

# **Die Behandlung narzisstischer Störungen mit Pesso-Therapie (PBSP)**

von  
Leonhard Schrenker

Abstract

Dargestellt wird.....

## **Pesso Therapy (PBSP)**

by  
Leonhard Schrenker  
Abstract

The article presents....

### **Einleitung**

Das vorliegende Themenheft beschäftigt sich mit unterschiedlichen Aspekten narzisstischer Störungen hinsichtlich der Genese wie auch wie auch verschiedener Möglichkeiten der therapeutischen Herangehensweise. Der Schwerpunkt dieses Artikels liegt auf einem ganzheitlichen (körperorientierten) Ansatz, der Behandlung von narzisstischen Störungen durch Pesso-Therapie (PBSP). In Abgrenzung zum normalen Narzissmus im Sinne einer konstruktiven Selbstliebe und Selbstbezogenheit, handelt es sich bei den tendenziell pathologischen Formen von Narzissmus um ein entwicklungsgeschichtlich frühes und äußerst komplexes Störungsbild. Diese Menschen weisen tiefgreifende Beeinträchtigungen auf bezüglich ihrer Körperwahrnehmung, ihres Selbstbildes, wie auch ihrer Fähigkeiten, eigene emotionale Prozesse, wie die auch anderer hinreichend wahrnehmen bzw. darauf in adäquater Weise reagieren zu können. Die gravierende 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 häufig selbstbezogene Benutzung anderer, dem Übergehen ihrer Bedürfnisse und Gefühle, als ob sie keine abgegrenzte eigenständige Subjektivität hätten.“ (...Narzisstische Störungen – Ein Überblick. In: Kernberg O.F, Hartmann: Narzissmus, Stuttgart 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 entwicklungs geschichtlich frühen Abspaltungsmuster dar und die damit verknüpften archaischen Schutzstrategien, wodurch die therapeutische Beziehungsebene immer wieder erheblich bedroht wird.

Da diese Menschen in ihrer Entwicklung meist weder ausreichende Stabilität, noch adäquate Spiegelung ihres emotionalen Erlebens erlebt haben und ihre frühen Interaktionsmuster geprägt waren von einem eklatanten Mangel hinreichender Steuerungsmöglichkeiten ihrer primären Bezugspersonen, ist ihr frühes Beziehungserleben in erster Linie durch die Erfahrung von Ohnmacht und ausgeliefert sein geprägt. Die Ausübung von Macht und Kontrolle stellt damit die wichtigste Kompensationsmöglichkeit dar und ist Grundlage des Aufbaus von Beziehungen, ohne das zugrundeliegende 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, H.-J., S. 160, 2006).

Das Einlassen auf die therapeutische Beziehung birgt für diese Menschen immer wieder die, sich diesen aversiven und absolut bedrohlichen Gefühlen erneut aussetzen zu müssen. Um dies abzuwehren, erfolgt häufig der Rückgriff auf die alten Schutzstrategien von Machtausübung und Kontrolle, implizite bis offene Entwertung bzw. auf subtile manipulative Muster, die der Therapeut nicht nur frühzeitig durchschauen, sondern auch ohne explizite Selbst- oder Fremdentwertung im Beziehungsgeschehen thematisieren muss. Gelingt dies nicht in ausreichender Weise, kommt es häufig zu frühzeitigem Abbruch der Behandlung.

Wurden diese ersten Hürden erfolgreich bewältigt, stehen 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, die emotionalen Abspaltungsprozesse nachlassen und die Empfindungs- wie auch Wahrnehmungsfähigkeit zunimmt, tritt das Fühlen ihres stark negativ geprägten Selbstbildes, der hohen Kränkbarkeit bzw. ihrer Instabilität und großen Verletzlichkeit ins Zentrum ihres Bewusstseins und die mit ihrer Geschichte verbundene Panik, ins Bodenlose zu fallen. Auf Seiten des therapeutischen Gegenübers brauchen sie dabei die Fähigkeit, das anzuerkennen 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 es 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, St. M., 2011, S. 84).

