

Dr. med. Michael Czerny

Psychotherapeut in Stuttgart

Narzissmus und Gruppendynamik

Der **Begriff des Narzissmus** ist uns aus der klassischen psychoanalytischen und Ich-psychologischen Literatur weitgehend bekannt. Wir kennen die Unterscheidung, die Freud zwischen einem primären und einem sekundären Narzissmus machte. Einmal bedeutet es die ozeanische Verschmelzung des Kleinkindes mit seiner Mutter, zum anderen die Unfähigkeit, andere Objekte als sich selbst zu besetzen. Der Narzissmus wird also als ein Stadium der menschlichen Entwicklung bezeichnet, als eine immens wichtige und unerlässliche Etappe auf dem Weg zur Reife, die aber in einer normalen Entwicklung irgendwie überholt, hinter sich gelassen werden muss. Die **narzißtische Störung** taucht im späteren Leben auf, wenn der Versuch gemacht wird etwas während dieses Stadiums Versäumtes wieder gut zu machen und nachzuholen, ein Versuch jedoch, der aus welchen Gründen auch immer fehlschlägt und als pathologisch gilt. Von dieser narzißtische Störung rührt es dann her, dass im speziellen und allgemeinen Sprachgebrauch Narzissmus mit einem eher negativen Unterton gebraucht wird. Aber schon in der psychoanalytischen Begrifflichkeit des Narzissmus liegt eine tiefe einschneidende Ambivalenz, auf der einen Seite ist das narzisstische Stadium eine grundlegende Notwendigkeit für die Persönlichkeitsentwicklung, auf der anderen wird die narzisstische Persönlichkeit beinahe moralisch als egoistisch oder ich-inflationär verurteilt. Hinter dem Mythos des Narziss aus der griechischen Sagenwelt können wir jedoch noch mehr entdecken als nur die völlige Selbstbezogenheit oder die Existenzstörung -nämlich den Blick, den der Mensch auf sich selbst wirft-. Das heißt, dieser Mythos stellt für uns ein Drama dar, eine immerwährende gegenwärtige Dynamik des Ichs, das als solches nie an Aktualität verlieren wird.

Dazu in kurzer Form die ursprüngliche **Sage um Narziss**:

Narziss war der Sohn des Flussgottes Kephissos und einer Nymphe. Eine Weissagung besagte, er würde sehr alt werden, wenn er sich niemals selbst sehen würde. Er wurde von allen Jünglingen und Mädchen umschwärmt, ohne deren Gefühle erwidern zu können. Auch die Nymphe Echo verliebte sich in ihn und siechte vor Liebeskummer dahin, als auch sie abgewiesen wurde. Daraufhin wurde er von der Vorhersehung verurteilt, sich selbst in jemanden zu verlieben, ohne dass seine Liebe erwidert würde. In einem Quellbecken erblickte er sein eigenes Spiegelbild und verliebte sich hoffnungslos in dieses. Außerstande diesen Gegenstand seiner Liebe zu erreichen, tötete er sich selbst. Sein Blut tränkte die Erde, und ihr entsprangen die weißen Narzissen.

Die Narzissen wurden im Mittelmeerraum bei Begräbnis- und Heiratszeremoniellen gebraucht. Das Narzissenöl war auch ein wohlbekanntes Narkotikum. Somit hat Narziss wohl etwas von einem Frühlingsblumenheld an sich, stellt aber auch eine Verbindung zur Unterwelt dar. Er verkörpert den Mythos von Tod und Wiedergeburt, ein Abbild der menschlichen Existenz überhaupt. Narziss ist das Kind eines Flussgottes und einer Nymphe und entstammt somit dem natürlichen Lauf des Lebens, sein Schicksal ist eingebettet im natürlichen, unausweichlichen Fluss der Dinge. Er ist schön und lebendig und zieht die Libido auf sich. Es scheint so, als ob er die Urvitalität des Ich darstellen würde, die als solche fähig sein könnte, die unbewussten Anteile der Seele zu aktivieren und zu dynamisieren. In seiner selbstgenügsamen Art ist Narziss sich jedoch nicht bewusst, dass er durch ein aktives Ich-Dasein auch Beziehung zu dem anderen Teil seiner Persönlichkeit aufnehmen könnte wie

auch zu der Welt der anderen, der Objekte. In seiner Selbstbezogenheit wird ihm immer wieder das Spiegelbild seines Ichs vor Augen gehalten. Er versucht es vergeblich zu greifen, jagt ihm fasziniert nach, ohne durch die Spiegeloberfläche hindurchdringen und mit seiner eigenen Tiefe, mit seinem eigenen Dunkel Bezug aufnehmen zu können.

