Lena Kronbichler
Matr.Nr. 12143068

Narzissmus in Paarbeziehungen
Einfluss auf die Beziehungsqualität

Masterarbeit

zur Erlangung des akademischen Grades eines
Akademisch geprüfte Psychosoziale Beraterin
im Rahmen des Universitätslehrganges

1 Psychosoziale Beratung Masterupgrade Tirol

Wissenschaftliche Begutachterin: Univ.-Doz. DDr. Barbara Friehs

Karl-Franzens-Universität Graz
und UNI for LIFE

Niederndorf, am 10.01.2023

Abstract

Im Rahmen dieser Arbeit liegt der Fokus auf Narzissmus in Paarbeziehungen und wie dieser die Beziehungsqualität beeinflussen kann. Die konkrete Forschungsfrage lautet: *Inwiefern wirkt sich der Narzissmus auf die Beziehungsqualität in Paarbeziehungen aus und welche Unterschiede ergeben sich hierbei in Bezug auf weibliche und männliche Narzissten?* Anhand eines theoretischen beziehungsweise literaturgestützten Vorgehens soll herausgearbeitet werden, was genau der Narzissmus ist, wie er entsteht, mit welchen Symptomen dieser einhergeht, wie sich dies auf die Beziehungsqualität auswirkt und wo geschlechtsspezifische Unterschiede vorliegen. In der Empirie werden Leitfadeninterviews mit Partnern und Partnerinnen von narzisstischen Personen durchgeführt, um herauszufinden, wie diese die Beziehung in der Praxis erlebt haben, welche Hürden sich ergeben haben und auch wie diese Beziehung geendet hat. In Summe konnte erkannt werden, dass es durchaus Unterschiede zwischen den Geschlechtern gibt, doch in der Praxis waren diese deutlich weniger zu erkennen. Die Partner und Partnerinnen haben sehr ähnliche Erlebnisse geschildert und fanden ähnliche Charaktereigenschaften zu Beginn sehr anziehend, beschreiben die gleiche Komplettwandlung während der Beziehung, die gleichen Hürden, wie die enorme Kontrolle, die Streitigkeiten, die bis zur Eskalation gingen, die Schwierigkeiten eine ebenbürtige Beziehung aufzubauen, offen mit dem Gegenüber sprechen zu können und auch, dass die Trennung langwierig war. Der Narzissmus wirkt sich enorm auf die Beziehungsqualität aus, was in einer einseitig gebenden Partnerschaft mündet, die langfristig zum Scheitern verurteilt ist, außer es ergibt sich eine Einsicht beim Partner beziehungsweise der Partnerin. Eine Psychotherapie kann helfen.

The focus of this thesis is on narcissism in couple relationships and how it can affect the quality of relationships. The specific research question is: *To what extent does narcissism affect the quality of relationships in couples and what are the differences in relation to female and male narcissists?* Using a theoretical or literature-based approach, it should be worked out what exactly narcissism is, how it develops, what symptoms it is associated with, how this affects the quality of relationships and where there are gender-specific differences. Guided interviews with partners of narcissistic people are conducted empirically in order to find out how they experienced the relationship in practice, what hurdles arose and how this relationship ended. Overall,

it could be seen that there are definitely differences between the sexes, but in practice these were much less noticeable. The partners have described very similar experiences and found similar character traits very attractive at the beginning, describe the same complete transformation during the relationship, the same obstacles, such as the enormous control, the disputes that went to the point of escalation, the difficulties in establishing an equal relationship, being able to speak openly with the other person and also that the separation was lengthy. Narcissism has an enormous effect on the quality of the relationship, which results in a one-sided partnership that is doomed to failure in the long term, unless the partner gains insight. It is becoming more and more impossible for the partner to be their true self, stay in the relationship and be happy. Therefor they choose to leave the relationship behind. Therefor psychotherapy would be necessary.

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis 1

Abbildungsverzeichnis 4

1Einleitung 5

1.1Problemstellung 6
1.2Forschungsfrage 6
1.3Ziel der Arbeit 7
1.4Methode und Gliederung 7

2Narzissmus 9

2.1Definition 9
2.2Die dunkle Triade 13
2.3Formen 16
2.3.1Primäre und sekundäre Form 16
2.3.2Pathologischer Narzissmus und Einblick in Persönlichkeitsstörungen 20
2.3.3Mit dem Verdeckten Narzissmus 24
2.4Subklinischer Narzissmus 24
2.4.1Vulnerabler Narzissmus 24
2.4.2Grandioser Narzissmus 25
2.5Entstehung 26
2.6Verlauf und Behandlung 27

3Geschlechtsspezifische Unterschiede beim Narzissmus 28

3.1Männlicher Narzissmus 28
3.2Weiblicher Narzissmus 31

4Einfluss auf die Beziehungsqualität 33

5Empirischer Teil der Arbeit 37

5.1Darstellung der Erhebungsmethode 37
5.2Durchführung 38
5.3Darstellung der Auswertungsmethode 41

6Darstellung der Ergebnisse 44

6.1Ergebnisse der Partnerinnen (weiblich) 44
6.1.1Kategorie 1: Rahmenbedingungen des Kennenlernens 44
6.1.2Kategorie 2: Vergleich zu Expartnern 46
6.1.3Kategorie 3: Facetten der Verhaltensänderung 48
6.1.4Kategorie 4: Verhalten bei der Trennung 51
6.1.5Kategorie 5: Einsicht zum eigenen Verhalten 53
6.1.6Kategorie 6: Einsicht der Partnerinnen bezogen auf die Beziehung 55
6.1.7Kategorie 7: Realisierung des Narzissmus 58
6.1.8Kategorie 8: Was von Anfang an gefiel 60
6.1.9Kategorie 9: Wirkung auf das eigene Verhalten 61
6.2Ergebnisse der Partner (männlich) 65
6.2.1Kategorie 1: Phase des Kennenlernens 65
6.2.2Kategorie 2: Einsicht bezogen auf den Narzissmus 66
6.2.3Kategorie 3: Wann die Veränderung stattgefunden hat 68
6.2.4Kategorie 4: Veränderungen im Verhalten 70
6.2.5Kategorie 5: Wie sich das veränderte Verhalten auswirkte auf den Partner 73
6.2.6Kategorie 6: Besonders anziehende Aspekte am Anfang 74
6.2.7Kategorie 7: Ungünstige Merkmale, die besonders in der Beziehung auffallend sind: 75
6.2.8Kategorie 8 Beenden der Beziehung 77
6.2.9Kategorie 9: Beziehungspotenzial 79
6.3Vergleich der beiden 80

7Diskussion 81

7.1Wichtigsten Erkenntnisse 81
7.2Handlungsempfehlungen 83
7.3Limitationen der Arbeit 83

8Conclusio und Ausblick 84

Literaturverzeichnis 86

Anhang 89

Leitfaden 89

Transkripte 90
Weiblich90
Männlich 121
Analyse 135
Analyse weiblich 135
Analyse männlich 163

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Kontinuum zum Narzissmus 10
Abbildung 2: Dunkle Triade Narzissmus, Psychopathie, Machiavellismus 14
Abbildung 3: Cluster der Persönlichkeitsstörungen 20

2 Einleitung

Der Narzissmus geht mit herausfordernden Verhalten einher, vor allem im Hinblick auf Paarbeziehungen. Die Arbeit widmet sich dem Narzissmus, der Entstehung, der Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen, insbesondere Paarbeziehungen und geht auch darauf ein, welche Unterschiede es bei weiblichen und männlichen Narzissten gibt.

Narzissmus wird oftmals lediglich mit Selbstverliebtheit assoziiert, die psychologische Auffassung ist allerdings umfassender. (vgl. Tasche, 2016, S. 41-43) Es ist nicht immer einfach eine narzisstische Persönlichkeitsstörung zu erkennen und zu verstehen, wie mit einem derartigen Menschen umgegangen werden kann. In der mystischen Sage von Narziss geht es um einen jungen Menschen, der es nicht schafft, sich selbst zu erkennen. Damit ist gemeint, dass er keinen Zugang zu seinem wahren Ich gefunden hat, was dazu führte, dass er nicht nur sehr egoistisch, sondern auch skrupellos und kaltherzig war. Er stieß die Menschen in seiner Umgebung weg, unfähig eine tiefergehende Beziehung aufzubauen und wer doch eine Beziehung mit ihm begonnen hatte, dem wurde sein Herz gebrochen. Als Strafe sollte Narziss für immer das Bedürfnis nach einer unerfüllten Selbstliebe in sich tragen. Die Sage ist komplex, doch per se geht es darum, dass narzisstische Menschen nicht in der Lage sind sich selbst zu lieben und auch niemanden sonst. Sie haben keinen Bezug zu ihren eigenen Gefühlen, nutzen andere Menschen zur Befriedigung der eigenen Bedürfnisse aus, aber gleichzeitig sind sie nur selten in der Lage dadurch ihre innere Leere zu füllen (vgl. Schilling, 2019, S. 19-23) Narzisstische Persönlichkeiten brauchen daher unbedingt das Gefühl der Erhabenheit beziehungsweise Überlegenheit, werten andere Menschen ab, sind vom Lob anderer Menschen abhängig und haben Schwierigkeiten ihren Selbstwert zu regulieren. (vgl. Burghardt, 2022, S. 157-162)

Die Beziehung mit narzisstischer Persönlichkeit kann daher als ein herausforderndes Unterfragen angesehen werden, weil sie sich schwer auf die Bedürfnisse anderer einstellen können. (vgl. Zimmermann & Friedrichs, 2022) Aus diesem Grund widmet sich die Verfasserin in dieser Arbeit dem Narzissmus und legt den Fokus auf die Beziehungsqualität.

2.1 Problemstellung

Das Problem ist, dass der Begriff auch im alltäglichen Sprachgebrauch oftmals verwendet wird und sich die Grenzen zwischen einem subklinischen und pathologischen Narzissmus verschieben. Da der Fokus auf der Beziehungsqualität in Paarbeziehungen liegt, befasst sich das anvisierte Problem damit, wie ein Narzissmus erkannt werden kann, welche Hürden konkret entstehen und vor allem auch, was die Partner und Partnerinnen tun können, wenn sie sich bereits in einer Beziehung befinden. Die Arbeit möchte daher helfen narzisstisches Verhalten besser einschätzen zu können und herauszuarbeiten, wie den Partnern und Partnerinnen bestmöglich geholfen werden kann.

2.2 Forschungsfrage

Die konkrete Fragestellung lautet: *Inwiefern wirkt sich der Narzissmus auf die Beziehungsqualität in Paarbeziehungen aus und welche Unterschiede ergeben sich hierbei in Bezug auf weibliche und männliche Narzissten?*

Daraus ergeben sich folgende Leitfragen, die bei der theoretischen und empirischen Aufarbeitung helfen sollen.

Leitfragen für die Theorie:

- Was genau kann unter Narzissmus verstanden werden?
- Welche diversen Formen gibt es?
- Wie entsteht ein Narzissmus?
- Wie verläuft der Narzissmus?

Leitfragen für die Empirie:

- Wie haben sich die Beziehungen ergeben und wie war die Dynamik vom Anfang bis zum Ende?
- Wurde offen über den Narzissmus gesprochen?
- Welche Hürden haben sich während der Beziehung ergeben?

Und da mit Partnern und Partnerinnen von narzisstischen Personen gesprochen wird, wird übergeordnet verglichen, inwiefern sich auch anhand der Empirie Unterschiede zwischen den Geschlechtern zeigen.

Die Leitfragen geben der theoretischen und empirischen Arbeit eine Orientierung und tragen dazu bei, dass abschließend die Forschungsfrage bestmöglich beantwortet werden kann.

2.3 Ziel der Arbeit

Es soll herausgearbeitet werden, welche Hürden in Partnerschaften daraus resultieren. Daher gibt es einen theoretischen Teil und einen empirischen Teil, wo Interviews mit weiblichen und männlichen Partnern / Partnerinnen von narzisstischen Personen geführt werden. Somit kann am Ende auch verglichen werden, wo es einen Unterschied bezogen auf weibliche und männliche Narzissten gibt.

Das übergeordnete Ziel wäre daher den Narzissmus tiefergehend zu verstehen, wie er sich auf die Beziehung auswirkt und wo es geschlechtsspezifische Charakteristika gibt.

2.4 Methode und Gliederung

Es findet ein theoretisches, literaturgestütztes Vorgehen statt. In einem ersten Schritt kommt es zu einer umfassenden Literaturrecherche. Es wird darauf geachtet, dass weitgehend aktuelle wissenschaftliche Bücher und Artikel gefunden werden. Es wird offline in Buchhandlungen und Bibliotheken gesucht, sowie online in Suchplattformen, wie Google Scholar, Springer oder Hogrefe.

Der theoretische Teil soll dabei helfen ein Verständnis dafür zu bekommen, welche Persönlichkeitseigenschaften narzisstische Persönlichkeiten aufweisen und wie sie sich auf die Beziehung auswirken können. Der empirische Teil geht einen Schritt weiter und versucht die Praxis näher zu behandeln. Hierbei wird darauf geachtet, ob sich Theorie und Empirie ergänzen, decken oder widersprechen. Es werden daher zehn Leitfadeninterviews durchgeführt, und zwar mit Partnern und Partnerinnen. Die Interviews werden anhand der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet.

Die Arbeit ist nach der Einleitung in drei theoretische Kapitel aufgeteilt. In Kapitel 2 geht es vor allem um den Narzissmus und seine unterschiedlichen Facetten. In Kapitel 3 wird näher auf geschlechtsspezifische Unterschiede eingegangen. In Kapitel 4, das letzte Theoriekapitel, wird der Einfluss auf die Beziehungsqualität thematisiert.

Im empirischen Teil der Arbeit gibt Kapitel 5 zuerst einen Einblick in das Untersuchungsdesign. Aus dem Grund wird angeführt, warum die Verfasserin auf ein qualitatives Design zurückgegriffen hat, warum Leitfadeninterviews durchgeführt worden sind und was bei der Umsetzung der Interviews im Vorfeld beachtet worden ist. Ebenso wird darauf eingegangen, wie die konkrete Interviewdurchführung stattgefunden hat und wie passende Interviewpersonen gefunden wurden. Abschließend wird in Kapitel 5 die Auswertungsmethoden näher erläutert. Kapitel 6 zeigt die Ergebnisse, und zwar zuerst nach Gruppen (Ergebnisse der Partnerinnen und dann der Partner) und zieht auch einen Vergleich. Kapitel 7, die Diskussion, fusioniert die wichtigsten theoretischen und empirischen Ergebnisse, leitet Handlungsempfehlungen dahingehend ab, worauf zu achten ist, wenn sich Menschen mit einer narzisstischen Person in einer Beziehung befinden und es werden auch Limitationen der Arbeit angeführt. In Kapitel 8, der Conclusio, wird die Forschungsfrage (inklusive Leitfragen) beantwortet und dazu gehörenden Ausblick werden etwaige nächste Schritte und offen geblieben Fragen angeführt.

3 Narzissmus

Im Rahmen des zweiten Kapitels wird genauer auf den Narzissmus eingegangen. Es soll dadurch verstanden werden, wie facettenreich der Narzissmus auftreten kann und mit welchen diversen Charakteristiken er einhergeht.

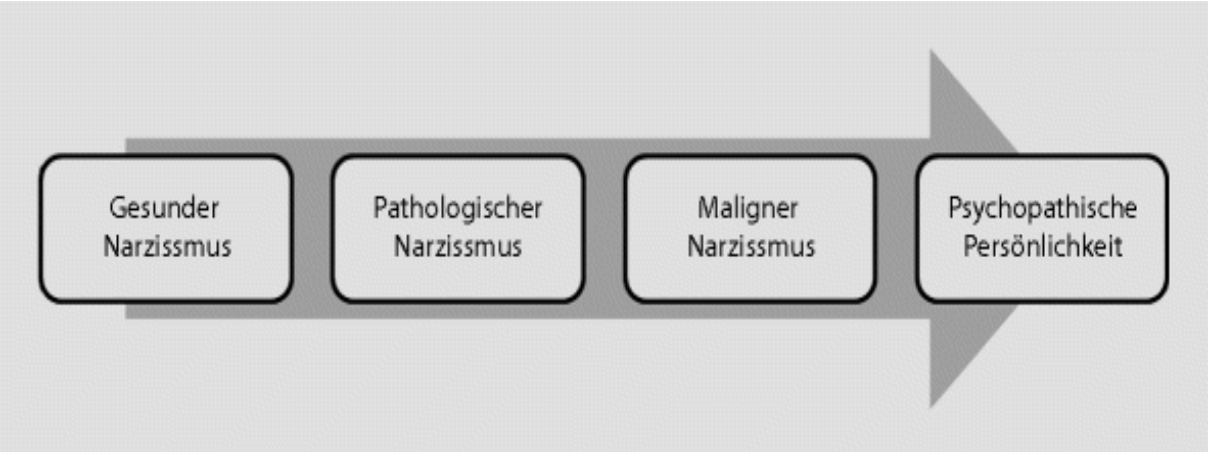
3.1 Definition

Im ersten Unterkapitel geht es darum, was grundsätzlich unter Narzissmus verstanden werden kann. In diesem Unterkapitel wird noch nicht differenziert, um welche Form es sich hierbei handelt. In den nachfolgenden Unterkapiteln wird auf den pathologischen, subklinischen und gesunden Narzissmus verwiesen, um zu verstehen, dass der alltägliche Begriff zu allgemein ist, um das gesamte Spektrum an narzisstischen Zügen zu erfassen. Daher wird nun eine allgemeine Definition angeführt.

Mit Narzissmus ist gemeint, dass eine hohe Tendenz nach Selbstliebe vorliegt. Eine Person mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung, auf welche später näher eingegangen wird, befasst sich vordergründig lediglich mit der eigenen Person. Die Selbstliebe nimmt daher so stark pathologische Züge an, dass alles, was nicht der eigenen Person zugeschrieben wird, als unwichtig erachtet wird. Die eigenen Bedürfnisse, Einstellungen und Interessen werden als oberste Priorität eingestuft und dadurch sind sie bereit berufliche und private Grenzen zu überschreiten, um die Befriedigung und Durchsetzung der eigenen Bedürfnisse zu erreichen. (vgl. Burghardt, 2022, S. 157-159) Der Narzissmus wird daher mit einem hohen Maß an Selbstliebe, Selbstverliebtheit und Selbstbewunderung assoziiert und es gibt ein breites Kontinuum, bezogen auf den Grat, in welchem Bereiche diese vorliegen. (vgl. Burghardt, 2022, S. 157-158)

Die nachfolgende Abbildung zeigt dies auf:

Abbildung 1: Kontinuum zum Narzissmus



Quelle: Schneck, 2018, S. 29

Abbildung 1 zeigt auf, dass es nicht nur einen einzigen Narzissmus gibt, weswegen auch im ersten Kapitel eine allgemeine beziehungsweise umfassende Definition stattfinden soll. Ein gesunder Narzissmus hebt sich in seinen Grundzügen weit vom pathologischen Narzissmus ab und hat kaum noch Gemeinsamkeiten mit der psychopathischen Persönlichkeit. Dies hat verstanden zu werden, um den Begriff adäquat einordnen zu können. (Abbildung 1) Kurz soll auf diese vier Typen eingegangen werden.

Ein gesunder Narzissmus liegt vor, wenn Menschen ein „gesundes“ Maß an Selbstvertrauen aufweisen und sich besonders viel zutrauen. Das bedeutet, dass sie stärker als die Norm an sich glauben, darauf vertrauen, dass sie einen positiven Einfluss auf Geschehnisse haben können und sie alles, was notwendig ist aufweisen oder erlernen können, um sehr hoch gesteckte Ziele auch zu erreichen. Sie haben ein sehr positives Selbstbild, haben ein gesteigertes Selbstbewusstsein und es liegt ein hohes Maß an Selbstwert vor. Sie neigen dazu sich selbst zu überschätzen, doch in noch keinem pathologischen Ausmaß. Im Gegenteil, ein Überschätzen kann tendenziell dazu führen, dass es wahrscheinlicher wird die eigenen Ziele zu erreichen, Menschen weniger anfällig sind für ungünstige Bewältigungsmechanismen, Ängste oder Depressionen. Es ist daher charakteristisch, dass Menschen mit einem gesunden Narzissmus weniger

selbstkritisch sind und dadurch sind sie zumeist zufriedener als diejenigen, die ebenso hohe Ambitionen aufweisen, aber sich selbst kritischer gegenüberstehen. (vgl. Cohen, 2016)

Im gesunden Narzissmus kann daher das erste Beispiel gefunden werden, warum es so wichtig ist im alltäglichen Sprachgebrauch differenzierter vorzugehen und anzuführen, was genau jemand mit dem Begriff Narzissmus meint. Es kann ungünstig sein, wenn der Wert des gesunden Narzissmus zu hoch ist (wenn auch noch nicht pathologisch) und zwar dann, wenn eine Reflexionsfähigkeit bezogen auf die eigene Person komplett fehlt und der Fehler gemacht wird, keine Taten zu setzen, sondern lediglich damit zu rechnen, dass alles so passieren wird, wie erhofft. Der gesunde Narzissmus weist daher keine pathologischen Züge auf und hilft vielen Menschen dabei proaktiver mit Hürden und Problemen umzugehen, weil schneller damit begonnen wird auf positive Bewältigungsmechanismen zu setzen. Auch Kritik wird weniger schwergenommen, weil ein stabiles Selbstbewusstsein vorliegt. (vgl. Cohen, 2016)

Die Beziehungen mit Menschen mit einem gesunden Narzissmus können allerdings dennoch herausfordernd sein, weil ihr positives Denken und standhaftes Selbstvertrauen oftmals mit Naivität verwechselt wird. Dies kann zu Spannungen in der Beziehung führen, vor allem dann, wenn der Partner / die Partnerin dazu neigt (selbst-) kritisch zu sein, weniger proaktiv auf Probleme reagiert und beispielsweise, statt aktiv gegen ein Problem vorzugehen, sich im Gedankengrübeln verliert. (vgl. Diller et al., 2020)

Als ächstes soll auf den pathologischen Narzissmus eingegangen werden, von welchem tendenziell am meisten die Rede ist, wenn im Alltag, in der Medizin oder auch in Filmen oder Büchern der Begriff verwendet wird. (vgl. Vater et al., 2013) Der pathologische Narzissmus ist die narzisstische Persönlichkeitsstörung und im Vergleich zum gesunden Narzissmus ist das Selbstwertgefühl deutlich übertrieben, die Betroffenen sind von ihrer einmaligen Großartigkeit überzeugt, brauchen durchgehend Bewunderung von außen und ihnen fehlt nahezu jedes empathische Empfinden. Dadurch sind eine Freundschaft oder Partnerschaft mit diesen

Personen sehr schwierig oder langfristig unmöglich. (vgl. Zimmermann & Friedrichs, 2022)
Auf diese Form wird später noch genauer eingegangen, da die Partner und Partnerinnen, mit welchen die Interviews durchgeführt worden sind, mit Personen zusammen waren, bei welchen eine narzisstische Persönlichkeitsstörung diagnostiziert worden ist.

Als nächste Steigerung gibt es den malignen Narzissmus, bei dem die narzisstische Persönlichkeit in Höchstform auftritt. Betroffene haben nicht nur ein mangelhaftes Empathie Empfinden, sondern keines. Sie gelten als sadistisch, das Gefühl der Großartigkeit erlebt eine weitere Steigerung und es treten zusätzlich Aggressionen, antisoziales Verhalten und Paranoia auf. (vgl. Urban & Vogel, 2014) Betroffenen fehlt es an Realitätsbezug und bezogen auf das eigene Verhalten setzen sie sich kaum Grenzen. Sie neigen dazu andere zu terrorisieren, böswillig auszunutzen und neigen zu Größenwahn. In einer Gruppe weisen sie einen enormen Herrschaftsanspruch auf, sind auf den eigenen Vorteil bedacht, streben nach alleiniger Macht, haben ein eingeschränktes oder kaum vorhandenes Moralempfinden und die Menschen in ihrer Umgebung fürchten sie zumeist. Dies entsteht dadurch, weil Regeln von außen stringent missachtet werden, sie dazu bereit sind alles zu tun, um ihre Interessen durchzusetzen und daher weder vor Lügen, Betrug oder Gewalt haltmachen. (vgl. Burghardt, 2022, S. 157-159)

Charakteristisch für den malignen Narzissmus ist, dass die Betroffenen so wirken als hätten sie jegliche Verbindung zu ihren eigenen Emotionen unterbunden und daher resultiert auch die mit ihnen verbundene Unbarmherzigkeit, Rücksichtslosigkeit und die Tendenz dazu andere auszubeuten. (vgl. Lammers, 2017) Der maligne Narzissmus ist daher zwischen dem pathologischen Narzissmus und der Psychopathie angesiedelt, und zwar dadurch, weil das antisoziale Verhalten hinzukommt. (vgl. Klein, 2016) Eine Beziehung zu jemanden mit einem malignen Narzissmus ist möglich, wenn auch von Seiten der narzisstischen Person diese nur geführt wird, um das Gegenüber auszubeuten. (vgl. Urban & Vogel, 2014)

Abschließend wird noch auf die Psychopathie eingegangen. Psychopathie beziehungsweise die antisoziale Persönlichkeitsstörung sind nicht mit dem Narzissmus ident, aber mit dem malignen Narzissmus verwandt. Bei der antisozialen Persönlichkeitsstörung neigen Menschen ebenso dazu Regeln anderer zu missachten, Gesetze zu übertreten, neigen zu aggressiven Verhalten und setzen auf ihren eigenen Vorteil. Ebenso haben sie ein eingeschränktes emotionales Repertoire und eine stark eingeschränkte (auf wenig Menschen beschränkte) oder überhaupt nicht vorhandene Empathie. Bei der Psychopathie als Unterform der antisozialen Persönlichkeitsstörung liegt eine stark eingeschränkte Empathie vor, Betroffene sind höchst manipulativ, egozentrisch, überheblich und dies sind alles Überschneidungen mit dem malignen Narzissmus. (vgl. Wild & Poeppl, 2022)

Zwischenfazit

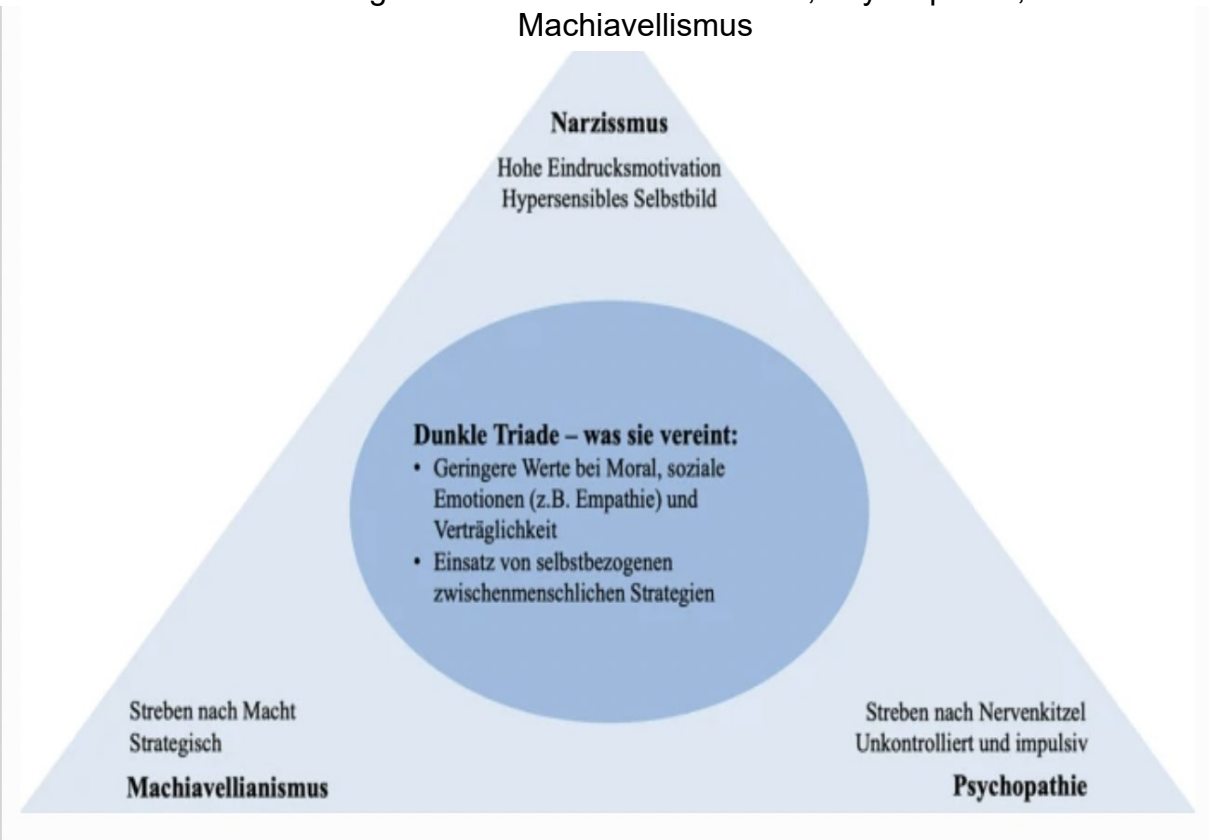
Es ist wesentlich zu verstehen, dass es nicht nur einen einzigen Narzissmus gibt, sondern in der Verwendung des Begriffs darauf geachtet wird, wie viele Facetten vorliegen können. In der nachfolgenden Arbeit liegt der Fokus auf der narzisstischen Persönlichkeitsstörung und etwaige Abgrenzungen zu subklinischen Formen, weil sich diese ähneln können. Gerade bei Partnerschaften ist es für die Partner und Partnerinnen schwierig zu differenzieren, ob eine pathologische oder subklinische Form vorliegt. (vgl. Skodol, 2018) Bevor allerdings tiefergehend die Formen beschrieben werden, wird abschließend noch ein kleiner Exkurs zur sogenannten *dunklen Triade* gemacht, weil dadurch verstanden werden kann, welche potenzielle Gefahr oder welches potenzielle Spannungspotenzial in der Interaktion und Beziehung zu einer narzisstischen Person vorliegen können.