## Diagnostische Eingrenzung

Menschen mit klassisch narzisstischer Persönlichkeitsstörung im engeren Sinne 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 R., 2002). Dies gilt umso mehr, soweit 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 St., 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 H. P., 2006, S. 19), 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, H., 1973, S. 41). Da diese Kriterien sehr eng mit seinem analytischen Modell der Entstehung narzisstischer Störungen verknüpft sind, sind sie schwer auf andere psychotherapeutischen 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 (Akhtar, S., 1998). 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:

Tab. 1: Klinische Merkmale der narzisstischen Persönlichkeitsstörung nach Akhtar (exemplarische Auswahl)

	<u>sichtbar</u>	<u>verdeckt/larviert</u>
I. <u>Selbstkonzept:</u>	Grandiosität; Vorherrschen von Fantasien besonderen Erfolgs; ungebrochenes Gefühl der Einzigartigkeit; hohe An-	Minderwertigkeit; mürrische Selbstzweifel; ausgeprägte Neigung zu Schamgefühlen; Fragilität; unerbittli-

	spruchshaltung; scheinbare Selbstgenügsamkeit	che Suche nach Ruhm u. Macht; ausgeprägte Sensibilität gegenüber Kritik u. realistischen Rückschlägen
III. <u>Soziale Anpassung:</u>	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 Empfindung 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, S., 1998, 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 mehr generellen diagnostischen Überlegungen sei noch angemerkt, dass Klienten mit narzisstischen Störungen natürlich häufig eine breit gefächerte Symptomatik aufweisen, die von Suchterkrankungen (Walter, M., 2012), breit gefächerten Somatisierungsstörungen (Gündel, H., 2012), über depressive Episoden (Johnson, St. M., 2011) bis hin zu schweren masochistischen Erscheinungsformen (Cooper, A. M., 1998) gehen können. Im Kontext der einzeltherapeutischen Praxis ist oft auch entscheidend, die vorhandenen Beziehungsmuster narzisstisch gestörter P. 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 Pesso-Therapie:**

Pesso-Therapie lässt sich mit seinem ganzheitlichen Ansatz dem Bereich der wachstumsorientierten psychotherapeutischen Verfahren zuordnen. Es geht von einem Entwicklungsmodell aus, in dem es auf drei Ebenen zu Störungen (Schrenker, L. 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 (Pesso A., 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, greint oder graunzt (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 zugrundeliegenden Bedürfnis. Im optimalen Fall erfolgt dieses Stillen des Säuglings in einem liebevollen, ruhigen und hingebungsvollen Kontext, die Augen der Mutter sind bei ihm (liebevoller 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 Pesso-Therapie prägen:

- Die Entwicklung menschlichen Lebens erfolgt 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, A., 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 durch das 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 durch eine vollständige 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, A., 1991) umschrieb. Er kreierte diesen Begriff zusammen mit seiner Frau im Rahmen der schrittweisen Entwicklung seines therapeutisch heilenden Interventionsmodells als Form-Passform-Modell.

Wenn Klienten im therapeutischen Prozess sich 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 Sinne kreieren wir darüber ein Erleben einer neuen Geschichte, die nach tiefer Verankerung auch später wieder erinnert werden kann.

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 wir brauchen. 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** i. 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; unmittelbaren körperlichen **Schutz**, wenn er sich bedroht fühlt und über diese stimmige Bedürfnisbefriedigung in dieser frühen Phase 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 der guten Begrenzung ist in der späteren Entwicklung von entscheidender Bedeutung im Kontext 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 Erfahrungstrukturen 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 „fühlendes Kernselbst“ (Damasio) und danach die Vorstellung eines eigenen „Ichs“ bilden. Dieser Erfahrungsweg vollzieht sich von Anfang an, ein-

gebettet in unseren Körper (Embodiment)...“ (Schrenker, L. 2012, S. 325). Wir können also davon ausgehen, dass insbesondere in den ersten drei Lebensjahren unserer Entwicklung die unmittelbare körperliche Ebene der Bedürfnisbefriedigung eine ganz entscheidende Rolle spielt. In der Entstehung entwicklungsgeschichtlich früher Störungen spielen gravierende Defizite in den Grundbedürfnissen eine wesentliche Rolle, weshalb die Einbeziehung der körperlichen Ebene eine sehr bedeutsame Rolle spielt. Pesso-Therapie hat ein äußerst sicheres und achtsames Setting entwickelt, das für spezifische Defizite und dafür notwendige Nachreifungsschritte auf der unmittelbaren körperlich emotionalen Ebene in der Interaktion die Kreation heilender Gegenerfahrungen 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 Worte 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 es 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 entwickelt sich dann nicht, wenn die Umwelt kein Interesse und keine liebevollen Reaktionen zeigt.“ (Hartmann, H. P., 2006, S. 14???? **Unten Anmerkung 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 diese in schrittweise in sein Selbst als erlaubte Gefühle zu 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 St., M., 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 alle 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 Pesso'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 Entwick-