Es ist zwar so dass wir nicht immer im Zustand der Bezogenheit leben können, weder auf unsere Seele hin noch auf den anderen und die Welt, jedoch im Mythos wird deutlich, wohin eine ausschließliche Ich-Bezogenheit führen kann.

Allerdings scheint mir, dass durch diesen Mythos, das existentielle Drama des Menschen auf der Welt, auch Möglichkeiten gewiesen werden, unser Mensch-sein, unser Menschlich-sein im Spiegelbild des Wassers des Unbewussten zu erblicken und damit auch zu erkennen. In dem Moment, in dem ich mich selbst erblicke und entdecke, bin ich auf radikale Weise von mir selbst getrennt, und dies kann eine grundsätzliche Änderung meiner Situation bewirken. Es ist dies die **Erfahrung jeder Bewusstwerdung**: ich entdecke mein Abbild und zugleich die Unmöglichkeit, mich ihm angemessen zu nähern, ihm zu begegnen, was um so schmerzlicher ist, als ich mich so klar wahrnehmen kann. Dies ist auch das archetypische Bild jeder Reflexion, bei der mir Gedanken nur gebündelt und geordnet widerspiegeln, was bei mir schon vorgeformt vorhanden war.

Es ist die Tragik des menschlichen Daseins, dass der Blick den ich, den mein Ich, um mich zu entdecken, auf das Wasser, das Unbewusste werfe, für mich lebensnotwendig, aber zugleich auch unausweichlich illusorisch ist. Ich glaube, mich in meiner eigenen Tiefe zu entdecken und stoße doch nur auf ein Abbild meines Ichs. Meine eigene Selbstentdeckung besteht so aus einer Sammlung von Ich-Projektionen auf den Spiegel des Unbewussten, der mir jedoch nur dasjenige Bild vermittelt, das ich sehen kann und will. Dies entspricht ja der unglückseligen Tatsache, dass mein Bewusstsein, weil es vom Unbewussten so weit getrennt ist, in seinem Unglück durch sich selbst fasziniert wird, wodurch sich die Spaltung der Seele noch weiter vertieft. Diese Faszination durch das eigene Bild stößt von selbst auf ihre Grenze. Es ist eine Faszination, die sich selbst erschöpft, da ihr Objekt sie zugleich gefangen hält aber nicht ernährt, ihr keine Libido zufließen lässt. Narziß zehrt sich zu Tode, oder in einer anderen Lesart des Mythos: er beschleunigt diesen Tod durch Selbstdestruktion, durch Selbstmord. Hier wird die Depression oder auch Wut erkennbar, die den Menschen ergreift wenn seine Selbsterkenntnis auf ihre Grenze stößt, wenn z.B. er seine bewussten Ich-Ziele nicht zu erreichen vermag. Hier erkennen wir auch unschwer die unkontrollierbare Wut und das Aggressionspotential des narzisstisch gestörten Menschen wieder.

In der Jung'schen Psychologie wird das Ich des Menschen als Ich-Komplex begriffen, der noch der Unter- und Einordnung in das übergeordnete Selbst bedarf. Geschieht das nicht in der psychischen Entwicklung der Reifung des Menschen, so funktioniert dieser Ich-Komplex autonom, ohne Beziehung zu seinem unbewussten Reservoir. Durch die Ich-Bezogenheit, die Faszination durch sein Spiegelbild, kann sich der Mensch nicht die Quellen zu seinem Unbewussten erschließen, d.h. er findet keine Möglichkeit, seine Persönlichkeit um die für ihn noch notwendigen Anteile zu bereichern, zu erweitern.

