

Zeit für Erfüllung

Narzißmus aus körpertherapeutischer Sicht

von Michael Munzel

Als Folge einer immer ausgeprägteren narzißtischen Kultur besitzt die Behandlung von Menschen mit einer narzißtischen Problematik einen großen Stellenwert in der körpertherapeutischen Praxis. Unzweifelhaft haben sich die traditionellen Techniken Reichianischer Körperarbeit nicht bewährt, wenn die Aufgabe darin besteht, einen Wandel von Egozentrismus und Beziehungsunfähigkeit zu ermöglichen. Die narzißtische Grandiosität bleibt meines Erachtens von Reichianischer Arbeit weitestgehend unberührt. Emotionale Ausdrucksarbeit und energetische Entladung sind beispielsweise nicht ausreichend, um mehr oder weniger versteckten Größenwahn erfolgreich zu behandeln.

Die Theorie des Narzißmus ist tief in der psychoanalytischen Tradition verwurzelt und hat sich in den modernen psychoanalytischen Theorien (Objektbeziehungstheorie, Ich – Psychologie und Selbsttheorie) niedergeschlagen. Narzißmus galt lange Zeit als nicht oder nur schwer heilbar und es ist insbesondere Heinz Kohut[i] und Otto Kernberg zu verdanken, ein verbessertes Verständnis von narzißtischen Störungen entwickelt zu haben. Obwohl dadurch die Behandlungsmöglichkeiten deutlich erweitert wurden, bleibt die Therapie narzißtischer Störungen weiterhin äußerst schwierig.

Insbesondere die Handhabung der Spiegelübertragung, die als sehr ausgeprägt beschriebene narzißtische Abwehr und die archaischen Gefühle, die sich bei der Behandlung von sogenannten Frühstörungen zeigen, stellen Klient und Therapeut vor eine große Aufgabe.

Die jahrzehntelangen Erfahrungen von Psychoanalytikern im Feld der Behandlung von Frühstörungen hat selbstverständlich auch in der heutigen Körperpsychotherapie an Einfluß gewonnen. Als Folge lernte ich in meiner ersten Ausbildung zum Körpertherapeuten denn auch, die therapeutische Beziehung ins Zentrum der Therapie zu stellen und ein wachsames Auge für die Entwicklung des Übertragungsprozesses zu haben. Die Energiearbeit entwickelte sich dementsprechend zum „Motor„ des Übertragungsprozesses und erweiterte die Möglichkeiten, **Beziehung als therapeutisches Werkzeug** zu nutzen. Damit wird ein größeres Gewicht auf die Bedeutung der verbalen Arbeit gelegt.

Es ist ein bemerkenswertes Paradox, daß die Behandlung von Prozessen aus der Entwicklungszeit der ersten zwei Lebensjahre (in diesen Bereich fallen ja bekanntermaßen die narzißtischen Störungen), die wie keine andere Lebenszeit von Körperlichkeit gekennzeichnet ist, dazu geführt hat, die verbale Arbeit zu stärken.

Von ihren Wurzeln her ist die Körperarbeit selbstverständlich geradezu prädestiniert dafür, Prozesse aus der vorsprachlichen Entwicklung zu erfassen und zu begleiten. Doch war die traditionelle Reichianische Arbeit, wie gesagt, nicht ausreichend für die

Behandlung von Frühstörungen gewappnet. Während die traditionellen Formen Reichianischer Körperarbeit sich von der **Richtung** des Energieflusses, auf den **Outstroke** konzentrierten, entwickeln sich auch andere Formen von energetischer Therapie und Körperarbeit. Im Rahmen des grundlegenden Verständnisses, das Wilhelm Reich entwickelt hat, begann **Will Davis** mit der Arbeit am nach innen gerichteten Energiefluß, für den er den Begriff **Instroke** prägte. Damit wird meines Erachtens ein umfassendes Begreifen der vielfältigen Formen von energetischer Therapie und Körperarbeit möglich.

Während die Outstroke – Arbeit bei Frühstörungen dazu führte, sich vom Energiekonzept abzuwenden, stellt meines Erachtens die Instroke – Arbeit eine Grundlage dar, den Prozess der ersten Lebensjahre vom energetischen Standpunkt aus zu begreifen. Die Behandlung von Narzißmus wurde für mich zu einem Prüfstein für die Tragweite der Instroke – Theorie, wie Will Davis sie beschreibt. Am Beispiel der Narzißmusbehandlung möchte ich erste Erfahrungen und erweiterte konzeptionelle Zusammenhänge darstellen, die zwischen der Arbeit mit dem **Instroke** und einem **energetischen** Verständnis der Narzißmusproblematik bestehen. Mein Artikel soll die zentrale These untermauern, daß Narzißmus ein Reihe von Phänomenen beinhaltet, die sich **aus der Kontraktion des Instroke ableiten und begreiflich machen lassen**.

Die narzißtischen Charakteristika

Die vielen und keineswegs einheitlichen Arbeiten zum Narzißmus weisen einige immer wiederkehrende Charakteristika auf, die ein hinreichend klares Bild davon ergeben, was unter narzißtischen Strukturen zu verstehen ist.

Als Annäherung an die narzißtischen Charakteristika eignet sich der **Egozentrismus**. Hiermit wird die Eigenheit beschrieben, sich immer um sich selbst zu drehen^[ii] Die Überbetonung des eigenen Ichs ist hier ein Ausdruck mangelnder Selbstbildung. Die Vorstellung eines **Mangels**^[iii], der sich in Defiziten der Selbstentwicklung äußert, ist ein zentraler Bestandteil aller Narzißmusbetrachtungen. Am deutlichsten tritt dieser Mangel durch die **innere Beziehungsarmut** auf.

Das zweite Charakteristikum narzißtischer Strukturen ist das Leben für ein **Image**. Ein Bild, dem der Mensch zu entsprechen versucht, daß sich an Erfolg und Prestige orientiert. Wie beispielsweise Alice Miller gezeigt hat, sind die Wurzeln für dieses Image zumeist in den unerfüllten Vorstellungen der Eltern zu suchen^[iv]. Das Leben für ein Image ist immer begleitet von einer inneren Leere und Hohlheit, da eine solche Art zu Leben darauf gerichtet ist, die Erwartungen von anderen zu erfüllen und die eigenen Lebensvorstellungen zu verneinen. Stephen Johnson nennt dies das **falsche Selbst**. Das falsche Selbst ist eine Kompensation, die darauf zurückzuführen ist, daß an einen Menschen zu viele und zu frühe Anforderungen gestellt worden sind.

Hier zeigt sich ein typisches Paradox, dem man innerhalb der Literatur über Narzißmus begegnet:

Der Selbstbezogenheit auf der einen Seite steht eine Außenorientierung auf der anderen gegenüber. Diese Außenorientierung ist für andere oft nicht so leicht zu erkennen, da sie

sich zumeist in Lebenskonzepten äußert, einer, wenn man so will, **theoretischen Lebensorientierung**, die sich danach ausrichtet, wie Dinge und sie selbst zu sein haben und nicht danach wie sie wirklich sind.

Das Leben für ein Image ist typischerweise begleitet von einer Unfähigkeit, **Kritik** anzunehmen. Dieses Phänomen steht im Zusammenhang mit dem vorhandenen beträchtlichem Stolz wie auch der langen Geschichte von Verletzungen, Demütigungen und Kränkungen. Darüber hinaus sind zwei weitere narzißtische Charakteristika mit der Unfähigkeit, Kritik anzunehmen, verbunden: die **Grandiosität** und die **Leugnung von Gefühlen**.

Kritik stellt die Größenwahnvorstellungen ebenso in Frage wie das aufgebaute Image. Die Leugnung von Gefühlen steht dabei im Dienste des „falschen Selbst,“ und zeigt den zentralen Abwehrmechanismus von Narzißten auf. Gefühle, die nicht in ihr Lebenskonzept passen, werden abgestritten und nicht für wahr genommen.

