



Deutsch Aktuell

Top-Thema – Manuskript

Gut, besser, Narzisst

Hält man sich für besonders und versteht andere überhaupt nicht, kann das an einer Persönlichkeitsstörung liegen. Narzissten zerstören ihre Beziehungen und werden oft einsam. Eine Therapie ist schwierig.

Selber macht man alles richtig und **schuld an** Problemen sind die anderen: Manche Menschen sind so sehr von sich überzeugt, dass sie sich und anderen schaden – und Hilfe brauchen. Psychologen sprechen dann von einer narzisistischen **Persönlichkeitsstörung**: Bis zu fünf **Prozent** aller Menschen leiden vielleicht daran. Es gibt **bestimmte** Hinweise darauf, ob jemand diese **psychische** Störung haben könnte:

So halten Narzissten sich für besonders schön, klug und wichtig, und **behandeln** andere Menschen **von oben herab**. Manchmal führt das bis zum **Größenwahn**. So sieht es zumindest aus. Denn Narzissten sind zwar **scheinbar** sehr von sich überzeugt, eigentlich aber sehr leicht zu **kränken**. Auf Kritik reagieren sie daher oft mit **Wut** und **Überheblichkeit**.

In andere Menschen können **sich** Narzissten fast gar nicht **hineinversetzen**, sagt die Psychologin Aline Vater: „Sie können zwar erkennen, wenn andere traurig sind, aber sie können nicht wirklich mitfühlen“, so Vater. Das macht Freundschaften und besonders Beziehungen sehr schwierig. Darunter leiden zunächst andere Menschen, vor allem aber die Narzissten selber. Sie fühlen sich einsam und ungeliebt.

Wegen dieser negativen Gefühle lassen sich viele Narzissten überhaupt erst behandeln. Doch eine Therapie ist schwierig. **Heilen** lässt sich eine Persönlichkeitsstörung nämlich nicht. Deshalb muss man lernen, **mit** der Störung **umzugehen** und ihre Ursachen zu verstehen. Erst dann kann man daran arbeiten, sein Verhalten zu ändern – und ist vielleicht irgendwann weniger allein.

*Autorin/Autor: Julia Vergin; Philipp Reichert
Redaktion: Raphaela Häuser*



Deutsch Aktuell

Top-Thema – Manuskript

Glossar

Narzisst, -en/Narzisstin, -nen – jemand, der sich selbst mehr als alle anderen liebt
(Adjektiv: narzisstisch)

Persönlichkeitsstörung, -en (f.) – eine psychische Krankheit, bei der man Probleme im Umgang mit anderen Menschen hat

Beziehung, -en (f.) – hier: die Liebesbeziehung; das Liebesverhältnis zu einem Mann oder einer Frau; die Partnerschaft

Therapie, -n (f.) – die Behandlung einer Krankheit

an etwas schuld sein – die Schuld für etwas tragen

Prozent (n., hier nur im Singular) – ein Teil von Hundert

bestimmt – hier: vom Inhalt genau festgelegt

psychisch – so, dass etwas mit den Gedanken und Gefühlen von Menschen zu tun hat

jemanden von oben herab behandeln – jemanden so behandeln, als wäre derjenige weniger wert als man selbst

Größenwahn (m., nur Singular) – die Tatsache, dass jemand glaubt, dass er der Größte und Beste ist

scheinbar – so, dass etwas anders aussieht, als es in Wirklichkeit ist

jemanden kränken – etwas machen, das die Gefühle von jemandem verletzt

Wut (f.) – die Tatsache, dass man sich sehr über etwas oder jemanden ärgert

Überheblichkeit (f.) – die Tatsache, dass man sich selbst besser als andere findet und sie auch so behandelt

sich in jemanden hinein|versetzen – hier: sich in jemanden hineindenken

etwas/jemanden heilen – eine Krankheit bekämpfen, so dass man wieder gesund wird

mit etwas um|gehen – sich gegenüber etwas auf eine bestimmte Art und Weise verhalten