Das Ich sollte sich also in der Weise verändern und verwandeln, dass es sich dem Selbst unterordnen kann vom Selbst dominiert werden kann. Für eine solche Verwandlung bedarf es jedoch auch des Sterbens, des Sterbens von der Entwicklung der Persönlichkeit überholten Aspekte des Ich. Das Ich braucht daher auch diese Freiheit, durch sich selbst so fasziniert sein zu dürfen, dass es bis zum Höhepunkt und Ende dieser Faszination gelangt. Erst dann ist es möglich - um im Mythos fortzufahren - dass Narziß in der Unterwelt, d.h. im Unbewussten, sein wahres Abbild findet, es ergreifen und begreifen kann. Ich habe versucht, den Mythos in die Welt des Psychischen zu übersetzen. Dadurch sind wir auf zwei gegensätzliche Wege gestoßen. Dies ist jedoch nicht verwunderlich, wo wir doch wissen, dass jedes psychische

Phänomen durch entgegengesetzte Pole bestimmt wird. Der Mythos von Narziss ist eingebettet in die Dynamik von Tod und Wiedergeburt. Auf psychischer Ebene heißt dies, dass derjenige Mensch der den Mythos des Narziss leben und leiden muss, sich leider allzu häufig auszehrt in der Faszination des Spiegelbildes seines ungenügenden Ichs. Seine Versuche etwas während seiner frühesten Reifungsstadien Versäumtes wieder gut zu machen, schlagen fehl, weil er alleine es nicht vermag dieses Spiegelbild sterben zu lassen, um sich neu zu orientieren und sich auf ein höheres Ordnungsprinzip als es sein Ich-Bewusstsein war hin zu orientieren. Dieser Ordnungsfaktor ist uns in der Jung'schen Psychologie als Selbst bekannt und der gefahrenreiche Weg dorthin als Individuation. Mir erscheint es äußerst wichtig, sich diesen Mythos von Narzissos immer wieder in Erinnerung zu rufen, wenn wir jetzt und auch in Zukunft uns mit Gruppenphänomenen beschäftigen und Gruppensituationen betrachten. Also kehren wir von unserem Ausflug in den Mythos zurück und schauen uns an, wie sich Narzissos in einer therapeutischen Gruppe, speziell in der Gestaltungsgruppe, verhält. Sie erinnern sich aus unseren früheren Begegnungen, dass wir die Gruppensituation als einen magischen Kreis betrachten können, einen Kreis der Sicherheit und Geborgenheit vermitteln kann und in dem etwas mit demjenigen geschieht, der in ihn hineintritt. Gruppendynamik verstanden als magischen Zauber, als angerührt sein, als Möglichkeit zur inneren Wandlung. Wir erinnern uns an Narzissos, der im Quellbecken sein eigenes Abbild erblickt. Auch dieses Quellbecken wird ein eingefasster Kreis gewesen sein, der ihn und sein Abbild umfasste (ich verweise auf die Symbolik des Taufbeckens, in dem die Verwandlung zum bewussten Menschen geschieht).