Egozentrismus und Grandiosität sind eine ständige Quelle von narzißtischer **Kränkung**. Der Kränkung kommt in der Behandlung narzißtischer Prozesse eine zentrale Rolle zu. Zum einen äußert sich die Kränkung in einer typischen Art von Wut, die aus Verletzung und Enttäuschung geboren wird. Eine Enttäuschungswut, die projektiven Charakter hat, und die den gesamten Therapieprozess begleitet, so daß **Kernberg** sie zum Angelpunkt der gesamten Behandlung [v] gemacht hat. Für die weitere Diskussion möchte ich hervorheben, daß die **Enttäuschung** den zentralen Aspekt dieser Wut ausmacht.

Die Kränkung hat einen fatalen Prozess zur Folge, der das weitere Schicksal der narzißtischen Entwicklung bestimmt. Die Person zieht sich zurück und trifft eine folgenschwere **Wahl**. Sie lehnt das Liebesobjekt ab (ich brauch Dich nicht!) und nimmt sich selbst zum Bezugsobjekt. Der Mangel an Beziehungsfähigkeit steht im Zentrum der Narzißmusbehandlung. In meiner Darstellung folge ich dem Objektbeziehungstheoretiker Neville Symington, der betont, daß aus den schmerzhaften und traumatischen Erfahrungen ein Schluß gezogen wird, der sich in der „Objektwahl,“ ausdrückt. In der Betrachtung der narzißtischen Struktur befassen wir uns also sowohl mit der emotionalen wie auch der kognitiven Entwicklung [vi].

Zwei weitere Charakteristika narzißtischer Prozesse folgen im Zusammenhang mit der beschriebenen „Objektwahl,“. Außerordentliche **Schuld- und Schamgefühle**, die sowohl aus der Geschichte von Beschämung und Demütigung folgen wie auch aus der Quelle der verhängnisvollen Wahl. Wie Symington eindrucksvoll beschreibt [vii] ist das Unterlassen von Handlungen, bzw. das Nicht – ergreifen von Möglichkeiten ebenso eine Quelle von Schuld – und Schamgefühlen. Zu erkennen sind die nie fehlenden Schuld- und Schamgefühle häufig an ihrem Gegenteil: Menschen mit einer narzißtischen Problematik treten häufig **unverschämt** auf (insbesondere **nehmen** sie unverschämt). Damit geht eine Mißachtung anderer einher (während der grandiosen Zustände) oder ein **Mangel an Selbstachtung** in Zeiten der eigenen Wertlosigkeit.

Gleichzeitig beschreiben alle Autoren, daß Narzißmus durch **Mißbrauch** gekennzeichnet ist. Entwicklungsgeschichtlich durch das „Hineinwachsen,“ in die Vorstellung der Eltern (Werde so, wie ich Dich brauche!) und aktuell durch die „Fähigkeit,“ andere zu **manipulieren**. Die Manipulation steht nach Johnson in der

Funktion der **Wiederannäherungsphase**, in der das Kleinkind die Mutterfigur dazu benutzt, eine Differenzierung von Selbst- und Objektrepräsentanzen zu entwickeln[viii].

Das Bild eines Menschen, der sich aus Liebesenttäuschung von der Welt zurückzieht, ein Mensch also, der voller Schmerz und Verletzung ist und deshalb den folgenschweren Entschluß faßt, mit dieser Realität nichts mehr zu tun haben zu wollen und dadurch den Bezug zur Welt so einschränkt, daß er innerlich immer mehr verarmt, wird aus diesen Charakteristika – trotz aller Unvollständigkeit - bereits ersichtlich. Es ist ebenfalls ersichtlich, weshalb

Beziehungsfähigkeit zur zentralen Dimension bei der Behandlung narzißtischer Störungen geworden ist. Welche neuen Sichtweisen und Möglichkeiten im Verständnis narzißtischer Strukturen kann uns nun die Arbeit mit dem nach innen gerichteten Energiefluß liefern?

Narzißmus aus der Perspektive der Instroke – Arbeit

Die Erfahrung mit der Instroke – Arbeit lehrt, daß die Funktionstüchtigkeit des nach innen gerichteten Energieflusses an der Funktionstüchtigkeit aller körperlichen und psychischen **Aufnahmeprozesse** zu erkennen ist. Die Kraft der Instroke- Bewegung veranschaulicht das Saugen eines Babys, welches dominiert ist von der nach innen gerichteten Saugbewegung. Zur Unterscheidung möchte ich bemerken, daß selbstverständlich die Pulsationsfunktion durch ein kontinuierliches Pendeln von Ein- und Auswärtsbewegungen gekennzeichnet ist. Gleichzeitig steht aber in der Entwicklung der Gesamtpulsation[ix] eine Bewegungsrichtung im Vordergrund. Das Ausgreifen der Saugbewegungen des Babys steht demzufolge in der Funktion der kräftigen inwärts gerichteten, saugenden Instroke – Bewegung, die der entwicklungsmäßigen Dominanz aller aufnehmenden Prozesse im Babyalter entspricht. Die Aufnahmeprozesse besitzen die wesentliche Funktion, Erfahrungen **einzuverleiben**. Die **Verdauung** (als Teilfunktion der Einverleibung) ist hier besonders zu nennen. Auch alle sensorischen Abläufe, wie sehen, hören, berühren usw., stehen in der Funktion der Aufnahme. Um die Auswirkungen einer Blockierung des Instrokes zu beurteilen, müssen wir den Blick auf Einschränkungen der Funktionen richten, die mit der Aufnahme bzw. Assimilation verbunden sind.

Die Erfahrungen aus der Instroke – Arbeit mit Menschen, die sich nicht aus einer narzißtischen Lebenskonstellation lösen können, zeigen einen **Mangel an Aufnahme**, der sich durch die aktuelle Blockierung des nach innen gerichteten Energieflusses aufrecht erhält. In den letzten Jahren entwickelte sich für mich nach und nach ein Verständnis der narzißtischen Charakteristika, welches auf der Blockierung des Instrokes basiert. Das energetische Verständnis und das psychologische Verständnis gehen nunmehr Hand in Hand und basieren beide auf dem zentralen Punkt eines elementaren **Mangels**. Der Mensch mit narzißtischen Schwierigkeiten leidet an einem Mangel an Objektbeziehung. Seine innere Beziehungsaufnahme folgt dem Motto „Aus dem Auge aus dem Sinn,“. Kohut beschreibt den Mangel wie folgt:

„Das Kind erwirbt nicht die benötigte Struktur, seine Psyche bleibt an ein archaisches Selbst – Objekt fixiert, und die Persönlichkeit bleibt das ganze Leben hindurch in einer

Weise von gewissen Objekten abhängig, die man als intensive Form von *Objekthunger* bezeichnen könnte. Die Intensität der Suche nach und die Abhängigkeit von diesen Objekten kommt daher, daß sie als Ersatz für fehlende Segmente der psychischen Struktur gesucht werden. Sie sind nicht Objekte (im psychoanalytischen Sinn), da sie nicht wegen ihrer Eigenschaften geliebt oder bewundert werden, und ihre tatsächlichen Merkmale, und ihre tatsächlichen Merkmale und ihre Handlungen werden nur dunkel wahrgenommen. Sie werden nicht ersehnt, sondern gebraucht, um die Funktionen eines Sektors des psychischen Apparates zu ersetzen, der in der Kindheit nicht gebildet werden konnte.,(Kohut, 1973, S.66, Hervorhebung vom Autor)

Für die folgende Diskussion möchte ich ein häufiges Mißverständnis aus dem Weg räumen, dem ich in der Auseinandersetzung mit vielen Kollegen oft begegnet bin. Mit einem Objekt wird hier ein Selbst – Objekt beschrieben, d.h. einem inneren Prozess, der zum Ausdruck bringt, was jemand anderes für mich bedeutet, wie meine Beziehung zu ihm oder ihr gestaltet ist und wie ich in Abgrenzung davon mich selbst definiere. Mit seinem Begriff des Objekthungers beschreibt Kohut, daß hier ein noch nicht abgeschlossener Prozeß der **Aufnahme** stattfindet. Wirkliche Beziehung zu einem anderen Menschen basiert darauf, daß der Objekthunger gestillt ist. Ist der Objekthunger bei erwachsenen Menschen noch vorhanden, wird er zur Grundlage abhängiger Beziehungen. Die weitverbreitete Auffassung, daß ein Narzißt nur sich selbst liebt, ist so gesehen zu kurz gefaßt. Es besteht ein beidseitiger Mangel, sowohl in der inneren Strukturierung des Selbstbildes wie auch in der Beziehung zu anderen. Der Egozentrismus erscheint in diesem Zusammenhang eher als erfolgloser Versuch diesen Mangel zu beheben. Er stellt eine Selbstbezogenheit dar, die ihre Entwicklungsaufgabe nicht erfüllt.