3.2 Die dunkle Triade

Bei der *dunklen Triade* handelt es sich um ein Dreieck, an dessen Spitzen drei Persönlichkeitsstörungen vorhanden sind, die sich umfassend auf das Denken, Fühlen, Entscheiden und Handeln auswirken können. Diese Triade ist wichtig, weil der Narzissmus einer dieser drei Störungen ist und auch von den Charakterzügen betroffen ist, die sich an der Schnittstelle dieser drei befinden. (vgl. Externbrink & Keil, 2017, S. 7-13)

Die nachfolgende Abbildung zeigt die Triade:

Abbildung 2: Dunkle Triade Narzissmus, Psychopathie, Machiavellismus



Quelle: Schiemann & Jonas, 2020

Abbildung 2 zeigt, womit die einzelnen Störungen assoziiert werden können und vor allem auch, wo die Schnittpunkte liegen. Alle drei weisen eine enorme Selbstbezogenheit auf, ein geringes Moralempfinden, geringe Empathie und eine geringe Verträglichkeit (was in Bezug auf soziale Fähigkeiten und ein soziales Miteinander gemeint ist. (Abbildung 2)

Das Charakteristische an der Triade ist auch, dass diese Störungen oftmals in gebündelter Form auftreten oder zumindest es wahrscheinlicher machen, dass eine Person mit Narzissmus mit der Zeit auch Züge der anderen Störungen entwickelt. Narzisstische Personen sind abhängig von der Bewunderung von außen, sie brauchen Abwechslung, sehnen sich nach ständigen neuen Erlebnissen und haben ein hohes Maß an Extraversion.

Besonders die Selbstüberhöhung führt dazu, dass sie kaum mit anderen Menschen zusammenarbeiten, und zwar einerseits, weil durch ihr Verhalten dies für andere unmöglich wird und zweitens, weil sie es auch selbst nicht wollen (sie präferieren allein zu arbeiten, weil sie auch dadurch das alleinige Lob bekommen). (vgl. Schiemann & Jonas, 2020)

Menschen mit hohen Werten beim Machiavellismus weisen noch weniger Empathie auf, neigen noch mehr dazu Grenzen zu übertreten und sind geübt darin andere Menschen zu manipulieren. Eine Kombination mit dem Narzissmus ist daher nicht selten, weil diese Fähigkeiten dafür sorgen, dass ein Narzisst noch mehr Anerkennung, Aufmerksamkeit bekommt und sich für ihn die Chance erhöht die eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. (vgl. Hametner, 2020, S. 63-68)

Liegen zusätzlich Werte in der Psychopathie vor, sind Menschen noch impulsiver, kaltherziger und skrupelloser. Menschen mit Psychopathie sind in vielen Fällen unfähig Reue zu verspüren, was sie umso gefährlicher macht. Das moralische Empfinden ist nahezu komplett ausgeschaltet, was dazu führt, dass sie komplett auf das eigene Wohl ausgerichtet sind. (vgl. Lanciano & Curci, 2021)

Der Narzissmus ist die schwächste Störung der dunklen Triade, gefolgt vom Machiavellismus und die stärkte Störung ist die Psychopathie. Im Narzissmus ist das grandiose Selbst zu finden, im Machiavellismus das stark manipulative Verhalten und in der Psychopathie das Fehlen der Empathie. Bei allen drei Störungen ist der wichtigste Punkt, dass eine sehr niedrige soziale Verträglichkeit vorliegt, und zwar im doppelten Sinne. Einerseits schotten sie sich vor anderen Menschen ab, ziehen sich emotional zurück und sind durch Gefühle anderer Menschen überfordert und andererseits schotten sich die meisten Menschen auch vor ihnen ab, weil sie mit ihrer Art zu denken und zu handeln überfordert sind. (vgl. Rogoza & Cieciuch, 2020)

Abschließend ist noch zu sagen, dass alle Menschen Züge dieser Eigenschaften in sich tragen, doch das Ausmaß der Eigenschaften ist entscheidend. Ebenso gilt,

dass die Betroffenen keinen Leidensdruck empfinden, weil sie davon überzeugt sind, dass ihnen diese Eigenschaften im Leben helfen können.
Die Schwierigkeiten ergeben sich eher für die Umgebung, wie für die Familie oder die Partner / Partnerinnen. (vgl. Rogoza & Cieciuch, 2020)

Auf die Partnerschaft wird in Kapitel 3 und 4 genauer eingegangen.

3.3 Formen

In diesem Unterkapitel wird auf unterschiedliche Formen näher eingegangen. Es wird zwischen der primären und sekundären Form differenziert, der pathologische Narzissmus wird näher erläutert und auch der subklinische wird kurz thematisiert, weil es für viele Partner und Partnerinnen schwierig sein kann die pathologische von der subklinischen Form zu unterscheiden.

3.3.1 Primäre und sekundäre Form

Die Untertrennung in primär und sekundär ist Teil der Tiefenpsychologie. Mit der primären Narzissmus Form ist gemeint, dass bereits Kleinkinder narzisstische Charakteristika aufweisen und es daher als ein natürlicher Prozess anzusehen ist. Es ist Menschen angeboren sich zu lieben, sich auf sich zu fokussieren und sich intensiv mit sich selbst zu befassen. Selbstliebe ist daher nicht pathologisch, sondern sollte in „gesunder“ Form eine Eigenschaft sein, die alle Menschen besitzen. Das Selbst ist das zentrale Merkmal, weil sich Kinder zwar zuerst mit der Umgebung befassen, bevor sie das eigene Selbst erkennen, aber erst durch das Erkennen des Selbst erschaffen sie einen Bezug zur Umgebung. Sie nehmen die Umgebung durch den Filter der eigenen Wahrnehmung wahr, erkennen, dass sie sich von anderen abheben und es bei ihnen liegt sich für sich und ihre Bedürfnisse einzusetzen. (vgl. Bonelli, 2017, S. 73-75) Die primäre Form beginnt daher natürlich bei Kleinkindern und der spätere Umgang damit ist entscheidend dafür, ob sich eine pathologische Form der Selbstliebe einstellt oder nicht. (vgl. Pawlowsky, 2000, S. 452)

Der primäre Narzissmus nimmt dann keine pathologischen Züge an, wenn es den Kindern gelingt tiefergehende Beziehungen, wie zu den Eltern, aufzubauen. Dadurch gehen sie vom reinen Ichbedürfnis zum Du-Empfinden über, erkennen,

dass auch die Bedürfnisse des Gegenübers, vor allem von geliebten Menschen, wichtig sind und dadurch lösen sie sich vom primären Narzissmus.
Es ist demnach eine wesentliche Entwicklungsaufgabe sich vom primären Narzissmus zu lösen und das eigene Ego zu begrenzen. (vgl. Bonelli, 2017, S. 73-75)

Das „gesunde“ Ego ist demnach keine Gefahr oder auch kein Narzissmus, weil es wichtig ist sich selbst als eigenständige Person zu erkennen. Findet dies nicht statt, dann entwickeln sich andere pathologische Züge, wie eine dependente Persönlichkeitsstörung. (vgl. Diller et al., 2020)

Überwinden Kinder die primäre Narzissmus Form nicht, dann entsteht die verzerrte Selbst-und Fremdwahrnehmung. Dann resultiert die übertriebene Selbstliebe, der übertriebene Ich Bezug und die narzisstische Persönlichkeitsstörung entsteht. (vgl. Pawlowsky, 2000, S. 452)

Die sekundäre Form ist somit der pathologische Narzissmus, auf welchen in 2.3.2 genauer eingegangen wird. Die psychologischen Kriterien werden ebenso näher erläutert und an dieser Stelle soll die tiefenpsychologische Seite dieser Form thematisiert werden. Beim Vollbild des Narzissmus ist die verzerrte Selbst- und Fremdwahrnehmung vollständig vorliegend. Das bedeutet, dass sie sich umfassend auf sich selbst und die eigenen Bedürfnisse zentrieren. Sie erkennen es als ihre persönliche Pflicht an ein Leben zu kreieren, welches komplett den eigenen Erwartungen entspricht. Dies kann vor allem für die Betroffenen selbst eine Gefahr darstellen, weil die Realität in den seltensten Fällen mit der Realität mithalten kann. Viele Betroffene entwickeln in späten Erwachsenen alter eine Depression, weil sie sich selbst vorwerfen das Leben nicht nach eigenen Maßstäben entwickelt zu haben und daraus kann eine Lebenskrise entstehen. Das große Ego einer narzisstischen Person kann daher, um es metaphorisch zu sagen, sowohl Segen als auch Fluch sein. Das Ego wird in den Fokus gerückt, nur die eigene Perspektive wird als zulässig erachtet, doch dieses Ego setzt auch enorm unter Druck, macht Angst und kann zu einer umfassenden Überforderung führen. (vgl. Bonelli, 2017, S. 77-79)

Wenn von narzisstischen Personen gesprochen wird, dann darf nicht vergessen werden, dass sie nicht nur für ihre Umgebung, Familien und Partner und Partnerinnen eine Bürde darstellen, sondern auch für sich selbst, weil sie ständig damit beschäftigt sind nach Ruhm, Lob und Anerkennung zu suchen. Sie sind rastlos, unzufrieden, ungeduldig und niemals zufrieden. Das bedeutet auf einer tiefenpsychologischen Ebene, dass sie keine tatsächliche Zuversicht, Zufriedenheit und Glück empfinden, sondern lediglich kurze Impulse der Ego-Befriedigung. (vgl. Bonelli, 2017, S. 77-79)

Der Egozentrismus ist daher auch für die betroffene Person teilweise unerträglich und nicht selten kommt es auch bei narzisstischen Personen zu dem Punkt im Leben, an welchen sie überfordert sind und sich wünschen würden nicht nur auf die eigenen Bedürfnisse fokussiert zu sein. Die enorme Enttäuschung, welche sich teilweise bei ihnen breitmacht, wird unerträglich und in besonders schweren Fällen kommt es zu einem Selbstmord. Es darf daher nicht vergessen werden, dass es sich beim Narzissmus um eine Persönlichkeitsstörung handelt und die betroffene Person nicht unbedingt frei wählt, wie sie sich verhält und entscheidet. (vgl. Bonelli, 2017, S. 77-79) Wie es bei Menschen mit der Borderline-Persönlichkeitsstörung schwierig ist sich emotional zu kontrollieren oder bei der sozialen Phobie unmöglich erscheint sich bei fremden Menschen wohlzufühlen, so ist es auch für narzisstische Personen schwer sich gegen ihre Störung aufzulehnen, ihre Triebe zu ignorieren und sich gegensätzlich zu verhalten. (vgl. Chad et al., 2018, S. 1-10)

Eine Krankheitseinsicht kann teilweise oder umfassend vorliegen, wenn auch tendenziell erst sehr spät und wenn die Störung weit fortgeschritten ist. Das Ego ist somit eine Belastung, weil narzisstische Personen dem Ego ausgeliefert sind, es schützen, versuchen es zu stärken und sich auf nichts konzentrieren können, was keinen positiven Effekt auf ihr Ego hat, beziehungsweise alles aus Ego-Sicht interpretieren. So wird aus einer möglichen altruistischen Handlung sofort ein Akt des Egos, und zwar aus ihrer eigenen Perspektive, weil alles andere für sie als nicht legitim eingestuft werden würde. (vgl. Bonelli, 2017, S. 77-79)

Narzisstische Personen weisen daher eine hohe Ambivalenz auf und meistens wird der Fehler gemacht, dass sie nur einseitig betrachtet werden. Narzisstische Menschen wirken extrovertiert, arrogant, egoistisch und kaltherzig, doch zu einem anderen Teil sind sie auch introvertiert, von der Umgebung abhängig, können unterwürfig agieren, wenn es dem Zweck dient, danach Lob zu bekommen und daher finden sich auch Züge von Abhängigkeit, Ambivalenzen, Ängsten und Selbstzweifeln. (vgl. Hart et al., 2018, S. 283-288)

Vieles kann demnach auch als Fassade angesehen werden, welche die Betroffenen allerdings nicht erkennen. Sie erkennen ihre Verletzlichkeit nicht an, arbeiten gegen diese, unterdrücken ihre inneren, tiefergehenden Gefühle und errichten demnach eine teilweise unerschütterliche metaphorische Trennwand zwischen ihnen und der Außenwelt. (vgl. Schilling, 2019, S. 45.48)

Somit kann auch bis zu einem gewissen Grad gesagt werden, dass beim Narzissmus ein sehr schwach ausgeprägter Selbstwert vorliegt, weil dieser direkt mit der Anerkennung und anderen Reaktionen der Umgebung abhängt. Narzisstische Menschen beziehen ihren Selbstwert demnach nicht von innen heraus, sondern von der Umgebung und sie spüren den inneren Drang alles erdenklich Mögliche zu tun, um von den sie umgebenden Menschen diese Reaktion zu bekommen. Aus psychologischer Sicht liegt daher ein grandioses Selbstbild vor, sie agieren und denken egoistisch, manipulativ und ausbeuterisch, doch im inneren Kern liegt dennoch eine extreme Verletzbarkeit vor, von welcher sie sich abwenden möchten. Den meisten Menschen gelingt dies auch für die gesamte Lebensspanne hinweg. (vgl. Jordan & Zeigler-Hill, 2020, S. 1637-1640) Versuchen sich narzisstische Menschen zu verändern, dann ähneln dies dem Versuch einer süchtigen Person sich von den Bedürfnissen nach der Droge abzuwenden. Es ist ein ähnliches innere Prozedere, weil narzisstische Personen davon ausgehen, dass sie ihr bisher gezeigtes Denken, Entscheiden und Handeln brauchen, um im Grunde genommen lebensfähig zu sein und dafür sorgen zu können, dass ihr Leben so verläuft, wie sie es sich vorstellen. (vgl. Czarna et al., 2021)

Schilling (2019) führt daher an, dass das positive Selbstbild nicht real ist, sondern von den Betroffenen erschaffen worden ist, um sich nicht mit den negativen Emotionen, wie der Verletzlichkeit, auseinandersetzen zu müssen. Es ist daher eine Art Schutzmechanismen, der, wenn er genauer betrachtet wird, sich immer mehr auflöst, je tiefenpsychologischer mit Betroffenen gearbeitet wird. Es wäre aber eine lange und intensive Arbeit, um eine narzisstische Person zu verändern, weil sie umfassende Abwehrmechanismen aufgebaut haben. (vgl. S. 45-48)

3.3.2 Pathologischer Narzissmus und Einblick in Persönlichkeitsstörungen

Unter der pathologischen Form ist zumeist die narzisstische Persönlichkeitsstörung gemeint. In der Psychologie gibt es zehn Persönlichkeitsstörungen, die nach unterschiedlichen Clustern eingeordnet werden. Cluster A befasst sich mit den sonderbaren und exzentrischen Persönlichkeitsstörungen, Cluster B mit den launischen, dramatischen und emotionalen Persönlichkeitsstörungen und Cluster C mit den ängstlich-vermeidenden Persönlichkeitsstörungen. Der Narzissmus beziehungsweise die narzisstische Persönlichkeitsstörung ist Cluster B zugeordnet. (vgl. Renneberg, 2018, S. 455-463) Die nachfolgende Abbildung zeigt die verschiedenen Cluster in der Übersicht:

Abbildung 3: Cluster der Persönlichkeitsstörungen

Persönlichkeitsstörungen (nach DSM-IV-TR)

Cluster A	Cluster B	Cluster C
paranoide Persönlichkeitsstörung	antisoziale Persönlichkeitsstörung	vermeidend-selbstunsichere Persönlichkeitsstörung
schizoide Persönlichkeitsstörung	Borderline-Persönlichkeitsstörung	dependente Persönlichkeitsstörung
schizotypische Persönlichkeitsstörung	histrionische Persönlichkeitsstörung	zwanghafte Persönlichkeitsstörung
	narzisstische Persönlichkeitsstörung	

Quelle: Wutke, 2014

Kurz soll angeführt werden, was generell unter den Persönlichkeitsstörungen zu verstehen ist. Persönlichkeitseigenschaften werden als stabil und andauernd erachtet. Was bedeutet, dass Menschen ein stabiles Denk-, Wahrnehmungs-, Verhaltens- und Reaktionsmuster aufweisen. Bei den Persönlichkeitsstörungen gibt es eine gewisse Konstellation von Eigenschaften, die besonders stark und fix ausgeprägt sind. Bei den betroffenen Personen entsteht teilweise ein sehr starker Leidensdruck und sie werden bezogen auf ihren Alltag, ihr berufliches und soziales Leben stark eingeschränkt. Es kommt demnach zu unterschiedlichen Formen von sozial fehlangepassten Verhaltensweisen und obwohl sich die Person versucht gegen die Verhaltensweisen zu wehren und Gegenmaßnahmen zu treffen, kommt es immer wieder dazu, dass das Verhalten wiederholt wird. Inwiefern eine Einsicht vorliegt, hängt allerdings von der Persönlichkeitsstörung ab. Viele Betroffenen erleben erst dann eine Einsicht, wenn sie sich einer medikamentösen Behandlung unterziehen und reduzieren sie diese oder geben sie diese vorübergehend auf, kommt es erneut zu psychotischen Schüben (wie bei den Störungen aus Cluster A). Ob daher eine Einsicht und / oder ein Leidensdruck vorliegt, hängt stark von der Persönlichkeitsstörung ab. Realisieren betroffene Menschen allerdings, dass sie aufgrund der Störung beispielsweise ihrer Beziehung schaden, dann entsteht ein umfassender Leidensdruck, der bis zu depressiven Symptomen führen kann. (vgl. Levesque, 2018, S. 2750-2752)

Zu den Persönlichkeitsstörungen kann gesagt werden, dass sie meistens ab dem Erwachsenenalter erkannt beziehungsweise diagnostiziert werden. Anzeichen können zwar schon früher erkannt werden, doch zur tatsächlichen Diagnose kommt es erst, wenn sich die Persönlichkeit ausgebildet hat und als stabil angesehen werden kann. (vgl. Cloninger & Svrakic, 2016, S. 537-541) Die Persönlichkeitsstörungen ergeben sich aus Schwierigkeiten hinsichtlich der eigenen Identität und dem sozialen Miteinander. Bei der Identität liegt ein instabiles Selbstbild vor und dies kann beispielsweise mit nicht im Einklang stehenden Werten einhergehen oder auch abweichende Verhaltensweisen. Viele Betroffene fühlen sich innerlich hin- und hergerissen, sind sich bezogen auf das eigene Denken, Fühlen und Handeln unsicher, und aus diesem Zusammenspiel entsteht die Störung. Beim sozialen Miteinander wird erkannt, dass die Betroffenen

Schwierigkeiten haben mit anderen Menschen in Kontakt zu treten oder langfristige Beziehungen aufzubauen. Es kann sein, dass sie zu anhänglich sind, zu wenig empathisch oder zu stur sind. (vgl. Renneberg, 2018, S. 455-460)

Da die meisten zu Beginn keine Einsicht haben, erst, wenn eine Diagnose vorliegt oder Probleme entstehen, die sie tief treffen (wie eine Scheidung), kommt es entweder über die gesamte Lebensspanne hinweg oder erst sehr spät zu Veränderungen. Der Leidensdruck ergibt sich daher eher aus den Problemen, die im Alltag resultieren, aber nicht, weil die Einsicht bezogen auf die Störung vorliegt. Eine Person kann beispielsweise einen enormen Leidensdruck verspüren, weil sie vom Partner oder der Partnerin nicht ausreichend unterstützt wird (ihrer Ansicht nach), und von außen würde allerdings erkannt werden, dass die Unterstützung da ist, nur sie von der betroffenen Person als nicht ausreichend erachtet wird. Einsicht und Leidensdruck sind daher nicht miteinander ident. Einsicht wäre, dass jemand seine verzerrte Wahrnehmung einsieht, während Leidensdruck nur bedeutet, dass jemand mit der aktuellen Situation nicht zufrieden ist. (vgl. Hauser et al., 2021)

Eine narzisstische Person kann beispielsweise mit dem Partner oder der Partnerin unzufrieden sein und Leid empfinden, weil er oder sie zu wenig auf seine Bedürfnisse eingeht und er sich missverstanden fühlt. Einsicht wäre, dass die narzisstische Person begreift, dass er überhöhte Erwartungen hat und seine Gedanken, Gefühle und Einschätzungen daher als nicht gerechtfertigt eingestuft werden können. (vgl. Bonelli, 2017, S. 262-266)

Bei der narzisstischen Persönlichkeitsstörung hängt das tiefgreifende Muster mit dem Gefühl der Großartigkeit zusammen. Betroffene wollen durchgehend bewundert werden, haben ein enormes Selbstbewusstsein, einen übersteigerten Selbstwert, bewerten die eigenen Leistungen als deutlich besser als die der anderen und haben nur wenig Verständnis für die Bedürfnisse anderer Personen. Betroffenen Personen fühlen sich aus einer Selbstverständlichkeit heraus überlegen und wollen, dass dieses Denken auch von der Umgebung nachvollzogen und verdeutlicht wird. Ihre wichtigsten Werten sind Erfolg, Macht, Schönheit und Liebe, wobei es sich bei der Liebe eher um Unterwürfigkeit handelt. Sie wollen Menschen um sich, die sie in ihrer Grandiosität bestätigen. Andere haben sie

ausnahmslos zu bewundern, was auch dazu führt, dass nur ihre Bedürfnisse, ihre Gedanken und Ideen als das Maß angesehen werden. Sie haben an andere enorme Ansprüche, sind wenig bis überhaupt nicht einfühlsam beziehungsweise sensibel, was Freundschaften und Partnerschaften sehr unwahrscheinlich macht. (vgl. Skodol, 2018)

Andere Menschen sind für narzisstische Personen eher ein Mittel zum Zweck, um Anerkennung und Bewunderung zu erhalten oder auch bedingungslose Unterstützung. Sobald diese aufhört und sich das Gegenüber nicht fügen möchte, neigen sie dazu nach Ersatzpersonen zu suchen. Sie wirken auf andere Menschen überheblich, arrogant und missbilligend. Die größten Probleme im Alltag (beruflich und privat) resultieren, weil sie sich nicht in die Perspektive anderer Menschen hineinversetzen können. (vgl. Schiemann & Jonas, 2020; Tasche, 2016, S. 41-48)

Tendenziell gilt, dass Männer deutlich häufiger betroffen sind. Mögliche Komorbiditäten wären: Substanzmissbrauch oder Depression. Wichtig ist auch die Differentialdiagnose, weil es starke Ähnlichkeit zur histrionischen Persönlichkeitsstörung, der antisozialen Persönlichkeitsstörung und der bipolaren Störung gibt. Unterschieden werden kann es dadurch, dass beispielsweise Menschen mit einer histrionischen Persönlichkeitsstörung alles tun würden, um die Aufmerksamkeit zu bekommen. Das bedeutet, dass sie auch besonders nett sind, um die Gunst zu bekommen. Menschen mit einem Narzissmus wollen allerdings keine Bewunderung um jeden Preis, sondern sie wollen für das, was sie sind, und in ihren Augen repräsentieren bewundert werden. (vgl. Mathiak et al., 2016, S. 460-468) Ebenso gibt es Unterschiede bezogen auf die antisoziale Persönlichkeitsstörung, weil Menschen hierbei andere ausnutzen, um für sich einen materiellen Nutzen zu gewinnen, während ihnen die Aufmerksamkeit und Bewunderung nicht wichtig ist. Menschen mit Narzissmus nutzen andere aus, um ihren Drang nach Bewunderung zu befriedigen und sich im Selbstwert zu bestätigen. Die Intention bezogen auf das ausbeuterische und manipulative Verhalten ist demnach gänzlich eine andere. (vgl. Saß & Habermeyer, 2018; Schilling, 2019, S. 45-49)

Im nächsten Unterkapitel wird noch auf eine spezielle Form des Narzissmus eingegangen, die besonders schwer zu diagnostizieren und allgemein zu erkennen ist.

3.3.3 Mit dem Verdeckten Narzissmus

Mit dem verdeckten Narzissmus ist gemeint, dass sich die Betroffenen sehr subtil verhalten. Schilling (2019) beschreibt diese Personen so, dass sie ihr wahres Verhalten erst dann zeigen, wenn sie sich sicher sein können, dass das Gegenüber ihnen bereits verfallen ist. Das bedeutet, dass sie beispielsweise, wenn sie jemanden kennenlernen, sehr schüchtern und introvertiert wirken und erst später die narzisstischen Züge zeigen. Das Besondere an dieser Form des Narzissmus ist, dass sich die Betroffenen darüber im Klaren sind, dass ihre Persönlichkeitseigenschaften das soziale Miteinander in Gefahr bringen und sie diese daher steuern können. Sie entscheiden sich bewusst dafür diese für eine gewisse Zeit zu unterdrücken, bis sie die Zeit als reif erachten aus dieser Rolle herauszutreten. Das Gegenüber erkennt die narzisstischen Züge nicht, weil die Betroffenen sehr unterschwellig agieren und manipulieren. Sie sind ebenso daran interessiert eine absolute Bewunderung zu erfahren und sind auch so aggressiv, wie die typische Form des Narzissmus, doch ihre Aggressivität zeigt sich passiver. Sie sind rachsüchtiger, nachtragender und bis zu einem gewissen Grad gefährlicher, weil sie nicht gleich einen Gefühlsausbruch haben oder ihre Wut zeigen. Die Emotionen stocken sich daher auf und dann kommt es zu einer *Explosion*. (vgl. S. 53-58)

3.4 Subklinischer Narzissmus

Dieses Unterkapitel geht auf zwei subklinische Formen des Narzissmus ein. Diese zeigen, wie unterschiedlich der Narzissmus per se in Erscheinung treten kann und welche psychischen Hintergrundmechanismen wirksam werden.