"Der Narzissmus ist die Krankheit unserer Zeit". Mit diesem Ausspruch wird der Narzissmus eingebettet in unser Zeitgeschehen und in unsere Gesellschaft. Der Mensch ist "die Krone der Schöpfung", ein gigantischer Wettlauf und Wettstreit hat begonnen um noch mehr Wissen, Wissen über den Menschen. Wissen dient der Selbsterkenntnis des Menschen, aber auch seinem Selbstgenuss, quasi eine Humanistische Nabelschau. Das Wissen über sich selbst fasziniert den Menschen, es hat sich von ihm gelöst und den Charakter eines autonomen Komplexes angenommen. Ich erinnere wieder an das unerreichbare Spiegelbild des Narzissos. Die Menschen klagen heute über einen Mangel an Empfindungen, sie jagen starken Erlebnissen hinterher versuchen das schlaffe Fleisch zu neuem Leben aufzupeitschen und mühen sich, abgestumpfte Sinnesreize wieder zu beleben. Sie verdammen das Über-Ich und verherrlichen das verlorene Sinnesleben. Mit dem Abbau aller Formen patriarchaler institutionalisierter Autorität wird das kollektive Über-Ich in einer permissiven Gesellschaftsordnung geschwächt. Hierbei wird jedoch die Entwicklung eines harten, strafenden, individuellen Über-Ich gefördert, das wegen der fehlenden gesellschaftlichen Verbote immer stärker von archaischen destruktiven und aggressiven Impulsen bestimmt wird. In der Bedrohung der eigenen aggressiven Regungen, dieses inneren Ungeheuers, wird ein immenses Phantasiegebäude von Reichtum, Schönheit und Allmacht aufgebaut. Der Narzissmus scheint fast die beste Art und Weise zu sein, sich den Spannungen und Ängsten des modernen Lebens gewachsen zu zeigen und den Anforderungen des heutigen Gesellschaftsmenschen zu entsprechen. Der Narzisst kann also im Alltagsleben durchaus bestehen, andere Menschen sogar bezaubern, auch auf Grund einer Pseudoeinsicht in die eigene Persönlichkeit. Durch die gleichzeitige Abwertung der Mitmenschen und seine geringen Sublimierungsmöglichkeiten bleibt er jedoch von der Bewunderung der anderen und deren Anerkennung abhängig, er führt eine parasitäre Existenz. Eine Gesellschaft, die die narzisstische Projektion aggressiver Impulse nach außen bestärkt und unfähig ist, den Glauben an die Zukunft wieder neu zu beleben, kann nur Menschen hervorbringen, die im Innersten antisozial sind. Dass heutzutage Selbsterhaltung und psychisches Überleben als so starke Motive erscheinen, hat jedoch nicht nur gesellschaftlichen Ursprung, sondern spiegelt auch die

subjektive, individuell Erfahrung von Leere und Isolation, von maßloser, unterdrückter Wut und unbefriedigter oraler Sucht wider. Die Persönlichkeitsstruktur wird von archaischen Elementen beherrscht, und das Selbst schrumpft auf einen passiven und urzeitlichen Zustand zurück. Das selbstsüchtige Ich bildet sich zurück zu einem Zustand, der pompös, narzisstisch, infantil und leer ist. Dieses Ich braucht nur noch seinen Seelenfrieden und kann sich nicht mehr zu einem Reifungsprozess emporraffen. Es giert nach Bewunderung, verachtet aber zugleich alle, die es dazu bewegen kann, ihm Bewunderung zu zollen. Dieses Ich ist unersättlich in seinem Hunger nach Gefühlserlebnissen und geängstigt von Alter und Tod.

Es fällt wohl nicht schwer, im narzisstisch gestörten Menschen von heute den Narzissos der griechischen Sagenwelt wieder zu finden. Seine eitle Selbstbeschau wird aufgebläht durch die Bewunderung und Zuwendung seiner Mitmenschen. Er jedoch hat aus seinem entleerten Seelenleben ihnen nichts entgegenzubringen. Er vermag von sich aus keinen Kontakt mit den anderen und der Welt aufzunehmen. Er hat keine Möglichkeit, durch aktives Hinzutreten und Ergreifen seine Umgebung zu beeinflussen und Impulse zu setzen, sein Leben und die Welt zu wandeln.

Wir können uns vorstellen, mit welchen Ängsten, aber auch mit welchen Sehnsüchten und Hoffnungen solch ein Mensch in eine **therapeutische Gruppe** eintritt. Hier hofft er durch die symbiotische Auflösung im Gruppenselbst die Enttäuschung aus seiner eigenen Kind-Mutterbeziehung wieder gut zu machen, er ersehnt sich Wohlbefinden und Seelenfrieden. Auf der anderen Seite -welch ein Wagnis- als Einzelner, als Isolierter und Menschenverächter in dieser Gruppe von Mitmenschen gehalten und gefangen zu sein. Er muss unter anderen sein, sich der Pluralität der Gruppe aussetzen und die einseitige Aufmerksamkeitszuwendungen des Einzeltherapeuten entbehren. Er erlebt die Gruppe als omnipotentes Objekt, als frühe Mutter. Durch seine Tendenz, Objekte in gute und böse Teilobjekte aufzuspalten, wird er zunächst massiv geängstigt, gleichzeitig aber sehnsuchtsvoll angezogen. Er jagt "dem Glanz im Auge der Mutter" nach, muss in seinen Allmachtsphantasien den "Platz an der Sonne" erobern, in der Gruppe Ansehen genießen und seinem Bedürfnis, angesehen und ansehnlich zu sein, nachkommen. Auf der anderen Seite fürchtet er sich vor der kleinsten Enttäuschung und der Zurückweisung. Und wieder erinnern wir uns an die Situation im Mythos, Narzissos ist von seinem eigenen Bild im Quellgrund fasziniert und angezogen. Bei der Berührung, beim Ergreifen-wollen, d.h. auch Begreifen-wollen, zerfließt dieses Bild im aufgewühlten Wasser.