Wie lassen sich nun die narzißtischen Merkmale aus der Vorstellung ableiten, daß die entwicklungsmäßig dominierenden Instroke - Seite der Pulsationsfunktion aktuell kontrahiert ist und damit ihre Funktion nicht erfüllen kann?

Als erstes läßt sich die als Annäherung an den Narzißmus beschriebene **Egozentrik**, als ein Kreisen um sich selbst begreifen, welches genau der spiralförmig nach innen laufenden Instroke Bewegung entspricht[x]. Gleichzeitig erfüllt der Instroke – durch die Blockierung – seine Funktion nicht. Narzißmus ist ja gerade dadurch gekennzeichnet, daß ein Mensch nicht zu sich selbst kommen kann und dieses durch Assimilation der eigenen Erfahrungen und der Koordination der sensorischen Funktionen entstehende Selbst, auch nicht entwickeln bzw. weiterentwickeln kann.

Das permanente Kreisen um sich selbst und die damit zusammenhängende Situation, nie etwas mit den Augen eines anderen Menschen sehen zu können, ist bezeichnenderweise mit der auffälligen Unwissenheit verknüpft, wann denn das „Drehen um sich selbst,“ beendet und erfüllt ist. Das „Drehen um sich Selbst,“, welches nicht zu beenden ist, rückt die Frage nach der eigenen Aufnahmefähigkeit permanent in den Vordergrund.

Der Mangel an Aufnahmefähigkeit – durch die Kontraktion des Instrokes - läßt verständlich werden, wieso wir beim Narzißmus einerseits auf die Unfähigkeit treffen, sinnlich und emotional etwas aufzunehmen. Und andererseits der Wunsch, etwas aufzunehmen, so gesteigert auftritt, das andere Menschen dies als **unverschämtes Nehmen** empfinden. Während der Instroke Menschen zur Ruhe bringt und dabei Aufnahme und Verdauung reguliert, erleben wir beim Narzißmus ein unstillbares

Verlangen. Nie ist etwas genug! Aus der narzißtischen Situation heraus verlange ich von mir selbst und von anderen Unerfüllbares. Aus der Kontraktion des Instrokeflusses steigert sich die Erwartung, was von außen kommen soll. Nach innen steigern sich die Anforderungen. D.h. ich verlange immer mehr von mir selbst, um zu dem zu kommen, was ich in meinem Leben erreichen will. Brennender Ehrgeiz ist hier die verhängnisvolle Folge der Instroke – Blockade. Aus der Unfähigkeit, sich von erreichten Zielen mit teilnehmender Freude erfüllen zu lassen, entsteht ein unstillbares Verlangen nach immer neuen Zielen bei gleichzeitiger innerer Leere und Hohlheit. Die Unmöglichkeit durch schöne Erfahrungen auch mal „vor Vergnügen zu quietschen und sich ausgelassener Freude hinzugeben,“ erzeugt ihr Gegenstück im Geizen mit der eigenen Lebensfreude, d.h. mit der Unfähigkeit sich mit den Erfahrungen und Taten von anderen freuen zu können. Der Versuch, zu immer größeren Erfolgen zu gelangen und immer mehr zu expandieren, ist aussichtslos, da der aufnehmende Weg ins Innenleben versperrt ist. So gesehen sind die Gefühle von Sinnlosigkeit sehr verständlich, da der Narzißmus sich durch das Abschneiden sinnlicher Erfahrung äußert. Im Zusammenhang mit der Unstillbarkeit des Verlangens steht dann typischerweise auch eine **maßlose Ungeduld**. Die Befriedigung muß kommen und zwar sofort. Der langsame, sinnlich - rezeptive Prozess der Erlangung von Befriedigung kann nicht genossen werden. Häufig führt eine narzißtische Struktur dazu, daß eine Person zwar der oder die „Beste,“ sein will, aber nicht bereit ist dies auch zu werden, d.h. die entsprechenden Mühen auf sich zu nehmen. Aus der Perspektive des Instroke - Modells ist das sehr verständlich, da dieser Mensch nach wie vor etwas braucht und nicht in der Position ist, zu geben. In gewisser Weise schwimmen narzißtische Menschen gegen den Strom, sie versuchen sich anzustrengen, indem sie „raus gehen,“ und geben dann immer wieder enttäuscht auf. Diese Art Anstrengung begegnet uns in der Therapie immer wieder als Abwehr des Instrokes. Sie erzeugt einen immensen Druck, weil die Aktivität des Menschen, mit der Ausrichtung nach außen, **gegen** den starken Sog nach innen, zu arbeiten versucht. Wird der Instroke mobilisiert und erlaubt der Mensch sich die Aufgabe dieser Art von Anstrengung dann tritt eine schier „nie enden wollende,“ Erschöpfung ein, die deutlich macht, was es heißt sich über Jahrzehnte etwas abzuverlangen, aus dessen Früchten ich jeweils nur wenig gewinnen kann. Die Erschöpfung ist somit das erste Anzeichen eines beginnenden Schöpfungsprozesses. Die Erweiterung des Instrokes läßt sich auch so beschreiben, daß mein Organismus zunehmend in der Lage ist, die Fülle und Verdichtung, der nach innen strömenden Energie regulieren zu können und ich dabei lerne, aus meinen Aktivitäten und Erfahrungen mehr und mehr zu schöpfen.

Die Leugnung

Die Kontraktion des Instrokes führt zu einer bestimmenden Form der psychischen Abwehrprozesse. Es ist die **Leugnung**. Sowohl innere als auch äußere Realitäten werden abgewehrt. Auf der Beziehungsebene zeigt das Leugnen sich im Prinzip „Aus dem Auge aus dem Sinn,“ . Da die persönliche Geschichte narzißtischer Klienten immer von Schmerz und Enttäuschung gekennzeichnet ist, wird die Vergangenheit, also das Gewordene, verleugnet. Zudem stellt die mögliche Selbsterkenntnis den als Halt dienenden Größenwahn in Frage. Das Prinzip „Aus dem Auge aus dem Sinn,“ zeigt auf, das Erfahrungen keinen inneren Spuren zu hinterlassen scheinen. In der verbalen Arbeit erkennen wir Leugnung daran, daß Gesagtes nicht aufgenommen und nicht verdaut,

sondern im Wesentlichen abgestritten wird. Engstirnigkeit und „Nicht sehen und wahrhaben wollen,“ sind ständig präsenste Einstellungen.

Gegenüber der Außenwelt führt Leugnen also dazu, Informationen gar nicht oder nur unvollständig einzuverleiben. Die Neugierde ist stark reduziert, außer Informationen lassen sich in das grandiose Selbstbild einbauen. Aus diesem Umstand folgt, daß die verbale Arbeit mit narzißtischen Klienten äußerst schwierig ist. Deshalb ist ein Fokus der verbalen Instroke – Arbeit darauf gezielt, die Entwicklung der Neugierde als Kriterium der Aufnahmekapazität im Auge zu behalten. Darüber hinaus erlaubt uns die Mobilisation des Instrokes über den Körper, die Entscheidung zu treffen, wann inhaltlich gearbeitet wird und wann nicht. Dadurch wird es dem Klienten erleichtert, der eigenen Bereitschaft zu folgen, etwas aufzunehmen und anzuerkennen[xi].

