch schmerzhaftes Erkrankungen des Bewegungsapparates, die die Lebenserwartung nicht wesentlich verkürzen, erhöhen die Suizidalität. Depressive Inhalte werden mit steigendem Alter zudem immer häufiger über körperliche Symptome und hypochondrische Befürchtungen ausgedrückt.

### Charakteristische narzisstische Kränkungen im Altersprozess

Persönliche Fähigkeiten und wichtige Funktionen, die das Selbstwertgefühl nähren, werden in einer schnelllebigen Zeit immer rascher entwertet. Ein normal entwickelter Narzissmus mit ausreichend guten internalisierten Objektpräsenz und entsprechend gestalteten Objektbeziehungen kann aufständig neue narzisstische Bestätigung verzichten und erlaubt in der Regel, die Zeichen des Alters und seine Verluste ohne allzu starke Verleugnung und ohne das Gefühl vernichtender Angst erleben und adäquat betrauern zu können. Die Alten können sich dann mit den Jüngeren, die ihre Zeit noch vor sich haben, mit ihrer größeren Leistungsfähigkeit und ihren Entwicklungen identifizieren. Bleibt der Alternde aber ausschließlich auf ständig neue äußere Anerkennung angewiesen, die innerlich aber wenig Spuren hinterlässt, können, wenn die äußere Anerkennung ausbleibt, starke Neid und Eifersuchtsgefühle auf die jüngere Generation mobilisiert werden. Die auf Trauerarbeit beruhende Entwicklungsaufgabe alternder Menschen, den Jüngeren Platz einzuräumen bzw. ihr Nichtgelingen, ist nicht nur Thema in verschiedenen Märchen, das bekannteste vielleicht Schneewittchen, die von der Stiefmutter um ihre jugendliche Schönheit beneidet und mit tödlichem Hass verfolgt wird, sondern auch im Ödipusmythos.

Vielen Menschen ist es lange möglich, Abhängigkeit von und Getrenntheit vom benötigten Objekt narzisstisch grandios ebenso zu leugnen wie die Veränderungen des Selbst und der Objekte. Äußere und innere Veränderungen, die mit dem biologischen, sozialen und psychologischen Altersprozess einhergehen, weichen diese negierenden und verleugnenden Abwehrmechanismen im hohen Alter zunehmend auf. Die Wahrnehmung oft lange gelegener Abhängigkeit vom Körper und von anderen Menschen, jetzt vielleicht sogar von eigenen Kindern, Partnern, Freunden, Pflegekräften oder Wohlfahrtseinrichtungen wird häufig als unerträgliche Abhängigkeit, als Ausgeliefertsein empfunden, und zwar umso mehr der Betroffene mit der „Illusion der Selbstbestimmung und der Unabhängigkeit“ (vgl. Mieth, 2008) gelebt hat. Die sich häufenden, manchmal nur gedanklich antizipierten und oft an Körperliches gebundene Verlusterlebnisse und die damit einhergehenden potentiellen Kränkungen sind im Verlauf des Alterns zu bewältigen. Als besonders kränkend wird der Verlust von Objekten erlebt, die nach dem narzisstischen Typ der Objektwahl besetzt worden waren (vgl. Henseler, 1991).

Charakteristische Kränkungen im Altersprozess sind z. B. solche des psychosexuellen Selbstverständnisses als Mann oder Frau. Einschränkungen von Macht und Einfluss, z. B.



im Zusammenhang mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben und das Überflügeltwerden von Jüngeren, sind schwer zu verkraftende Erfahrungen. Jenseits des 85. Lebensjahres müssen immer häufiger Einschränkungen basaler Lebensaktivitäten wie der Bewegung, der Nahrungsaufnahme und der Ausscheidungsfunktionen auch psychisch integriert werden.

Abhängige Pflegebedürftigkeit ist, wie gesagt, die am meisten gefürchtete potenzielle Eigenschaft des hohen Lebensalters, so als wollte man nie mehr von der Körperpflege, durch eine andere Person abhängig sein, so als hätte man diese Konstellation aus der frühen Kindheit in schrecklicher Erinnerung. Pflegeabhängig zu sein bedeutet auf die konkrete Anwesenheit eines anderen, der über seine An- und Abwesenheit selbst bestimmen kann, angewiesen zu sein und seine Bedeutung anerkennen zu müssen.

