


PSYCHOLOGIE HEUTE

LEBEN

Hochsensibilität: Narzisstische Züge

Hochsensible Menschen nehmen alles intensiver wahr, werden öfter von starken Gefühlen überschwemmt. Inwiefern spielt Narzissmus dabei eine Rolle?

VON SUSANNE ACKERMANN

 04. NOV 2022

Manche Menschen, die sich selbst als hochsensibel empfinden, zeigen laut einer neuen Studie ein gewisses Anspruchsdenken: Sie wollen Unannehmlichkeiten und zu viel Aufregung vermeiden und denken, dass sie das aufgrund ihrer ungewöhnlichen Wahrnehmung auch verdient haben. Die Forscher nennen diese Mischung aus Hochsensibilität und Anspruchsdenken „hypersensitiven Narzissmus“. Diese Haltung geht auch einher mit einem geringen Selbstwertgefühl.

In zwei Studien wurden rund 600 Personen Fragebögen zu Hochsensibilität, Narzissmus, Anspruchsdenken, Selbstwertgefühl vorgelegt. Die Hochsensiblen berichteten, auf unangenehme Situationen

sehr stark zu reagieren. Diese Eigenschaft könne bei ihnen zu Negativkreisläufen und Rückzug führen.

Sie neigten dazu, sich als etwas Besonderes zu sehen, und hätten den Anspruch, wegen ihrer erhöhten Sensibilität negativen Erfahrungen aus dem Weg zu gehen. Dies schwäche aber auch ihre Verbundenheit zu anderen. Hochsensible neigten zu Fantasien der Grandiosität, was sie aber vor anderen verbergen. Die Forscherinnen und Forscher schreiben, sie wollten darlegen, wie Hochsensible sich selbst wahrnehmen, es gehe ihnen nicht um Pathologisierung.

Emanuel Jauk u.a.: Do highly sensitive persons display hypersensitive narcissism? Similarities and differences in the nomological networks of sensory processing sensitivity and vulnerable narcissism. Journal of Clinical Psychology, 2022. DOI: 10.1002/jclp.23406

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

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

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Keine Angst vor ... dem Schwimmen

Fluchterfahrungen machten es Hanan Saeed Abdo lange Zeit unmöglich, schwimmen zu lernen. Bis ihr jemand Vertrauen gab.

2 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

3 LEBEN

Narzissmus

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