3.4.1 Vulnerabler Narzissmus

Ein vulnerabler Narzisst ist ein verdeckter Narzisst und wirkt nach außen altruistisch, in sich gekehrt, verletzlich und schüchtern. Mit ihm oder ihr wird verbunden, dass sie sich zurückhalten, anderen Menschen bewusst den Vortritt geben und nicht darauf abzielen Aufmerksamkeit oder Bewunderung zu bekommen. Alle narzisstischen Charaktereigenschaften werden daher unterdrückt und solle indirekt befriedigt werden. Menschen mit vulnerablem Narzissmus wollen

als grandios und besonders eingestuft werden, weil sie so nett, freundlich, empathisch und rücksichtsvoll sind. Sie können so weit gehen, dass sie sich für andere aufopfern, um dadurch die Bewunderung zu bekommen. Diese betroffenen Personen werden daher als besonders gute Führungskraft, Partner / Partnerin oder Bekannte eingestuft, weil sich Menschen in dessen Umgebung wohl und sicher fühlen. Sie sind die Retter und Retterinnen, diejenigen, auf welche man sich immer verlassen kann, sie sind die ersten, welche zur Stelle sind, was sie unentbehrlich macht. Dies ist allerdings eine gespielte Rolle, weil sie dadurch lediglich danach streben, ihre Grandiosität von anderen bestätigt zu bekommen. Sie sind daher das genaue Gegenteil von Narzissmus, doch wird ihr Verhalten genauer beobachtet und ihre Intention eruiert, dann wird erkannt, dass narzisstische Intentionen vorliegen. (vgl. Lammers, 2017; Koepernik et al., 2022)

Die narzisstischen Intentionen und Charakterzüge können erkannt werden, wenn sie in ihrer Grandiosität nicht bestätigt werden. Sie zeigen ab da einen Bruch im Verhalten, zeigen enormen Egoismus, Gehässigkeit und signalisieren ihre Macht. Ab diesem Zeitpunkt ist zu erkennen, dass sie die altruistische Rolle nur spielen. Der Vorteil, auf welchen sie sich stützen ist, dass sie von den meisten in der Umgebung als sympathisch und ehrlich eingestuft werden. (vgl. Mathiak et al., 2016, S. 461-466) Das bedeutet, dass sich eine Person, mit welcher sie im Konflikt stehen, benachteiligt fühlt, weil tendenziell der narzisstischen Person eher Glauben geschenkt werden würde. Im Beruf kann es sein, dass sie im Unrecht sind, aber dadurch, dass sie Monate oder Jahre hinweg die Rolle des perfekten Mitarbeitenden gespielt haben, signalisieren sie dem Gegenüber, dass jegliches sich gegen sie stellen als unmöglich und nicht erfolgreich eingestuft werden kann. Das Image, welches sie sich mühsam und strategisch aufgebaut haben, schützt sie daher. (vgl. Schilling, 2019, S. 50-55)

3.4.2 Grandioser Narzissmus

Der grandiose Narzissmus im Vergleich ist der klassische Narzissmus, wie bei der narzisstischen Persönlichkeitsstörung beschrieben. Sollten sie das Gefühl haben, dass sie von anderen Menschen in ihrer Grandiosität nicht bestätigt werden, dann werden sie verletzend und aggressiv. Sie gehen in die Offensive, verhalten sich nicht subtil, sondern fordern offen ein, dass sich andere Menschen ihren Wünschen

und Bedürfnissen entsprechend verhalten. (vgl. Sachse, 2020, S. 5-10; Sekowski et al., 2021)

3.5 Entstehung

Bezogen auf die Entstehung gibt es noch keine eindeutigen Belege. Es wird allerdings davon ausgegangen, dass der Narzissmus mit Bindungsstörungen zusammenhängt und somit das erste Lebensjahr entscheidend sind. Kommt es dazu, dass Kinder in diesen Jahren zu wenig Liebe und Zuneigung bekommen, dann fehlt die bedingungslose Liebe. Kinder spüren, dass sie nicht ausreichend, dass sie zu wenig gewollt sind, dass sie, unabhängig davon was sie tun, nicht beachtet werden und dies führt zu einer Fehlsozialisation. Daher gehen viele Experten / Expertinnen davon aus, dass narzisstische Personen noch nie eine tiefgreifende Beziehung gespürt haben, von den Eltern keine bedingungslose Liebe bekommen haben und sie daher a) unfähig sind eine derartige Liebe zu erkennen, anzuerkennen und zu geben und b) sie unbewusst das Gefühl haben nicht auszureichen und / oder nicht liebenswürdig zu sein und c) sich dies in einem überschätzten Selbstbild als Abwehrhaltung zeigt. Sie wollen im späteren Alter alles daran setzen die Bewunderung und Anerkennung zu bekommen, die ihnen früher verwehrt geblieben ist. Sie wollen, dass sich die Menschen in ihrer Umgebung und besonders Partner / Partnerinnen aufopfern, sich ihnen voll und ganz hingeben und gefügig machen. Sie wollen spüren, dass das Gegenüber uneingeschränkt dazu bereit ist ihnen alles zu geben, wonach sie sich sehnen und ihnen daher auch alle Bedürfnisse befriedigen können. (vgl. Schilling, 2019, S. 34-49; Cain & Boussi, 2020, S. 3088-3095)

Viele Kinder werden auch sehr anpassungsfähig, weil sie erkennen, dass Anerkennung und Lieben nur dann zustande kommen, wenn sie sich so verhalten, wie es anderen von ihnen wollen. Sie vergessen somit auf ihre eigenen Bedürfnisse und sind bis zu einem gewissen Grad bereit auf sich zu verzichten, um Liebe zu erhalten. Mit der Zeit beginnen sie allerdings diesen Prozess zu hassen. Sie wollen sich nicht mehr aufgeben, verändern und anpassen. Somit hassen sie sich zuerst selbst, weil sie nicht damit aufhören können sich anzupassen und gleichzeitig beginnen sie andere Menschen zu hassen, weil sie diese aus Grund dafür erachten. Als möglicher Abwehrmechanismus entstehen die Selbstüberhöhung und der

Narzissmus. So kommt es dazu, dass narzisstische Personen ihre damaligen traumatischen zwischenmenschlichen Erlebnisse verdrängen, sich ein neues grandioses Selbst kreieren, dieses verteidigen und darauf bestehen, dass andere Menschen dieses anerkennen. (vgl. Schilling, 2019, S. 35-40)

Eine andere Erklärung ist, dass vor allem überhütete Kinder dafür gefährdet sind narzisstisch zu werden. Im umgekehrten Sinn bedeutet dies, dass diese Kinder von den Eltern übermäßig gelobt und behütet werden. Sie werden behandelt als seien sie fehlerlos, als könnten sie alles tun, was ihnen beliebt und Fehler werden lediglich im Außen gesucht. Ein Beispiel wäre, dass ein Kind absichtlich gegen ein Auto tritt. Die Mutter könnte so reagieren, dass sie die Schuld beim Fahrer und beim teuren Auto sucht. Sie beschuldigt den Fahrer, dass er selbst schuld sei, wenn er ein teures Auto besitzt und in der Nähe von Kindern parkt. Kinder lernen daher, dass ihr Verhalten immer zu entschuldigen ist, unabhängig davon, was sie genau tun. Der Größenwahn wird dadurch immer stärker und Teil der eigenen Identität. Sie glauben daran, dass sie unfehlbar sind und erwarten, dass auch andere Menschen in der Umgebung sich so verhalten, wie es die Eltern getan haben. In beiden Fällen sind Eltern maßgebend dafür verantwortlich, dass sich ein Narzissmus ergibt. (vgl. Schilling, 2019, S. 37-41; Jabeen et al., 2021)

3.6 Verlauf und Behandlung

Dieses Unterkapitel ist nur sehr kurz, weil bereits im Unterkapitel zur Persönlichkeitsstörung betont worden ist, dass Persönlichkeitseigenschaften und Persönlichkeitsstörungen als sehr stabil eingestuft werden und es daher unwahrscheinlich ist, dass sich die Störung komplett auflöst. Die Psychotherapie ist ein wichtiger Punkt, um die narzisstische Persönlichkeitsstörung an der Wurzel zu behandeln. Bei dieser Persönlichkeitsstörung ist die Behandlung allerdings sehr schwer und eine Besserung gilt als unwahrscheinlich. Das Gegenüber geht davon aus, dass sie auch in der Therapie in ihrer Großartigkeit bestätigt werden sollen, weswegen sie auch an den Therapeuten beziehungsweise die Therapeutin die enorme Anspruchshaltung herantragen. Sie wollen sich nicht an vorgegebene Regeln halten, bestehen auf eine besondere Behandlung und erkennen nicht an, dass ihre Sicht auf die eigene Person eine Reflexion benötigt. (vgl. Rolston, 2017, S. 1-3; Zimmermann & Friedrichs, 2022)

Bezogen auf die narzisstische Persönlichkeitsstörung ist zu sagen, dass einige Charakterzüge zwar mit dem Alter geringer werden können, aber ohne Therapie (und selbst mit) nur wenig Verbesserung gezeigt wird. Die einzige Möglichkeit besteht dann, wenn der betroffenen Person die Relevanz der Selbstreflexion beigebracht werden kann und diese a) bereit ist, diese umzusetzen und b) auch selbstständig dies im Alltag praktiziert. Grundsätzlich kann gesagt werden, dass die narzisstische Persönlichkeitsstörung Menschen ihr Leben lang begleitet. (vgl. Magnavita, 2018, S. 472-478)

4 Geschlechtsspezifische Unterschiede beim Narzissmus

In Kapitel 3 wird genauer darauf eingegangen, inwiefern sich der Narzissmus bei den beiden Geschlechtern unterschiedlich zeigt, welche spezifischen Unterschiede es demnach gibt und wie sich dies auch auf die Partner beziehungsweise Partnerinnen auswirken kann.

4.1 Männlicher Narzissmus

Beim männlichen Narzissmus liegt vor allem die Grandiosität vor, die betroffenen Personen werten sich auf und erachten sich selbst als unangreifbar. Für sie steht vor allem die Ichbezogenheit im Fokus, welche für sie als Selbstverständlichkeit erachtet wird. Eigene Schwächen werden ignoriert. Der männliche Narzisst zeigt ein verletzendes, abwertendes und vor allem auch distanziertes Verhalten. Er neigt dazu immer für ihn und seine Partnerin zu sprechen, lediglich seine eigenen Bedürfnisse zu beachten und bezogen auf Beziehungen ist er nicht in der Lage auf das Gegenüber einzugehen. Beim männlichen Narzissmus lässt sich das höchste Maß an Ichbezogenheit finden und für ihn ist eine Beziehung nur dann lohnend, wenn er keinerlei Einschränkung erlebt und die Partnerin dazu bereit ist sich vollständig zu unterwerfen. Schwächen werden durch Grandiosität kompensiert, es wird alles daran gesetzt Anerkennung zu bekommen und das Wesen einer Beziehung wird per se abgelehnt. Die Ablehnung entsteht dadurch, dass keine gleichwertige Partnerin gesucht wird, sondern jemand, der einem dabei hilft die eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. Die Partnerin hat ständig dafür zu sorgen, dass

er in seinem grandiosen Denken bestätigt wird und sollte dies ausbleiben, dann wird die Beziehung angezweifelt beziehungsweise zuerst versucht die Anerkennung zu erzwingen. (vgl. Hart et al., 2018, S. 283-288)

Für männliche Betroffene ist daher charakteristisch, dass sie sich eigene Fehler nicht eingestehen können, sehr kontroll-und herrschsüchtig sind und sehr manipulatives Verhalten gezeigt wird. (vgl. Bonelli, 2017, S. 38) Bonelli (2017) beschreibt in seinem Buch exemplarisch, welche Gedanken ein Narzisst haben kann, welchen Fokus diese aufweisen und wie seine Gedankengänge sich vor allem gegenseitig ergänzen und ihn bestätigen:

> Ich sehe mich als den bedeutendsten Menschen auf Erden. Ohne jede Leistung: weil ich ich bin. Das ist objektiv erkennbar, und jeder soll das anerkennen. Die, die mich nicht kennen, haben das Gefühl, dass es den einen besonderen Menschen gibt- aber sie kennen ihn nicht. Die haben keine Ahnung was ihnen entgeht. Ganz ehrlich? Ich denke mir, dass die Papst-Franziskus-Bilder in der Kirche mit meinen ausgetauscht werden sollen. Das ich viel interessanter bin. Ich verstehe den Hype um diesen Typen nicht. Die Heiligenbilder gehören übermalt. In jeder Kirche soll ein Bild von mir hängen- ein großes. (..). Es gibt nichts, was ich mehr liebe als mich. Johannes Paul II. und Mutter Teresa: Die kommen alle nicht an mich heran. Daniel Liebeskind, Marcel Hirscher, Jürgen Habermas- keine Chance geben meine Exzellenz. (..). Meine Mitstudenten sind alle nichts wert. In meiner Familie: Die können sich glücklich schätzen, dass sie mich haben. (..) Vom Wert hat bin ich auf jeden Fall höher als die anderen Familienmitglieder. Einer, der mich als Durchschnitt einschätzt ist ein Narzisst (vgl. Bonelli, 2017, S. 38)

In diesem Zitat geht hervor, dass beispielsweise bereits am Anfang davon ausgegangen wir, dass die eigene Person besser ist als alle anderen und er der wichtigste Mensch auf Erden ist. Der ausschlaggebende Punkt, dass es dafür nicht unbedingt eine Begründung braucht, sondern das Empfinden aus sich heraus entsteht. Jemand geht davon aus er ist grandios, ohne, dass eine bestimmte Tat zu vollziehen ist. Es ist damit nicht gemeint, dass mit einer Tat jemand die Berechtigung hat, davon überzeugt zu sein wichtiger zu sein als andere Menschen.

Es ist aber wichtig, dass das Ego einer narzisstischen Person groß ist, ohne, dass eine Begründung notwendig wäre. Es wird auch betont, dass der eigene Wert als deutlich höher eingestuft wird und sich die Person als superior einstuft (selbst beispielsweise bezogen auf Familienmitglieder). Bonelli beschreibt dies nur exemplarisch und übertrieben, doch die Formulierung wurde von ihm bewusst gewählt, um zu verstehen, wie übertrieben das eigene Denken und Bewerten des eigenen Selbst bei einer narzisstischen Person aussehen kann. Diese Gedanken wurden tatsächlich von einem Klienten geäußert und als dieser gebeten wurde seine Gedanken laut auszusprechen, erkannte er, dass eine verzerrte Wahrnehmung hatte. Er gab sich selbst zwar nach wie vor recht, doch bemerkte er dadurch erstmalig wie abwertend seine Gedanken tatsächlich sind. Darüber war er beschämt und überrascht zugleich. In einer Therapie ist es daher möglich narzisstische Symptome zu erkennen und zu reduzieren, wenn das Gegenüber bereit für eine Einsicht ist. Das Problem in der Praxis ist eher, dass narzisstische Personen, wie viele andere Menschen auch, nicht über ihre eigenen Gedanken nachdenken, die Selbstreflexion fehlt und dadurch erkennen sie kein Problem im Verhalten oder Denken. (vgl. Bonelli, 2017, S. 38-41)

Bei Männern ist demnach das grandiose, rücksichtslose und egoistische Denken stärker ausgeprägt. Sie sind deutlich egozentrischer, zeigen dieses Verhalten auch eher unverblümt nach außen, weil sie nicht davon ausgehen, dass sich andere daran stören könnten und falls doch, erkennen sie diese Menschen (statt sich selbst) als Problem an. (vgl. Bonelli, 2017, S. 38-41) Charakteristisch ist auch, dass sich Frauen gerne verführen und in diesem Kontext auch in den Anfängen ihr Verhalten kontrollieren können. Sie spüren oftmals instinktiv, was Frauen wollen, sind bereit es diesen zu geben und tun dies, um dessen Begierde zu spüren. Sie weichen vor festen Beziehungen zurück und streben danach, mehrere Sexualpartnerinnen zu haben. Dadurch, dass sie sich Gefühlen gegenüber verschließen, ist eine ernsthafte Beziehung kaum möglich. Oftmals neigen sie auch zu den Gedanken, dass nur gewisse Frauen für sie in Frage kommen. Obwohl sie beispielsweise Frauen ausnutzen und schnell zu Sexualpraktiken übergehen wollen, werden sie Frauen ab, die sich zu schnell dafür bereiterklären. Kaum eine Frau schafft es ihren Ansprüchen zu genügen und falls doch, dann nur deswegen, weil sie allen Erwartungen entsprechen und das Verhalten der narzisstischen

Person, oftmals auch Fremdgehen, akzeptieren können. (vgl. Schilling, 2019, S. 83-87)

4.2 Weiblicher Narzissmus

Weibliche Narzissten zeigen eher einen verdeckten Narzissmus und sind in Summe eher in der Lage sich zu kontrollieren. Weibliche Narzissten streben nach persönlicher Perfektion und wollen nach außen hin oftmals einem gewissen Klischee entsprechen. Sie wollen das Idealbild der perfekten Freundin beziehungsweise Frau verkörpern, die perfekte Mutter, die perfekte Karrierefrau oder auch beides. Sie wollen, dass andere diese Rolle anerkennen, wertschätzen und ihr signalisieren, dass sie besonders ist. Um diese Reaktion des Gegenübers zu erhalten, sind sie auch bereit sich unterzuordnen und bis zu einem gewissen Grad aufzuopfern. Sie sind in der Lage bis ins kleinste Detail zu erkennen, nach welchem Idealbild jemand strebt, und setzen sich zum Ziel zu diesem Ideal zu werden. Sie sind daher bezogen auf ihren Charakter biegsam, wissen oftmals selbst nicht, wer sie genau sind, da sie immer das Gegenüber spiegeln oder dessen Ideal vorgeben zu sein. Ihr Hauptbedürfnis ist daher die Anerkennung von außen und da sie diese von den Eltern tendenziell nicht bekommen haben, wollen sie diese von ihren Partnern erhalten. Der Narzissmus wird bei ihnen daher schwer erkannt, weil sie als übermäßig anpassungsfähig angesehen werden können und nach Perfektion streben. Sie begeben sich in eine Abhängigkeitsposition in der Beziehung, sind bereit alles für das Gegenüber zu tun, um dafür eine bedingungslose Anerkennung, Liebe und Zuneigung zu bekommen. Die narzisstischen Züge werden zumeist erst dann erkannt, wenn die Harmonie in der Beziehung verschwindet, sie die angestrebte Anerkennung nicht bekommen und das Gefühl haben, sie haben nun zu reagieren. Die auferlegte angepasste Opferrolle geben sie dann auf, greifen zu Drohungen und Manipulationen. Der größte Unterschied zu männlichen Narzissten ist, dass der Narzissmus bei Frauen eher unterschwellig vorhanden ist, der Größenwahn durch Perfektionismus ersetzt wird und sie sich die Anerkennung durch Anpassung verschaffen wollen. (vgl. Schilling, 2019, S. 51-55)

Boothe (2015) betont, dass weibliche Narzissten sehr weit gehen würden, um ihr Idealbild aufrechtzuerhalten. Sie lügen, betrügen, manipulieren, stellen bloß und

bedrohen, weil die wichtigste Priorität ist, dass dieses Bild bestehen bleibt. Sie können daher als noch manipulativer eingestuft werden, weil ihre Symptome noch unwahrscheinlicher zu bemerken sind und sie durch ihre gesamte Anpassungsstrategie dem Partner etwas vorspielen. Sie werden zum Ideal des Gegenübers, was bedeutet, dass sie bei jedem Partner ein anderes Ich werden würden. Somit ist alles vorgetäuscht.

Abschließend kann daher gesagt werden, dass beide Geschlechter nach dem gleichen Streben, und zwar Anerkennung, Bewunderung und Dominanz. Der Unterschied ist, anhand von welchen Strategien sie diese versuchen zu erhalten. In der Therapie hat berücksichtigt zu werden, dass bei beiden Geschlechtern auch Mischformen vorliegen können und es auch sein kann, dass ein Mann einen sehr verdeckten Narzissmus in sich trägt und eine Frau dafür einen sehr offensiven. Es hat daher immer sehr individuell mit ihnen gearbeitet zu werden. (vgl. Azizli et al., 2016) Für Wardetzki (2019) unterscheiden sich die Formen auch danach, dass der männliche Narzisst im grandiosen Denken verankert ist, während der weibliche Narzissmus auf Minderwertigkeit basiert. Männliche Narzissten werten sich auf, schüchtern ein, überhöhen sich selbst, ziehen sich zurück, verhalten sich direkt aggressiv, werten die Partnerin ab und identifizieren sich mit dem eigenen Ideal. Weibliche Narzissten streben nach Harmonie, begeben sich in die Opferrolle, bemuttern den Partner, tendieren dazu sehr anhänglich zu sein, unterwerfen sich, passen sich an, fühlen sich unterlegen und begeben sich in die Unterordnung, neigen zur Selbstaufgabe und sind passiv aggressiv. (vgl. S. 70)

Folgendes Zitat zeigt, wie die beiden Formen zueinanderstehen:

> Beide Formen, die männliche und die weibliche, sind im Grunde zwei Seiten einer Medaille und resultieren aus derselben Grundstörung eines verletzten und instabilen Selbsterlebens, zeigen sich aber in unterschiedlicher Weise. (vgl. Wardetzki, 2019, S. 71)

5 Einfluss auf die Beziehungsqualität

Im letzten Theoriekapitel geht es abschließend um die Beziehungsqualität und die größten Hürden, was eine langfristige, gleichwertige Beziehung angeht. Diese Probleme können bei beiden Formen des Narzissmus, männlich und weiblich, auftreten.

Allen voran kann gesagt werden, dass die Beziehungsqualität eingeschränkt ist, wenn die Partner / Partnerinnen mit Narzissmus die eigenen Bedürfnisse über die des anderen stellen, sich verstellen, ichbezogen handeln, zu passiven und offensiver Aggression neigen und nicht in der Lage sind eine ebenbürtige Beziehung zu führen. Weibliche Narzissten ordnen sich komplett unter und geben sich selbst in der Beziehung auf. Männliche Narzissten halten am grandiosen Denken fest und wollen eine andauernde Bestätigung vom Gegenüber. Beide Formen des Narzissmus sind daher äußerst anspruchsvoll für das Gegenüber, sie erschweren die Beziehung und reduzieren die Beziehungsqualität. (vgl. Konrath et al., 2013) Mit einer weiblichen narzisstischen Person ist eine Beziehung schwierig, weil sie sich schnell verletzt fühlen. Ständig sind sie auf der Hut und beobachten den Partner genau, um ihm seine Wünsche von den Lippen zu lesen, auf alle seine Bedürfnisse einzugehen und die ideale Freundin zu sein. Sie sind dauerpräsent, wollen ständig mit dem Partner Zeit verbringen, verschmelzen mit diesem so sehr, dass sie nur sein Spiegelbild sind. Sie vermeiden es die eigene Meinung zu sagen, weil diese vom Gegenüber nicht akzeptiert werden könnte und sie sind sehr bemutternd. Das bedeutet, dass sie das Gegenüber überfordern können, weil sich dieser in der Eigenständigkeit eingeschränkt fühlt, nichts allein unternehmen beziehungsweise tun kann, ständig aufzupassen ist, was er sagt und ob er seine narzisstische Partnerin nicht unbeabsichtigt verletzt. Es ist daher schwierig mit einem weiblichen Narzissten eine Beziehung zu führen, weil sie durch das unterwürfige Verhalten a) weniger anziehend werden und b) kein anregender Meinungsaustausch möglich ist, c) der Partner das Gefühl hat jedes Wort vorsichtig wählen zu müssen und d) die Anhänglichkeit stark überfordern kann. (vgl. Zajenkowski & Szymaniak, 2021)

Ein männlicher Narzisst ist genauso herausfordernd, weil er im Gegensatz zur weiblichen Betroffenen seine Bedürfnisse nicht außen vorlässt, sondern in den Fokus rückt. Dadurch fühlt sich die Partnerin nicht wertgeschätzt, alleingelassen, ignoriert, übergangen und traurig. Der männliche Narzisst ist ebenso kein gleichwertiger Partner und sorgt dafür, dass sich seine Partnerin minderwertig fühlt. Oftmals schildern Partnerinnen von männlichen Narzissten, dass sie das Gefühl hatten sie sind nur ein Mittel zum Zweck, sie sind nur dazu da das Ego des Partners zu erhöhen und ansonsten werden sie als unbrauchbar eingestuft. (vgl. Barnett et al., 2022)

Nun soll noch darauf eingegangen werden, was per se beiden Betroffenen von beiden Geschlechtern fehlt. Als erstes gilt zu sagen, dass der Bezug zum eigenen Selbst fehlt. Schilling (2019) beschreibt, dass in der modernen Welt immer mehr Menschen den Bezug zum eigenen Selbst verlieren und nach außen eine Fassade leben. Menschen sind ihr wahres Selbst, wenn sie positive Resonanz von der Umgebung erleben und erkennen, dass sie angenommen werden. Fehlt dies, dann kann dies zu einem grandiosen Denken führen, was andauernd Bestätigung sucht. Bei Menschen mit Narzissmus wird das wahre Selbst immer weiter verdrängt, sie geben vor jemand anderer zu sein und verlieren sich im selbst entwickelten Ego. Dadurch verlieren sie die Fähigkeit zu lieben, andere zu akzeptieren und auch ihre Empathie. Auch der Partner oder die Partnerin beginnt sich zu verlieren, weil er oder sie merkt, dass er den Ansprüchen der narzisstischen Person nicht genügt. Er oder sie beginnt daher ebenso sich zu verbiegen, vor allem bei Partnerinnen von männlichen Narzissten. Die Partnerinnen spüren, dass sie nicht ausreichen, dass sie die Bedürfnisse des Partners nicht befriedigen können, beginnen an sich zu zweifeln und sich zu verändern. Sie sind daher auch nicht ihr wahres Selbst. Die Beziehung baut daher auf Illusionen auf und mit der Zeit erkennen die Partner und Partnerinnen immer mehr die narzisstischen Wesenszüge. (vgl. Schilling, 2019, S. 69-76)

Schilling hat in seinem Buch mehrere Versionen des „falschen“ Selbst definiert. Diese Personas nehmen narzisstische Personen in sich auf und versuchen diese nach außen zu verkörpern. Es kann auch sein, dass ein Mix zustande kommt. (vgl. 2019, S. 70) Nun sollen diese in kurzer Form dargestellt werden:

- Der Intellektuelle: Hierbei sprechen die Betroffenen in Form von Monologen, andere Menschen lassen sie nicht zu Wort kommen und sie darauf aus, ihre eigene, aufgewertete Ansicht, zu vertreten.
- Der Witze: Hierbei gilt, dass sie unbedingt unterhalten wollen und bereit sind sich wie ein Clown zu behandeln. Ständig sprechen sie in Form von Sprüchen, versuchen andere zu necken und wollen zeigen, wie witzig sie sein können.
- Das Opfer: Hierbei wird immer wieder durch Geschichten vermittelt, wie arm der betroffene Mensch ist, welche Schicksalsschläge er erlebt hat, auf welche Hürden getroffen worden ist und das Ziel ist, Hilfe zu bekommen. Sie wollen nicht allein sein und andere in ihre Lebens-beziehungsweise Problemwelt involvieren.
- Der Erzählende: Hier kommt es dazu, dass es immer wieder Geschichten gibt, die zeigen, was für ein grandioser Held der Betroffene ist. Den Helden repräsentiert er in verschiedenen Rollen, in verschiedenen Situationen und demnach sehr facettenreich. Es wird darauf angezielt von anderen bewundert zu werden.
- Der Starke und distanzierte: Manchmal wird es so als seien narzisstische Personen sehr stoisch und nichts kann sie aus der Ruhe bringen. Sie wirken neutral bis distanziert und zeigen keine Emotionen. Dadurch wollen sie ihre Überlegenheit zeigen.
- Der Patriarch beziehungsweise die Matriarchin: Hierbei wollen die Betroffenen von anderen, dass sie sich unterwerfen und sich ausnutzen lassen. Sie zielen darauf ab andere gefügig zu machen.
  (vgl. Schilling, 2019, S. 70-73)

Das folgende Zitat zeigt, wie Narzissten oftmals wahrgenommen werden:

> Der Umgang mit dem falschen Selbst eines Narzissten kann einem so vorkommen, als wäre man Zuschauer bei einem Theaterstück oder als lese man einen Roman. Sein Auftreten ist pompös und einnehmend. Alles ist darauf ausgerichtet, Sie ganz in seinem Bann zu ziehen und dafür zu sorgen, dass er Ihnen seine Bedingungen diktieren und Sie unter seinem Einfluss

> halten kann. Ein vollendeter Narzisst fällt nie aus seiner Rolle. Sein falsches Selbst ist unwiderstehlich und absolut. Befindet man sich einmal unter seinem Einfluss, ist es äußerst schwierig, wieder davon loszukommen. (vgl. Schilling, 2019, S. 81).

Daher gilt, dass besonders zu Beginn, wenn eine narzisstische Person kennengelernt wird, auch eine gewisse Anziehung vorliegt. Sie sind einnehmend, beeindruckend und faszinierend. (vgl. Schilling, 2019, S. 81-83)

In einer Beziehung wirkt sich der Bezug zum Selbst der narzisstischen Person ungünstig auf die gesamte Beziehung aus. Es gibt das falsche Selbst der Zielperson, welche entgegenkommend, selbstlos, anhimmelnd und besänftigend wird und das falsche Selbst der narzisstischen Person, die immer mehr fordert, unabhängig sein möchte, dominieren möchte und eigennützig denkt. (vgl. Simon, 2019, S. 77) Auch bezogen auf die Wahl der Zielperson gibt es gewisse Muster. Narzisstischen Menschen suchen sich Personen, die so wirken als seien sie bereit sich aufzuopfern, nicht darauf bedacht sind ihre Bedürfnisse zu befriedigen, sich anpassen können und auch wollen. (vgl. Simon, 2019, S. 24-27) Somit kann abschließend gesagt werden, dass es zu einer sehr toxischen Beziehung kommt und die Beziehung so aufgebaut ist, dass sie zu Lasten des Partners beziehungsweise der Partnerin geht. (vgl. Schilling, 2019, S. 142) Es dauert sich aus dieser Beziehung zu befreien, weil es a) schwierig ist, dass die narzisstische Person es erstnimmt und b) es zulässt. Oftmals werden die Betroffenen dann noch egoistischer, manipulativer und bedrohlicher. (vgl. Schilling, 2019, S. 142-143)

6 Empirischer Teil der Arbeit

Im Rahmen des fünften Kapitels werden nun die Erhebungsmethode, die Durchführung und die Auswertungsmethode genauer dargestellt.

