



Narzissmus

Die Sucht nach Bestätigung

Narziss, der Sohn eines Flussgottes und einer Nymphe, war der griechischen Sage nach so stolz und unnahbar, dass die Götter ihn mit einer unstillbaren Liebe zu sich selbst bestrafen: Er verzehrte sich nach seinem Spiegelbild, in dem er sich selbst nicht erkannte. Susanne Boucsein, Psychologische Beraterin und Coach, erläutert, wie Narzissten „funktionieren“ und warum sie so gefährlich für ihre Umgebung sind.

Narzisstische Anteile hat jeder in sich. Ein „positiver Narzissmus“ äußert sich in einem gesunden Selbstwertgefühl. Narzisstische Persönlichkeiten hingegen haben ein übersteigertes Ego. Unter ihrer Persönlichkeitsstörung leiden vor allem die Menschen in ihrer Umgebung. Narzissten kennen nur einen Lebensmittelpunkt: sich selbst oder „Me first“. Oft sind es Menschen, die andere für ihre eigenen Interessen ausbeuten, die stets in den Vordergrund drängen, sich größer machen als sie sind und mangelnde Empathie besitzen. Auch wenn es oft heißt, sie hätten ein übersteigertes Selbstwertgefühl, steht das in der Tat auf tönernen Füßen. Narzissten haben im Gegenteil sehr viele Selbstzweifel und gleichen das durch ihr grandioses Auftreten aus. Aufmerksamkeit und Bewunderung, Lob, Bestätigung und Zuwendung braucht der Narzisst wie andere die Luft zum Atmen. Liefert die Umgebung diese „Nahrung“ nicht mehr, wird sie ausgetauscht: Partner und Partnerinnen ebenso wie Mitarbeiter. Wer nicht ausgetauscht werden kann – beispielsweise Arbeitskollegen – wird gegängelt, entwertet, gemobbt und schikaniert. Auf Kritik reagieren Narzissten aus Gründen des Selbstschutzes häufig äußerst

aggressiv, mit Beleidigungen und Unterstellungen. Sie leugnen Fehler und geben anderen die Schuld. Wer nicht Fan ist, ist Feind – und wird entsprechend behandelt. Der Narzisst macht in dieser Hinsicht auch vor den eigenen Kindern nicht Halt. Menschen, die über längere Zeit Beziehungen zu Narzissten unterhalten – gleich welcher Art – nennt man Co-Narzisst. Sie zahlen meist einen hohen Preis: Denn ohne professionelle Unterstützung hinterlassen die ständigen Schuldzuweisungen, Beleidigungen und Herabwürdigungen der eigenen Person Spuren im eigenen Selbstwertgefühl und an der eigenen Seele.

Unser
Expertin



Susanne Boucsein ist Psychologische Beraterin und Coach im Kreuzviertel. Sie beschäftigt sich seit Längerem mit dem Thema „(Co-)Narzissmus“ und hat sich u.a. auf die Unterstützung der Partner von Narzissten spezialisiert. Mehr zum Thema unter: www.susanneboucsein.de/aktuelles

Susanne Boucsein

Psychologische Beraterin & Coach aus Leidenschaft



Susanne Boucsein hat ihren Traumberuf gefunden. 20 Jahre lang sammelte sie Erfahrungen in Wirtschaftsunternehmen und Behörden, bevor sie sich 2013 entschloss, noch einmal die „Schulbank zu drücken“, sich

in den Bereichen Psychologie und Kommunikation weiterzubilden und ihren Traum zu verwirklichen.

2018 hat sie sich im Kreuzviertel ihr eigenes, kleines Reich eingerichtet – und sich auf Burnout-Beratung, Stressprävention, Lebens- und Frauenberatung sowie die Unterstützung in der Lebensphase „50 plus“ spezialisiert. Bei der lebensfrohen, energiegeladenen Frau darf jeder sein und bleiben, wie er ist, „mit allen schönen Ecken und Kanten“, wie Susanne Boucsein versichert. Menschen zu fördern und darin zu unterstützen, ihr Leben nach den eigenen Vorstellungen zu leben und nicht an den Erwartungshaltungen anderer zu orientieren, ist ihr eine Herzensangelegenheit. „Wer von innen nach außen lebt statt fremdbestimmt den Plänen anderer zu folgen, führt definitiv ein glücklicheres und erfüllteres Leben“, so ihr Credo. Susanne Boucsein betreibt mit ihren Klienten und Klientinnen keine „Nabelschau“, sondern arbeitet praxisnah und lösungsorientiert – zum Beispiel zu Themen wie Selbstbewusstsein oder narzisstische Beziehungen. Mit Empathie und Wertschätzung begleitet sie Menschen durch Phasen der Trennung und Scheidung oder der beruflichen und persönlichen Neuorientierung und erarbeitet gemeinsam mit ihnen individuelle Wege zum persönlichen Ziel. Ein „Ich kann nicht!“ kommt in ihrem Vokabular nicht vor: „Wenn etwas schwierig ist, suchen wir eine Lösung. Und die finden wir auch. Immer!“, weiß sie aus Erfahrung. Susanne Boucsein hat ihr „Handwerk“ über viele Jahre von der Pike auf gelernt und bringt einen reichen Schatz an Lebenserfahrung mit. Sie gehört dem Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater an.



Susanne Boucsein Beratung und Coaching

Raesfeldstr. 47, 48149 Münster, Tel. 0163-7723275

www.susanneboucsein.de