1926, kurz vor seinem 70. Geburtstag, schrieb der damals seit 3 Jahren krebserkrankte Freud an Eitington: „Die einzige Angst, die ich wirklich habe, ist die vor einem längeren Siechtum, ohne Arbeitsmöglichkeit. Direkter gesagt, ohne Erwerbsmöglichkeit“ (Schur, 1972, S. 462). Die von Freud als bedrohlich empfundene Arbeitsunfähigkeit lässt sich als Angst vor der Unfähigkeit verstehen, sich aktiv mit der Umwelt auseinanderzusetzen und sie ausschließlich passiv ertragen zu müssen. Keiner Erwerbstätigkeit mehr nachgehen zu können bedeutet abhängig von der Versorgung durch andere zu werden. Die Angst vor dem Siechtum treibt uns heute vielleicht mehr denn je um. Sie scheint so unerträglich, dass über die Flucht vor dem Pflegefall in Form aktiver Euthanasie nachgedacht und in manchen Ländern mit besorgniserregend zunehmender Häufigkeit praktiziert wird. Ein Jahr später schreibt Freud: „Da sind die Krankheiten, die wir erst seit kurzem als die Angriffe anderer Lebewesen erkennen, endlich das schmerzliche Rätsel des Todes, gegen den bisher kein Kräutlein gefunden wurde und wahrscheinlich keines gefunden werden wird. Mit diesen Gewalten steht die Natur wider uns auf, großartig, grausam, unerbittlich, rückt uns wieder unsere Schwäche und Hilflosigkeit vor Augen, der wir uns durch die Kulturarbeit zu entziehen gedachten. Ein ständiger ängstlicher Erwartungszustand und eine schwere Kränkung des natürlichen Narzissmus sollte die Folge dieses Zustandes sein ... denn diese Situation ist nichts Neues. Sie hat ein infantiles Vorbild, ist eigentlich nur die Fortsetzung des Früheren, denn in solcher Hilflosigkeit hatte man sich schon einmal befunden, als kleines Kind einem Elternpaar gegenüber, das man Grund hatte zu fürchten“ (Freud, 1927/1991, S. 337 f.).

## Sozialpsychologische Überlegungen

Der Anstieg der durchschnittlichen Lebenserwartung in den letzten Jahrzehnten entspricht einem uralten Wunsch der Menschheit und ist die vielleicht bedeutendste Errungenschaft westlicher Zivilisation. Schrecknisse früherer Tage, wie vorzeitiger Tod durch Hunger und Seuchen, sind durch verbesserte soziale und hygienische Bedingungen sowie durch den medizinischen Fortschritt weitgehend gebannt. Im Prozess der Individualisierung haben wir uns in den letzten Jahrzehnten auch von manchen gesellschaftlichen Zwängen und das zwischenmenschliche Zusammenleben einengend regelnden Normen erfolgreich befreit. Heute soll jeder, unabhängig von seiner Herkunft, seinen eigenen Weg finden, seines Glückes Schmied sein. Der Einzelne soll fähig sein, sein Leben aktiv zu gestalten.

Er oder sie soll in allen Lebensbereichen selbst entscheiden und handeln, bis hin zum eigenen Sterben und darüber hinaus. „Die Mitglieder der westlichen Gesellschaft werden gezwungen, angehalten oder ermutigt, sich um ihrer Zukunftschancen willen zum Zentrum ihrer eigenen Lebensplanungen und Lebensführung zu machen“ (Honneth, 2010, S. 70).

Der Begriff der Unabhängigkeit wird in der öffentlichen Debatte durch den Begriff der „Autonomie“ ersetzt, der die in dem Wort Unabhängigkeit noch enthaltene Abhängigkeit weiter verschleiert. Der Autonomiebegriff leitet sich vom griechischen Wortstamm *nomos* also Bezirk, Gesetz, Gesetzgebung ab. Über den von Menschen selbst erlassenen Gesetzen standen früher die Gesetze der Götter, die nach heutigem Verständnis die Gesetze der Natur sind. Ihnen unterliegt das Leben auf Erden. Mit aller nachrangigen menschlichen Gesetzgebung können wir die Naturgesetze immer noch nicht außer Kraft setzen. Je mehr Naturgesetze erforscht werden, umso mehr Eingriffe in die Natur werden möglich. Je mehr technische Möglichkeiten auf der Grundlage von Naturgesetzen entwickelt werden und das tägliche Leben und mittlerweile auch das Sterben gestalten, umso abhängiger werden die Entscheidungen des Einzelnen vom Wissen der Experten. Je weiter diese Entwicklung voranschreitet, desto lauter werden die Rufe nach Autonomie, was sich zum Beispiel in der aktuellen Diskussion über Patientenverfügungen oder assistierten Suizid vernehmen lässt, in der die grundsätzliche Unverfügbarkeit von Leben und Tod nun mittels Pochen auf Selbstbestimmung aus der Welt geschafft werden soll.

Wir haben mit der Individualisierung manchen Rahmen gesprengt. Wir sind damit aber auch rahmenlos geworden und unterliegen dem Zwang zur sozialen Selbstbefriedigung, der Individualisierung bis zum Tode und darüber hinaus.