6.1 Darstellung der Erhebungsmethode

Bei der Erhebungsmethode handelt es sich um qualitative Interviews. Die Verfasserin hat sich für qualitative Interviews entschieden, weil es ihr wichtig war, sehr individuell mit den betroffenen Personen zu sprechen, ihre persönlichen Erfahrungen zu thematisieren und daher wäre ein standardisierter Fragebogen nicht zweckdienlich gewesen. Sie wollte sich mit Einzelfällen, dessen Geschichte und Erkenntnisse befassen. Aus dem Grund fiel die Wahl auf Leitfadeninterviews. Der Vorteil bei diesen ist, dass im Vorfeld zwar überlegt werden kann, welche Themenschwerpunkte anzusprechen sind, aber es dennoch möglich ist frei und flexibel während des Interviews auf das Gegenüber zu reagieren. Damit ist gemeint, dass Themenschwerpunkte im Vorfeld definiert werden, dazu auch Leitfragen formuliert werden, doch diese dienen lediglich zur Orientierung und können in der Praxis umformuliert werden. Der Vorteil an einem Leitfaden ist, dass nicht komplett unvorbereitet mit dem Interview gestartet wird, aber gleichzeitig auch Freiheit vorliegt, weil keine bestimmte Reihenfolge einzuhalten ist. Somit ist es auch möglich, dass an geeigneten Stellen nachgefragt wird. (vgl. Helfferich, 2014, S. 559-569)

Der Vorteil beim qualitativen Vorgehen ist, dass durch die wenigen Fallbeispiele eine genauere und detailliertere Analyse möglich ist und das Gegenüber mehr Freiraum beim Schildern und somit beim Beantworten der Fragestellung aufweist. Es ist zwar in Summe zeitaufwändiger, aber dafür kann mehr auf den Kontext des Individuums eingegangen werden. Durch die qualitative Methode liegt das der Fokus auf das Individuum. (Kelle & Tempel, 2020)

Einer der wichtigsten Punkte beim Interview ist, dass beim Gegenüber ein selbst generierter Redefluss entsteht. Das bedeutet, dass die Fragen so gestellt werden,

dass die Person frei entscheiden kann, was sie sagen möchte, wie tief sie auf unterschiedliche Aspekte eingeht und wie sie sich ausdrückt.
Die Fragen sind aber offen, damit sie das Gegenüber zum Erzählen einladen. Je mehr das Gegenüber in den Redefluss eintaucht, desto wahrscheinlicher ist es, dass sehr persönliche Antworten gegeben werden. (vgl. Helfferich, 2014, S. 560-563) Das individuelle Relevanzsystem wird anvisiert und dadurch, dass jede Person frei entscheiden kann, inwiefern sie eine Frage beantwortet, liegt dieses Relevanzsystem vor. Die Worte können frei gewählt werden, die Länge, der allgemeine Ausdruck und der Fokus; dadurch werden individuelle Relevanzsysteme zugänglich. (vgl. Zalewski, 2017, S. 15-20 & Veenker, 2022, S. 94-97)

Somit hat sich die Verfasserin für das Interview als Gesprächssituation entschieden, bei welchem konkret die Beziehung zu den (ehemaligen) narzisstischen Partner beziehungsweise der Partnerin thematisiert wird.

6.2 Durchführung

Zur Durchführung kann gesagt werden, dass es zwei Herausforderungen gegeben hat. Die erste Herausforderung war Menschen zu finden, die mit einer narzisstischen Person in einer Beziehung sind oder waren. Die zweite Herausforderung ergibt sich daraus, dass es ein sehr sensibles Thema ist und es daher gilt behutsam mit dem Gegenüber zu sprechen und ihnen auch das Gefühl zu geben, dass sie sich öffnen können. Es soll nun genauer darauf eingegangen werden, wie mit diesen zwei Herausforderungen umgegangen worden ist.

Bezogen auf die Interviewteilnehmenden wurde im Vorfeld entschieden, dass es interessant sein könnte männliche und weibliche Personen zu interviewen. Daraus sollte sich eine Antwort darauf ergeben, inwiefern sich weibliche und männliche Personen mit einer Diagnose Narzissmus unterscheiden, welche Beziehungsdynamiken sich ergeben, ob sich andere Verhaltensweisen zeigten und ob sie sich anders am Anfang, während und beim Beenden der Beziehung verhalten haben. Daher war geplant fünf weibliche und männliche Personen zu finden. Um geeignete Menschen zu finden, hat die Verfasserin der Arbeit nach Selbsthilfegruppen recherchiert, hat in Selbsthilfeforen ihre Studie vorgestellt, hat sich in ihrem Umfeld umgehört und versucht so viele Menschen wie möglich zu

finden. Es war eine Hürde, weil die meisten Menschen nicht wissen, dass sie mit einer narzisstischen Person zusammen sind oder waren und daher auch nicht in Selbsthilfegruppen vertreten sind.
Es wurden allerdings einige Onlinegruppen gefunden und auch wenn die Mitglieder dort nur wenig aktiv sind, haben sich einige interessierte Personen gemeldet. Frauen waren deutlich öfter vertreten und waren auch eher bereit sich zu öffnen beziehungsweise haben sich auf den Beitrag zumindest gemeldet. Einige sind allerdings wieder abgesprungen, weil sie Angst hatten, namentlich genannt zu werden. Es wurde ihnen versichert, dass dies nicht der Fall ist, aber das Vertrauen fehlte.

Am Ende waren es sieben weibliche Personen, die sich zur Verfügung gestellt haben. Zwei haben kamen aus dem indirekten Bekanntenkreis. Dies bedeutet, dass sich die Verfasserin der Arbeit umgehört hat und zwei Bekannte zwei Frauen kannten, die mit einer narzisstischen Person zusammen gewesen waren. Daraus ergeben sich daher die ersten Interviews. Die übrigen Frauen wurden online in Selbsthilfeforen gefunden und sie waren zum damaligen Zeitpunkt dort vertreten, weil sie entweder nach Hilfe suchten, um sich zu trennen, oder weil sie noch mit den Nachwirkungen der Trennung zu kämpfen hatten. Sie suchten doch nach Gleichgesinnten und sehnten sich nach einem Austausch. Diese Frauen waren es auch, die sich für das Interview bereit erklärt haben, weil sie ihre Geschichte mitteilen wollten und es im Nachhinein selbst immer noch nicht fassen können, dass sie die Probleme nicht früher bemerkt haben.

Zu den Interviews mit den männlichen Personen ist zu sagen, dass es noch mehr Hürden gab diese zu finden. Im Bekanntenkreis gab es niemanden, der mit einer weiblichen narzisstischen Person zusammen war. Es gab eine Person, die von sich selbst meinte, sie denke sie sei narzisstisch, doch da keine Diagnose vorlag, hat sich die Verfasserin der Arbeit gegen ein Interview mit ihr entschieden. Dies auch vor allem deswegen, weil die Sicht des Partners oder der Partnerin relevant war, nicht aber die Sicht der betroffenen Person in Bezug auf sich selbst. Letzen Endes konnten zumindest drei männliche Personen gefunden werden. Es ist zwar schade, dass es nicht fünf pro Gruppe sind, aber die Ergebnisse sind dennoch ergiebig, weil auch die Männer bereit waren, vieles über die Beziehung und ihre Erfahrungen zu

erzählen. Die Verfasserin kam zu den Männern ebenso über das Internet und hatte in weiteren Selbsthilfeforen nach ihnen zu suchen. Es dauerte zwar länger, aber sie hat sie gefunden.
Die zweite Herausforderung war vorhanden, weil es ein sehr sensibles und persönliches Thema ist. Die Verfasserin hat sich daher dafür entschieden noch behutsamer in den Interviews vorzugehen. Die Interviews fanden online statt, da die Menschen aus Selbsthilfegruppen stammten und daher quer im Land verteilt waren. Dadurch konnte sichergestellt werden, dass sich das Gegenüber zumindest wohlfühlen kann, weil er oder sie selbst entscheiden kann, unter welchen Bedingungen das Interview durchgeführt wird. Manche zogen es vor in der Mittagspause das Interview durchzuführen, während andere lieber am Abend geredet haben, während sie gemütlich am Sofa gesessen sind. Die Verfasserin hat sich ihren Bedürfnissen angepasst und sie lediglich darum gebeten, dass sie während der Interviews ihre Handys ausmachen und dafür sorgen, dass keine Störung zustande kommt.

Die Verfasserin hat sich ausreichend Zeit für die Interviews eingeplant, hat die Fragen für den Leitfaden auch so vorbereitet, dass sie zum Erzählen anregen, aber trotzdem nicht so formuliert sind, dass das Gegenüber sich zu irgendwelchen Äußerungen beziehungsweise Erzählungen verpflichtet fühlt. Auch beim Nachfragen wurde dies nur insofern umgesetzt, als dass auch davon ausgegangen werden konnte, dass das Gegenüber für eine Antwort bereit ist.

Eine letzte Herausforderung gab es noch, die allerdings erst während der Interviews erkannt worden ist. Die Interviewpersonen haben leider nicht so viel berichtet, wie erhofft. Die Verfasserin nahm sich bis zu einer Stunde pro Interview Zeit, wobei auch Zeitpuffer vorlag, falls es länger dauert, doch letzten Endes waren die Interviews eher nach um die zwanzig Minuten fertig. Die Verfasserin entschied sich aber dagegen diese künstlich in die Länge zu ziehen, weil sie bei allen Interviewpersonen während des Interviews merkte, wie schwer es ihnen fiel darüber zu sprechen und dass sie bereits alles erzählen, wofür sie bereit sind. Es sind dennoch sehr ergiebige und facettenreiche Ergebnisse herausgekommen und daher ergab sich dadurch kein gravierendes Problem.

Die Interviews wurden mit einem Aufnahmeprogramm aufgenommen (mit Einverständnis der Personen) und nach dem Interview dann transkribiert. Die Personen wurden anonymisiert, um jegliche mögliche Wiedererkennung zu vermeiden.

Im nächsten Unterkapitel wird genauer auf die Auswertungsmethode eingegangen.

6.3 Darstellung der Auswertungsmethode

Für die Auswertung fiel die Wahl auf die Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring. Der Vorteil dieser Methode ist, dass sie eine hohe Nachvollziehbarkeit und Transparenz aufweist. Ebenso ist es dadurch möglich, dass Material so fein wie möglich zu gliedern und facettenreiche Ergebnisse zu entwickeln. (vgl. Göhner & Krell, 2020)

Nun soll die Umsetzung der Methode und die einzelnen Schritte erläutert werden. Die Methode funktioniert so, dass alle Interviews einer Gruppe gemeinsam analysiert werden. In dieser Arbeit wurden daher die sieben Interviews der weiblichen Personen gemeinsam analysiert und die drei Interviews der männlichen Personen. Somit ergibt sich auch für den Ergebnisteil, dass zuerst die Ergebnisse der einen Gruppe dargelegt werden, dann die Ergebnisse der zweiten Gruppe und danach wird ein Vergleich gezogen. Es finden demnach zwei separate Analysen statt, damit die Ansichten der männlichen und weiblichen Personen nicht vermischt, sondern separat betrachtet werden kann. Die gesamten Analysen befinden sich im Anhang, sowie auch die Transkripte.

Es wird bei der Auswertung mit dem ersten Interview begonnen und dieses wird Zeile für Zeile gelesen. Der erste relevante Themenschwerpunkt wird zum ersten Selektionskriterium. Das bedeutet, dass zu diesem Thema für die Analyse eine Tabelle entwickelt wird, dem Inhalt entsprechend benannt wird und die Paraphrase eingebettet wird. Es wird genau notiert, in welchen Interview die Paraphrase zu finden ist und auf welcher Seite. Der Sinn dahinter ist, dass die relevante Stelle in gekürzter, paraphrasierter Form in die Tabelle eingefügt wird. Danach wird weitergelesen und beim nächsten relevanten Themenschwerpunkt gilt zu entscheiden, ob es zur bereits vorhandenen Tabelle passt oder ob ein neues

Selektionskriterium mit einer neuen Tabelle zu entwickeln ist. So wird vorgegangen, bis alle Interviews einer Gruppe nach dem Schema analysiert worden sind. Daher geht es in diesem ersten Schritt darum beim Sichten der Interviews sorgfältig zu lesen und eine erste Gliederung durchzuführen. Es wird darauf geachtet, wie viele unterschiedliche Themenschwerpunkte in einem Interview angesprochen werden und alle zusammenpassenden Aussagen werden in einer Tabelle vereint. (vgl. Mayring & Fenzl, 2019, S. 633-643) In dieser Arbeit war des durch dieses Vorgehen daher möglich beispielsweise zu unterscheiden, wann es um das Kennenlernen gegangen ist, wann um die Trennung, wann es zum Bruch in der Beziehung kam, wie sich die Verhaltensänderung des Partners oder der Partnerin auf das eigene Verhalten auswirkte, inwiefern eine Einsicht vorgelegen ist oder auch was am Anfang an der Person so ansprechend war. Diese erste Gliederung ist somit wichtig, um ein Gefühl für das Material zu bekommen.

Im nächsten Schritt wird innerhalb der Tabellen gearbeitet und die Paraphrasen sollen generalisiert werden. Dies bedeutet, dass die Paraphrasen erneut gekürzt werden und darauf zu achten ist, inwiefern sie auf einige wenige Aussagen komprimiert werden können. Bei manchen Paraphrasen ist dies einfacher und bei anderen weniger, weil der Sinn, wenn zu stark gekürzt, verloren gehen würde. Hierbei braucht derjenige, der die Analyse durchführt, daher ein Feingefühl, wie stark eine Kürzung sinnvoll ist. In den meisten Fällen kann allerdings zumindest einiges gekürzt werden und somit zeigen die Generalisierungen die Paraphrasen in komprimierter Form. (vgl. Mayring & Fenzl, 2019, S. 633-643)

Im letzten Schritt, der Reduktion, werden die Ergebnisse entwickelt und hier findet die zweite Gliederung statt. Innerhalb der Tabellen werden nun die Generalisierungen genauer betrachtet und überlegt, ob sich diese zu einer einzigen Ergebniskategorie zusammenfassen lassen oder zu mehreren. Sollten sie sich nur zu einer zusammenfassen lassen, dann werden die Generalisierungen sinnvoll zu einem Fließtext gebündelt, dem Inhalt entsprechend benannt und in den Ergebnisteil der Arbeit übertragen. Sollte bei der Analyse bemerkt werden, dass sich die Generalisierungen zu mehreren Ergebnissen zusammenfassen lassen, dann werden die zusammenpassenden Aussagen ebenso zu einem sinnvollen Fließtext gebündelt und entsprechend benannt. Dieser Schritt ist wichtig, um zu

eruieren, ob sich innerhalb der Selektionskriterien weitere Facetten des Materials erkennen lassen. (vgl. Mayring & Fenzl, 2019, S. 633-643) In dieser Arbeit ist bei mehreren Selektionskriterien möglich gewesen neue Facetten zu entdecken und mehrere Kategorien zu bilden, wie beispielsweise hier:

Bei den weiblichen Personen konnte es aufgespalten werden bei der Tabelle zur Einsicht. Es gab eine Einsicht bezogen auf das eigene Verhalten (also des Partners und wie er zum Verhalten stand) und die Einsicht bezogen darauf, dass die Partnerinnen realisiert haben, wie es um die Beziehung steht.

Bei den männlichen Personen konnten sich die Veränderungen aufspalten lassen, und zwar einerseits dazu, wann die Veränderung stattgefunden hat, dann, welche Veränderungen es im Verhalten gegeben hat und wie sich die Veränderungen auf den Partner ausgewirkt haben.

Im nächsten Kapitel werden die Ergebnisse nun erläutert.

7 Darstellung der Ergebnisse

In diesem Kapitel werden nun die Ergebniskategorien aus dem Anhang einzeln dargestellt, demnach sowohl die Ergebnisse von den Partnerinnen als auch von den Partnern. Somit wird separat darauf eingegangen, vor welchen Herausforderungen die beiden Interviewgruppen gestanden sind und von welchen Erlebnissen sie erzählen können.

7.1 Ergebnisse der Partnerinnen (weiblich)

Zuerst wird auf die Ergebnisse der Partnerinnen eingegangen. Diese werden nun der Reihe nach angeführt und anhand von Ankerbeispielen erläutert.

7.1.1 Kategorie 1: Rahmenbedingungen des Kennenlernens

Die Partnerinnen lernten ihre Partner über unterschiedliche Wege kennen, wie online oder in der Arbeit oder sie kannten sich schon länger. Eine Person sagt, dass der künftige Partner nie lockergelassen hat, auch als sie noch nicht bereit für etwas Neues gewesen ist. Er umwarb sie, obwohl sie einen Freund hatte und ließ nicht locker. Eine Person meinte, ihr Partner wirkte eher schüchtern und zurückhaltend.

Kategorie 1 gibt zuerst einen Einblick dahingehend, wie sich die Partner und Partnerinnen kennengelernt haben, welchen ersten Eindruck sie gewonnen haben und auch welche ersten Verhaltensweisen zu erkennen waren. Hier gibt es deutliche Unterschiede, weil eine Person beispielsweise anführt, dass ihr zukünftiger Partner eher als schüchtern eingestuft werden konnte und eine andere Person spricht davon, dass ihr zukünftiger Partner sie äußerst aktiv umworben hat. Zu den Anfängen sollen nun Einblicke auf einige Ankerbeispiele aus den Interviews gegeben werden. Interviewperson 3 spricht von einem sehr angenehmen Anfang:

> Ich kannte ihn bereits von früher, also von vor ca. 12 Jahren. Damals war ich in einer aufrechten Beziehung. Als wir uns wieder getroffen haben, waren wir beide Singles und wir haben uns angenähert. Ich dachte ich kenne ihn und somit war schon Vertrauen vorhanden. (vgl. Interview 3, Seite 1)

Sie kannte ihn daher schon länger und dadurch hatte sie auch bereits Vertrauen aufgebaut. Interviewperson 1 und 4 erzählen ähnliche „stürmische“ Anfänge, bei denen sie komplett vom Gegenüber umworben und auch überrumpelt wurden.

> Er hat mir dann immer geschrieben, ich war damals eigentlich noch überhaupt nicht bereit für etwas Neues. Es sagte dann, er liebt mich schon seit einem Jahr, aber er war ja damals noch verheiratet und dann rannte er mir die Tür ein. So hat er mich dann im Sturm erobert, dann ging es ganz schnell. Fast zu schnell. Er hat meine Grenzen überschritten. Nach 8 Monaten zogen wir in seinem Haus zusammen. Dann musste ich ganz schnell funktionieren. (vgl. Interview 1, Seite 1)

Interviewperson 1 betont, dass er nicht lockergelassen hat und es ihr persönlich zu schnell gegangen ist. Sie wurde zwar erobert, doch dies ging auch damit einher, dass er ihre persönlichen Grenzen überschritten hat. Interviewperson 4 schildert das Folgende:

> Ich war nämlich zu dieser Zeit in einer Beziehung, also in einer bestehenden Beziehung. Er arbeitete damals als Vertreter, dadurch kam er beruflich öfters in meine Nähe. Sehr hartnäckig hat er um mich geworben. Er besuchte mich dann immer mit Blumen. Irgendwie hat er es geschafft, dass ich mit ihm ausgegangen bin. Er hat mich mit seinem Charme um den Finger gewickelt. Ich fühlte mich irgendwie geschmeichelt und bin tatsächlich diese Beziehung mit ihm eingegangen. Was der Unterschied war, dass er diese Beziehung unbedingt wollte und es völlig ignorierte, dass ich vergeben war. Wenn er etwas will, dann bekommt er es auch ja. Rückblickend würde ich das so sagen damals war mir dies noch nicht bewusst. (vgl. Interview 4, Seite 1)

Sie beschreibt die Situation retrospektiv, aber es ist bereits zu erkennen, dass er komplett auf seine eigenen Bedürfnisse bedacht war und daher komplett ignorierte, dass sie eine Beziehung führt. Er wollte sie für sich gewinnen und war bereit alles dafür zu tun, was notwendig ist. Dieses Verhalten zeigt bereits, dass er bereit war alle aktuellen Umstände zu ignorieren, wie eben, dass eine bestehende Beziehung bereits vorhanden war.

Abschließend noch ein Beispiel von Interview 5:

> Ich habe meinen Ex Partner direkt nach der Beendigung einer anderen langen Beziehung kennengelernt. Bewusst habe ich keinen großen Unterschied wahrgenommen. Ich fand unser Kennenlernen leidenschaftlich und normal. Ich dachte absolut ich habe meinen Traummann gefunden. (vgl. Interview 5, Seite 1)

Interviewperson 5 ging davon aus, dass sie ihren Traummann gefunden hat, und sie stuft die Anfangsphase auch als „normal“ ein.

Es gibt daher Unterschiede bezogen auf das Kennenlernen und bei manchen wurde am Anfang schon zumindest bemerkt, dass es Unterschiede bezogen auf die Hartnäckigkeit und das Umwerben gibt und bei anderen wurde kein merklicher Unterschied erkannt.

7.1.2 Kategorie 2: Vergleich zu Expartnern

Es gibt große Unterschiede zu den neuen Partnern, wie beispielsweise, dass der neue Freud besser zuhören kann, mit ihnen spricht und es auch möglich ist anderer Meinung zu sein. Der narzisstische Partner hat Grenzen überschritten, agierte nicht auf Augenhöhe, wendete Gewalt an oder zeigt ein manipulatives Verhalten. Man hatte das Gefühl nicht ehrlich sein zu können und man litt. Dinge wurden nur umgesetzt, wenn es ihm betroffen hat, man hatte zu warten, weil er immer zu spät kam. Eine Person führte aber auch an, dass sich der narzisstische Partner im Vergleich zu anderen mehr bemühte. In Summe wird aber versucht einen gefügig zu machen und zu kontrollieren.

In Kategorie 2 wird näher beschrieben, welche Unterschiede es im Vergleich zu anderen Partnern gibt. Interviewperson 1 beschreibt das Folgende:

> Ich bin 44 und habe nicht wirklich einen Vergleich. Mein EXEX-Mann war depressiv. Aber das Bemühen um die Beziehung war mehr. (vgl. Interview 4, Seite 3)

Für Interviewperson 1 war daher markant, dass er sich sehr um die Beziehung bemühte.

Interviewperson 2 betont vor allem, dass es zu keiner ebenbürtigen Beziehung gekommen ist:

> Die größten Unterschiede bestanden darin, dass die Beziehung im Laufe der Zeit überhaupt nicht mehr auf Augenhöhe geführt wurde von Gewalt überschattet wurde und sehr viele Grenzen überschritten wurden. (vgl. Interview 2, Seite 3)

Es gab Gewalt, ihre persönlichen Grenzen wurden überschritten und sie merkte, dass es mit ihrem Partner nicht möglich ist eine Beziehung auf Augenhöhe zu führen. Besonders die Antwort von Interviewperson 4 zeigt, dass im Nachhinein die größeren Unterschiede realisiert werden:

> Das erlebe ich jetzt, ich habe jetzt eine neue normale Beziehung. Jetzt habe ich jemanden zum Reden, nun habe ich das Gefühl gesehen und gehört zu werden. Nun geht es, wenn ich eine andere Meinung habe, das funktioniert jetzt. Nun ist das kein Problem, ich habe viel weniger Stress und keine Diskussionen mehr. (vgl. Interview 4, Seite 3)

Erst jetzt durch die neue Beziehung merkt sie, wie anders eine Beziehung sein kann. Sie wird gehört, darf ihre Meinung haben und äußern und es kommt nicht laufend zu Eskalationen. Dieses laufende Ungleichgewicht in der Beziehung wird als das beschrieben, was so unangenehm ist und auch dafür sorgt, dass die Beziehung langfristig keine Chance hat. Interviewperson 5 geht darauf ein:

> Die Waage stand nicht gleich, er war ganz oben und ich ganz unten. Er konnte sich entwickeln und entfalten und ich konnte das nicht. in einer anderen Partnerschaft war es meinem Partner wichtig, dass es mir auch gut geht, ihm nicht. (vgl. Interview 5, Seite 3)

In anderen Partnerschaften ging es darum, dass sich beide gut fühlen, beide sich entwickeln und entfalten können und nicht darum, dass es lediglich einseitig vorliegt. Es ist nicht möglich mit jemanden eine Beziehung zu führen, der seine Partnerin von oben herab betrachtet und nicht danach strebt auf Augenhöhe zu sein.

Interviewperson 6 ergänzt zusätzlich, um das Thema in der eigenen Welt zu leben:

> Der Unterschied ist einfach, dass so ein Partner immer glaubt recht zu haben, das so jemand immer in einer eigenen Wahrheit lebt, den anderen manipuliert um ihn gefügig zu machen, dass der andere wirklich glaubt, dass er schuld ist. So jemand arbeitet immer mit Drohungen und androhen von Konsequenzen. Immer an der Manipulation festhält, das ist einfach brutal. (vgl. Interview 6, Seite 3)

Sie betont, dass es darum geht, gefügig gemacht zu werden. sich dominieren zu lassen und es sich so anfühlt, als lebe der Partner in einer komplett eigenen Welt.

Es lassen sich daher deutliche Unterschiede im Vergleich zu anderen Partnerschaften erkennen.

7.1.3 Kategorie 3: Facetten der Verhaltensänderung

Die Partnerinnen sagen, dass sich der Partner stark verändert hat und nicht mehr wiederzuerkennen war. So als ob er nicht mehr er selbst sei, eine Maske trägt und eine komplette Wandlung vollzogen hat. Es war nicht mehr möglich in eine sinnvolle Kommunikation zu treten, es kam zu einer krankhaften Eifersucht, zu einem enormen Kontrollverhalten und eine harmonische Beziehung wurde zu einer sehr einseitig gebenden Beziehung. Nur die eigene Meinung und die eigenen Bedürfnisse waren zulässig, das Gegenüber kümmerte sich nicht um die Beziehung, bemühte sich nicht und entzog der Partnerin die Freiheit. Die enorme Kontroll-und Herrschsucht überschattete die Beziehung und auch verbale und physische Gewalt gingen mit der Änderung des Verhaltend einher. Immer wieder kam es zu einem sehr manipulativen Verhalten, es wurde mit anderen Frauen geflirtet und jegliche Harmonie und Augenhöhe fehlte. Eine Person führte an, dass er sie dafür verantwortlich machen würde, dass er ihr vertraut. Sie solle dafür

sorgen, dass er ihr vertrauen kann und bis dahin ist er eben eifersüchtig. Eine andere Person meinte, dass der Partner nur mehr „aufgeblasen“ wirkte und auch unbeholfen. Man hatte immer das Gefühl man reiche nicht aus, man sei nicht gut genug, man gibt zu wenig und man müsste mehr tun. Es war eine toxische Beziehung mit einer toxischen Person. Es war anstrengend sich verstellen zu müssen. Die Drohungen waren auch sehr anstrengend, wie beispielsweise vom Balkon geworfen zu werden. Man wollte dadurch ständig mehr geben, obwohl man wusste es tut einem selbst nicht gut, weil sich das Gegenüber beispielsweise zurückgezogen hat und man dachte, es liegt an einem selbst. Man wird immer mehr kontrolliert und in eine gewisse Richtung gedrängt, das eigene Wort wird im Mund verdreht und es kommt zu einer zwanghaften Beziehung.

Kategorie 3 verdeutlicht, welche Facetten des beim Verhalten gegeben hat, wie tiefgreifend sich die Partner verändert haben und wie umfassend sich dies auf die Interviewpersonen ausgewirkt hat. Diese Kategorie ist die am meisten umfassende, weil sich hier das "wahre Gesicht“ des Partners zeigte, sich deutliche Brüche im Verhalten ergeben haben und die Beziehung dadurch massiv Schaden genommen hat. Alle Interviewpersonen führen an, dass ihr Partner nicht mehr wiederzuerkennen war, eine komplette Wandlung vollzogen hat und die harmonische Beziehung, die zuerst gleichwertig war und wo er sich bemühte, in eine einseitig gebende und toxische Beziehung mündete. Interviewperson 1 beschreibt die Wandlung hier:

> Am Anfang, ganz klassisch, war ich seine Traumfrau. Er hat mich in den Himmel gehoben, er hat mir jeden Wunsch erfüllt. Er ist mit mir nach Costa Rica geflogen, er hat mir Urlaube beschert, was ich früher alles nicht gehabt habe. Da ich lange allein war mit meinen 3 Jungs und das Geld war immer knapp. Er gab mir das Gefühl wirklich wertvoll zu sein. Er vermittelte, dass er nun mit mir angekommen ist. Der Alltag kehrte ein. Nach der Hochzeit ging es steil bergab, ich funktionierte nur noch. Unterm Strich war trotzdem alles zu wenig, was ich gemacht habe. Meine Bedürfnisse wurden nicht mehr gehört, obwohl ich sie oft erwähnt habe. Er flirtete neben mir mit anderen Frauen und wertete mich ab. (vgl. Interview 1, Seite 2)

Er behandelte sie zuerst so, als könne er ihr alle Wünsche erfüllen und würde dies auch wollen. Und danach kam der Bruch, nichts war ausreichend und der Fokus lag eher auf anderen Frauen als bei ihr. Interviewperson 2 erkannte auch eine tiefgreifende Wandlung:

> Am Anfang wurde eine Beziehung auf Augenhöhe geführt das hat sich aber mit der Zeit zu hundert Prozent geändert und am Ende war die Beziehung mit Sicherheit manipuliert von seiner Seite aus. (…) Wie gesagt am Anfang war die Beziehung oder wir beide sicherlich authentisch jedoch umso länger die Beziehung gedauert hat kam sein wahres Gesicht zum Vorschein. (vgl. Interview 2, Seite 2)

Auch hier kann erkannt werden, dass sich der Anfang und die tatsächliche Beziehung danach stark unterschieden haben und mit der Zeit das „wahre Gesicht“ gezeigt worden ist. Interviewperson 3 betont aber auch, dass sie nicht der Ansicht war, dass er mit der Zeit das „wahre Gesicht“ zeigte, sondern es eher so ist, als sei er weit vom „wahren Gesicht“ entfernt:

> Für mich ist er ein egozentrischer, toxischer Mensch, der durch sein Drogenproblem so weit weg von seiner Seele und seinen eigentlichen/wahrscheinlichen Charakter ist, dass er sich selbst nicht mehr kennt. (vgl. Interview 3, Seite 3)

Sie erkennt das Problem eher darin, dass er sich vor sich selbst verschlossen hat und nicht weiß, wer er tatsächlich ist. Sie sagt, er sei weit weg von seiner eigenen Seele. Es wird auch hervorgehoben, dass nur seine Bedürfnisse – in allen Beziehungen der vier Personen – als Priorität angesehen worden sind, wie hier beschrieben:

> Es fehlte sich auf Augenhöhe zu begegnen, aufeinander zuzugehen, sich Dinge normal auszureden, auszudiskutieren. Dies war mit meinem Expartner nicht möglich. Für mich ist es so: bei nicht gleicher Meinung- sehr aufbrausend, sehr verletzend, sehr wütend, er muss seine Wahrheit/sein Recht durchsetzen und dies um jeden Preis. (vgl. Interview 6, Seite 3)

Es ging um sein Recht, seine Wahrheit und seine Bedürfnisse. Das ist das wiederkehrende Muster, dass es eine einseitige Beziehung war, bei der ein Partner (die narzisstische Person) im Fokus steht und die andere sich unterzuordnen hat.