Das Leugnen, d.h. das erwähnte Abstreiten von Zusammenhängen und der damit verknüpften emotionalen Verweigerung, hat nun nach außen die Funktion einer Instroke – Abwehr. Nach Innen schützt sie dagegen ein rudimentäres Gerüst der bisher gebildeten Struktur. Das Image, welches Narzißten so pflegen, dient der inneren Aufrechterhaltung. Das Bild, welches sie von sich selbst und anderen haben, ist folglich sehr undifferenziert, also erst in den Anfängen eines sich formenden Bildes, welches unklar und noch nicht ausgefüllt erscheint. Entsprechend angreifbar und potentiell zu erschüttern, erscheint die narzißtische Struktur. Ziel der Instroke – Arbeit ist das Füllen der nur Skelett - artigen inneren Formen. Das Leugnen ist also Ausdruck eines Unvermögens, nämlich dem Erfüllen und Ausfüllen eigener Lebenserwartungen und - vorstellungen. Bekanntermaßen dienen oft auch Lügen dem Zweck vorhandene Lücken zu schließen und zu überdecken[xii].

Das Leugnen bezieht einen Teil seiner funktionellen Notwendigkeit aus der mangelnden Aufnahmefähigkeit. Denn die mangelnde Aufnahmefähigkeit verhindert die Organisation einer inneren Alternative. Vielmehr begegnen narzißtische Menschen einer trostlosen Leere und einer diffusen, als Grauen, bezeichneten Angst. Die psychische Position, die auch den Übertragungsprozess bestimmt, ist durch Verlust und Verzicht gekennzeichnet und dehnt sich häufig auf fast alle Lebensbereiche aus. Die Mobilisierung des Instrokes – verbal oder körperlich – ermöglicht dagegen einen Aufbau an innerer Struktur. Damit wird das Leugnen unfunktional. Klienten berichten beispielsweise darüber, das ihnen Lügen fremd wird und das sie aufrechter und aufrichtiger durch die Welt gehen.

Das Leugnen wird überflüssig und hinderlich. Eine Klientin brachte die mangelnde Strukturbiildung dadurch zum Ausdruck, daß sie „früher immer die Form gewahrt hätte,„ Der fehlende innere Bezug und die unzureichende Fülle in dem Bezug zur Arbeit, Beziehung usw. , beschwört immer die Gefahr der Enthüllung und beschämenden Aufdeckung herauf, die sie dann in mutloser Wertlosigkeit zurückließ. Die durch den Instroke – Fluß herbeigeführte erhöhte Fassungsfähigkeit[xiii], verleiht den Dingen eine neue Prallheit, ein Gefühl des Ausgefüllt – Seins, die der Form Substanz gibt. Das heißt, ich kann das, was ich darstelle auch mehr und mehr ausfüllen. Ein Resultat davon, besteht in dem Gefühl, **genug zu tun**, und macht das Streben nach grandiosen Erfolgen überflüssig!

Der Mangel an innerer Verbundenheit ist Ausdruck der mangelnden bioenergetischen Koordination. Die Erfahrungen aus der Behandlung narzißtischer Strukturen richtet das Augenmerk insbesondere auf die mangelhafte Koordination von Auge und Hand.

Körperlich ist die Kontraktion von Augen-, Hals- und Brustsegment leicht zu erkennen. Indem die als Unzulänglichkeit erlebte innere Struktur durch die Leugnung verteidigt wird, entsteht eine spezifische Dynamik. Statt die Koordination, d.h. die Abstimmung und Verbindung von Auge und Hand, zu erweitern, wird sie zunehmend geschwächt.

Von immer mehr Dingen lassen narzißtische Menschen die Finger. Der Bereich, indem sie sich sicher und überlegen fühlen, verteidigen sie dagegen mit Händen und Füßen. Die Augen sind eng gestellt und nehmen nur bestimmte Sichtweisen auf. Obwohl Narzißmus sich in einer immensen Leistungsorientierung ausdrückt, können Menschen mit dominierendem Narzißmus erstaunlich wenig umsetzen. Die mangelnde Verdauung der aufgenommenen Informationen beschränkt die kreative Verarbeitung und damit die gegebenen Möglichkeiten. Die Leugnung erspart den Menschen, diese Einschränkung andauernd vor Augen geführt zu bekommen.

Die Leugnung ist ein Beispiel für die **stabilisierende Funktion** von Abwehrprozessen. Das „Nicht – einsehen – wollen,“ stellt eine Schutzfunktion dar und führt gerade durch die Reduzierung des Austausches mit der Außenwelt ihre eigene Notwendigkeit herbei. Die scheinbare Klarheit kompensiert eine schier unvorstellbares Ausmaß an Verständnislosigkeit und stellt sich im Verlaufe der verbalen Arbeit als Abwehr von Selbsterkenntnis heraus (Wie es in der Sage über Narziß auch wörtlich auftaucht). Zusammenhänge erklären und Gespräche „diffus machen,“ d.h. Verwirrung zu stiften, fehlen in einem narzißtischem Gefüge nie. Obwohl Narzißten in der Regel viel für ihren Wissensdurst tun, führt dieser nicht zu einer Verbesserung der eigenen Lebensqualität. Das Wissen schließt sie eher aus, als ein dichteres Netz von Verbindungen zu schaffen. Emotional bleibt eine Unverbindlichkeit bestehen. Die Blockierung des Instrokes zeigt sich zentral als mangelnde Koordination und folglich auch als Mangel an Verbindung, verlässlicher Stabilität und Abstimmung.

Ein Mangel an kognitiver Aufnahmefähigkeit: die narzißtische Grandiosität

Die Blockierung der Aufnahme betrifft auch die Aufnahme von Informationen. Informationen können nicht oder nur unzureichend inkorporiert werden. Die Kontraktion des Instrokes zieht demnach eine funktionelle Einschränkung auf der kognitiven, d.h. informationsverarbeitenden Funktionsebene nach sich. Doch welche Funktion beschreibt die Fähigkeit zur Informationsaufnahme und woran ist dann eine Einschränkung der gegebenen Funktion zu erkennen?

Eine Funktion ist also gesucht, die sowohl die Ebene der organismischen Erkenntnisgewinnung betrifft, als auch in Verbindung zu emotionalen Funktionen steht. Die **Neugierde** ist die einzig mir bekannte Funktion für die solches zutrifft. Sie drückt die Kapazität der Aufnahme aus. Wenn die Neugier sich erschöpft, ist auch das Auffassungsvermögen eines Menschen für den Augenblick gesättigt. Umgekehrt drücken die wachen, von unbändiger Neugier funkelnde Kinderaugen, die große Bereitschaft und Fähigkeit zur Aufnahme aus. Gehe ich mit diesen theoretischen Überlegungen zurück in die Praxis, drängt sich die Beeinflussung der Neugierfunktion durch die Instroke – Arbeit unweigerlich auf. Qualität und Quantität der Neugier wird beeinflusst. Menschen gewinnen ihre Neugier zurück. Phasen der erhöhten Neugier weichen Zeiten der Sättigung. Menschen stellen Fragen, die von Neugier geprägt sind. Sie bleibt

bestehen bis zufriedenstellende gedankliche Zusammenhänge gebildet werden können usw.

Die Instroke – Arbeit besitzt also mit der Neugierfunktion einen funktionellen Zugang zum kognitiven Bereich. Meines Erachtens hat die traditionelle Reichianische Arbeit diesen Bereich bisher theoretisch und praktisch vernachlässigt. Entsprechend mangelhaft war der kognitive Prozess in einer auf Emotionen fokussierten Therapieausrichtung bisher repräsentiert.

Eine Lücke, die bisher von den modernen psychoanalytischen Theorien geschlossen werden sollte. Mit der praktischen Handhabung der Neugierfunktion ist die Reichianische Arbeit nicht nur in der Lage, aus dem eigenen Theoriesystem heraus die beschriebene Lücke zu schließen. Sie verfügt nunmehr auch über ein funktionelles Äquivalent zur Lustfunktion. Während das klassische Reichianische Verständnis Lust als Ausdruck der Expansion, als Richtung „Hin zur Welt,“ betrachtet, ergänzt die Neugierfunktion diese Betrachtung um die „lustvolle,“ Aufnahme, eine „kognitive Lust,“. Die Neugierfunktion, gesehen als „Wissensdurst,“, d.h. also als nach innen gerichtetem „Sog,“, tritt dem klassischen Reichianischem Verständnis des Lustprozesses funktionell gegenüber. **In Bezug auf die freie Entfaltung der Pulsationsfunktion sind Lust und Neugier funktionell identisch.**

Kehren wir nun zur Narzißmußproblematik zurück: Wenn wir beim Narzißmus von einer Kontraktion des Instrokes sprechen, muß sich diese Kontraktion folglich auch auf den kognitiven Bereich auswirken.