Bei genauerer Betrachtung wird die Abhängigkeit von der Umwelt im Laufe des Lebens immer nur ein wenig mehr entpersonalisiert. In illusionärer Verkennung wird bis ins hohe Alter so getan, als sei ein Dasein als autonomes Individuum erstrebenswert. Im vierten Lebensalter, also ab 80 bis 85 Jahren, gibt es nicht selten ein böses Erwachen, wenn die direkte physische Abhängigkeit von anderen Menschen nicht länger zu übersehen ist.

## Das Ringen um Anerkennung der Realität

Die Begrenzung individueller Selbstbestimmung wird im Alter, wie ich deutlich zu machen versucht habe, auf verschiedene Weise erfahrbar. Die Selbstbestimmung wird begrenzt von biologischen Gesetzen, die einen gebrechlichen Körper erzeugen, vom Unbewussten, das geprägt ist von primär-prozesshaften Vorgängen wie von Triebbedürfnissen, die in zwischenmenschlichen Beziehungen befriedigt werden wollen, und vom realen Geldvermögen. Auf diesen Triebbedürfnissen basierende Beziehungs- und Bindungsbedürfnisse und auch die intergenerative Gebundenheit werden heute zunehmend in Frage gestellt.

In seinem Konzept der Anerkennung der facts of life hat Money-Kyrle (1971) Lebenstat-sachen beschrieben, in denen er aus biologischen Bedingungen Metaphern für psychische Realitäten ableitet. Es geht, metaphorisch ausgedrückt, erstens um die Anerkennung der Brust als gutes und unverzichtbares Objekt, sozusagen eines Milch- bzw. Geldspenders. Gemeint ist damit die Anerkennung von Abhängigkeit als existenzieller Grundbedin-

gung; zweitens um die Anerkennung des elterlichen Geschlechtsverkehrs als kreativen Akt, also um das Erleben des Ausgeschlossenensein, und drittens um die Anerkennung der Unvermeidbarkeit von Zeit und letztlich des Todes.

Die Anerkennung der guten Brust erfordert, demütig zur Kenntnis nehmen zu müssen, dass es nur möglich ist, in Abhängigkeit von anderen zu existieren. In der Kindheit muss die Tatsache anerkannt werden, dass die Mutter, im erweiterten Sinne die Umwelt, nicht immer und sofort alle Wünsche befriedigen kann, und noch bitterer, nicht immer alle Wünsche erfüllen will, dass sie eine eigene über sich selbst verfügende getrennte Andere mit eigenständigen Interessen ist.

Das Subjekt ist von anderen abhängig, die seine Entstehung erst ermöglicht haben, schon vor ihm existierten und nach ihm existieren werden.

Das größte Hindernis, die Abhängigkeit von einem Objekt anzuerkennen, von dessen Existenz das eigene Leben abhängt, ist die Tatsache, dass dieses Objekt, metaphorisch die Brust, in unserem Fall der vom körperlichen Zustand abhängige Verstand, nicht für immer zur Verfügung steht und Versagungen und Enttäuschungen zufügt.

Hinter der Vorstellung der Unabhängigkeit können sich illusionäre Größenvorstellungen verbergen, die bei einem 75-jährigen Patienten, offen zutage traten, als er sagte: „Wozu brauche ich Medikamente, ich bin Gott.“ Aus psychoanalytischen Behandlungen ist bekannt, dass diese Größenphantasie bei Männern nicht selten der Abwehr der als tief kränkend und als Gefahr erlebten Abhängigkeit von einer Frau, letztlich von der Mutter, ja auch der Mutter Natur dient.

Je sicherer Erfahrungen mit einem guten mütterlichen Objekt verinnerlicht wurden, je stärker das Urvertrauen, desto eher kann die Abhängigkeit von einem anderen anerkannt werden und desto leichter wird es möglich, auch die zweite Lebens Tatsache anzuerkennen, nämlich die Tatsache, dass zwei Menschen etwas miteinander machen und man selbst ausgeschlossen ist, mit begrenzter oder gar ohne eigene Einflussmöglichkeit. Der zweite Lebens Tatsache begegnet uns im Lebenslauf in unterschiedlicher Gestalt und alten Menschen mit ganz besonderer Härte. Es beginnt damit, dass die Eltern uns nicht gefragt haben, ob wir in diese Welt gesetzt werden wollen. Das Kleinkind erfährt diese Tatsache zum Beispiel, wenn ein jüngeres Geschwisterkind geboren wird und es sich von der innigen Beziehung des neuen Säuglings zur Mutter ausgeschlossen fühlt. Der Jugendliche muss mit seiner rasenden Eifersucht umgehen, der Rentner ist von Entscheidungen Jüngerer am Arbeitsplatz ausgeschlossen, bei seiner Heimunterbringung, und den damit verbundenen finanziellen Fragen hat der Pflegebedürftige häufig wenig mitzureden.