lungshemmung an dem Punkt, an dem es eine unterstützende Spiegelung brauchte, um wirklich es selbst zu werden.“ (Johnson St., M., 2011, S. 56). Ein hilfreicher Überblick über mögliche elterliche Risikofaktoren für die Entstehung narzisstischer Strukturen in Kindheit und Jungen findet sich bei Kernberg (Kernberg, P. F., 1998).

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 stoßen 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 unserer weiteren Entwicklung auch darin unterstützt, uns schützen zu lernen, so konnten wir auch die dafür notwendigen Fähigkeit 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 (Mahler, M. S., u. a., 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 weg bewegen zu können. Irgendwann realisiert es dabei sein getrennt sein von der Mutter, den bedrohlichen Verlust seiner bisherigen Sicherheit im Gehalten sein und die eigene Verletzlichkeit gegenüber der unbekanntem 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, St. M., 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 flüchten und die damit verbundene liebevolle körperliche Verbundenheit und Sicherheit wieder auftanken 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, St. M., 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 gepusht wurden, können ihrerseits in solchen Momenten, in denen ihre Kinder aus Unsicherheit und Angst heraus Nähe suchen, die Kinder zurückweisen, sie dafür entwerten oder auch sich von ihnen einfach abwenden. Es ist aber auch eine überprotektive und das Kind in Abhängigkeit haltende Variante denkbar, um das elterliche Größenselbst darüber weiter zu nähren. Dieses Muster 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 grundlegenden Entwicklungsbedürfnisse nach Pessó:**

Die von Pessó definierten Grundentwicklungsbedürfnisse werden hier nur kurz ausgeführt, damit der damit nicht vertraute Leser ein Grundverständnis darüber entwickeln kann. Wichtige Aspekte davon, 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, L., 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 schrittweise Entwicklungs- und Reifungsprozess des Fötus. Das war der wesentliche Grund, weshalb Pessó für das erste Grundentwicklungsbedürfnis 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 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 seinem 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 können auch über die damit verbundene frühe Traumatisierung zu weiteren Konsequenzen führen: sie können später in der Entwicklung Grundlage bilden einer äußerst geringfügigen Frustrationstoleranz (aufgrund der hohen Aversivität körperlicher Erregungsprozesse, die mit zu frühen Bedürfnisaufschub einhergehen) und damit verknüpften Instabilitäten 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 wird auch Blickkontakt von ihnen generell als unangenehm oder aversiv wahrgenommen. Dies hat viel damit zu tun, dass sie die Erfahrung aus ihrer Geschichte nicht in sich tragen, von 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, P. F., 1996, S. 198). Diesen Kindern fehlt eindeutig die Erfahrung in einem Beziehungsgeschehen in wohlwollender Weise gesehen zu werden, was Voraussetzung darstellt für die basale Sicherheit, in einem Beziehungsgeschehen willkommen zu sein.

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, R., 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, O. F., 1998), bereits sehr frühzeitig gelegt werden. Durch die erfolgte Reifungsacceleration von Kindern können wir mittlerweile davon ausgehen, dass dieser Entwicklungsschritt bereits früher beginnt, der eng verknüpft wird mit der Entwicklungsphase von schrittweiser Loslösung und Wiederannäherung (Mahler, M. S., u. a., 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. Die all dies mit zutreffenden Worten begleiten, seine Gefühle wohlwollend benennen und emotional Anteil nehmen an den inneren und äußeren Erfahrungen des kleinen Wesens. 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 entscheidende Grundlage ist der allmählichen 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 sei-

ner 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 dein Eindruck, sie könnten jederzeit „aus der Familie herausfallen“.“ (Sachse, R., 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 hat. 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 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, St. M., 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 wieder finden, 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 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 breit macht, zu fallen. Aufgenommen wird diese Erfahrung des sicheren Halts und Getragen seins 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 unnötigen 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 im Kontext von liebevoller Verbundenheit statt. Damit kann Beziehung als etwas erlebt und verinnerlicht werden, was Freiheit und Individuation in einem unterstützenden Kontext gewährt.