Der **narzißtische Größenwahn** sollte nun für mich zum Prüfstein für die dargestellten theoretischen Annahmen werden.

Die Erfahrungen in der Instroke – Arbeit mit der Veränderung von Grandiosität lehrt, daß die unverrückbare Vorstellung von der eigenen Größe sich nur aufrechterhalten lassen, weil die Kontraktion des Instrokes die Korrektur der unrealistischen Selbsteinschätzung nicht zuläßt. Damit ist oft die Haltung verknüpft, daß „ich es ja besser könnte als die anderen, das ich das Talent habe etc.,“. Aber die Überprüfung, der Nachweis, bleibt aus. Narzißmus kann sich nur in dieser Position des „Ich könnte es, wenn ich nur wollte,“ halten. Diese Haltung versteckt zumeist den Größenwahn. Zugleich ist die **Entwertung**, der Gegenspieler zur Grandiosität, immer vorhanden. Sie zeigt den eigentlichen Mangel auf.

Das Aufgenommene kann nicht verbunden werden und erhält damit innerlich kein Gewicht. Es bleibt wertlos, sinnlos und bedeutungslos. Das Ausbleiben der innerlichen Verbindungen zeigt sich dann darin, daß Narzißten eben keinen oder nur unzureichenden inneren Bezug herstellen können. Die innere Bezugslosigkeit ist äußerlich durch die Beziehungsunfähigkeit ersichtlich. Es hängt von der erfolgreichen Einverleibung und Verdauung der eigenen Erfahrungen ab, ob ich innerlich etwas entwickeln und dann in die Beziehung zu anderen Menschen einbringen kann. Größenwahn repräsentiert in kontrahierter Weise die Unfähigkeit, korrigierende Erfahrungen in das eigene Selbstbild zu integrieren. Aufgrund der verhinderten Aufnahmefähigkeit bilden die Vorstellungen, die mit dem Größenwahn verknüpft sind, ein „konzeptionelles Korsett,“, welches den inneren Mangel zu kompensieren versucht.

Eine zentrale These bildete sich für mich heraus: **die Erweiterung des Instrokes ist sowohl dafür geeignet, die innere emotionale Leere zu füllen, als auch den kognitiven Mangel zu beheben, weil der verdichtende Energiefluß mit der kognitiven Funktion verknüpft ist, Verbindungen[xiv] zu schaffen.**

Die Unfähigkeit, aufgenommene Informationen innerlich zu verbinden, zeigt sich auch darin, daß narzißtische Menschen „süchtig“, nach Neuem sind, insofern es das Gebiet ihres Größenwahn betrifft. Die Neugier ist hier übersteigert, während wir sonst einer auffälligen Interesselosigkeit begegnen. Da die Informationen in das „konzeptionelle Korsett“, eingebaut werden, also das „falsche Selbst“, stärken, wird der Mensch nicht ausreichend berührt. Die Neugierde muß deshalb ungestillt bleiben. Die daraus folgende Frustration führt über längere Zeit zu großen Enttäuschungen, die sich dann in einer Abkehr von dem geliebten Interessengebiet äußert.

Da ich aus meiner früheren Arbeit wußte, daß die narzißtischen Krisen von starken emotionalen Stürmen begleitet ist, die sich in **Verlassenheits-** und **Verlorenheitsgefühlen** äußern, war ich überrascht festzustellen, daß die Instrokearbeit, durch die verbesserte Aufnahme, sowohl eine Verbindung zu den unverrückbaren Größenvorstellungen herstellte, die für die Klienten erkennbar wurden, als auch den immensen Mangel an Einverleibung deutlich werden ließ, der dann in einer deutlichen **Orientierungsunsicherheit** einen Niederschlag fand. Einer Orientierungsunsicherheit, die meines Erachtens nachdrücklich den Charakter der Narzißmusproblematik verdeutlicht, nämlich sowohl eine Irritation in der Orientierung als auch eine Folge emotionaler Verletzungen zu sein.

Die vertiefte Aufnahme eröffnete dem Menschen die Möglichkeit, aus den emotionalen Erfahrungen kognitive Verbindungen zu verknüpfen. Die erstarrte Großartigkeit, die sich in den starren Grandiositätsvorstellungen zeigt, wird relativiert. Die mangelhaften Selbstrepräsentanzen, die in der Entwertungsphase auftreten, erhalten neue Verbindungen und damit mehr Stabilität und Fülle. Dadurch wird die Kontraktion in der Grandiosität überflüssig.

Die Instroke – Arbeit leistet demnach – vermittelt durch die verbesserte Energieaufnahme bzw. -verdichtung – eine kognitive Stabilisierung und schafft der starken emotionalen Ausdrucksphase, wie beispielsweise am **Übermut** in der sogenannten Wiederannäherungsphase[xv] zu erkennen ist, eine organismische Verankerung. Die damit einher gehende Fähigkeit zu überschäumender Begeisterung erhält durch den Instroke wieder seine Fülle und führt aus dem narzißtischen Kreislauf von ständigem, leeren Begeistert – Sein, welches dann in Krisenphasen von Niedergeschlagenheit abgelöst wird, heraus.

Aus einer energetischen Perspektive erscheint also die Wiederannäherungsphase als Zeit des **Rückflusses** der ersten, ungestümen, scheinbar selbständigen, von Mahler so benannten Übungsphase. Die kraftvolle Expansion erfüllt ihre entwicklungsbezogene Funktion im Instroke, indem durch Spiegelung und Unterstützung ein Bild davon entwickelt werden kann, wer und was ich selbst bin. Die Folgen einer Kontraktion des Instrokes, die sich hier festgesetzt hat, zeigen sich später in der eingeschränkten Fähigkeit, emotionale Erfahrungen in mein Selbst**bild** zu integrieren.

Emotional ist die Wiederannäherungsphase auch von leicht zu beobachtenden Qualitäten bestimmt, die sich aus einer entwicklungsmäßigen Veränderung der Instrokefunktion ergibt. Der kleine Mensch „quillt über vor Energie,“ [xvi].

Er faßt sich mehr und mehr ein Herz, stellt sich den Herausforderungen des Lebens, wenn auch noch sehr ungerichtet und ungeschickt. Das Überquellende, das der erfolgreiche Instroke hervorbringt, zeigt sich im **Übermut**, gepaart mit überschwenglicher **Begeisterung**. Beides ist getragen von der überquellenden Lebensfreude, die in erster Linie darauf zielt, sie mit anderen zu **teilen**. **Die entwicklungsmäßige Schwierigkeit besteht darin, wie jemand dann aus dieser neuen, expansiven Lebenszeit wieder zur Ruhe und Aufnahme kommt. Denn die expansive Funktion steht weiterhin im Dienste der Entwicklung der Aufnahme.** Mit anderen Worten: Die größere Expansion ermöglicht es dem kleinen Menschen, seine Inkorporation auf ein neues Niveau zu heben. Themen wie Grenzen und Spiegelung werden verständlicherweise immer als wesentlich für diese Zeit betrachtet, weil sie dem kleinen Menschen erlauben, sich nicht in der Expansion zu verlieren, sondern wieder zu sich zurückzufinden.