7.1.4 Kategorie 4: Verhalten bei der Trennung

Bei der Trennung gibt es auch viele Ähnlichkeiten, allen voran, dass das Gegenüber es nicht ernstgenommen hat, es nicht zugelassen hat, und beispielsweise sich immer wieder meldete. Bei einer Person kam es zu etlichen Überzeugungsversuchen, die bis zu Selbstmorddrohungen gingen. Bei einer anderen Person dauerte die Trennung auch sehr lange und der Expartner wurde zunehmend gehässiger.

In dieser Kategorie wird hervorgehoben, welches Verhalten die Partner bei der Trennung gezeigt haben. In Summe haben sich die Partner lange Zeit nicht trennen wollen, haben versucht die Interviewpersonen weiterhin zu kontaktieren und zu überzeugen. Interviewperson 4 zeigt auf, zu welchen Ambivalenzen es während der Trennung gekommen ist:

> Ich habe mich von ihm getrennt, zu Anfang hat er mich ausgelacht und mich nicht ernst genommen. Ich bin dann ausgezogen, dann wollte er auch die Scheidung. 4 Jahre lang kämpften wir mit Anwälten vor Gericht. rückblickend würde ich sagen ja er hat es erst vor einem Jahr akzeptiert. Anfang nahm er mich nicht ernst, dann schlug es um in Selbstmitleid. Nun ist er richtig wütend auf mich, fast schon gehässig. Für ihn ist es immer noch nicht neutral. (vgl. Interview 4, Seite 4)

Er hat ihr zuerst nicht geglaubt, hat es nicht ernstgenommen und es dauerte lange, bis er die Trennung letzten Endes akzeptierte. Danach zeigte sich Wut, Selbstmitleid und auch Gehässigkeit. Eine Trennung war daher nicht leicht. Bei Interviewperson 3 war die Trennung ebenfalls nicht einfach:

> Ich habe mich getrennt, weil es kam so weit dass ich um Erlaubnis fragen musste bei wem ich meinen Job ausüben darf und bei wem nicht. Aus existentiellen Gründen geht das nicht. Das lasse ich mir von keinem Partner

> vorschreiben. Er war so verletzend und hat so gesponnen, das ich wusste das geht jetzt so nicht mehr. Als ich sein Haus verlassen habe, drehte ich mich noch einmal um und ich wusste, das wars jetzt. Er hat sich dann immer wieder gemeldet. Er schrieb mir, dass er clean sei. Ich blockierte ihn dann, damit ich das nicht mehr mitbekomme. Weil ich den Abstand gebraucht habe, ich fand es zwar kindisch jemanden auf dem Handy zu blockieren. Aber ich dachte mir, ich muss jetzt mal zur Ruhe kommen und runterkommen. Ich hatte tiefe Schmerzen, wegen meiner eigenen Illusion. Dies stand mir im Weg. Dies braucht Zeit. (vgl. Interview 3, Seite 3-4)

Sie wusste, sie müsse sich trennen, weil er sich immer mehr in ihr Leben einmischte. Er hat immer wieder versucht sie zurückzugewinnen, wollte sie nicht gehen lassen und wollte sie davon überzeugen, dass er sich bessern kann. Sie führt an, dass es vor allem schwierig war für sie sich den eigenen Illusionen zu stellen und zu akzeptieren, wie sehr man sich in einem Menschen getäuscht hat. Interviewperson 7 hatte Hilfe bei der Trennung, weil sie merkte, dass sie es allein nicht schaffen würde:

> Das Beenden war äußerst schwierig. Ich habe mir dann Hilfe geholt. Wegen den vielen Manipulationen hätte ich das allein nicht geschafft. Ich dachte selbst, ich hätte einen an der ‘Klatsche‘. Er wollte das Ende nicht wahrhaben und akzeptieren, er konnte nicht glauben, dass ihn jemand verlässt. Deswegen hat er viele sehr extreme Dinge gemacht. Wenn ich keine Hilfe gehabt hätte, hätte ich mich nicht trennen können, es wäre nicht möglich gewesen. Sein Ziel war es, mich so zu manipulieren, dass ich aufgebe und selbst breche. Um in dieser Abhängigkeit weiterzuleben, irgendwie als gebrochener Roboter. Ich denke das war sein Ziel. (vgl. Interview 7, Seite 3)

Sie meint, dass er sie brechen wollte, sie von der Abhängigkeitsbeziehung nicht lösen wollte und sie vergleicht sich selbst mit einem gebrochenen Roboter. Sie hat Hilfe gebraucht, weil sie sich allein nicht von der Beziehung hätte lösen können. Interviewperson 5 erläutert auch, dass er zu sehr schwierigen Reaktionen gegriffen hat, als sie sich getrennt hat:

> Ich habe mich getrennt. Er versprach mir dann sich zu ändern, er ging sogar zu einem Psychotherapeuten. Weil ich ihn darum gebeten habe, weil ich mir dachte, da stimmt etwas absolut nicht. Danach verschlimmerte sich die Situation nochmals um schlussendlich bin ich nach 6 Monaten mit den Kindern ausgezogen. Die Trennung verlief circa 2 Jahre lang richtig, richtig schwer. Ich wurde nach der Arbeit von ihm abgefangen. Er ist in die Wohnung eingedrungen, stand im Dunkeln vor meiner Haustür. Er hat versucht mein Konto leer zu machen. Er hetzte die Kinder gegen mich auf. Schlussendlich musste ich eine Klage bei Gericht einreichen. (vgl. Interview 5, Seite 3-4)

Ihr Exmann hat versucht die Kinder gegen sie aufzubringen, er ist bei ihr eingebrochen, wollte ihr Konto plündern und alles mündete letzten Endes in einer Klage.

Keine der Interviewpersonen war daher in der Lage sich friedlich und schnell von ihrem Partner zu trennen, sondern es war eine mühsame, schwierige und vor allem Nerven aufreibende Trennung, weil das Gegenüber sie nicht gehen lassen wollte, sie manipulierte und versuchte ihnen Schaden zuzufügen.

7.1.5 Kategorie 5: Einsicht zum eigenen Verhalten

Der Partner hatte keine Einsicht, stritt alles ab und wenn es eine Einsicht gab, dann war die oftmals nur vorübergehend und als Strategie angewendet. Man hat also über den Narzissmus und das Verhalten nicht gesprochen. Eine Person gab an, dass eben eine Einsicht immer vorgegeben wurde, als sie kurz davor war die Beziehung zu beenden. In Summe gab es aber weder eine Einsicht noch eine Verbesserung im Verhalten, selbst bei einer Paartherapie gab es keine Fortschritte. Auch bei einer Psychotherapie gab es keine Wirkung, sondern es wurde noch schlimmer.

Kategorie 5 erläutert, wie auch nachher in Kategorie 6, welche Einsicht es zum eigenen Verhalten gegeben hat (aus Sicht des narzisstischen Partners) und später wird in Kategorie 6 darauf eingegangen, zu welchen Einsichten die Partnerinnen gekommen sind. Für Kategorie 5 gilt hervorzuheben, dass es keine Einsicht von Seiten der Partner gegeben hat und sie, wenn es eine Einsicht gab, dies eher als

Manipulationsversuch durchgeführt haben. Interviewperson 2 geht näher darauf ein, welche Beteuerungen es gegeben hat:

> Gut er hat immer wieder gesagt er würde sich bessern es würde alles nie wieder vorkommen und als ich ihn gebeten habe sich in meine Lage zu versetzen kam immer zu antworten aber versetzt du dich doch zuerst einmal in meine Lage speziell als ich die Beziehung nach 12 Jahren nach einem Gewaltvorfall beendet habe hat der immer wieder Besserung versprochen und es würde ja alles nie wieder vorkommen, wenn ich doch nur zurückkommen würde. (vgl. Interview 2, Seite 3)

Eine tatsächliche Verbesserung fand nie statt. Interviewperson 3 erkennt ähnliches:

> Ich hatte immer das Gefühl, dass er einsichtig würde, wenn ich kurz vorm Absprung war. Wenn ich mich zurückgezogen habe und mich meiner wieder besonnen habe, dies waren kurze Momente, dann hat er das gefühlt und kam er wieder auf mich zu. Er meinte dann ich sei seine Liebe, er wisse er mache Fehler, Aber ich sollte doch Geduld haben. Er wisse, dass wir seelenverwandt sind und dass unsere Beziehung ganz etwas Besonderes ist und bla bla. Er wusste genau welche Knöpfe er bei mir drücken musste. (vgl. Interview 3, Seite 3)

Der Partner hatte ein Gespür dafür, wann es kritisch wurde, wann sie dabei war ihn zu verlassen und genau das waren die Phasen, in welchen er sich wieder mehr Mühe gegeben hat. Danach war allerdings alles wieder zuvor und es gab keine langfristigen Verbesserungen. Sie beschreibt, dass er genau wusste, wann er wieder einfühlsamer sein sollte und was er genau tun oder sagen sollte, um sie wieder für sich zu gewinnen. Sie sagt aber auch das folgende direkt danach:

> Das Verlassenwerden stand immer im Raum, er hat es nicht ausgesprochen aber durch seine Gesten und durch sein Unterschwelliges Getue: ich brauch dich nicht du brauchst ja mich. Für mich stand dies unterschwellig immer im Raum. (vgl. Interview 3, Seite 3)

Gleichzeitig hat er ihr daher auch immer vermittelt, dass er sie deutlich weniger brauchen würde als sie ihn. Dies ist daher eine Ambivalenz, weil er sie spüren ließ, dass sie austauschbar sei und gleichzeitig wollte er sie immer halten, wenn sie bereit war zu gehen. Interviewperson 5 erlebte auch mehrmals Beteuerungen, die aber darin endeten, dass sich die Situation noch verschlimmerte:

> Ganz am Anfang glaubte ich das noch. Wenn ich mal richtig sauer wurde lenkte er ein und sagte Ich habe Recht. Dafür wurde es danach umso schlimmer. Im Laufe der Beziehung steigerte sich dies stetig. Er war nicht bereit sich zu ändern. Er hielt sich für fast perfekt würde ich sagen. (vgl. Interview 5, Seite 3)

Hier liegt die Tendenz vor sich selbst in verfälschter Form zu betrachten, keine Fähigkeit der Selbstreflexion aufzuweisen und das Einlenken lediglich als Manipulationsversuch durchzuführen.

Es kann daher gesagt werden, dass es keine Einsicht der Partner gegeben hat und die Partnerinnen versucht haben auf jede noch so kleine Veränderungstendenz zu achten, in der Hoffnung, dass sich alles zum Besseren wenden könnte. Dies ist allerdings nicht geschehen.

7.1.6 Kategorie 6: Einsicht der Partnerinnen bezogen auf die Beziehung

Irgendwann kam der Punkt wo realisiert worden ist, es gibt keine Verbesserung und eine Beziehung wäre nur möglich, wenn man sich komplett unterordnet und auf die eigenen Bedürfnisse vergisst. Eine Person sagte, dass er beziehungsunfähig war und daher Frauen nicht vertrauen kann. Eine andere entschuldigte sich dauernd, aber danach wurde es noch schlimmer was Beschimpfungen und Abwertungen angeht. Also kam es zum Punkt, wo den Beteuerungen kein Glauben geschenkt werden konnte. Es wird gesagt, dass es nur möglich wäre eine Beziehung zu führen, wenn eine Einsicht des Gegenübers vorliegen würde und er auch bereit wäre sich Hilfe zu suchen und sie anzunehmen. Ansonsten geht es nicht, weil es auf Kosten der eigenen Gesundheit gehen würde. Eine Person führt auch an, dass sie zuhause ein Buch über den Narzissmus hatte, aber nicht den Mut fand es zu lesen. Es wäre

nur möglich eine Beziehung zu führen, wenn beide sich dem Thema widmen und bereit sind daran zu arbeiten.

In Kategorie 6 geht es darum, wann die Partnerinnen für sich erkannt haben, dass die Beziehung keine Chance mehr hat, sich keine Verhaltensverbesserung einstellen wird und es notwendig sein wird sich zu trennen. Interviewperson 4 sagt das Folgende:

> Schon seit Längerem hatte ich ein Buch zu Hause über das Thema Narzissmus, aber ehrlich gesagt war ich zu feige es zu lesen. (vgl. Interview 4, Seite 3)

Sie hatte ein Buch über die Erkrankung zuhause, hatte aber nicht den Mut es zu lesen. Sie und auch eine weitere Interviewpartnerin schilderte, dass es zwar zu einer Therapie beziehungsweise Paartherapie gekommen ist, als in Summe realisiert worden ist, dass die Beziehung in der Form nicht weitergeführt werden kann, aber es zu keinen positiven Ergebnissen gekommen ist. Die meisten geben an, dass es praktisch unmöglich ist mit einer narzisstischen Person eine Beziehung zu führen, wie hier beschrieben:

> Also ich denke als emotionaler Mensch, kann man das nicht. Wenn man für offene Partnerschaften bereit ist und den inneren Abstand dazu finden kann. Dann vielleicht schon. Aber ich nicht! (vgl. Interview 1, Seite 4)

Sie sagt, dass emotionale Menschen, die auch eine echte Näher zum Partner wünschen, eine derartige Beziehung nicht aushalten würden. Auch Interviewperson 2 sieht dies so:

> Eine Beziehung mit einem Narzissten kann meiner Meinung nach nur mit einer Devoten und Selbständigen nicht im Leben stehenden Frau funktioniert, ja! (vgl. Interview 2, Seite 4)

Eine Beziehung kann nur funktionieren, wenn die Einseitigkeit von der Partnerin angenommen werden würde und sie sich komplett unterwerfen kann. Interviewperson 6 sieht dies ebenso:

> Nein, wenn dann nur, wenn der andere sich wirklich brechen lässt und sich selbst vollkommen aufgibt. Mit völliger Resignation möglich. (vgl. Interview 6, Seite 3)

Auch hier wird betont, dass sich die Partnerin vollkommen aufgeben müsste, damit die Beziehung funktionieren kann.

Es gibt aber auch Einstellungen, die das Krankheitsbild eher von der tiefenpsychologischen Seite betrachten und die durchaus eine Chance erkennen, wenn beide in der Beziehung bereit sind daran zu arbeiten, wie hier angeführt:

> Ich denke, wenn diese narzisstische Person sich dessen bewusstwird, Hilfe sucht und diese auch annimmt + sich selbst reflektiert. Und den Grund des Narzissmus in sich aufspüren könnte. Für mich ist Narzissmus ein Schutzmechanismus und ein verletzter Anteil. Wenn dies erkannt und behandelt wird, könnte ich es mir schon vorstellen. Aber ich denke da muss man genau hinsehen und sich keine Versprechungen machen lassen, die dann eh nicht gehalten werden. (vgl. Interview 3, Seite 4)

Es wäre daher wichtig, dass die betroffene Person versteht, was mit ihr los ist, wie sich die Symptome auswirken und wo es Hilfe brauchen würde. Interviewperson 3 erkennt im Narzissmus einen Schutzmechanismus und führt an, dass dies nur entstehen kann, wenn ein verletzter Anteil der Persönlichkeit im Gegenüber vorliegt. Daher sagt sie auch, dass es durchaus möglich sein kann, eine Beziehung zu führen, wenn die betroffene Person eine Einsicht hat. Interviewperson 7 geht auch eher proaktiv an das Thema heran:

> Wenn beide bereit sind an ihren Themen zu arbeiten schon. Wir sollten nicht jeden Partner immer gleich wegwerfen. Jeder hat immer wieder eine Chance verdient. Aber schlussendlich entscheidet das eh die Liebe. Wenn zwei

> Menschen sich wirklich lieben und füreinander bestimmt sind, werden sie immer wieder zueinander finden und Wege finden. (vgl. Interview 7, Seite 3)

Wenn die Liebe stark genug ist, dann können es zwei Menschen schaffen.
Es gibt daher zwei aufeinandertreffende Ansichten. Die Hälfte der Interviewpersonen würde sagen, dass eine Beziehung auf keinen Fall möglich ist, während die andere Hälfte eine Chance sieht, wenn die Liebe stark genug ist und eine Einsicht gegeben ist. Beide Hälften betonen allerdings, dass darauf zu achten ist, ob eine tatsächliche Einsicht vorliegt oder nur leere Versprechungen geäußert werden.

7.1.7 Kategorie 7: Realisierung des Narzissmus

Hier zeigen sich Unterschiede. Eine Person merkte es schon nach zwei Wochen, weil er beispielsweise für drei Tage nichts von sich hören gelassen hat. Andere merkten es länger nicht beziehungsweise wussten nicht, was der Narzissmus ist. Bei einer Person kam es dazu, dass sie es nicht merkte, weil er lange sehr zuvorkommend war. Eine Person merkte es nach der Hochzeit, aber kannte die Krankheit vorher nicht. Es ging immer mehr in Richtung psychischer Druck, bis man realisierte, dass sich vieles verändert hat.

In Kategorie 7 gibt es einen Einblick dazu, inwiefern erkannt worden ist, dass es sich um Narzissmus handelt. In dieser Kategorie gibt es Unterschiede, weil einige Interviewpersonen meinten, dass sich merkwürdiges Verhalten schnell zeigte und andere haben Jahre nichts davon mitbekommen oder konnten das Verhalten nicht einordnen. Interviewperson 6 erklärt, warum sie längere Zeit nichts vom Narzissmus mitbekommen hat:

> Nein, weil er war sehr zuvorkommend und hatte sehr gutmütige und nette Eigenschaften und Züge die das andere dadurch abgeschwächten, verdeckten. Er hat sofort mit den guten Eigenschaften die Narzisstischen verdeckt. (vgl. Interview 6, Seite 1)

So gelang es demnach dem Partner es zu überspielen beziehungsweise davon abzulenken. Für Interviewperson 5 zeigte sich schnell, dass der Partner versucht

sie klein zu halten, sie zu unterdrücken und dies mündete für sie vor allem in einen enormen psychischen Stress, wie hier erläutert:

> Ich fühle mich kontrolliert und vor allem kleingehalten. Alles verlief wie er es wollt, wenn nicht dann gab es psychischen Stress. Das habe ich vorher noch nie erlebt, dass ich so unter Druck gesetzt wurde. (vgl. Interview 5, Seite 1)

Einen derartigen psychischen Druck hat sie vorher noch nie erlebt und Person 5 war es auch, die am Anfang anmerkte, dass sie dachte ihren Traummann gefunden zu haben. Das Verhalten änderte sich daher drastisch und es ist ihr auch schnell aufgefallen. Die meisten betonen allerdings, dass es einem zuerst auffällt, dass sich der Partner nicht angemessen verhält, aber man eben nicht gleich sagen kann, dass es sich um Narzissmus handelt:

> Was mir vor allem aufgefallen ist, das immer um ihn geht, dass er, wenn etwas ausgemacht war, immer zu spät kam. Wirklich immer. Wenn er selbst etwas wollte, dann war es möglich, ansonsten halt nicht. Allerdings war mir damals nicht klar, was Narzissmus ist. Damals dachte ich auch nicht darüber nach ich war einfach mit ihm in einer Beziehung. (vgl. Interview 4, Seite 1)

Sie wusste nicht, was Narzissmus ist und dass dieser bei ihrem Partner vorliegt. Sie merkte aber schnell, dass seine Bedürfnisse priorisiert wurden. Interviewperson 3 erkannte es sehr schnell:

> Absolut, und zwar schon nach der 2ten Woche, habe ich 3 Tage nichts von ihm gehört, er ist untergetaucht und ich wusste nicht, ob er gestorben ist. (vgl. Interview 3, Seite 1)

Er ist untergetaucht und sie wusste nicht, was los ist beziehungsweise was passiert ist.

Es kann daher gesagt werden, dass den Partnerinnen mit der Zeit, schneller oder langsamer, aufgefallen ist, dass sich eigenartige Verhaltensweisen erkennen lassen, aber in Summe wurde das Krankheitsbild an sich nicht erkannt.

7.1.8 Kategorie 8: Was von Anfang an gefiel

Es gibt zwei Bereiche, die besonders hervorgestochen sind. Einerseits fühlte man sich besonders, als das Wichtigste und wertgeschätzt von dem Partner. Er gab einem das Gefühl die Traumfrau zu sein und als würde er alle Wünsche von den Lippen ablesen. Andererseits waren auch die Hartnäckigkeit und die Durchsetzungsfähigkeit anziehend. Ebenso wurde erwähnt, dass das Gegenüber tierlieb, bodenständig, großzügig wirkte und man das Gefühl hatte, man wird auf Händen getragen.

In dieser Kategorie geht es darum, was den Interviewpersonen zu Beginn an den Partnern gefallen hat und positiv demnach aufgefallen ist. Allen voran wird gesagt, dass der Partner einem das Gefühl gegeben hat etwas Besonderes zu sein. Hier einige Beispiele dafür:

> Würde das nicht wirklich gewissen Charakter Züge nennen, sondern einfach das Vermitteln des Gefühls, dass man das -das ein und alles- für die Person ist. (vgl. Interview 2, Seite 1)

Interviewperson 2 hebt hervor, dass sie das Gefühl hatte, sie sei das aller wichtigste. Ähnliches auch bei Interviewperson 3:

> Er hat mir immer das Gefühl gegeben mir zuzuhören, er gab mir immer das Gefühl etwas Besonderes für ihn zu sein. Mein gesagtes war für ihn wertvoll und interessant. (vgl. Interview 3, Seite 2)

Auch hier wird hervorgehoben, dass sie sich sehr besonders fühlt, merkte, dass er ihr zuhört und interessiert war an dem, was sie sagte. Ebenso bei Interviewperson 5:

> Er trug mich auf Händen. Er beeindruckte mich mit seiner ganzen Art und Weise. (vgl. Interview 5, Seite 1)

Hier lässt sich wieder das Gefühl finden auf Händen getragen zu werden und sich als Priorität zu fühlen.

Andere Beispiele beziehen sich eher auf die Hartnäckigkeit oder die Durchsetzungsfähigkeit. Im ersten Interview wird dies hervorgehoben:

> Er war sehr umsetzungsstark. Das, was er angefangen hat, das hat er durchgezogen. Das hat mir irrsinnig getaugt. (vgl. Interview 1, Seite 2)

Es war anziehend, dass er wusste, was er will und sich auch dafür einsetzte. Interviewperson 4 erlebte die Durchsetzungsfähigkeit bezogen auf das Werben um sie:

> Ja genau das, dass er wusste, was er will. Hauptsächlich hat mir auch gefallen, dass er so hartnäckig um mich wirbt. (vgl. Interview 4, Seite 2)

Es kann daher gesagt werden, dass es durchaus viele Eigenschaften gegeben hat, die ad hoc anziehend gewesen sind. Bei diesen positiven Eigenschaften lassen sich Muster erkennen, wie eben zu wissen, was sie wollen und auch dafür zu kämpfen. Im letzten Ankerbeispiel wird erneut verdeutlicht, wie sehr man als Partnerin das Gefühl hat das Ein und Alles zu sein und einen „Volltreffer gelandet zu haben“.

> Ja, er war sehr sehr höflich, er war sehr interessiert, er war sehr spendabel, er war sehr großzügig, er war sehr flexibel- also im Prinzip ist alles möglich gewesen und er hat mich sehr umgarnt. (vgl. Interview 6, Seite 1)

Sie betont, dass sie das Gefühl hatte alles sei möglich, er um sie geworben hat und sehr viele ansprechende Eigenschaften zeigte. Dies macht es umso schwerer, wenn sich nach einer gewissen Zeit die gravierenden Verhaltensänderungen einstellen.

7.1.9 Kategorie 9: Wirkung auf das eigene Verhalten

Man hatte sich zu verstellen, um zu gefallen, man konnte nicht man selbst sein, er war auch nicht er selbst und man wurde zunehmend trauriger. Eine Person gab an,

dass sie enormen Freiraum hatte, sich um ihre Fortbildungen und ihr Wohlbefinden kümmerte und auch mit vielen Menschen was unternommen hat, und zwar deswegen, weil er beruflich und sportlich sehr engagiert gewesen ist. Anderen fehlte es sich ausleben zu können. Bei einer Person ging es so weit, dass sie am eigenen Verstand zweifelte, und es überforderte sie, sich ständig verbiegen zu müssen.

Abschließend wird in Kategorie 9 noch darauf eingegangen, wie sich das Verhalten des Partners auch auf das Verhalten der Interviewpersonen ausgewirkt hat. Die Interviewpersonen erzählen davon, dass man automatisch auch das eigene Verhalten anpasst, weil man das Gefühl hat, man kann nicht anders. Interviewperson 1 erläutert dies hier:

> Nein, ich konnte nicht mehr ich selbst sein. Obwohl ich eigentlich jemand bin, der alles direkt ausspricht. Er wollte nicht reden, ich habe mich oft in den Schlaf geweint, das hat er mit Absicht gemacht. (vgl. Interview 1, Seite 2)

Sie erzählt, dass sie nicht mehr sie selbst sein könnte, obwohl dies nicht ihr natürliches Verhalten wäre. Interviewperson 4 hatte zwei Entwicklungen; einerseits hatte sie immer ein schlechtes Gewissen und andererseits auch ausreichend Zeit, um sich auf sich selbst zu konzentrieren. Zuerst das Beispiel zum schlechten Gewissen:

> Vor allem hatte ich immer das Gefühl, dass ich etwas nicht recht mache. Ich bin nicht gut genug, ich mache nichts richtig. Ich hatte immer ein schlechtes Gewissen, wenn ich mal nicht da war, obwohl ich für die Kinder und ihn alles hergerichtet hatte. Dieses schlechte Gewissen war durchgängig vorhanden. (vgl. Interview 4, Seite 2)

Sie hatte Schwierigkeiten sich vom schlechten Gewissen zu lösen, selbst, wenn es nicht gerechtfertigt war. Hier nun das zweite Beispiel bezogen auf die Freiheit, die sie genossen hat:

> Also, da er beruflich sehr engagiert war und in der Freizeit auch sportlich engagiert, hatte ich sehr wohl viel Freiraum und dadurch Möglichkeit einfach

> mich fortzubilden und für mich gut zu Sorgen. Einfach nicht mit ihm, sondern mit anderen Kontakten. Ich habe viel für mich getan ich habe neue Dinge zum Thema Gesundheit und Wohlbefinden gelernt, bin ich auch deswegen in diesem Beruf gekommen. Weil ich Hilfe für mich selbst gesucht habe. (vgl. Interview 4, Seite 2-3)

Dadurch, dass ihr Partner oft unterwegs war, hatte sie die Chance viel für sich selbst und das eigene Wohlbefinden zu tun und daher hatte sie nicht das Gefühl, dass er sie direkt einschränkt. Das schlechte Gewissen war allerdings dennoch ein Teil ihres Alltags. Interviewperson 5 hatte ähnliche Gefühle und hatte Angst es den Partner nicht Recht machen zu können:

> Also ich konnte nicht mehr ich selbst sein, wenn abends die Haustür aufging, befand ich mich schon in einer habt acht Stellung. Ich habe halt versucht im alles Recht zu machen. Er hat sein Ding durchgezogen. Er hat das von den Kindern und mir verlangt. (vgl. Interview 5, Seite 2)

Sie spricht von der Habachtstellung und davon, dass sie nicht nur während er da war, nicht sie selbst sein konnte, sondern sich auch auf ihn vorbereitete und auch an seine Erwartungen, bevor er nachhause gekommen ist. Daher kann gesagt werden, dass er eher er selbst sein konnte, weil es für ihn keine Einschränkungen gegeben hat, wie hier von Interviewperson 6 thematisiert:

> Also er hat für sich schon authentisch sein können, weil er genau das eingefordert und genau das gelebt hat, was er wollte. Aber ich habe mich natürlich sehr sehr anpassen müssen und habe natürlich überhaupt nicht authentisch leben können. Weil wenn ich gemacht hätte, was ich gerne gewollt hätte, dann wäre es sofort zum Streit gekommen. (vgl. Interview 6, Seite 2)

Sie wusste, dass sie nicht sie selbst sein kann, da es ansonsten zu einer Eskalation kommt. Daher hat sie sich zurückgehalten. Abschließend noch ein Beispiel von Interviewperson 7, bei der es so weit gegangen ist, dass sie am eigenen Verstand zweifelte:

> Bei Streitigkeiten redete er so auf mich ein, dass ich danach selbst nicht mehr wusste, was die Realität ist und was nicht. Ich begann erstmals in meinem Leben, an meinem eigenen Verstand zu zweifeln. Auch reagierte er vermehrt sehr aggressiv und wütend. (…) Er gab mir sehr oft das Gefühl verrückt zu sein, er sah in so vielen Dingen, die mich verletzten, kein Problem. Er drehte mir so oft das Wort im Mund um, manchmal dachte ich wirklich ich habe eine Wahrnehmungsstörung. Er wollte eigentlich immer, dass ich mich anders verhalte. zB. Sollte ich früher aufstehen usw. (vgl. Interview 7, Seite 1-2)

Sie begann an sich selbst zu zweifeln, und zwar aufgrund seines Verhaltens.