Viele der in den vorangegangenen Abschnitten dargestellten Ausführungen zur Problematik narzisstisch strukturierter Eltern könnten in dem Kontext von Unterstützung nochmal erwähnt werden. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass nur erwachsene Bezugspersonen, die das Erfahrungsprinzip in sich tragen, als Kinder in adäquater Weise unterstützt worden sind in der Entwicklung ihrer eigenen Selbstständigkeit, dies in weitgehend stimmiger Weise auch an ihre Kinder weiter geben 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 Schutz diesen Schutz auch in unserer späteren Kindheit bis in die frühe Jugendzeit hinein. Um das zu gewährleisten bedarf es Eltern, die aus ihrer eigenen Geschichte heraus die Erfahrung, als Kinder geschützt worden zu sein, in sich tragen 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.

Diese Notwendigkeit beginnt von Anfang an auf einer unmittelbaren körperlichen Ebene: der Säugling braucht Abschirmung und Schutz vor schädigenden äußeren Reizen (Lärm, grelles Licht, extremen 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, L., 2010, S. 284).

Auf der mehr symbolischen Ebene treten sie nach außen auch 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 seinen Eltern ist auch deren Bereitschaft, die Eigenständigkeit und Abgrenzung eines Kindes anzuerkennen, wenn es sich gegen deren Erwartungen zur Wehr setzt, die es als ungerecht oder unangemessen erlebt. Dazu rechnet natürlich auch die Fähigkeit von Eltern, mit Trotz oder Wut ihrer Kinder umgehen zu können, die im nächsten Abschnitt nochmal eingehender behandelt wird.

Reagieren Eltern darauf, 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 sie zu früh in eine Autonomie zwingen, die diese 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 wahrgenommen Sein, Kontakt und Schutz brauchen, dann verinnerlichen sie zunehmend die Erfahrung, alleine gelassen und ausgeliefert zu sein. Abhängigkeit und Bedürftigkeit werden als extrem demütigend für das Selbst erlebt und es entsteht ein immenser Entwicklungsdruck, alles dafür zu tun, um so schnell wie möglich unabhängig und autonom zu werden. Dies trägt häufig zur Herausbildung von Einstellungs- und Bewertungsmustern bei, die für narzisstische Strukturen typisch sind: der Ablehnung von Be-

ziehung, positiver Abhängigkeit und der Notwendigkeit von 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 Größen-selbst, das nach meinen Erfahrungen bereits frühzeitig in der kindlichen Fantasie entworfen wird. Klienten erinnern sich häufig noch an die frühzeitigen 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 prüden Klima der Adenauerzeit verbracht hat, 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 Kinder und Jugendlichen; die Verletzung oder der Protest gegen diese Normen wurde meist in völlig inadäquater Weise geahndet.

Im Pessó'schen Sinne hat dieses 5. Grundentwicklungsbedürfnis 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 wird kurz am Beispiel eines intensiven körperlichen Wutanfalls eines kleinen Kindes erläutert. Die darin enthaltene ungebundene und noch nicht hinreichende 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 A., Crandell J., 1991), der durch mehrere Aspekte geprägt 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 nicht eine einmalige Erfahrung 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. Klar ist, dass für die schrittweise Integration dieser Energien auch ein gutes elterliches Modell wichtig ist, wie auch eine spezifische Unterstützung situationsadäquater kindlicher Reaktionsmustern, die ihm helfen, sich im Leben in Kontext seiner Gefühle wie auch Bedürfnisse 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 gewähren lassen können in dem Bewusstsein, dass dies wesentlicher Teil der kindlichen Neugier und körperlichen Selbstexploration ist. Klare Grenzen braucht es innerhalb des familiären Systems um die 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. In dem Zusammenhang wird sehr klar, dass ein Elternteil, der sein Kind in manipulativer und grenzüberschreitender Weise für seine narzisstischen körperlichen oder sexuellen Impulse benutzt, in seiner Selbstentwicklung in gravierendster Weise schädigt. 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 darüber, was in ihrer Entwicklung wie auch in der ihrer eigenen Kinder alles schief gelaufen ist. Dies sind häufig Momente, in denen ich immer wieder klar mache, dass es sich dabei natürlich um ein idealtypisches Modell handelt, das wir vor allem in Sinne eines Form-Passform-Modells 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, das ich sinngemäß wiedergeben möchte: „Liebe heißt, den Anderen erkennen.“