Die Instroke – Arbeit kann demnach die positiven Seiten der narzißtischen Struktur unterstützen. Weiterhin wird der Mut und die Begeisterung, d.h. die überquellende Form der Expansion, die aus einem vollendeten Instroke hervorgehen, unterstützt und dabei gleichzeitig die Regulierung der Aufnahme nicht vernachlässigt. Instroke kann auch so beschrieben werden, das wir bei ungehindertem, aufnehmendem Energiefluß „aus dem vollen Schöpfen können,“! Die Impulsivität der eigenen Aktionen und damit der Aktionsradius nehmen zu. Dem Instroke –Teil der Pulsation kommt die dominante entwicklungspsychologische Bedeutung zu, die Erfahrungen aus der eigenen Aktivität auszuwerten und zu organisieren. Instroke und Outstroke erhalten mehr Balance, d.h. die unbändige, saugende Instrokebewegung der „Babyzeit,“ verliert an Kraft, indem sie sich in der auf die Welt gerichteten Aktionen veräußert und dann einer ruhigeren Aufnahme weicht, in dem sicheren Gefühl bereits vieles aufgenommen zu haben. Ist der Instroke allerdings blockiert, zeigt er sich in selbstsüchtigem Verhalten, in der Drogenmentalität, dem Streben nach rauschartigem Erleben, dem unverschämten Nehmen usw. Es ist ein immer wieder sich wiederholendes Scheitern durch die ständige Mobilisierung der eigenen Aufnahmeaktivitäten doch noch zu einer stillenden, erfüllenden Erfahrung zu gelangen. Die Gier bleibt voll erhalten und wirkt zerstörerisch. Durch die Blockierung des Instrokes berühren die Resultate der eigenen Handlungen die Sinne nicht und lassen das Leben leer und sinnlos erscheinen.

Folgt die Instroke – Behandlung der Entwicklung und dem Rhythmus der Neugier, wird den Klienten und Klientinnen ermöglicht Neues aufzunehmen, d.h. neue Verbindungen zu knüpfen, die ein anderes Selbstverständnis erlauben. Die Neugier zeigt an, daß der Organismus bereit und in der Lage ist, etwas Neues aufzufassen. Gleichzeitig zeigt die Sättigung der Neugier, daß innerlich bereits etwas da ist, was verdaut werden kann. Die Jagd nach neuen, begeisternden, ungewöhnlichen Erfahrungen verliert an Bedeutung. Ebenso die unermüdliche Suche nach Bestätigung des eigenen Selbstwertgefühls, daß sich bisher auf die erstarrte Großartigkeit der Grandiositätsvorstellungen aufbaute. Die Erweiterung des Instrokes, wie sie sich in der Veränderung der Neugierfunktion manifestiert, ermöglicht den Aufbau innerer Strukturen. Die kontrahierte Begeisterung und Großartigkeit, die einen sehr verletzten und verlorenen Kern zu schützen versucht,

wird nach und nach zu einem subjektiven Hindernis. Die Menschen erleben sie, je mehr der innere Aufbau neuer Verbindungen gelingt, zunehmend als Hindernis, sich selbst zum Ausdruck zu bringen. Der Neugierprozess knüpft innerlich Verbindungen, die dann zu der Selbstgewißheit führen, etwas zu besitzen, *womit* ich in die Welt gehen kann.

Narzißtische Wut

Die ersten Erfahrungen, sich mutig den Herausforderungen der Welt zu stellen, sind natürlich von manchem Fehlschlag begleitet. Die mütterliche Fähigkeit, Kinder bei diesen Erfahrungen zu trösten, beschreiben – energetisch betrachtet – den Weg der **Beruhigung** eines aufgebracht kleinen Menschen. Das Ausbleiben von Unterstützung und Verständnis führt zu einer großen Enttäuschung und einer damit verknüpften Wut. Der Umgang mit dieser Wut ist ein zentraler Aspekt narzißtischer Behandlung.

Die Kontraktion des Instroke führt zu einem festgefahrenen Bild, einer immer gleichen Form, etwas aufzufassen. Mit der Kontraktion ist eine nicht beeinflussbare Objektsicht verbunden, die auf starkem Mißtrauen basiert. Festgefahren in dieser Kontraktion erscheint die Lebensperspektive eines narzißtischen Menschen vollkommen trostlos. Er übernimmt die Position des Menschen, der sich auf niemanden verlassen kann (Vielmehr wird er verlassen oder verläßt andere, sobald es zu Enttäuschungen kommt).

Die aus der Enttäuschung hervorgehende Wut ist somit zwar verständlich (Denn er oder sie ist verlassen worden und stand der Welt auf unsicheren Füßen gegenüber), sie ist allerdings nur ein sekundäres Produkt. Indem die Instrokearbeit die Fähigkeit unterstützt, von der Welt wieder mehr aufzunehmen, wird die Enttäuschungswut (die eben auch ein verzweifelt sich wehren gegen schmerzhaft Erkenntnisse darstellt) zuerst in ihrem projektiven Teil behandelt, bevor die Form der Aggression therapeutischer Gegenstand wird.

Anders ausgedrückt: In der Enttäuschungswut bzw. Rage verliert jemand den Selbstbezug (In Rage gerate ich außer mir). Die Behandlung narzißtischer Strukturen aus der Perspektive lebendiger Prozesse zu betrachten und dabei die assimilierenden Lebensprozesse in den Vordergrund zu stellen, läßt die narzißtische Wut als Abwehrprozess begreifen. In unserem Verständnis energetischer Arbeit versuchen wir diese Abwehr nicht zu mobilisieren. Die Rage ist Ausdruck der mangelnden inneren Struktur, die sie zu „schützen,“ versucht. Auch ohne Mobilisation ist sie in der Behandlung von Narzißismus ständig präsent und ein wesentlicher Grund für die immense Schwierigkeit im Umgang mit narzißtischen Konstellationen. Auf dem Weg zu sich selbst und der dabei zu findende Ruhe (den die Instroke –Arbeit beschreitet), ist die Enttäuschungswut ein Orientierungspunkt. Sie tritt immer dann in Erscheinung, wenn die Grenze der Aufnahmekapazität erreicht wird.

Die klassischen Körpertherapieverfahren, die Strukturen in Bewegung bringen wollen und dabei von Innen nach Außen arbeiten, sind deshalb für narzißtische Fälle schwer anwendbar. Es besteht eine große Gefahr, die Mobilisierung der Enttäuschungswut und damit den Verlust des Selbstkontaktes zu unterstützen.

Die Enttäuschungswut ist eine blinde Wut. Die Öffnung der Augen und die zunehmende Klarheit sind wesentliche Merkmale gelungener Instroke – Arbeit und wirken damit dem „Blinden„ entgegen. Mehr und mehr zu wissen, wie ich zu mir selbst gelange, auch in schwierigen, verwirrenden äußeren Situationen entzieht der Rage die Grundlage, indem ich durch wachsende Klarheit, eigenen Täuschungen nicht mehr „voller Begeisterung erliege„. Doch die Instroke – Blockierung verhindert nun gerade, daß die Resultate meiner begeisterten Aktionen verinnerlicht werden und zu einer realistischen Selbsteinschätzung sowie einem kohärenten Selbstbild führen.

Die Kontraktion verhindert die weitere psychische Entwicklung, in deren Zentrum die Bildung der Objektkonstanz steht.

Objektkonstanz und Verlufterfahrung

Die Fähigkeit zur kognitiven und emotionalen Aufnahme zeigt sich psychologisch in einer dauerhaften , tragfähigen inneren Verbindung: der **Objektkonstanz [xvii]**.

Der Verlust bzw. die unzureichend entwickelte Objektkonstanz stellt dagegen ein zentrales Problem der narzißtischen Struktur dar. Die Objektkonstanz ist ein Resultat des gestillten „Objekthungers„, um Kohuts Begriff zu verwenden. Im Objekt kristallisiert sich die innere Beziehung heraus, die ich mit jemanden unterhalte. Während Objektbeziehung heißt, daß ich zu jemanden eine innere Verbindung besitze, die ich auch gestalten kann, beschreibt die narzißtische Situation, die Leugnung der inneren Beziehungen und die Unfähigkeit, die vorhandenen inneren Verbindungen dauerhaft aufzubauen und zu pflegen. Das Prinzip „**Aus dem Auge aus dem Sinn**„ verdeutlicht, daß eine tragfähige innere Verbindung nicht entwickelt wurde, also ein Mangel an Objektkonstanz besteht.