Es kann daher gesagt werden, dass die Partnerinnen begonnen haben sich stark an das Gegenüber anzupassen, ihm gefallen zu wollen oder sich auch zurückzuhalten, damit es zu keinen Streitigkeiten kommt. Interviewperson 5 erlebte dies vor allem in Bezug auf die Persönlichkeit und das Wachstum:

> Ich konnte meine Dinge nicht machen, zum Beispiel einen neuen Job, wo ich mehr arbeiten hätte müssen. Die Hürden der Kommunikation, ich musste die Meinung von meinem Exmann annehmen. Mir wurden komische Spitznamen gegeben. Er schränkte mich in meiner Persönlichkeit sehr ein. (vgl. Interview 5, Seite 2)

Sie fühlte sich sehr in der individuellen Lebensführung eingeschränkt. Daher zeigen sich Veränderungen in Bezug auf das Denken, das Verhalten, die Entscheidungen, das Kommunikationsverhalten, die Persönlichkeit und die eigene Entwicklung.

7.2 Ergebnisse der Partner (männlich)

In diesem Unterkapitel werden nun die Ergebnisse der Partner einzeln angeführt und mit Ankerbeispielen untermauert.

7.2.1 Kategorie 1: Phase des Kennenlernens

Die drei Interviewpersonen lernen ihre Freundin, mit Narzissmus, entweder bei der Arbeit kennen, beim Ausgehen oder an einem Ort, wo sie selbst öfters hingegangen sind. Sie hatten zu Beginn eine schöne Zeit, hatten ähnliche Interessen und eine Person wechselte beispielsweise mit ihr die Arbeit, zog weg und gründete mit ihr eine Familie. Eine weitere Person führt auch an, dass er sehr schnell merkte, dass sie sehr hohe Ansprüche an ihn hat und auch beispielsweise sich immer einladen lassen wollte von ihm.

Kategorie 1 gibt einen Einblick in das Kennenlernen. Diese Phase ist so wichtig, weil die meisten Menschen zu Beginn eben einen vollkommen anderen Eindruck vom Gegenüber haben und demnach bei narzisstischen Personen die Charakterzüge am Anfang nicht so stark zu erkennen sind. Die drei Interviewpersonen haben ihre Partnerin unter unterschiedlichen Bedingungen kennengelernt und markant ist, dass vor allem die gemeinsame Interessensebene von Bedeutung war. Interviewperson 1 schildert dies wie folgt:

> Wir hatten beide einen Bezug zu Tieren und zur Natur. Das hat uns vermutlich zusammengebracht. Nach ca. 5 Monaten waren wir dann fix ein Paar. Ich habe keinen Vergleich. (vgl. Interview 1, Seite 1)

Bei Interviewperson 1 waren es die Interessen Tiere und Natur. Bei Interviewperson 2 war es ähnlich, die beiden haben sich auf Anhieb verstanden und sie haben sich ein gemeinsames Leben aufgebaut:

> Wir lernten uns recht jung auf unserer gemeinsamen Arbeitsstelle in Deutschland kennen. Zu Anfang hatten wir eine schöne Zeit. Wechselten dann gemeinsam die Arbeitsstelle und schlussendlich zogen wir gemeinsam

> nach Tirol. Dort renovierten wir unser Haus, heirateten, und bekamen unsere Tochter. (vgl. Interview 2, Seite 1)

Bei Interviewperson 2 haben die beiden gemeinsam die Arbeitsstelle gewechselt, zogen gemeinsam weg und gründeten eine Familie. Die ersten beiden Interviewpersonen verbinden daher mit der Kennenlernphase eine sehr positive Phase. Nur die dritte Person merkte an, dass ihm schnell aufgefallen ist, dass es auch Kehrseiten gibt, wie hier angeführt:

> Also, meine Ex Partnerin habe ich beim Ausgehen kennengelernt. Bereits nach unserem dritten Date kristallisierte heraus, dass sie anspruchsvoll ist, was die Wahl der Lokale der Restaurants betrifft. Was auch ganz klar war, sie wollte immer eingeladen werden von mir. Sie bezahlte niemals selbst. (vgl. Interview 3, Seite 1)

Hier erkannte er schnell, dass sie sehr eigenwillig war, anspruchsvoll, immer entscheiden wollte und auch sich immer einladen wollte.

Zwei von drei Interviewpersonen (männlich) führen daher an, dass sie am Anfang der Beziehung eine sehr schöne Zeit hatten und nur bei einer Person war es bereits ab dem Anfang, aus seiner Sicht, herausfordernd.

7.2.2 Kategorie 2: Einsicht bezogen auf den Narzissmus

Während der Beziehung zeigte keine der Partnerinnen eine Einsicht. Eine Person führt an, dass die Freundin nach der Trennung eine Einsicht hatte, aber es zu spät war und nun das Vertrauen in sie fehlen würde. In Summe gab es nie Gespräche über den Narzissmus, keine Gespräche über das problematische Verhalten und es kristallisierte sich schnell heraus, dass die Partnerin die Schuld nie bei sich selbst sucht, beziehungsweise findet, sondern immer beim anderen. Die Partnerinnen übernahmen die Rolle des Opfers und suchten beispielsweise beim anderen den Grund für die Trennung oder Scheidung. Selbst, wenn die Diagnose stattfindet, kommt es zu keiner Veränderung beziehungsweise eine Einsicht. Der Begriff Narzissmus ist oft unbekannt, man befasst sich nicht damit und wenn die Partnerin

beispielsweise sehr jung ist, dann kann es auch sein, dass sie das zu diesem Zeitpunkt noch schwer verarbeiten kann.

In Kategorie 2 wird näher auf die Einsicht bezogen auf den Narzissmus eingegangen. In allen drei Fällen gab es während der Beziehung keine Einsicht von den Partnerinnen und nur in einem Fall nach Beendigung der Beziehung. Bezogen auf die Partner kann auch gesagt werden, dass sie nicht wussten, was genau der Narzissmus ist und es bei einem Partner auch sehr überraschend war, als die Diagnose während der Beziehung stattgefunden hat.

Interviewperson 1 äußert sich wie folgt in Bezug auf die Einsicht der Partnerin:

> In den 12 Jahren Beziehung nicht. Erst jetzt, nach 1 ½ Jahren Trennung, sagt sie es. Ich kann ihr aber nicht mehr glauben und vertraue ihr auch nicht mehr. Erst vor 2 Monaten, ließ sie mir einen Brief vom Anwalt schreiben, aktuell tut sie wieder volle nett. Man kann die Frau nicht einschätzen. (vgl. Interview 1, Seite 3)

Nachdem die Beziehung zu Ende war, war die Partnerin dazu in der Lage über den Narzissmus zu sprechen, doch die zwölf Jahre zuvor nicht. Aus Sicht des Partners ist es zu einem so späten Zeitpunkt deutlich zu spät und er betont, dass er erstens ihr nicht vertrauen kann und zweitens er sie auch nicht einschätzen kann.

Interviewperson 2 erkennt auch keinerlei Einsicht und spricht davon, dass es bereits krankhafte Ausmaße eingenommen hat, wie hier beschrieben:

> Sie machte wirklich aus jeder Fliege einen Elefanten. Ich denke bei ihr ist es schon so krankhaft, dass sie wirklich professionelle Hilfe bräuchte. Ich denke aus eigenen Stücken kommt sie aus ihrem Dramahamsterrad Cortana nicht raus. (vgl. Interview 2, Seite 3)

Interviewperson 2 sieht keine Chance für seine Partnerin, außer sie würde sich in professionelle Hilfe begeben. Das ständige Übertreiben hat überhandgenommen

und allein würde sie nicht mehr dafür sorgen können, dass eine Besserung eintritt. Für Interviewperson 3 ist dies ähnlich:

> Nein überhaupt nicht, Einsicht ihrerseits gab es nie. Auch nach der Diagnose hat sich nichts geändert. Es war für sie normal oder vielleicht war sie damals einfach zu jung. Heute habe ich keinen Kontakt mehr zu ihr. (vgl. Interview 3, Seite 3)

Er begründet, dass sie eventuell zu jung gewesen ist, um die Diagnose umfassend zu begreifen. Einsicht gab es allerdings trotz Diagnose nicht und es kam auch zu keiner Besserung.

7.2.3 Kategorie 3: Wann die Veränderung stattgefunden hat

Die Veränderung kam mit einer Wende. Bei einer Person entstand es durch die Geburt des Sohnes. Der Fokus lag auf dem Kind, der Mann und dessen Bedürfnisse wurden außer Acht gelassen, zusätzlich waren Geldprobleme vorhanden und sie zog sich immer mehr zurück. Sie brach mit vielen Menschen den Kontakt ab. Die viele Affären des Mannes, die sie alle mitbekommen hat, führten ebenso dazu, dass sie sich veränderte und auch sehr wütend geworden ist. In einem anderen Fall veränderte sich alles durch den Verlust des Jobs. Danach kam es zu einer Depression.

In Kategorie 3 wird näher thematisiert, wann genau die Veränderung stattgefunden hat. Zwei von drei Interviewpersonen konnten einen Lebensabschnitt identifizieren, zu welchem die Veränderung begonnen hat, beziehungsweise auf wessen diese zurückgeführt werden. Interviewperson 1 erkennt die Geburt des Sohns als Auslöser:

> Nach 3 Jahren Beziehung kam unser Sohn auf die Welt. Das veränderte alles. Die Probleme häuften sich. Wir hatten wenig Geld und alles lief schlecht. Sie war nur noch unzufrieden mit mir und sich selbst. Aufmerksamkeit bekam ich keine mehr von ihr. Für sie drehte sich alles nur um unseren Sohn. Sie hatte in der Schwangerschaft den Kontakt zu ihrem Vater, zu ihrem besten Freund und zu drei Freundinnen abgebrochen.

> Darunter leidet sie sehr. War aber zu stur, um sich auszulöhnen. Auch mit meiner Familie brach sie den Kontakt ab, weil ihr wieder etwas nicht gepasst hat. Meine Eltern haben unseren Sohn über 3 Jahre nicht gesehen. Sie wurde immer mehr wie ihre Mutter. Als unser Sohn ein Jahr alt war, habe ich sie das erste Mal betrogen, als sie es rausbekommen hat, war das Dilemma noch größer. (vgl. Interview, 1, Seite 2)

Interviewperson 1 verbindet mit dieser Phase mehrere Probleme, wie finanzielle Probleme, die Kontaktschwierigkeiten mit nahestehenden Menschen, die Veränderung der Partnerin in Richtung des Verhaltens der Mutter und eben auch die Schwangerschaft und die Zeit danach. Es wird auch betont, dass die Partnerin zu ihr wichtigen Menschen den Kontakt abgebrochen hat, darunter litt und zu stur war, um sich mit diesen wieder zu versöhnen. Hier ist daher bereits der Charakterzug zu erkennen, dass nur schwer Fehler zugegeben werden können (darauf wird noch später genauer eingegangen).

Interviewperson 2 erkennt den Startschuss als die Tochter noch sehr jung gewesen ist:

> Ich denke das es begonnen hat als unsere Tochter noch ein Baby war. Danach fing sie nochmal zu arbeiten an. Aber als es in der Arbeit, diese auch zugleich ihre Leidenschaft war, nicht mehr funktionierte und sie schlussendlich kündigte, war alles vorbei. Rückblickend glaube ich, dass sie in Depressionen verfiel, mit dem nicht umgehen konnte, dass ich bei derselben Arbeitsstelle weiter meinen Dienst ausführe. Vermutlich hatte sie auch Heimweh und fühlte sich mit unserer Tochter allein. Da ich auch am Wochenende unterwegs war im Ausland. Vielleicht hätte sie in dieser Zeit mehr Unterstützung von mir oder meiner Familie gebraucht. (vgl. Interview 2, Seite 2)

Es kam dazu, dass die Partnerin ihren Job verloren hat, sie nicht verkraftete, dass der Partner weiterhin für das Unternehmen tätig gewesen ist und vor allem fühlte sie sich allein. Es kam zur Depression und sie zog sich immer mehr zurück. Er konnte auch nicht immer für sie da sein, weil er unterwegs war. Er würde

rückblickend sagen, dass sie in dieser Phase vermutlich mehr Unterstützung gebraucht hätte.

7.2.4 Kategorie 4: Veränderungen im Verhalten

Es gab gravierende Verhaltensveränderungen, die am Anfang der Beziehung in der Form noch nicht vorhanden waren. Charakteristisch ist, dass vom Partner verlangt wurde, dass er sich umfassend verändert, der Fokus nur auf den eigenen Bedürfnissen gelegen ist und oftmals eingefordert worden ist, dass mit vielen Menschen der Kontakt abgebrochen wird. Es war kaum möglich „normale" Gespräche zu führen (normal als Wort, welches die Interviewpartner verwendet haben). Alles eskalierte, alles führte zum Streit und es war nicht mehr möglich für den Partner er selbst zu sein. Es kam zu Drohungen, die bei allen Kleinigkeiten geäußert worden sind und in Summe wurde die Person unberechenbar. Es war eine enorme Ichbezogenheit vorhanden und es gab auch kein Gleichgewicht in der Beziehung. Der gesamte Raum sollte für die Partnerin verfügbar sein, der Partner ständig für sie und ihre Bedürfnisse da sein und es gab auch keine Reflexion des eigenen Verhaltens. Es gab auch kein Nachgeben von Seiten der Partnerinnen.

Kategorie 4 thematisiert die Veränderungen, die sich während der Beziehung zeigten. Diese sind sehr vielseitig, wenn auch in Summe sehr ähnlich. Die Partnerinnen waren nicht in der Lage auf die Bedürfnisse der Partner einzugehen, sie waren sehr ichbezogen, streitsüchtig und das Gleichgewicht in der Beziehung fehlte. Interviewperson 2 geht exemplarisch darauf ein, bei welchen Kleinigkeiten bereits eine Eskalation möglich war:

> Alles führte immer sofort zum Streit und zur völligen Eskalation. Besonders merkwürdig war für mich, dass sie nicht mal bei einem Brettspiel verlieren konnte, wenn dies der Fall war, schmeißt sie das Brettspiel und die Spielfiguren durch den Raum. Dadurch bekam unsere Tochter oft Angst. Sie hatte dann ihre Wut nicht mehr unter Kontrolle. (Interview 2, Seite 1)

Es kam zu Wutproblemen, die Partnerin konnte ihre Emotionen nicht kontrollieren und dies wirkte sich nicht nur auf die Beziehung, sondern auch die Tochter aus. Es ging allerdings noch weiter, was er in den weiteren Ausführungen schildert:

> sie flippt ständig aus, nahm kein Blatt vor den Mund. Schimpfwörter und Beschimpfungen waren an der Tagesordnung. Besonders an Feiertagen wie Weihnachten oder Geburtstagen flippte sie regelmäßig aus. Nicht einmal da schaffte sie es sich zusammen zu nehmen. Oft genügt eine Kleinigkeit wie zum Beispiel, dass jemand den Geschirrspüler falsch ein oder ausgeräumt hat. Meine Tochter und ich sagten dann einfach oft gar nichts mehr. (vgl. Interview 2, Seite 4)

Ständig kam es zu Wutausbrüchen und jegliche Kontrolle war nicht möglich. Sei es, wenn sie bei einem Brettspiel verliert (Ankerbeispiel zuvor) oder wenn jemand ihrer Ansicht nach dem Geschirrspüler nicht adäquat einräumt. Er und die Tochter waren deutlich überfordert damit. Bezogen auf sich selbst sagt er auch das Folgende:

> Für meine Exfrau war ich immer nur der Depp. Meine Bedürfnisse interessierten sie schon, aber ihre eigenen standen immer darüber, also waren mehr Wert. Sie konnte einfach nicht nachgeben vorher hätte sie sich die Zunge abgebissen. Dass ich mich anders verhalte war für sie selbstverständlich. (vgl. Interview 2, Seite 2)

Er hatte sich anders zu verhalten beziehungsweise zu verändern, sie konnte nicht nachgeben und priorisierte immer nur die eigenen Bedürfnisse.

Interviewperson 1 führt auch vor allem die Tendenz zu Wutausbrüchen an und die fehlende Fähigkeit sich zu beherrschen:

> Gewundert hat mich, dass sie immer so furchtbar böse war, wenn etwas nicht so war wie sie es wollte. Auch wurde sie dann schnell sehr laut, böse und verletzend. Stellte sich aber immer selbst wie das Opfer hin. Bei den vielen Streits fang sie meistens zu weinen an. Auch erpresste sie mich, z.B. Dann fahre ich nicht mehr mit zur Familienfeier. Sie hate nie Verständnis für meine Sichtweise, nur ihre war richtig. Auch war auffallend, dass sie immer zu spät kam. Sie könnte sich die Zeit nie richtig einteilen. (vgl. Interview 1, Seite 1)

Sie sah sich selbst als Opfer an, schob die Schuld von sich weg und griff auch oft zu Drohungen. Ein wichtiger Punkt ist neben den Drohungen auch die Tatsache, dass man nicht mehr „normal“ miteinander reden konnte und alles eskalierte:

> Das man mit ihr nicht normal sprechen konnte, ohne dass sie sofort durchknallte. Das jeder Streit immer völlig eskalieren musste. Teilweise hatte ich das Gefühl, sie tut das mit Absicht. (vgl. Interview 1, Seite 3)

Auffallend war auch, dass sie sich in alle Lebensbereiche einmischte und versuchte ihn zu verändern, wie hier beschrieben:

> Was ja das war ganz klar, dass sie wollte, dass ich mich anders verhalten. Für mich hatte diese Beziehung schon nach diesen eineinhalb Jahren kein gesundes Gleichgewicht. Weil sie nur gefordert hat und nicht geben konnte sie hat nie in die Beziehung investiert. Es wurde für mich immer schwieriger, Ich habe mit mir selbst gekämpft und probiert ein Gleichgewicht in die Beziehung zu bringen. Ich hatte sie wahnsinnig gern und wollte sie nicht verlieren. Ich habe lange mitgespielt und habe es über mich ergehen lassen. Sie hat mich in allen Bereichen ausgesaugt dies ging sogar so weit, dass sie sich in meinen Sport einmischte und dort auch bestimmen wollte. (vgl. Interview 3, Seite 2)

Hier kommt vor allem heraus, dass das gesunde Gleichgewicht fehlte. Die Bedürfnisse beider Personen wurden als nicht gleichwertig angesehen und die Ichbezogenheit wurde schnell zum Problem. Alles hatte so stattzufinden, wie die Partnerin es wünschte und sie wollte auch über ihn bestimmten, wie im Sport. Dies wird auch hier verdeutlicht:

> Ich habe schnell bemerkt, dass sie sehr ich bezogen war. Wenn wir bei meinen Freunden eingeladen waren, hat sie kein Blatt vor den Mund genommen und sogar dort ihre eigenen Bedürfnisse deutlich kommuniziert. Ihr war es relativ egal was ich oder die anderen wollten. (vgl. Interview 3, Seite 1)

Immer wieder kommt es daher zu dem Punkt, dass ihre Bedürfnisse über die des Partners gestellt werden.
Es kann daher gesagt werden, dass sich große Veränderungen während der Beziehung gezeigt haben, alles voran bezogen auf das Verhältnis der Bedürfnisse, die Ichbezogenheit und die Unfähigkeit eine gleichwertige Partnerschaft umzusetzen.

7.2.5 Kategorie 5: Wie sich das veränderte Verhalten auswirkte auf den Partner

In Summe hatten die Partner das Gefühl, dass es nicht funktionieren kann, weil sie nicht sie selbst sein dürfen, das Gegenüber keinerlei Reflexionsfähigkeit bezogen auf das eigene Verhalten hat und man daher nicht glauben konnte, dass eine Besserung möglich ist. Man fühlte sich unmännlich, so als solle man sich ständig unterwerfen und man fühlte sich klein.

In Kategorie 6 wird darauf eingegangen, wie sich die Partner aufgrund der Veränderungen fühlten, demnach was die Veränderungen bei ihnen ausgelöst hat. Interviewperson 1 geht auf das Thema Unmännlichkeit ein und wie sehr man davon ausgeht, dass man selbst alles falsch machen würde:

> Auch war es schwer nie genau zu wissen, wann sie wieder explodiert, in einer Stunde oder in zwei Stunden oder doch erst morgen früh. Ich machte sowieso alles falsch. Sie sah mich nicht mehr als Mann, sie machte mich nur noch klein. Neben ihr fühlte ich mich unmännlich. Oft kam ich die ganze Nacht nicht nachhause, ich wollte einfach nicht mehr. (vgl. Interview 1, Seite 3)

Ständig hatte Interviewperson 1 die Sorge, dass sie erneut „explodieren“ würde und er hatte das Gefühl immer alles falsch zu machen. Ihr Verhalten hat ihn immer weiter von sich weggestoßen, bis er nicht mehr nachhause kommen wollte. Für Interviewperson 3 war auch dies ein wesentlicher Punkt:

> Ich konnte ganz klar nicht ich selbst sein, obwohl ich es probiert hätte. (vgl. Interview 3, Seite 2)

Es war für ihn eine sehr herausfordernde und negative Erfahrung, dass er nicht er selbst sein konnte, selbst, wenn er es versuchte. Es kam auch dazu, dass er nur schwer den Kontakt zu seiner Familie in den USA halten konnte und sie dafür sorgte, dass er sich klein fühlte:

> Am schwierigsten war es für mich Kontakt zu meiner Familie in den USA zu halten, weil sie das verhindert hat. Sie argumentierte damit, dass dies viel zu teuer sei und wir dann weniger gemeinsame Zeit hätten. Ich bot ihr damals an mitzureisen dies wollte sie aber auch nicht. Sie hat mich in meiner Zeit und in meiner Freizeit sehr eingeschränkt, auch mein Sportleben hat sie versucht zu kontrollieren. In der Beziehung machen Sie mich klein und dadurch ist sie noch mehr gewachsen. (vgl. Interview 3, Seite 3)

Es kann daher gesagt werden, dass sich die Veränderung auf die Beziehung, die Beziehungsdynamik und auch das Verhalten und das Empfinden der Partner auswirkte.

7.2.6 Kategorie 6: Besonders anziehende Aspekte am Anfang

Die zukünftigen Partnerinnen wirkten am Anfang sehr stark, selbstbewusst, motivierend und so als wüssten sie erstens genau was sie vom Leben wollen und zweitens würden voll im Leben stehen. Ebenso wirkten die Partnerinnen sehr lustig, sozial, voller Lebensfreude und eben komplett anders als andere Menschen.

Kategorie 6 hebt hervor, was die Partner beim Kennenlernen und am Beginn der Beziehung als sehr anziehend erachtet haben. Interviewperson 1 erinnert sich wie folgt daran:

> Sie ist 4 Jahre älter als ich, dass allein hat mich mit 18 schon beeindruckt, sie war immer schon eine sehr taffe Frau. Wusste immer genau, was sie will. Anfangs machte es den Eindruck, als würde sie mit ihren 22 Jahren voll im Leben stehen. Sie hat mich zu Beginn sehr motiviert, z.B. Den Führerschein zu machen. Mit ihr war ich stark. (vgl. Interview 1, Seite 2)

Sie wirkte sehr stark und so als wüsste sie genau, was sie vom Leben wollen würde. Er fühlte sich auch besonders mit ihr stark und motiviert. In diesem Ankerbeispiel kommt daher die Willensstärke und Durchsetzungsfähigkeit hervor. Interviewperson 2 geht auf den sozialen Aspekt und die Unbeschwertheit ein:

> Am Anfang war sie genau das Gegenteil, sie hatte ein sehr gutes Verhältnis mit ihren Arbeitskollegen, war im Freundeskreis gut angesehen. Sie war lustig und voller Lebensfreude. Ihr Verhalten war sehr sozial und aufgeschlossen. Sie ging gerne tanzen und war für jeden Blödsinn zu haben. (vgl. Interview 2, Seite 2)

Am Anfang wird sie als das genaue Gegenteil beschrieben als während der Beziehung und sie war vor allem sehr lustig, sozial und aufgeschlossen. Interviewperson 3 hebt ebenso das Selbstbewusstsein hervor:

> Anfangs dachte ich, dass sie eine starke Persönlichkeit ist mit wahnsinnig viel Selbstbewusstsein. Mich beeindruckte, dass eine 22-jährige Frau so selbstbewusst und Du bist stark ist das fand ich attraktiv. (vgl. Interview 3, Seite 2)

In Summe wurden daher das Selbstbewusstsein und die Willensstärke als positiv erachtet.

7.2.7 Kategorie 7: Ungünstige Merkmale, die besonders in der Beziehung auffallend sind:

Die Partnerinnen konnten sich nicht in die Beziehung einbringen. Der Fokus lag ständig nur bei dessen Bedürfnissen, sie waren sehr egoistisch und es war nicht möglich Gespräche zu führen, über die Beziehung oder ein sonstiges Thema. Alles eskalierte und wurde zu einem Streit. Es gab keinen liebevollen Umgang miteinander und die Partnerinnen konnten sich nicht entschuldigen, ihre Fehler eingestehen, die Verantwortung übernehmen und auf die Partner eingehen. Man hatte das Gefühl, dass sie sich selbst und sonst niemanden so richtig mögen und vor allem alles daran ansetzen, dass nur ihre Bedürfnisse im Fokus stehen. Man wurde in der Beziehung weder gesehen noch gehört. Bei anderen Beziehungen

brachten sich die Partnerinnen ein, haben versucht an der Beziehung zu arbeiten und waren reflektiert.

Kategorie 7 führt näher an, was besonders während der Beziehung auffallend war. Im Gegensatz zu Kategorie 4 wird hier genauer darauf eingegangen, was während der Beziehung fehlte und was anders war im Vergleich zu anderen Beziehungen. Interviewperson 3 beschreibt den Unterschied wie folgt:

> in den anderen Beziehungen hatte ich das Glück, das die Frauen selbstreflektiert waren. Diese Frauen haben darüber nachgedacht, was wichtig für die Beziehung ist und was man selbst dafür einbringen muss und sollte, um die Beziehung aufrecht zu halten. Es ist schon klar, dass es immer mal Höhen und Tiefen gibt. In den anderen Beziehungen haben Gespräche stattgefunden, die immer wieder zu einem Ausgleich geführt haben. Rückblickend muss ich sagen, dass diese Frauen den guten Willen hatten oder den Wunsch, dass die Beziehung im Gleichgewicht ist. Was in meiner narzisstischen Beziehung überhaupt nicht so war. (vgl. Interview 3, Seite 3)

In anderen Gesprächen war es möglich über das Verhalten zu sprechen, zu reflektieren und gemeinsam an der Beziehung zu arbeiten. Dies fehlte in der Beziehung zur narzisstischen Partnerin komplett. Interviewperson 2 beschreibt näher, wie sich die Partnerin selbst nicht mochte und womit dies in Verbindung stehen könnte:

> Sehr gefehlt hat mir, dass wir nirgends mehr gemeinsam hingegangen sind. Weil sie sich mit der ganzen Familie und mit dem Freundeskreis zerstritten hat. Ich glaube, dass sie mit Ihrem eigenen Leben nicht klarkommt. Sie sich selbst nicht leiden kann und deswegen auch niemanden anders mag. Vermutlich hängt das mit ihrer schlechten Kindheit zusammen. (vgl. Interview 2, Seite 3)

Es war für ihn schwer, dass sie sich mit allen nahestehenden Menschen zerstritten hat, es nicht möglich war ein soziales Leben zu führen und er begründet dies, dass sie sich selbst nicht mochte aufgrund ihrer schweren Kindheit. Für Interviewperson

3 fällt vor allem auf, dass ihre negativen Charaktereigenschaften im Weg standen, die er hier benennt:

> Ich würde sie als machtgeil, bestimmend, herrschsüchtig, pingelig, kleinlich, bösartig und falsch bezeichnen. Auch ist ihr Verhalten unberechenbar. (vgl. Interview 1, Seite 3)

Es kann daher gesagt werden, dass es gravierende Unterschiede bezogen auf die Reflexionsfähigkeit und die Fähigkeit sich in der Beziehung einzubringen gibt.