Der über 80-jährige Psychoanalytiker Martin Grotjahn (1994) schreibt: „Ich kann den Gedanken nicht ertragen, dass meine Freunde morgen die Sonne genießen und mit Freude frühstücken werden und ich nicht dasselbe tun kann.“

Der Verlust der Mutterbrust beziehungsweise ihrer Surrogate löst Angst vor endgültiger Trennung vom Leben aus. Max Stern sprach vom Biotrauma, das in den Tod mündet. Er meint damit die unvermeidbare Erfahrung der abwesenden Mutter, von deren Existenz der Säugling abhängt (1972, S. 922). Ihre dauernde Abwesenheit würde real seinen Tod, psychisch die Vernichtung seines Selbst bedeuten. Die spätere Angst des reiferen Selbst vor dem Tod ist letztlich die vor einem totalen Verlust aller Objekte, so wie dem Säugling die Abwesenheit der Mutter erschienen sein mag.

Das Sterben und sein Ergebnis, der Tod, das dritte fact of life, steht also in engem Zusammenhang mit dem ursprünglichen Objektverlust und der Anerkennung der Abhängigkeit. Die meisten Menschen oszillieren lebenslang zwischen der Anerkennung und der Verleugnung der dritten Lebensstatsache, nämlich der Begrenzung der eigenen Lebenszeit und der eigenen Vergänglichkeit. Die Psychoanalytikerin Danielle Quinodoz beschreibt ihren Versuch, diesen Konflikt zu lösen: „Was in der äußeren Realität verloren geht, kann in der psychischen Realität als inneres Objekt bewahrt werden ... ich bewahre in meinem Inneren aber deren Präsenz als wertvolle innere Objekte, mit denen ich in meiner psychischen Realität in Verbindung bleibe“ (Quinodoz, 2013).

## Literatur

- Altmeyer, M. (2000). Narzißmus und Objekt. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Freud, S. (1915 a/1991). Zeitgemäßes über Krieg und Tod. GW: X, 324-355. 8. Aufl. Frankfurt/M.: S. Fischer.
- Freud, S. (1915 b/1991). Vergänglichkeit. GW: X, 358-361. 8. Aufl. Frankfurt/M.: S. Fischer.
- Freud, S. (1920/1998). Jenseits des Lustprinzips. GW: XIII, 3-69. 10. Aufl. Frankfurt/M.: S. Fischer.
- Freud, S. (1927/1991). Die Zukunft einer Illusion. GW: XIV, 325-380. 7. Aufl. Frankfurt/M.: S. Fischer.
- Grotjahn, M. (1994). A Psychoanalyst's Thoughts on the Start of His 86th Year of Life. In G.H. Pollock (Ed.), *How Psychiatrists look at Aging* Vol. 2 (pp. 121-127). Madison: International Universities
- Henseler, H. (1991). Narcissism as a form of relationship. In J. Sandler, E.S. Person & P. Fonagy (Eds.), *Freud's "On Narcissism: An Introduction"* (pp.195-215). New York: Yale.
- Heuft, G., Kruse, A. & Radebold, H. (2000). *Lehrbuch der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Honneth, A. (2010): Organisierte Selbstverwirklichung. Paradoxien der Individualisierung. In C. Menke & J. Rebentisch (Hrsg.), *Kreation und Depression* (S.63-80). Berlin: Kulturverlag Kadmos.
- Jaques, E. (1965). Death and the Mid-Life Crisis. *International Journal of Psychoanalysis*, 46, 502-514.
- Mieth, D. (2008): *Grenzenlose Selbstbestimmung*. Düsseldorf: Pathmos.
- McKenzie, T. & Popkin, M.K. (1990). Medical illness and suicide. In M. Blumenthal & D. Kupfer (Eds.), *Suicide Over the Life-Cycle* (pp. 205-232). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Money-Kyrle, R. (1971). The Aim of Psychoanalysis. *International Journal of Psychoanalysis*, 52, 103-106.
- Quinodoz, D. (2013). Hat ein alter Psychoanalytiker eine Rolle auszufüllen? In: G. Junkers (Hrsg.), *Die leere Couch* (S. 41-56). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Schafer, R. (1968). *Aspects of Internalization*. New York: International Universities Press.
- Schur, M. (1972). *Sigmund Freud Leben und Sterben* (deutsch 1973). Frankfurt: Suhrkamp.
- Stern, M.M. (1972). Trauma, Todesangst und Furcht vor dem Tod. *Psyche* 26, 901-928.
- Teising, M. (2007). Narcissistic Mortification of Ageing Men. *International Journal of Psychoanalysis*, 88,1329-1344.

## Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Martin Teising  
International Psychoanalytic University  
Stromstraße 3 | 10555 Berlin | Tel.: 030 300117521 | martin.teising@ipu-berlin.de