Emotional spiegelt sich dieser Mangel in Gefühlen des Verloren oder Verlassen - Seins wieder. Beziehungen hängen an einem dünnen Faden. Sie enthalten zuwenig Substanz und Fülle. Somit sind typische narzißtische Muster wie „Ich verlasse mich nur auf mich selbst„, „Ich weiß nicht auf wen ich mich verlassen kann„, „Ich werde immer verlassen oder verlasse häufig meine Beziehungen„ aus der mangelhaften Objektkonstanz ableitbar. Kränkungen und Enttäuschungen können nur durch Verlassen oder Verlassen - werden lösen. Statt die Objektkonstanz zu stärken, wird die weitere Beziehungsaufnahme verweigert. Während die innere Objektkonstanz mir ermöglicht, ein realistisches Bild von jemandem zu entwickeln und mich von daher auf ihn oder sie zu beziehen, erhält der Begriff Objektbeziehung im narzißtischen Sinne eine ganz andere Bedeutung.

Stephen Johnson charakterisiert diese narzißtischen Objektbeziehungen wie folgt:

„Der Narzißt nimmt Menschen nur Blick auf seine eigenen Bedürfnisse wahr. Im Zusammenhang mit dem Narzißten gewinnt der Begriff Objektbeziehungen seine besondere Schärfe. Wir sind Objekte für ihn, und soweit wir selbst narzißtisch sind, sind andere Objekte für uns. Der Narzißt sieht und hört und spürt nicht wirklich, wer wir sind, und in dem Maße, indem wir narzißtisch sind, sehen und hören und empfinden wir nicht die wahre Präsenz anderer. Sie, wir, sind Objekte„. (Johnson, 1988, S.63)

Johnson beschreibt hier treffend die mangelnde sinnliche Erkenntnis an der Narzißten leiden. Die Objektbeziehung beschreibt eine intrapsychische Beziehung, die sich aus der inneren Verbundenheit, aus dem sich herauskristallisierendem Bild sich verdichtender Erfahrungen entwickelt und uns dadurch die Augen für die Sicht und die Bedürfnisse von anderen Menschen öffnet. Während ein gelungener Aufbau konstanter innerer Beziehungen, die Möglichkeit gewährt, andere Menschen als eigenständige Wesen, als Subjekte, zu sehen, betreibt der Narziß Beziehung als **manipulatives** Spiel. Die Instroke – Blockade zeigt sich in der Unfähigkeit, andere sinnlich wahrzunehmen und aufgenommenes zu einem kohärenten Selbst- und Objektbild zu verarbeiten.

Die typische manipulative Beziehungsform, die uns beim Narzißismus begegnet, ist auch als Instroke – Blockade zu verstehen. Statt anderen Menschen **Einfluß zu gewähren**, verkehrt sich die Notwendigkeit des Einflusses in sein Gegenteil: In dem nach außen gerichteten Versuch, auf andere Einfluß zu nehmen. Einem abhängigen Beziehungsverständnis, das auf Kontrolle basiert und sich aus dem Mangel an verinnerlichten Beziehungen speist.

Wenn wir von nach innen gerichtetem Energiefluß sprechen, differenziert dieser Prozess sich funktionell in die verschiedenen Fähigkeiten, aufnehmend tätig zu werden. Wie auch Johnson hier erwähnt, finden wir Einschränkungen bei allen empfänglichen Prozessen wie sehen, hören, spüren usw. Instroke – Blockaden sind deshalb leicht an Störungen dieser empfänglichen Abläufe zu erkennen. Narzißten können oft nicht hören, liegen aber anderen in den Ohren. Sie sehen nur ihre Sicht der Dinge (die sie auch oft exzessiv verbreiten) und sind unfähig, etwas mit den Augen anderer zu sehen. Änderungen in den eingeschliffenen Kanälen, die Welt in sich aufzunehmen, sind klassisches Indiz einer Erweiterung des Instrokes.

Die Objektbeziehungen dienen in ihren entwicklungspsychologischen Funktion, der besseren Definition und der Stützung des eigenen Selbst. Objekthunger, wie Kohut das nennt, beschreibt das noch nicht gestillte Bedürfnis zur Entwicklung des eigenen Selbst. Objekthunger zeigt sich in Phänomenen wie Bewunderung und Begeisterung für jemanden oder für etwas. Bewunderung und Begeisterung signalisieren die Aufnahmebereitschaft, sich auf jemanden oder auf etwas einzulassen. Die Blockierung des Einflusses, den ich jemandem gewähre, führt zu einem elementaren inneren Mangel und läßt die Begeisterung leer erscheinen und die Bewunderung häufig zur Naivität geraten. Die Erlaubnis von Einfluß durch andere Personen ist entwicklungspsychologisch auch von Bedeutung, da sie die Fähigkeit, Trost und Unterstützung anzunehmen, ermöglicht. Typische Abwehrprozesse, die mit dem Instroke verknüpft sind, zeigen sich dementsprechend auch in dauernden, nicht näher definierbaren Sorgen und in latenter Unruhe.

Die therapeutische Aufgabe, die sich der Instroke – Arbeit stellt, knüpft sich an die Frage, wie ein innerer Weg zur Ruhe eröffnet werden kann. Verhinderung der inwärts gerichteten Bewegung läßt narzißtische Menschen in einer permanenten, trostlosen Situation. Nähe und Wärme kann nicht angenommen werden. Der Trostlosigkeit werden von Narzißten immer wieder neue Formen der Begeisterung und Bewunderung gegenübergestellt und oft halten sich Narzißten an irgendeiner Sache in Form eines nicht zu hinterfragenden Konzeptes fest. Doch dieser Umstand verhindert nicht, daß aus der Begeisterung, die nicht zu stabilen, verinnerlichten Objektbeziehungen wird, zwangsläufig erneute bittere Enttäuschungen hervorgehen (Eine Ausnahme scheinen

hier die meist beruflich erfolgreichen Narzißten zu sein, die ihrer Grandiosität immer neue Nahrung liefern. Sie verwenden ihre Rage als treibenden Motor für ihre Arbeitswut. Durch ihren Erfolg sehen wir sie nur selten in der Therapie).

Die Enttäuschungen und die damit verknüpfte Wut wird auch aus der Begeisterung gespeist, die nicht zu einer konstanten, inneren Beziehung ausgebaut werden kann. Doch neben der Enttäuschungswut ergibt sich ein weiterer fundamentaler Aspekt der narzißtischen Struktur aus der blockierten Aufnahmefunktion. Die Kontraktion des Instrokes führt zu einer Perspektive, die durch ein Verlusterleben gekennzeichnet ist.

Dem **Verlust**, der sich aus dem mangelnden Aufbau von Objektbeziehungen ergibt: Im Verhalten spiegelt sich der psychische Verlust häufig darin wieder, daß „Gewinnen oder Verlieren,, zur scheinbaren Überlebensfrage wird. Das „Gewinnen - Müssen,, stellt den Versuch dar, doch zu etwas zu gelangen, es drückt also den Mangel an Einverleibung unmittelbar aus. Das Defizit an Einverleibung wird in dem Paradox ersichtlich, sich einerseits „mit Händen und Füßen,, gegen den Einfluß anderer Menschen zu wehren und andererseits an einer Sinnlosigkeit zu leiden, die sich gerade aus der sinnlichen Verweigerung ergibt.

Als Kompensation wird dann der Versuch unternommen, auf andere Einfluß auszuüben. Doch der unabänderliche Sog, zu immer größeren Erfolgen zu gelangen, wird durch die Kontraktion des Instrokes zunichte gemacht und hinterläßt narzißtische Menschen zumeist in Gefühlen der Niedergeschlagenheit und Resignation.

Da alle Aktivitäten der Notwendigkeit des eigenen Instrokes folgen, hindert uns der Narzißismus am Geben. Jedes Geben wird vielmehr als unerhörter Verlust empfunden. Da die eigenen Taten nicht erfüllend sind und sich auch nicht als Freude äußern, die zu teilen ist, wird ein Narziß auch anderen nichts gönnen.

Die narzißtische Situation läßt jedes Geben als **nicht wieder gutzumachenden Verlust** erscheinen. Die Position lautet „Ich kann von dem Wenigen, was ich habe, nicht auch noch etwas abgeben!,,.

Die verbale und körperliche Verstärkung des Instrokes ermöglicht nun eine therapeutische Arbeit, die nur auf die verbesserten Aufnahmefunktionen zielt. Die therapeutische Herausforderung bestand für mich dabei in der Geduld, Klienten in diesem langen, schmerzlichen und aufregendem Prozess nach innen zu begleiten, ohne sie aufzufordern, **irgend etwas in die Beziehung zu mir hinein zu tragen**. Mit der Zeit wurde mir klar, daß jede Forderung, die für die Klienten ein Signal waren, mir zu antworten, sie an der allmählichen Entwicklung des Einverleibungsprozesses hindert und dadurch ihre Abwehr mobilisiert.