7.2.8 Kategorie 8 Beenden der Beziehung

Es wurde mehrmals betont, dass wenn sich nichts verändert, das Aus bevorsteht. Es dauerte, bis die Partnerinnen das Ende akzeptiert haben. Es musste aber sein, weil von Seiten der Partner nicht davon ausgegangen werden konnte, dass sich etwas veränderte. Sie hatten das Gefühl, sie würden ansonsten an der Beziehung zerbrechen. In einem Fall verließ er seine Partnerin, als er eine neue Frau kennenlernte und merkte, wie schön das Leben sein kann. In einem anderen Fall verließ sie ihn, doch er hatte bereits mehrere Affären und von daher sah er sowieso keine Zukunft für die Beziehung.

In Kategorie 8 wird näher darauf eingegangen, wie und unter welchen Bedingungen die Beziehung beziehungsweise Ehe beendet worden ist. Für Interviewperson 1 war es vor allem eine Erleichterung, da er bereits mehrere Affären hatte und nicht mehr an die Beziehung glaubte:

> Sie ist vor 3 Jahren mit unserem Sohn ausgezogen. Zu dieser Zeit hatte ich gerade wieder eine Affäre. Ich war traurig wegen unserem Sohn und zugleich froh, sie los zu sein. Wie waren dann nochmal zusammen. Hat nicht funktioniert, sie hat mich rausgeschmissen. Es war ein ewiges hin und her. Nun habe ich eine neue Beziehung, mit dieser Frau ist alles leichter. (vgl. Interview 1, Seite 4)

Sie hat daher ihn verlassen, doch für ihn war es ein guter Moment, auch wenn er Angst hatte den Sohn zu verlieren. Er betont auch, dass in seiner neuen Beziehung

alles deutlich einfacher ist. Interviewperson 2 ging es ähnlich, wobei er seine neue Freundin während der Beziehung kennenlernte:

> Ich lernte eine neue Frau kennen und bemerke somit, wie schön das Leben sein kann. An Weihnachten teilte ich meine Frau mit, dass ich ausziehen werde und die Scheidung will. Sie probierte dann um die Ehe zu kämpfen und mir zu gefallen. Künstlerisch führte sie ein Schauspiel auf. Ich wusste aber genau, dass es nicht ihr wahres Ich ist. Bis heute hat sie keine Einsicht auf ihr eigenes Verhalten ich allein habe aus Ihrer Sicht die Schuld für das Scheitern unserer Ehe. (vgl. Interview 2, Seite 4)

In diesem Ankerbeispiel kommt heraus, dass auch er zwar versuchte um die Ehe zu kämpfen, aber merkte, wie schön das Leben sein kann mit einer anderen Frau und wie schwer es eben mit der aktuellen Partnerin (zum damaligen Zeitpunkt) gewesen ist. Aus ihrer Sicht trägt er die Schuld. Interviewperson 3 erzählt vom Ultimatum, welches ersetzte:

> Schlussendlich habe ich ihr ein Ultimatum gesetzt, in diesem ich deutlich sage welche Schritte von ihr zu vermeiden sind und sonst werde ich die Beziehung beenden. glücklicherweise war ich dann in einen längeren Auslandsaufenthalt dieser Zeit telefonierten wir täglich. ihrerseits gab es überhaupt keine Einsicht. ich habe ihr dann mitgeteilt, dass wir uns, wenn ich wieder im Lande bin noch einmal zusammensitzen werden um alles zu besprechen und dann habe ich ihr gesagt dass sie ausziehen muss. Das hat sie natürlich nicht angenommen. ich habe einen Lkw bestellt und ihr dabei geholfen ihre Sachen zu ihrem Elternhaus zu bringen. das Ganze ging telefonisch circa ein Jahr lang Reiter ich habe probiert sie zu ignorieren schlussendlich musste ich mir eine neue Telefonnummer besorgen. seitdem sind Ruhe und wir haben keinen Kontakt mehr. (vgl. Interview 3, Seite 4)

Auch bei ihm war es ein hin und her, bis die Beziehung tatsächlich ein Ende gefunden hat. Er hat ihr gesagt, was notwendig ist, um die Beziehung am Laufen zu halten, doch es funktionierte nicht.

7.2.9 Kategorie 9: Beziehungspotenzial

Die Beziehung könnte nur dann funktionieren, wenn beide bereit sind daran zu arbeiten, da es sich um eine psychische Erkrankung handelt. Es wäre aber unbedingt notwendig, dass bei der Partnerin eine Einsicht vorliegt und sie auch bereit dazu ist.

Kategorie 9 zeigt abschließend auf, wie die Partner das Beziehungspotenzial abschließend bewerten würden. Es wird immer wieder betont, dass es vor allem notwendig wäre, dass beide an der Beziehung arbeiten. Bezogen auf die Frage, ob es funktionieren könnte, sagt Interviewperson 1 das Folgende:

> Ich bin nicht Jesus, ich weiß nicht, ob ich irgendwann wieder mit ihr zusammenkommen werde. Aber ich denke, wenn wir beide an unseren Themen arbeiten, könnte es vielleicht gelingen, oder auch nicht. Und wenn sie versteht, dass sie wie ihre Mutter geworden ist und eigentlich niemals so werden wollte, dann vielleicht. (vgl. Interview 1, Seite 4)

Er betont, dass sie unbedingt selbstreflektiert sein müsste, damit es funktionieren kann. Interviewperson 3 geht noch zusätzlich auf das Thema der psychischen Erkrankung ein:

> Wenn jemand die Fähigkeit hat, sein Verhalten zu reflektieren. Ich sehe es als psychische Krankheit und da können die Menschen nichts dafür. Dafür wären auch beide in der Beziehung gefragt dies könnte nicht allein an ihr hängen bleiben. Dann könnte ich mir vorstellen, dass es funktionieren kann. Auf alle Fälle wäre es ein hartes Stück Arbeit. (vgl. Interview 3, Seite 4)

Gemeinsam sollte reflektiert werden, was die Diagnose aussagt, wie sie die Beziehung beeinflussen kann und gemeinsam sollte daran gearbeitet werden.

Im nächsten Unterkapitel wird nun ein Vergleich der beiden Ergebnisse durchgeführt.

7.3 Vergleich der beiden

Abschließend sollen die Ergebnisse der weiblichen und männlichen Interviewpersonen gegenübergestellt werden.

Beim Vergleich der beiden kann vor allem gesagt werden, dass es große Parallelen gibt. Bei beiden zeigt sich beispielsweise ein sehr positiver Anfang der Beziehung, es gab viele Charaktereigenschaften, die den Partnern und Partnerinnen gefallen haben, man fühlte sich wohl bei dem narzisstischen Partner beziehungsweise der narzisstischen Partnerin, man mochte dessen Selbstbewusstsein, dessen Durchsetzungskraft und das Gefühl, dass sie genau wissen, was sie wollen.

Bezogen auf den Bruch im Verhalten kann gesagt werden, dass die männlichen Interviewpersonen eher sagen konnten, wann der Bruch war und mit welchem Ereignis einhergegangen ist. Bei beiden Gruppen gab es allerdings einen tiefgreifenden Bruch und die Zeit danach war komplett anders. Es gab in keinem Fall eine Einsicht, und wenn, dann war diese nur vorübergehend und / oder vorgetäuscht. Egal, welche Versuche die Partner und Partnerinnen unternommen haben, eine Rückkehr zum ehemaligen Verhalten und zur ehemaligen Beziehungsqualität war nicht möglich.

Beide Gruppen geben an, dass sie sich als nicht ausreichend erachtet haben, es nur um die Bedürfnisse des Partners beziehungsweise der Partnerin gegangen ist, sie das Gefühl hatten, das Gegenüber will sie komplett unterdrücken und keinerlei Gespräch war in der Beziehung möglich. Beide Gruppen sagen, dass der Partner beziehungsweise die Partnerin sehr egoistisch wurde, zu Manipulationsstrategien gegriffen hat und zu starken Wutanfällen neigte. Alles eskalierte in einem intensiven Streit, nur die Meinung des Gegenübers war zulässig und die einzigen Bedürfnisse die wichtig waren, waren die des narzisstischen Partners beziehungsweise der narzisstischen Partnerin. Es war daher nicht möglich die Beziehung weiterzuführen. Die Trennung verlief auch sehr ähnlich ab und es war schwer diese durchzuführen, weil der Partner beziehungsweise die Partnerin immer wieder zurückkehrte, den Kontakt suchte und beteuerte, dass er oder sie sich ändern könnte. Es war daher oft ein hin und her. Versuche die Beziehung zu retten gab es bei beiden Gruppen,

aber in beiden Gruppen scheiterten die Versuche und liefen auf eine Trennung hinaus.

Beide Gruppen führten auch an, dass sie durch das Kennenlernen einer neuen Person merkten, wie schön und einfach das Leben beziehungsweise eine Beziehung sein kann. Dadurch haben sie erst realisiert, wie sehr sie eine Einschränkung erlebt haben, nicht sie selbst sein durften und unterdrückt worden sind. In beiden Gruppen gibt es diejenigen, die im Nachhinein sagen würden, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person unmöglich ist und diejenigen die sagen, es wäre machbar, wenn beide bereit sind daran zu arbeiten.

In Summe kann daher gesagt werden, dass sich die Gruppen in den Ergebnissen decken.

8 Diskussion

In diesem Kapitel werden nun die wichtigsten theoretischen und empirischen Kapitel gebündelt.

8.1 Wichtigsten Erkenntnisse

Der Narzissmus kann unterschiedliche Formen einnehmen, wie die grandiose, verdeckte, weibliche und männliche Form. Im Grunde liegt das gleiche Kernproblem vor. Es liegt ein verletztes Selbst vor, was zumeist den Ursprung in der Kindheit aufweist, und im Erwachsenenalter ergeben sich dadurch schwerwiegende Probleme, vor allem, was Beziehungen angeht. (vgl. Jabeen et al., 2021) Per se, wird in der Tiefenpsychologie von einem primären Narzissmus ausgegangen und dieser meint, dass jedes Kind mit einer natürlichen Form der Selbstliebe und Selbstfokussierung geboren wird. Es gilt den Selbstfokus zu überwinden, tiefe Beziehungen zu den ersten Bezugspersonen aufzubauen und dadurch wird der natürliche Narzissmus überwunden, Kinder lernen auch andere Bedürfnisse zu akzeptieren und gesunde Beziehungen einzugehen. Fehlt dies, dann kann sich der sekundäre Narzissmus, demnach die pathologische Form, herausbilden. (vgl. Bonelli, 2017) Der Verlauf des Narzissmus ist zumeist stabil und es gibt nur wenig Einsicht. Das bedeutet, dass wie bei anderen Persönlichkeitsstörungen auch, das

Verhaltens-, und Wahrnehmungsmuster stabil bleibt. Die einzige Chance auf Änderung ergibt sich durch eine Psychotherapie und die Bereitschaft sich tiefergehend mit sich selbst auseinanderzusetzen. Dies wäre wichtig, weil die Selbstreflexionsfähigkeit bei narzisstischen Personen fehlt. (vgl. Bonelli, 2017) Der Narzissmus wird ursprünglich den Bindungsstörungen zugeordnet und er wird als Schutzmechanismus entwickelt, um die eigene Verletzlichkeit zu stoppen. (vgl. Schilling, 2019)

In den Interviews mit den weiblichen Interviewpersonen zeigte sich, dass ihnen Anfangs vor allem gefallen hat, dass sie von dem Partner auf Händen getragen wurden, sie sich so fühlten als seien sie das Wichtigste und jeder Wunsch wurde von den Lippen abgelesen. Sie fanden die Durchsetzungsfähigkeit und Hartnäckigkeit faszinierend, wie intensiv um sie geworben wurde und wie besonders sie sich fühlten. Bald zeigte sich allerdings die Komplettveränderung und sie hatten das Gefühl sie reichen nicht aus, werden in allen Bereichen kontrolliert, ihre Bedürfnisse werden als nicht relevant eingestuft, sie befinden sich in einer einseitig gebenden Beziehung, in welcher sie die gebende Instanz sind, und das Gegenüber würde sich wünschen, dass sie sich selbst verlieren, aufgeben und sich unterordnen. Es wird betont, dass eine Beziehung nur dann möglich wäre, wenn eine Einsicht vorhanden wäre, aber diese fehlte. Ist eine Frau nicht bereit sich komplett unterzuordnen und sich selbst zu verlieren, dann ist laut den Interviewpersonen keine Beziehung zu einem narzisstischen Partner möglich. Ähnliches zeigt sich auch bei den Interviews mit den männlichen Personen. Auch hier war der Anfang schön und sie bewunderten ihre Partnerin dafür, dass sie fest im Leben steht und genau weiß, was sie will. Schnell zeigte sich auch hier eine Veränderung und jeder Streit eskalierte, man konnte die eigene Meinung nicht kundtun und die Partnerinnen hatten hohe Ansprüche an sie. Sie fühlten sich klein, unmännlich und merkten auch, dass keine ebenbürtige Beziehung funktionieren kann. Bei allen Interviewpersonen zeigte sich daher das gleiche Schema: schöner, besonderer Start, dann eine gravierende Verhaltensänderung, den Hang zum Dominieren, Kontrollieren, Manipulieren und Eskalieren. Die Beziehungsdynamik veränderte sich komplett, die Bedürfnisse der narzisstischen Person standen im Vordergrund und der Partner beziehungsweise die Partnerin hatte sich unterzuordnen.

8.2 Handlungsempfehlungen

Anhand der Theorie und den Interviews kann gesagt werden, dass es für Partner und Partnerinnen von narzisstischen Personen wichtig wäre sich vor der Trennung bereits Hilfe zu suchen, um a) zu wissen, was auf sie zu kommt, b) zu verstehen, warum das Gegenüber sich in gewisser Form verhält und c) notwendige Schritte zu unternehmen. Es wäre auch wichtig, dass mehr Aufmerksamkeit auf den Narzissmus (wie auch andere Persönlichkeitsstörungen) gelegt wird, weil die Interviewpersonen beispielsweise erst sehr spät den Narzissmus erkannten und auch wussten, was dies genau ist.

8.3 Limitationen der Arbeit

Bezogen auf Limitationen der Arbeit kann gesagt werden, dass eine gefunden worden ist. Die betroffenen Personen waren bereit über ihre Erfahrungen zu sprechen, aber sie haben nicht sehr ausführlich erzählt. Sie haben alle Fragen beantwortet, haben sich auf alle Fragen eingelassen und es konnten wesentliche Ergebnisse aus den Interviews extrahiert werden. Es wäre allerdings wünschenswert und geplant gewesen, dass die Interviews noch mehr Tiefgang haben, länger dauernd und noch mehr persönliche Erfahrungen und Hürden herausgearbeitet werden können. Die Transkripte sind daher nicht so lange wie ursprünglich geplant. Der Vorteil allerdings war, dass sich die Verfasserin bei der Auswertung sehr intensiv mit dem Material auseinandersetzen konnte und auch bei der Darstellung der Ergebnisse sehr praxisnahe, anhand von Ankerbeispielen, arbeiten konnte. Die Limitation hat sich daher nicht allzu gravierend ausgewirkt.

9 Conclusio und Ausblick

Abschließend kann gesagt werden, dass sich der Narzissmus stark auf die Beziehungsqualität auswirken kann, und zwar bei der weiblichen und männlichen Form. In Paarbeziehungen führt dies dazu, dass es zu keiner ebenbürtigen Partnerschaft kommt und die Bedürfnisse von einer Person immer im Fokus stehen. Bei der klassischen Form des Narzissmus, dem grandiosen Narzissmus, liegt ein übersteigerter Selbstwert vor, Menschen sind nicht in der Lage andere Bedürfnisse anzuerkennen, sie sehnen sich lediglich nach Anerkennung und Lob, wollen dominieren, wollen, dass andere sich gefügig verhalten und ihre Erwartungen und Anforderungen erfüllen. Betroffene sehnen sich daher danach zu kontrollieren, zu dominieren und sich genau das Leben zu erschaffen, nach welchen sie streben. Es fehlt an Empathie, Akzeptanz und das Gegenüber hat das Gefühl nie auszureichen, sich verstellen zu müssen, da ansonsten die Beziehung nicht funktionieren kann. Es gibt allerdings mehrere Facetten des Narzissmus. Beim grandiosen geht es um Überlegenheit, Anerkennung und andere Menschen werden als Mittel zum Zweck angesehen. Bei der verdeckten Form, die eher bei weiblichen Narzissten vorliegt, ist er subtiler vorhanden. Betroffene ordnen sich unter, wollen helfen, geben sich teilweise sogar selbst auf, und zwar dadurch, dass sie so zu Anerkennung kommen. Das bedeutet, dass sowohl beim verdeckten als auch grandiosen Narzissmus die gleiche Intention vorliegt, doch andere Strategie angewendet werden. Grandiose Narzissten wollen durch ihre Dominanz und den einnehmenden Charakter Anerkennung, während verdeckte Narzissten eine altruistische Rolle einnehmen, um so zu dominieren und hervorzustechen. Ähnliche Unterschiede gibt es beim männlichen und weiblichen Narzissmus. Männer wollen kontrollieren, sind herrschsüchtiger, verletzender, egoistischer und rücksichtsloser. Frauen streben eher nach individueller Perfektion, werden zum Spiegelbild des Gegenübers und streben danach genau zu dem Ideal zu werden, was sich ein anderer wünschen würde. Auch sie spielen daher eine Rolle, passen sich an. Der Unterschied ist, dass sie sich eher unterwerfen, anpassen und bemuttern und dadurch für ihren Partner unersetzbar werden wollen.

Bei allen Formen des Narzissmus und bei beiden Geschlechtern ist die Beziehungsqualität erheblich eingeschränkt. Es kommt zu einseitig gebenden Beziehungen, es fehlt die Augenhöhe, der ebenbürtige Austausch, die Wahrung beider Bedürfnisse und dadurch kommt es zu eine toxischen Beziehungsdynamik. Es ist schwer mit einer narzisstischen Person eine Beziehung zu führen und auch schwer sich von der Beziehung zu lösen. Bei den Interviewpersonen ergaben sich ähnliche Erfahrungen und Hürden. Das Kennenlernen war wunderschön, sie fanden den Partner oder die Partnerin faszinierend, haben diese bewundert und mit der Zeit zeigte sich eine Komplettveränderung. Bei den Interviewpersonen zeigte sich, dass alle narzisstischen Partner und Partnerinnen eher dem grandiosen Narzissmus zugeordnet werden konnten und kein weiblicher Narzisst dabei war, der komplett dem verdeckten Narzissmus zugeordnet werden kann. Es kann daher sein, dass auch immer mehr narzisstischen Frauen eher den grandiosen Narzissmus aufweisen. Die Beziehung scheiterte in allen Fällen, weil es unmöglich war man selbst zu sein, ernstgenommen zu werden und in der Partnerschaft glücklich zu werden.

Ausblick

Offen geblieben sind die folgenden Fragen:

- Was braucht es, um eine tatsächliche Einsicht als narzisstische Person zu erlangen?
- Wie sehen Erfolgsgeschichten im partnerschaftlichen Bereich aus? Demnach, was war der Unterschied zwischen den Beziehungen, welche es gemeistert haben und denjenigen, bei welchen es nicht möglich war?
- Zeigen Frauen nun eher den verdeckten Narzissmus oder ist dies ein Mythos?

Daher kann sich die Verfasserin in weiterer Form vorstellen mit Partnern und Partnerinnen sowie auch narzisstischen Menschen zu sprechen, welche die Probleme gemeistert haben, welche in einer Beziehung geblieben sind. Anhand dieser Beispiele könnte herausgearbeitet werden, was es braucht, in der Praxis. Daher könnte sich die Verfasserin vorstellen dies in einer weiterführenden, qualitativen Studie zu bearbeiten. Zusätzlich wäre es auch sehr spannend der Frage

nachzugehen, was auch in der Theorie betont wurde, ob Frauen tatsächlich eher dem verdeckten Narzissmus zuzuordnen sind oder nicht. Daher wären mehr Interviews mit männlichen Interviewpersonen geplant.

10 Literaturverzeichnis

Azizli, N.; Atkinson, B.E.; Baughman, H.M.; Chin, K.; Vernon, P. & Harris, E. (2016) Lies and crimes: Dark Triad, misconduct and high-stakes deception. In: Personality and Individual Differences, 89, 34-39.

Barnett, M.D.; Mollenkopf, K.K. & Haygood, A.N. (2022). Gender moderates relationship between pathological narcissism and intrinsic-extrinsic emotion regulation strategies. In: Current Psychology.

Bonelli, R. M. (2017). Männlicher Narzissmus. München: Kösel.

Boothe, B. (2015). Weiblicher Narzissmus. In: Ärztliche Psychotherapie und Psychosomatische Medizin, 10, 81-84.

Burghardt, J. (2022). Narzissmus. In: Burghardt, J. (Hrsg.): Arbeitsplatz Wissenschaft. (S. 157-164). Berlin, Heidelberg: Springer.

Cain, N.M. & Boussi, A. (2020). Narcissistic Personality Disorder. In: Zeigler-Hill, V. & Shackelford, T. (Hrsg.): Encyclopedia of Personality and Individual Differences. (S. 3088-3096). Cham: Springer.

Chad, R.H.; Moore, A.C. & Meehan, K.B. (2018). Borderline Personality Disorder. In: Zeigler-Hill, V. & Shackelford, T.K. (Hrsg.): Encyclopedia of Personality and Individual Differences. (S. 1-11). Cham: Springer.

Cohen, A. (2016). Are they among us? A conceptual framework of the relationship between the dark triad personality and counterproductive work behaviours (CWBs). In: Human Resource Management Review, 26(1), 69-85.

Cloninger, C.R. & Svrakic, D.M. (2016). Personality Disorders. In: Fatemi, S.H. & Clayton, P.J. (Hrsg.): The Medical Basis of Psychiatry. (S. 537-550). New York: Springer.

Czarna, A.Z.; Zajenkowski, M.; Maciantowicz, O. & Szymaniak, K. (2021). The relationship of narcissism with tendency to react with anger and hostility. In: Current Psychology, 40, 5499-5514.

Diller, S.J.; Stadlinger, C.; Eberhard, I. & Jonas, E. (2020). „Ich bin perfekt- ich brauche kein Coaching“. In: Organisationsberatung, Supervision, Coaching, 27, 515-526.

Externbrink, K. & Keil, M. (2017). Die dunkle Triade der Persönlichkeit. In: Externbrink, K. & Keil, M. (Hrsg.): Narzissmus, Machiavellismus und Psychopathie in Organisationen. (S. 7-14). Wiesbaden: Springer.

Göhner, M. & Krell, M. (2020). Qualitative Inhaltsanalyse in naturwissenschaftsdidaktischer Forschung unter Berücksichtigung von Gütekriterien. In: Zeitschrift für Didaktik der Naturwissenschaften, 26, 207-225.

Hametner, S. (2020). Das „Große Ich-bin-Ich“. In: Reinbacher, P.; Oberneder, J. & Wesenauer, A. (Hrsg.): Warum Komplexität nützlich ist. (S. 63-119). Wiesbaden: Springer Gabler.

Hart, W.; Tortoriello, G.K. & Richardson, K. (2018). Narcissists´Perceptions of Narcisstic Behavior. In: Hermann, A.D.; Brunell, A.B. & Foster, J.D. (Hrsg.): Handbook of Trait Narcissism. (S. 283-290). Cham: Springer.

Hauser, N.C.; Herpertz, S.C. & Habermeyer, E. (2021). Das überarbeitet Konzept der Persönlichkeitsstörungen nach ICD-11. In: Forensische Psychiatrie, Psychologie, Kriminologie, 15, 30-38.

Helfferich, C. (2014). Leitfaden-und Experteninterviews. In: Baur, N. & Blasius, J. (Hrsg.): Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. (S. 559-574). Wiesbaden: Springer.

Jabeen, F.; Gerritsen, C. & Treur, J. (2021). Healing the next generation: an adaptive agent model for the effects of parental narcissism. In: Brain Informatics, 8,4.

Jordan, C.H. & Zeigler-Hill, V. (2020). Fragile Self-Esteem. In: (Zeigler-Hill, V. & Shackelford, T.K. (Hrsg.): Encyclopedia of Personality and Individual Differences. (S. 1637-1640). Cham: Springer.

Kelle, U. & Tempel, G. (2020). Verstehen durch qualitative Methoden. In: Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz, 63, 1126-1133.

Klein, F. (2016). Wer tut so was? -Wenn die Liebe tödlich endet. In: DNP – Der Neurologe und Psychiater, 17, 11.

Koepernnik, T.; Jauk, E. & Kanske, P. (2022). Lay theories of grandiose and vulnerable narcissism. In: Current Psychology, 41, 8862-8875.

Konrath, S.; Corneille, O.; Bushman, B.J. & Luminet, O. (2013). The relationship between narcissistic exploitativeness, dispositional empathy, and emotion recognition abilities. In: J Nonverbal Behav, 1-15.

Lammers, C.-H. (2017). Selbstverliebtheit, Anspruchshaltung und mangelnde Empathie. In: InFo Neurologie & Psychiatrie, 19, 50-58.

Lanciano, T. & Curci, A. (2021). Psychopathic traits and self-conscious emotions. In: Current Psychology, 40, 2309-2317.

Levesque, R.J.R. (2018). Personality Disorders. In: Encyclopedia of Adolescence. (S. 2750-2752). Cham: Springer.

Magnavita, J.J. (2018). The treatment of trait and narcissistic personality disturbances. In: Hermann, A.D.; Brunell, A.B. & Foster, J.D. (Hrsg.): Handbook of Trait Narcissism. (S. 471-479). Cham: Springer.

Mathiak, K.; Dyck, M. & Schneider, F. (2016). Persönlichkeitsstörungen. In: Schneider, F. (Hrsg.): Facharztwissen Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie. (S. 459-472). Berlin, Heidelberg: Springer.

Mayring, P. & Fenzl, T. (2019). Qualitative Inhaltsanalyse. In: Baur, N. & Blasius, J. (Hrsg.): Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. (S.633-648). Wiesbaden: Springer.

Pawlowsky, G. (2000). Narzissmus. In: Stumm, G. & Pritz, A. (Hrsg.): Wörterbuch der Psychotherapie. (S. 452). Vienna: Springer.

Renneberg, B. (2018). Persönlichkeitsstörungen. In: Margraf, J. & Schneider, S. (Hrsg.): Lehrbuch der Verhaltenstherapie. (S. 455-469). Berli, Heidelberg: Springer.

Rogoza, R. & Cieciuch, J. (2020). Dark Triad traits and their structure. In: Current Psychology, 39, 1287-1302.

Rolston, C. (2017). Narcissistic Personality Disorder. In: Kreutzer, J.; DeLuca, J. & Caplan, B. (Hrsg.): Encyclopedia of Clinical Neuropsychology. (S. 1-3). Cham: Springer.

Saß, H. & Habermeyer, E. (2018). Psychopathie und antisoziale Persönlichkeitsstörungen im Spannungsfeld zwischen Pathologie und Dissozialität. In: Forensische Psychiatrie, Psychologie, Kriminologie, 12, 183-185.

Schiemann, S.J. & Jonas, E. (2020). Streben nach Macht fern von Ethik. In: Organisationsberatung, Supervision, Coaching, 27, 251-263.

Schilling, S. (2019). Narzissmus in Beziehungen. Kindle.

Schneck, C. (2018). Was bedeutet und beinhaltet der Begriff „Narzissmus“. Coaching und Narzissmus. Berlin, Heidelberg: Springer.

Sekowski, M.; Subramanian, L. & Zemojtel-Piotrowska, M. (2021). Are narcissists resilient? In: Current Psychology.

Simon, J.H. (2019). Sieg über Narzissmus. Berlin: Kindle.

Skodol, A. (2018). Narzisstische Persönlichkeitsstörung (NPS). MSD Manual. University of Arizona College of Medicine. https://www.msdmanuals.com/de/profi/psychische-störungen/persönlichkeitsstörungen/narzisstische-persönlichkeitsstörung-nps. (zuletzt geöffnet: 08.01.2023).

Tasche, J. (2016). Narzissmus. In: Tasche, J. (Hrsg.): Körperpsychotherapie zwischen Bioenergetik und Psychoanalyse. (S. 41-49). Wiesbaden: Springer.

Urban, T. & Vogel, S. (2014). „Was ich jetzt tue, wirst du nicht verstehen“. In: MMW-Fortschritte der Medizin, 156, 28.