Beim Eintritt des Einzelnen in eine therapeutische Gruppe unterzieht er sich einem Verschmolzenheitsphänomen, das uns an die frühe Menschheitsgeschichte erinnern kann, in der das Individuum noch nicht als selbstständige Einheit vorhanden war, sondern nur die Gruppenpsyche dominierte und ein Selbstständigmachen des Einzel-Ichs nicht erlaubte. Es besteht eine weitgehende Integration des Einzelnen durch die Gruppe, etwa in der Analogie von Organ und Körper, jedoch nicht als in der von Teil und Summe. Das heißt der Einzelne ist ein wichtiges Glied der Gruppe, ohne das sie sich amputiert fühlen würde, und es ist nicht so, dass beim Austritt des Einen die Summe der Gruppe nur um diesen Einen sich verkleinern würde - es ist also auch ein qualitatives und nicht nur ein quantitatives Problem. Wir haben ja auch früher erkennen können, dass die Gruppenpsyche mit einem eigenen kollektiven Bewusstsein und auch Unbewussten arbeitet.

Es ist nun leicht vorstellbar, wenn Narzissos als Gruppenteil in der Gruppenpsyche enthalten ist, dass er nun, wenn er sich über das Quellbecken beugt, nicht sein eigenes Anglitz sieht, sondern eher das Gesicht der Gruppe widergespiegelt bekommt.

Für Narzissos geschieht nun eine Veränderung auf bewusster und unbewusster Ebene. Immer wenn er die Faszination durch sein eigenes Spiegelbild wiedererleben will, sieht er das Gesicht

der Gruppe vor sich. Jetzt gibt es keine Flucht und kein Entrinnen für ihn er ist eingebunden in den Gruppenverband, er muss sich mit diesem Gruppenbild auseinandersetzen. Schon die Tatsache, dass er nun von einem anderen Bild ergriffen ist als von nur dem eigenen, bedeutet für ihn einen tiefen Einschnitt in seine bisherigen Erlebnismöglichkeiten. Diesem Ergriffensein durch das kollektive Gruppenbild liegt eine archetypische Konstellation zugrunde, d.h. ein Anordnungsfaktor, der der menschlichen Seele eigen ist. Hier liegt dann auch die Chance und die Möglichkeit für den Einzelnen in der Gruppentherapie. Durch die Beziehung auf diesen Archetypus werden richtungsgebende und anordnende Energien in jedem Gruppenteilnehmer frei, die er für sein persönliches Defizit nutzen kann.

So ist es auch für Narzissos, der im Sicheinordnen eine neue Qualität seines Verhaltens kennenlernen kann. Sein eigenes Spiegelbild, das bislang ausschließlich für ihn von Bedeutung war, verliert an Anziehungskraft. Er spürt die bewussten und unbewussten Kräfte des Kollektives, des kollektiven Daseins. Indem er Beziehung zur Gruppe als kollektives Bild aufnimmt, spürt er nicht nur das kollektive Verbundensein mit den anderen im Gruppensetting, sondern auch das allen gemeinsame kollektive Unbewusste. Bei weiterer Dynamisierung der Gruppe, weiterer Bewusstwerdung unbewussten Gruppenmaterials, gelingt ihm eine stärkere Ausdifferenzierung seiner Individualität; und er kann die ersten Schritte unternehmen, mit jedem einzelnen Gruppenmitglied die jeweils notwendige persönliche Beziehung herzustellen. Das heißt, die Faszination seines Selbstbildes ist verblichen, und die Neugierde für den anderen ist an deren Stelle getreten. Durch die Beziehung zum anderen, zu der Welt des anderen besitzt er auch die Möglichkeit, ein neues Verhältnis zu der Welt der Objekte herzustellen, die Welt für sich neu zu entdecken.