Die Rage zeigt sich dann in einer Weise des „Sich - angegriffen - föhlens,,. Angegriffen wird zwar lediglich die Investition in die eigene Hülle, doch diese Hülle ist die einzige Halt gebende Struktur. Wie aber ist es vorstellbar, eine Instroke - Blockierung aufzulösen, ohne diese Struktur anzugreifen?

Schematische Darstellung einer Instroke - Erweiterung

Die vermehrte energetische Konzentration und die damit verknüpften regulativen Funktionen, insbesondere das Schaffen von Verbindungen und Differenzierungen, ermöglichen es auf Dauer die Auffassungskapazität zu erhöhen. Es entstehen viele neue oder verdichtete, tragfähige innere Verbindungen. Die grandiosen, unverrückbaren Vorstellungen werden innerlich kontaktierbar und können so erst in den Bereich der Selbsterkenntnis gelangen.

Geschieht der benannte Prozess berichten die Klienten von einer allgemeinen Verunsicherung und Orientierungslosigkeit. Vorherrschende Denkform war bisher gewesen, von den Inhalten der grandiosen Vorstellungen „hundertprozentig überzeugt zu sein,“ und an allem anderen kein wirkliches Interesse zu haben. Die emotionale Haltung „Ich verlasse mich nur auf mich selbst,“ findet sich im Denken wieder in Gestalt eines blinden Vertrauens, einem totalen Verlassen auf bestimmte Gedankenkonstrukte. Die vermehrte Auffassungsfähigkeit bezieht im Laufe der Arbeit auch von der Realitätserfassung ausgeschlossenen Bereiche mit ein. Statt der außerordentlichen Dramatik der Verlassenheitskrise führt die Instroke Arbeit eine Art **„kognitive Wende,“** herbei. Die „kognitive Wende,“ stellt den Beginn einer erneuten Aufnahme mit der Außenwelt dar und ist eine Beziehungsaufnahme im engsten Sinne des Wortes. Die Beziehungsfähigkeit ist dabei Folge der wiedergewonnenen Fähigkeit, innere Verbindungen und Differenzierung aufbauen zu können, die sich in kreativen Weise in einer eigenen Art der Beziehungsaufnahme entfalten. Beziehungsfähigkeit ist aus dieser Perspektive das Produkt gelungener Instroke – Arbeit (durch die tragfähigeren, verdichteten und differenzierteren inneren Verbindungen) und nicht das therapeutische Mittel.

Ist die Instroke – Arbeit bis zu diesem Grade der erneuten energetischen Verdichtung [xviii] vorangeschritten, entstehen neue Kontakte und die Qualität der verbliebenen Kontakte erweitert sich. Eine Klientin brachte diesen Prozess einmal so zum Ausdruck: „Eines Morgens wachte ich auf und bemerkte „Oh, da ist ja Reiner,“(Der Freund mit dem sie bereits seit längerem liiert war).

Wie ist so eine etwas grotesk anmutende Bemerkung zu verstehen?

Die Instroke – Arbeit war bis zu einem Punkt vorangeschritten, an dem die Klientin wieder in der Lage war, eine innere Verbindung zu jemandem aufzubauen, die ich als Resultat energetischer Verdichtung ansehe. Bezeichnenderweise hat sie sich, nachdem ihre Beziehung in eine Krise kam, nicht von ihrem Freund getrennt, sondern allmählich begonnen, sich den Schwierigkeiten zu stellen. Üblicherweise verliefen ihre Beziehungen bis dahin nach dem Muster „Begeisterte Verliebtheit weicht der Ernüchterung und führt zwangsläufig zur Trennung,“. Zur selben Zeit erlebt die Klientin erstmalig, daß Allein – Sein nicht automatisch totale Einsamkeit bedeuten muß. Die bei erweitertem Instroke mögliche größere Verdichtung emotionaler Erfahrungen führt zu einem Aufbau eines inneren Objektes. Der Aufbau des inneren Objektes ermöglicht es, jemanden in der Verbindung zu mir selbst zu sehen. Das Sehen wird umfassender. Die Augen öffnen sich. Den Ausspruch der Klientin interpretiere ich als Ausdruck einer beginnenden Objekt Konstanz.

Gerade die sich langsam, mit immer wieder einbrechenden Phasen, entwickelnde Objektbeziehung ermöglicht es ihr, dem Freund unabhängiger undbezogener gegenüberzutreten. Die sich stabilisierende innere Verbindung ist wesentliches Kennzeichen der sich abschließenden Instroke - Phase in der Therapie

Energetisch betrachtet führt der vermehrte Instroke Fluß also zu einer größeren Konzentration und den damit verbundenen funktionellen Regulationen. Wir begegnen denn sowohl einem quantitativ wachsendem Fassungs- und Auffassungsvermögen als auch qualitativ erscheinenden, vielfältigen Differenzierungen. Der typische Verlauf, der zur Auflösung narzißtischer Konstellationen führt, ist eine größere Konzentration, die sowohl eine Neuaufnahme von Einflüssen und Beziehungen (die als innere Verbindungen erscheinen) möglich macht, als auch zu einer größeren Konzentration der vorhandenen Struktur führt. Die erhöhte Konzentration und damit Verdichtung bewirkt ein Herauskrystallisieren des oder der negativen Objekte, wodurch die an sie geknüpften Enttäuschungen subjektiv greifbarer werden. Oft erscheinen Verletzlichkeit, Verbitterung und vielerlei Arten von Schmerzen (häufig Rückenschmerzen). Für die Arbeit mit dem Instroke ist es ausnehmend wichtig, die starke Konzentration verbal zu begleiten, da die Klienten zumeist die negative Seite der Konzentration so gebannt sind, daß sie die zur selben Zeit erfolgten neuen Einflüsse, die in ihr Leben treten, übersehen. Sie müssen nicht mehr beeindruckt werden, sondern lassen sich beeindrucken. Zarte Versuche der Beziehungsaufnahme sind zu beobachten und erwarten eine Antwort. Paradoxer weise wächst insgeheim die Zuversicht (auch wenn aktuell Enttäuschung und Verbitterung im Vordergrund zu stehen scheint), die darauf zurückzuführen ist, daß der Prozess der Koordination, welche die vermehrte Aufnahme begleitet, sich auch darin äußert, daß der Mut wächst und ich mir wieder ein Herz fassen kann. Oft werden spontane Entschlüsse gefaßt, die zu neuen Lebensperspektiven führen. Die Zuversicht ergibt sich aus der neu entstehenden inneren Beziehungsfähigkeit und aus dem Verschwinden vom überflüssigen Leugnen. Denn die vermehrte Aufnahme zeigt sich im Aufbau neuer Strukturen, die dann eine innere Alternative bieten und im Erleben der Klientinnen die Nachteile des Leugnen in den Vordergrund rücken. Der Standpunkt des Verlustes und des Verzichts kann verlassen werden und eröffnet neue Perspektiven.

Da die Einflußnahme durch andere keine Bedrohung der gesamten eigenen psychischen Struktur, mit dem dazugehörigen eingefrorenen Image, mehr darstellt, ist es auch möglich, Trost zu empfangen. Die Begeisterung gewinnt an Fülle und die Klienten lernen, Projekte ausdauernder in Angriff zu nehmen. Sie verlieren sich nicht mehr darin. Die Verbindung von Herz und Verstand rückt endgültig in den Mittelpunkt der Behandlung. Die Möglichkeit des ungehinderten Instroke - Flusses der Lebensenergie macht die narzißtische Behandlung, einer langwierigen, schmerzhaften, oft von Erschöpfung gekennzeichneten Zeit, die außerordentlich viel Geduld erfordert, zu einer Zeit für die eigene Erfüllung. Narzißtische Menschen, die zu früh zu viel erfüllen und erleiden mußten, brauchen im wesentlichen diese Zeit für Erfüllung des eigenen Lebens.