Abschließen möchte ich diese Darstellung der Entwicklungsgrundbedürfnisse mit dem Hinweis, dass das Pessò'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, L., 2012).

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

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

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

**Einige Fallbeispiele zur Arbeit mit narzisstischen Störungen mit Pessò-Therapie:**

**Schlussbemerkung:**

## Literatur:

- Akhtar, S.: Deskriptive Merkmale und Differentialdiagnose der Narzisstischen Störung. In: Kernberg, O. F., Narzisstische Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart, 1998
- Cooper, A. M.: Narzissmus und Masochismus: Der narzisstisch-masochistische Charakter. In: Kernberg, O. F., Narzisstische Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart, 1998
- Doering, St.: Phänomenologie und Diagnostik der narzisstischen Persönlichkeitsstörung. In: Dammann, Sammet, Grimmer (Hrsg.): Narzissmus. Stuttgart, 2012
- Gündel, H.: Somatisierung und Alexithymie – Körperliche Dimensionen des Narzissmus. In: Dammann, Sammet, Grimmer (Hrsg.): Narzissmus. Stuttgart, 2012
- Hartmann H. P.: Narzisstische Störungen – Ein Überblick. In: Kernberg O.F, Hartmann: Narzissmus, Schattauer, Stuttgart 2006, S. 13.
- Hirigoyen, M.-Fr.: Die Masken der Niedertracht. München, 2013.
- Johnson, St. M.: Der narzisstische Persönlichkeitsstil. Bergisch Gladbach, 2011
- Kohut, H.: Narzissmus. Frankfurt a. M., 1973
- Kernberg, O. F.: Eine ich-psychologische Objektbeziehungstheorie der Struktur und Behandlung des pathologischen Narzissmus – Ein Überblick. In: Kernberg, O. F., Narzisstische Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart, 1998
- Kernberg, P. F. (1998): Narzisstische Persönlichkeitsstörungen in der Kindheit. In: Kernberg, O. F., Narzisstische Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart, 1998
- Mahler, M. S. u. a. (2008): Die psychische Geburt des Menschen: Symbiose und Individuation von Margaret S. Mahler, Fred Pine und Anni Bergman. Frankfurt a. M.
- Pesso A., Crandell J.: Moving Psychotherapy. Brookline Books, 1991
- Pesso A. (2008a): Werden, wer wir wirklich sind. In: Pesso A., Perquin L.: Die Bühnen des Bewusstseins Oder: Werden, wer wir wirklich sind. CIP-Medien, München, 2008; S. 43 – 60
- Pesso A. (2008b): Die Saat der Hoffnung kultivieren. In: Pesso A., Perquin L.: Die Bühnen des Bewusstseins Oder: Werden, wer wir wirklich sind. CIP-Medien, München, 2008; S. 93 – 111.
- Sachse R.: Histrionische und narzisstische Persönlichkeitsstörungen. Göttingen, 2002
- Schrenker L. (2008): Pesso-Therapie: Das Wissen zur Heilung liegt in uns. Klett-Cotta, Leben lernen, Stuttgart, 2008.
- Schrenker L. (2010). Die Behandlung traumatischer Störungen mit Pesso-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 Pesso-Therapie (PBSP). Psychotherapie 17. Jahrg. 2012, Bd. 17, Heft 2© CIP-Medien, München
- Walter, M. (2012): Sucht und Narzissmus: Eine aktuelle Übersicht. In: Dammann, Sammet, Grimmer (Hrsg.): Narzissmus. Stuttgart, 2012

Wirth, H.-J. (2006): Pathologischer Narzissmus und Machtmissbrauch in der Politik. In: Kernberg  
O.F, Hartmann: Narzissmus, Schattauer, Stuttgart 2006, S. ....- .....