Wir haben nun zum Schluss noch einen wichtigen Aspekt zu betrachten, nämlich, welchen spezifischen Wirkkräften setzt sich Narzissos in der **Gestaltungstherapiegruppe** aus. Das Unbewusste ist der Lebensraum, in dem die Kreativität keimt, in dem es gärt und brodeln, Energien sich ansammeln und stauen und nach Ausdruck suchen. Dieser Gärungsprozess wird durch das Ergriffensein in der archetypischen Situation in der Gruppe verstärkt. Das Gestalten gibt nun die Möglichkeit, Energien umzusetzen und auszuformen, sie werden gebündelt und zu einer Formulierung ihrer Inhalte geleitet. Die Gestaltung ist das Instrument, durch das sich das Unbewusste durch die befreiende Geburt seiner Inhalte wieder Raum für neue Energie und deren Verdichtung schafft. Kreativität ist Aktivität, Gestaltung ist Erleben. Das Gestalten fasst zugleich und gestaltet das Erlebte. Die bildgewordenen seelischen Inhalte bedeuten für den Gestaltenden ein Gegenüber, zu dem er Beziehung aufnehmen kann, sie wirken auf ihn. Sie tun dies um so stärker, je mehr sich der Gestaltende in den Prozess des unbewussten Gestaltens einlässt. Das Gestalten ist ein Bild der Seele und prägt sich, real geworden, von außen her dem Bewusstsein ein. Das Ausgedrückte gewinnt somit selbsttätig eine Qualität des Beeindruckens. Für Narzissos bedeutet dies, dass er beim Blick in das Quellbecken ein weiteres Bild erkennt. Hier taucht aus der Tiefe der Quelle etwas auf, was die Spiegelung seines Ich-Komplexes durch seine wirkende Kraft zur Auflösung bringt. Es ist ein Bild, es sind Bilder, wie er auch ist. Er schaut seine eigenen tiefen, bisher im Dunklen des Unbewussten gelegenen Seelenbereiche von Angesicht zu Angesicht. Das selbstbezogene Ich wird plötzlich in verwirrender Weise mit einem Bild konfrontiert, das auch Ich selbst ist. Es ist so, als wenn der bislang auf das nahe Spiegelbild seiner Ich-haftigkeit konzentrierte Blick sich in die Weite, d.h. in die Tiefe richtet und das bislang in der Nähe Geschaute zu verschwimmen beginnt. Die Faszination des Ichs gehört jetzt dem Bild der Seele und nicht mehr dem begrenzten seiner Ich-haftigkeit. Es kommt nun zu einer tätigen Zwiesprache mit den inneren Bildern, d.h. mit dem Unbewussten. Die Begegnung mit seinen inneren Bildern wird von jetzt an für Narzissos

wegweisend sein für den Einsatz seiner persönlichen Kräfte, die nicht mehr an das Spiegelbild seines eitlen Ich-Komplexes gebunden sind.

Das Spiegelbild, das Narzissos anfänglich im Quellbecken gesehen hat, wird nicht und soll auch gar nicht völlig verschwinden. Es bleibt notwendig, um die eigene menschliche Begrenztheit, die Einschätzung der realen Möglichkeiten in der Begegnung mit dem Leben aufrecht zu halten. Narzissos hat bei einer erfolgreichen Therapie die Fähigkeit erlangt, sich von der Faszination seiner Ich-haften Spiegelung zu lösen und durch Akkomodationsänderung seinen Blick auf andere Bilder einzustellen. Er sollte gelernt haben, zu sich selbst - im Sinne eines das Ich überschreitenden Ordnungsfaktors in seiner Seele - und zu der Welt der anderen Beziehung aufnehmen zu können.

Manuskript nach einem Seminar das von Herrn Dr.med. Czerny geleitet wurde.