


PSYCHOLOGIE HEUTE

BEZIEHUNG

Ist Narzissmus ansteckend?

Toxische Beziehungen: Wie Partner von Narzissten deren Strategien nachahmen.

VON SUSANNE ACKERMANN

 09. OKT 2019

Ist es möglich, dauerhaft mit einem Narzissten zu leben? In jedem Fall scheint es ziemlich anstrengend zu sein. Denn damit Narzissten von ihren Partnern bekommen, was sie brauchen, manipulieren und konkurrieren sie. Wie drei Studien aus den USA erstmals zeigen, steckt dieses negative Verhalten offenbar die Partner an: Die weniger narzisstischen Partner ahmen es nach. Die Versuchsteilnehmer schilderten das gleiche Verhalten wie ihre narzisstischen Partner, vor allem in negativer Hinsicht. Dies könnte erklären, so die Forscher, warum die Rivalität der Narzissten sich in langfristigen Beziehungen so schädlich auswirke.

Bewunderung

In den drei Studien gingen die Psychologen zunächst der Frage nach, mit welchen Verhaltensstrategien Narzissten versuchen, ihre Partner dazu zu bewegen, sich in ihrem Sinne zu verhalten. Die erste Strategie ist die Bewunderung: Narzissten sind charmant und einnehmend und tun Dinge, um bewundert zu werden. Zu Beginn einer Beziehung funktioniert das. Narzissten kommen gut an und faszinieren potenzielle Partner.

Rivalität

Die zweite, weitaus schädlichere Strategie ist die Rivalität, die vor allem in Langzeitbeziehungen zum Tragen kommt: Narzissten befinden sich im Konkurrenzkampf mit anderen, weil sie ihr Ego schützen und sich verteidigen wollen. Wie die Studien zeigen, beeinflussen sie ihre Partner dabei indirekt, damit diese sich nach ihnen richten. Sie setzen sie beispielsweise unter Druck oder strafen sie ab, indem sie sie längere Zeit ignorieren. Ahmen die Partner dies nach – aus welchen Motiven heraus auch immer –, leidet die Beziehung.

Selbstwert statt Nähe

Narzissten gehe es in der Partnerschaft weniger darum, Intimität und Nähe zu pflegen, sondern eher darum, ihr Selbstwertgefühl aufrechtzuerhalten und zu schützen, erklären die Psychologen. Die Ergebnisse sagen laut den Forschern nichts darüber aus, was zuerst da ist: die narzisstischen Einflussstrategien oder der Narzissmus selbst.

Destaney Sauls u.a.: How do narcissists get what they want from their romantic partners? The connections that narcissistic admiration and narcissistic rivalry have with influence strategies. *Personality and Individual Differences*, 147, 2019. [DOI: 10.1016/j.paid.2019.04.025](https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.025)

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Machen wir unsere Kinder zu „Überleistern“?

Die Gesellschaft macht Kinder zu „Überleistern“, sagt die Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm. Welche Formen es gibt und was Eltern tun können.

2 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

3 BEZIEHUNG

Toxische Beziehung

Wenn der Partner sich immer öfter abwertend verhält, stellt sich die Frage, wie man Liebe wieder ins Gleichgewicht bringt – oder hinter sich lässt.