Vater, A.; Roepke, S.; Ritter, K. & Lammers, C.-H. (2013). Narzisstische Persönlichkeitsstörung. In: Psychotherapeut, 58, 599-615.

Veenker, J. (2022). Methodisches Vorgehen und Forschungsdesign. In: Veenker, J. (Hrsg.): Zur Relevanz von Digitalisierung in Kindertagesstätten. (S. 93-116). Wiesbaden: Springer.

Wardetzki, B. (2019). Weiblicher und männlicher Narzissmus- Gemeinsamkeiten und Unterschiede. Stuttgart: Thieme.

Wild, L.M. & Poeppl, T.B. (2022). Zur Neurobiologie der Psychopathie. In: Forensische Psychiatrie, Psychologie, Kriminologie, 16, 259-264.

Wutke. (2014). Persönlichkeit und Persönlichkeitsstörungen. https://slideplayer.org/slide/645766/. (zuletzt geöffnet: 09.01.2023).

Zajenkowski, M. & Szymaniak, K. (2021). Narcissism between facts and domains. In: Current Psychology, 40, 2112-2121.

Zalewski, I. (2017). Methode. In: Zalewski, I. (Hrsg.): Exklusionserfahrungen geflüchteter Menschen aus Kamerun. (S. 15-35). Wiesbaden: Springer.

Zimmermann, J. & Friedrichs, J. (2022). Mein Klient, der Narzisst? In: Organisationsberatung, Supervision, Coaching, 29, 409-421.

11 Anhang

11.1 Leitfaden

Eingangsstimulus: Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sich dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung

- Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wir haben sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
- Hat Ihr Partner offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass die Diagnose vorliegt?
- Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die Sie wundern, die sich abgehoben haben von dem, was Sie sonst gewohnt sind?
- Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die Sie am Anfang besonders fasziniert haben?

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit

- Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also, wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?

- Hatten Sie das Gefühl, dass Ihr Partner Ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten Sie eher das Gefühl, dass Sie manipuliert werden oder von Ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?
- Hatten Sie das Gefühl, dass Sie in der Beziehung sie selbst sein können und auch, dass Ihr Partner er selbst ist, also authentisch?

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung

- Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in Ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?
- Hatte Ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
- Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
- Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
- Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein ihren Partner generell beschreiben?

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung

- Sollten die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat Ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
- Sollte die Beziehung noch im Gange sein, haben Sie jemals danach gedacht die Beziehung zu beenden? Wenn ja, warum und wenn nein, warum nicht?
- Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?

11.2 Transkripte

11.2.1.1 Weiblich

11.2.1.1.1 Interviewperson 1

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung

-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben Sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?

Ich habe meinen ‘bald‘ Exmann über das Internet gefunden. Nämlich auf facebook. Er hat mir dann immer geschrieben, ich war damals eigentlich noch überhaupt nicht bereit für etwas Neues. Es sagte dann, er liebt mich schon seit einem Jahr, aber er war ja damals noch verheiratet und dann rannte er mir die Tür ein. So hatt er mich dann im Sturm erobert, dann ging es ganz schnell. Fast zu schnell. Er hat meine Grenzen überschritten. Nach 8 Monaten zogen wir in seinem Haus zusammen. Dann musste ich ganz schnell funktionieren.

-Hat Ihr Partner offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?

Nein, er streitet das alles ab. Für ihn ist das alles Blödsinn.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was sie sonst gewohnt sind?
Nein, das war alles erst nach der Hochzeit. Ich hatte keine Ahnung von dieser Krankheit. Mir war das lange nicht bewusst.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Er war sehr umsetzungsstark. Das was er angefangen hat, das hat er durchgezogen. Das hat mir irrsinnig getaugt.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?
Am Anfang, ganz klassisch, war ich seine Traumfrau. Er hat mich in den Himmel gehoben, er hat mir jeden Wunsch erfüllt. Er ist mit mir nach Costa Rica geflogen, er hat mir Urlaube beschert, was ich früher alles nicht gehabt habe. Da ich lange alleine war mit meinen 3 Jungs und das Geld war immer knapp. Er gab mir das Gefühl wirklich wertvoll zu sein. Er vermittelte, dass er nun mit mir angekommen ist. Der Alltag kehrte ein. Nach der Hochzeit ging es steil bergab, ich funktionierte nur noch. Unterm Strich war trotzdem alles zu wenig, was ich gemacht habe. Meine Bedürfnisse wurden nicht mehr gehört, obwohl ich sie oft erwähnt habe. Er flirtete neben mir mit anderen Frauen und wertete mich ab.

-Hatten Sie das Gefühl, dass ihr Partner ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten Sie eher das Gefühl, dass Sie manipuliert werden oder von Ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?

Am Anfang schon, dann nicht mehr. Das Haus und seine Bedürfnisse standen im Vordergrund. Emotionale Manipulation fand statt, da hatte er mich gut dran.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie wie hat Beziehung sie selbst sein können und auch, dass ihr Partner er selbst ist, also authentisch?
Nein, ich konnte nicht mehr ich selbst sein. Obwohl ich eigentlich jemand bin, der alles direkt ausspricht. Er wollte nicht reden, ich habe mich oft in den Schlaf geweint, das hat er mit Absicht gemacht. Er ist auch nicht er selbst, das ist alles eine Maske.

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung
-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in Ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?
Kommunikation, das machte mich vor der Hochzeit schon crazy gemacht. Ich dachte oft ich spreche eine andere Sprache, er schnallt nicht, was ich meinte. Er drehte mir jedes Wort im Mund um. Dies fiel mir auch in Telefonate von ihm und seiner Exfrau auf. Andere Frauen waren auch immer ein Thema, was mir sauer aufgestoßen ist. Er redete mir immer ein, dass ich krankhaft eifersüchtig bin. Er schürte auch Situationen, um mich eifersüchtig zu machen. Zb. Lies er andere Frauen am Telefon abheben. Um mir danach wieder zu sagen, wie verrückt ich sei.

-Hatte Ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
Nicht wirklich, ganz selten hatte er Einsicht. Wenn er mich angeschrien hat, hat er sich dann schon entschuldigt. Eigentlich hat sich nie etwas verändert, im Gegenteil sogar es wurde immer schlimmer. Es gab massive Abwertungen und Beschimpfungen.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Das gab es genau einmal. Er meinte er lasse sich scheiden und ich sei krankhaft eifersüchtig.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Ich bin 44 und habe nicht wirklich einen Vergleich. Mein EXEX-Mann war depressiv. Aber das Bemühen um die Beziehung war mehr.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein ihren Partner generell beschreiben?
Gespräche haben mir gefehlt, Freiheit- er hat mich ständig kontrolliert, Bemühung um die gemeinsame Partnerschaft. Beschreiben würden ich ihn als herrschsüchtig, er ist wie sein Vater- obwohl er diesen so hasst. Er hätte aber das Potential ein liebevoller Mensch zu sein. Ich sehe in ihm ein verlorenes Kind. Er ist ein armer Mensch. Ich opfere aber für ihn nicht mein Leben.

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat Ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
Unterm Strich habe ich die Ehe beendet, er wollte eine on und off Beziehung. Ich legte ihm die Scheidungspapiere auf den Tisch. Er probiert mich seitdem davon zu überzeugen nicht zu gehen. Es kamen Selbstmorddrohungen von seiner Seite. Die gemeinsame Zeit im Haus, bis zu meinem Auszug war die Hölle. Zum Glück habe ich relativ schnell eine Wohnung gefunden. Er meldet sich nach wie vor jeden Tag, auch seit ich schon im meiner Wohnung wohne.

Dann will er mich wieder mit Anwälten fertig machen. Die Scheidung ist am 10.01.23 danach werde ihn sperren. Ich will dann keinen Kontakt mehr mit ihm haben.

Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Also ich denke als emotionaler Mensch, kann man das nicht. Wenn man für offene Partnerschaften bereit ist und den inneren Abstand dazu finden kann. Dann vielleicht schon. Aber ich nicht!

11.2.1.1.2 Interviewperson 2

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben Sie Ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?

Meinen Ex Partner habe ich bei meiner ersten Arbeitsstelle kennengelernt, naja besser gesagt, bei einer sogenannten Firmenparty. Zu Beginn so in der Kennenlernphase oder überhaupt in der Bekanntmachungsphase war kein Unterschied festzustellen.

-Hat Ihr Partner offen über Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass eine Diagnose vorliegt?
Nein, das Thema Narzissmus wurde nie angesprochen.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die Sie wundern, die sich abgehoben haben von dem, was Sie sonst gewohnt sind?
Nein das hat eigentlich relativ lange gedauert, bis mir bewusstwurde, dass er sich von anderen unterscheidet.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die Sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Würde das nicht wirklich gewissen Charakter Züge nennen, sondern einfach das Vermitteln des Gefühls, dass man das -das ein und alles- für die Person ist.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse der und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise ihr Partner?
Mhm… von einer zu anfangs harmonischen Beziehung, wandelte sich dies zu einer eher einseitig gebenden Beziehung. Mit verbaler sowie als auch physische Gewalt.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Ihr Partner Ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wurde eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hat Sie eher das

Gefühl, dass Sie manipuliert werden oder von Ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?
Am Anfang wurde eine Beziehung auf Augenhöhe geführt das hat sich aber mit der Zeit zu hundert Prozent geändert und am Ende war die Beziehung mit Sicherheit manipuliert von seiner Seite aus.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie in der Beziehung sich selbst sein können und auch dass Ihr Partner er selbst ist also authentisch?
Wie gesagt am Anfang war die Beziehung oder wir beide sicherlich authentisch jedoch umso länger die Beziehung gedauert hast kam sein wahres Gesicht zum Vorschein und ich musste mich verstellen uns gefallen.

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung
-Jetzt kommen wir wohl zur wichtigsten Frage welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in Ihrer Beziehung was war am schwierigsten?
Es gab mehrere Hürden für mich eine höhere zum Beispiel war für mich dass ich meinen Freundeskreis reduzieren musste da er sehr eifersüchtig war jedoch auf der anderen Seite ständig Frauengeschichten am Laufen hatte dies verheimlichte wenn man es jedoch rausgefunden hat es schlussendlich nach langer Zeit zu gab und ihr immer wieder Einredete die sei doch mir geschuldet und wenn ich doch nicht so böse wäre das alles nie passiert und ich wäre nach wie vor seine Nummer 1 von sonst niemand eine weitere Hürde war das man kein Streitgespräch mehr auf normaler Basis und auf Augenhöhe führen konnte da er sehr ausfallend um verletzend wurde gleichzeitig auch teilweise sehr gewalttätig und ein weiteres großes Problem stellte sich in der Jobsuche da in den ich Job Angebote bekam die er gerne bekommen hätte und ich diesen Jobeintrag und er weiter suchen musste.

-Hatte Ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und ihre Sichtweise einzunehmen?
Gut er hat immer wieder gesagt er würde sich bessern es würde alles nie wieder vorkommen und als ich ihn gebeten habe sich in meine Lage zu versetzen kam immer zu antworten aber versetzt du dich doch zuerst einmal in meine Lage speziell als ich die Beziehung nach 12 Jahren nach einem Gewaltvorfall beendet habe hat der immer wieder Besserung versprochen und es würde ja alles nie wieder vorkommen, wenn ich doch nur zurückkommen würde.

-Gab es Drohungen Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Diese Drohungen gab es am laufenden Band bei meinem Ex Partner waren es teilweise meiner Meinung nach nicht nur Drohungen weil er sich ja auch ständig Affären gesucht hat um mir zu verdeutlichen dass er mir ich will es auch kann.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Die größten Unterschiede bestanden darin, dass die Beziehung im Laufe der Zeit überhaupt nicht mehr auf Augenhöhe geführt wurde von Gewalt überschattet wurde und sehr viele Grenzen überschritten wurden.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein Ihren Partner generell beschreiben?

Ah in der Beziehung am meisten gefehlt hat mir die Harmonie und dass sie nicht auf Augen gleiche Augenhöhe geführt wurde und nicht beide gleichberechtigt waren und meinen Xbox Netze Sie schreiben eigentlich ziemlich schwierig jedoch würde ich jetzt im Nachhinein gesehen ihn als ja

eigentlich unbeholfenen Schauspieler wann wir schreiben erst nicht im Zweifel mit Worten nicht zu wehren weiß. Kurz und bündig gesagt ein aufgeblasener unsicherer Möchtegern Hahn.

Themenschwerpunkt 4: Status quo beziehungsweise beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat Ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
Mhm vom Zeitpunkt des Beenden der Beziehung habe ich keine einzige Nacht mehr in der gemeinsamen Wohnung verbracht und innerhalb von 7 Tagen eine eigene Wohnung beziehen nach Beenden der Beziehung hat er noch lange versucht mich davon zu überzeugen dass ich ohne ihn doch nicht leben könnte und auch als er schon längere Zeit eine neue Freundin hatte hat er mich immer wieder kontaktiert das letzte Mal vor circa einem Jahr. Lange nicht wirklich und auch nicht so ganz als er schon in einer neuen beziehungsweise war.

-Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einem narzisstischen Partner langfristig funktionieren kann?
Eine Beziehung mit einem Narzissten kann meiner Meinung nach nur mit einer Devoten und Selbständigen nicht im Leben stehenden Frau funktioniert, ja!

11.2.1.1.3 Interviewperson 3

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu

sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
Ich kannte ihn bereits von früher, also von vor ca. 12 Jahren. Damals war ich in einer aufrechten Beziehung. Als wir uns wieder getroffen haben, waren wir beide Singles und wir haben uns angenähert. Ich dachte ich kenne ihn und somit war schon Vertrauen vorhanden.

-Hat Ihr Partner offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?
Nein, er meint nur er sei Beziehungsunfähig. Weil er das Vertrauen in Frauen verloren hat, weil er schon so oft von Frauen enttäuscht worden ist und weil die Frauen immer alle so blöd waren mit ihm.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was sie sonst gewohnt sind?
Absolut, und zwar schon nach der 2ten Woche, habe ich 3 Tage nichts von ihm gehört, er ist untergetaucht und ich wusste nicht, ob er gestorben ist.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Er hat mir immer das Gefühl gegeben mir zuzuhören, er gab mir immer das Gefühl etwas besonderes für ihn zu sein. Mein gesagtes war für ihn wertvoll und interessant.
Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?
Zu Beginn war es noch liebevoller, zwischendrin hat er sich zurückgezogen und sich nicht mehr gemeldet. Sodas ich ihm hinterherlaufen musste, Er sagte er hätte sich nicht getraut. Es kristallisierte sich auch immer mehr heraus, dass er sehr eifersüchtig ist. Zum Beispiel auf Freundinnen, Kundschaften und ex Partner mit denen ich ein freundschaftliches Verhältnis pflegte. In meinen Augen war dies sehr toxisch.

-Hatten Sie das Gefühl, dass ihr Partner ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten sie eher das Gefühl, dass sie manipuliert werden oder von ihnen verlangt wird, dass sie sich anders verhalten?
Er orientierte sich nicht nach meinen Bedürfnissen, seine Bedürfnisse hatten Priorität. Er meinte er könne nichts dafür, da er ja immer so verletzt wurde. Es sei meine Aufgabe hinzubekommen, dass er wieder Vertrauen in Frauen haben kann.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie wie hat Beziehung sie selbst sein können und auch, dass ihr Partner er selbst ist, also authentisch?
Nein

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung

-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?
Für mich war es am schwierigsten, wenn er wieder Rückzugs Phasen hatte. Ich hatte ein komisches Gefühl, ich fühlte mich alleine, verlassen und ungeliebt. Ich dachte mir er müsse auf mich zugehen, mein Gefühl sagt mir aber ich muss auf ihn zugehen. Ich bin immer nachgefahren, es war eine sehr abhängige Beziehung auch von meiner Seite aus. Ich hatte sehr viel Herzschmerz und Magenschmerzen.

-Hatte Ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
Ich hatte immer das Gefühl, dass er einsichtig würde wenn ich kurz vorm Absprung war. Wenn ich mich zurückgezogen habe und mich meiner wieder besonnen habe, dies waren kurze Momente, dann hat er das gefühlt und kam er wieder auf mich zu. Er meinte dann ich sei seine Liebe, er wisse er mache Fehler, Aber ich sollte doch Geduld haben. Er wisse, dass wir seelenverwandt sind und dass unsere Beziehung ganz etwas Besonderes ist und bla bla. Er wusste genau welche Knöpfe er bei mir drücken musste.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Das Verlassenwerden stand immer im Raum, er hat es nicht ausgesprochen aber durch seine Gesten und durch sein Unterschwelliges Getue: ich brauch dich nicht du brauchst ja mich. Für mich stand dies unterschwellig immer im Raum.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?

Man wird manipuliert, ohne es zu merken. Das man sehr stark leidet und seine eigene Wahrheit nicht aussprechen darf. Weil man Angst hat, wenn man die Wahrheit ausspricht, dass sie einem selbst wieder im Mund umgedreht wird.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein ihren Partner generell beschreiben?
Mir fehlten am meisten Liebe, Geborgenheit und die Wertschätzung. Auch das du darfst sein wie du bist und du bist gut so wie du bist. Für mich ist er ein egozentrischer, toxischer Mensch, der durch sein Drogenproblem so weit weg von seiner Seele und seinen eigentlichen/wahrscheinlichen Charakter ist, dass er sich selbst nicht mehr kennt.

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
Ich habe mich getrennt, weil es kam so weit dass ich um Erlaubnis fragen musste bei wem ich meinen Job ausüben darf und bei wem nicht. Aus existentiellen Gründen geht das nicht. Das lasse ich mir von keinem Partner vorschreiben. Er war so verletzend und hat so gesponnen, das ich wusste das geht jetzt so nicht mehr. Als ich sein Haus verlassen habe, drehte ich mich noch einmal um und ich wusste, das wars jetzt. Er hat sich dann immer wieder gemeldet. Er schrieb mir, dass er clean sei. Ich blockierte ihn dann, damit ich das nicht mehr mitbekomme. Weil ich den Abstand gebraucht habe, ich fand es zwar kindisch jemanden auf dem Handy zu blockieren. Aber ich dachte mir, ich muss jetzt mal zur Ruhe kommen und runterkommen. Ich hatte tiefe Schmerzen, wegen meiner eigenen Illusion. Dies stand mir im Weg. Dies braucht Zeit.

Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Ich denke, wenn diese narzisstische Person sich dessen bewusstwird, Hilfe sucht und diese auch annimmt + sich selbst reflektiert. Und den Grund des Narzissmus in sich aufspüren könnte. Für mich ist Narzissmus ein Schutzmechanismus und ein verletzter Anteil. Wenn dies erkannt und behandelt wird, könnte ich es mir schon vorstellen. Aber ich denke da muss man genau hinsehen und sich keine Versprechungen machen lassen, die dann eh nicht gehalten werden.

11.2.1.1.4 Interviewperson 4

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?

Ja, da gab es schon einen Unterschied. Ich war nämlich zu dieser Zeit in einer Beziehung, also in einer bestehenden Beziehung. Er arbeitete damals als Vertreter, dadurch kam er beruflich öfters in meine Nähe. Sehr hartnäckig hat er um mich geworben. Er besuchte mich dann immer mit Blumen. Irgendwie hat er es geschafft, dass ich mit ihm ausgegangen bin. Er hat mich mit seinem Charme um den Finger gewickelt. Ich fühlte mich irgendwie geschmeichelt und bin tatsächlich diese Beziehung mit ihm eingegangen. Was der Unterschied war, dass er diese Beziehung unbedingt wollte und es völlig ignorierte, dass ich vergeben war. Wenn er etwas will, dann bekommt er es auch ja. Rückblickend würde ich das so sagen damals war mir dies noch nicht bewusst.

-Hat Ihr Partner offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?
Nein

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was sie sonst gewohnt sind?
Was mir vor allem aufgefallen ist, das immer um ihn geht, dass er, wenn etwas ausgemacht war, immer zu spät kam. Wirklich immer. Wenn er selbst etwas wollte, dann war es möglich, ansonsten halt nicht. Allerdings war mir damals nicht klar, was Narzissmus ist. Damals dachte ich auch nicht darüber nach ich war einfach mit ihm in einer Beziehung.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Ja genau das, dass er wusste, was er will. Hauptsächlich hat mir auch gefallen, dass er so hartnäckig um mich wirbt.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit

-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?
Ja, die hat sich stark gewandelt im Laufe der Zeit. Der Grundtenor war, das alles so sein musste wie er es will. Alles musste nach seinem Kopf gehen. Wenn ich anderer Meinung war oder sogar nein sagte, endet dies in einer unangenehmen Diskussion. Seine Meinung ist die einzig Richtige, eine andere gibt es nicht. Was dies kristallisierte sich immer mehr heraus, besonders als wir dann Kinder hatten, kam es zu großen Meinungsverschiedenheiten bei der Erziehung. Wir waren uns nicht einig. Als ich eine neue Ausbildung begann, war er wie zu erwarten nicht damit einverstanden. Bei diesen Themen gab es viel Konfliktpotenzial und Stress. Wir hatten unterschiedliche Meinungen und das ging überhaupt nicht für ihn.

-Hatten Sie das Gefühl, dass ihr Partner ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten sie eher das Gefühl, dass sie manipuliert werden oder von ihnen verlangt wird, dass sie sich anders verhalten?
Also, ich hatte auf jeden Fall das Gefühl, das ich stark manipuliert worden bin. Vor allem hatte ich immer das Gefühl, dass ich etwas nicht recht mache. Ich bin nicht gut genug, ich mache nichts richtig. Ich hatte immer ein schlechtes Gewissen, wenn ich mal nicht da war, obwohl ich für die Kinder und ihn alles hergerichtet hatte. Dieses schlechte Gewissen war durchgängig vorhanden.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie wie hat Beziehung sie selbst sein können und auch, dass ihr Partner er selbst ist, also authentisch?
Also, da er beruflich sehr engagiert war und in der Freizeit auch sportlich engagiert, hatte ich sehr wohl viel Freiraum und dadurch Möglichkeit einfach mich fortzubilden und für mich gut zu Sorgen. Einfach nicht mit ihm, sondern mit anderen Kontakten. Ich habe viel für mich getan ich habe neue Dinge

zum Thema Gesundheit und Wohlbefinden gelernt, bin ich auch deswegen in diesem Beruf gekommen. Weil ich Hilfe für mich selber gesucht habe.

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung

-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?

Für mich war es am schwierigsten dauerhafte Gefühl zu haben, alles, was ich tue ist zu wenig, nicht gut genug. Ich kann es eigentlich nur so beschreiben, weil sich dies durch alle Themen zog. Er hatte immer die bessere Idee. Dazu kam der Punkt dass er immer zu spät war, wenn es mit den Kindern eine Entscheidung zu treffen gab, dann war er regelmäßig nicht da, zum Ende der zum Beispiel Anmeldefrist habe ich dann mit den Kindern gemeinsam Entscheidungen getroffen. (zB. Welches Instrument gelernt werden soll, oder Freifach) im Nachhinein was konnte ich mir von ihm vorhalten lassen dass er anders und besser entschieden hätte. Ich hatte dann oft das Gefühl wieder etwas falsch gemacht zu haben also wieder etwas vergeigt zu haben.

-Hatte Ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?

Nein das hat er nicht, das habe ich nämlich versucht, ich wollte mehrere Male mit ihm in Paartherapie gehen. Oder andere Fortbildungen besuchen in denen es um Kommunikation und wie streitet man richtig geht. Einmal gingen wir zu einer Paartherapie. dies scheiterte aber schon in den ersten 10 Minuten da er dem Therapeuten deutlich zu verstehen gab dass er nicht freiwillig hier ist und nicht bereit ist gemeinsam zu arbeiten. Schon seit Längerem hatte ich ein Buch zu Hause über das Thema Narzissmus, aber ehrlich gesagt war ich zu feige es zu lesen.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Es gab keine Drohungen mich zu verlassen jedoch gab es Drohungen, wenn ich nicht so funktioniere wie er möchte. Einmal drohte er mir an mich vom Balkon zu schmeißen.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Das erlebe ich jetzt, ich habe jetzt eine neue normale Beziehung. Jetzt habe ich jemanden zum Reden, nun habe ich das Gefühl gesehen und gehört zu werden. Nun geht es, wenn ich eine andere Meinung habe, das funktioniert jetzt. Nun ist das kein Problem, ich habe viel weniger Stress und keine Diskussionen mehr.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie generell beschreiben?
Am meisten hat mir gemeinsame Zeit gefehlt und zu sprechen. Gemeinsam Dinge zu unternehmen und dabei genau so sein zu dürfen wie ich bin. Das hat mir gefehlt. Beschreiben würde ich ihn als ziemlich egoistisch, einen totalen ich Menschen, der keine anderen Meinungen gelten lässt. So nach dem Motto Ich bin gut und du bist es nicht. Alle anderen sind schuld nur er selbst nicht.
Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
Ich habe mich von ihm getrennt, zu Anfang hat er mich ausgelacht und mich nicht ernst genommen. Ich bin dann ausgezogen, dann wollte er auch die Scheidung. 4 Jahre lang kämpften wir mit Anwälten vor Gericht. rückblickend würde ich sagen ja er hat es erst vor einem Jahr akzeptiert. Anfang nahm er

mich nicht ernst, dann schlug es um in Selbstmitleid. Nun ist er richtig wütend auf mich, fast schon gehässig. Für ihn ist es immer noch nicht neutral.

-Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Ich habe es lang probiert, war immer der Meinung, dass es funktionieren kann wenn man will. Wir waren 24 Jahre verheiratet, wir haben 3 Söhne, eigentlich 4 Söhne, einer ist gestorben. Ich komm jetzt drauf einfach. Ich hätte nicht mehr gewusst, was ich noch tun hätte können. Es wäre halt dann auf meine Kosten und auf meine Gesundheit gegangen, mit der Zeit und das wollte ich nicht. Also ich glaube nicht, dass es funktionieren würde.

11.2.1.1.5 Interviewperson 5

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung

-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und

vor allem erkennen sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
Ich habe meinen Ex Partner direkt nach der Beendigung einer anderen langen Beziehung kennengelernt. Bewusst habe ich keinen großen Unterschied wahrgenommen. Ich fand unser Kennenlernen leidenschaftlich und normal. Ich dachte absolut ich habe meinen Traummann gefunden. Ja.

-Hat Ihr Partner offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?
Nein, aber das wusste er damals auch noch gar nicht.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was sie sonst gewohnt sind?
Ja das auf jeden Fall. Ich fühle mich kontrolliert und vor allem kleingehalten. Alles verlief wie er es wollt, wenn nicht dann gab es psychischen Stress. Das habe ich vorher noch nie erlebt, dass ich so unter Druck gesetzt wurde.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Er trug mich auf Händen. Er beeindruckte mich mit seiner ganzen Art und Weise.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?
Ja ich finde auf jeden Fall diese ganzen Züge mit kontrollieren oder es geht nach seinem Denken, nach seinem Ermessen die haben im Laufe der Jahre, es war schon eine sehr lange Beziehung, stark zugenommen und ich hatte

irgendwann das Gefühl, dass ich einfach alles besser und korrekter machen muss, dann wird das auch besser.

-Hatten Sie das Gefühl, dass ihr Partner ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten sie eher das Gefühl, dass sie manipuliert werden oder von ihnen verlangt wird, dass sie sich anders verhalten?
Definitiv nicht. Ich hatte ganz stark das Gefühl, dass ich manipuliert werde. Wenn ich Themen und Probleme ansprechen wollte, drehte er mir im Mond das Wort um. Ich bewegte mich nur noch sehr vorsichtig und dachte stets, dass ich schuld sei. Ich hatte dann auch schon Angst nicht vor einem körperlichen Übergriff aber vor seiner psychischen Manipulation. zum Beispiel redete er mir ein, wenn ich nicht funktioniere könne er seinen Job nicht weiter ausüben und wir verlieren das Haus. Aus Angst dass es den Kindern schlecht gehen könnte glaubte ich ihm. Dadurch ist jede Diskussion abgestorben, weil ich immer dachte, Oh nein das will ich nicht. Damit hat er mich immer sehr schnell klein bekommen.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie wie hat Beziehung sie selbst sein können und auch, dass ihr Partner er selbst ist, also authentisch?
Also ich konnte nicht mehr ich selbst sein, wenn abends die Haustür aufging, befand ich mich schon in einer habt acht Stellung. Ich habe halt versucht im alles Recht zu machen. Er hat sein Ding durchgezogen. Er hat das von den Kindern und mir verlangt.

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung
-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?
Ich konnte meine Dinge nicht machen, zum Beispiel einen neuen Job, wo ich mehr arbeiten hätte müssen. Die Hürden der Kommunikation, ich musste die

Meinung von meinem Exmann annehmen. Mir wurden komische Spitznamen gegeben. Er schränkte mich in meiner Persönlichkeit sehr ein.

-Hatte Ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
Ganz am Anfang glaubte ich das noch. Wenn ich mal richtig sauer wurde lenkte er ein und sagte Ich habe Recht. Dafür wurde es danach umso schlimmer. Im Laufe der Beziehung steigerte sich dies stetig. Er war nicht bereit sich zu ändern. Er hielt sich für fast perfekt würde ich sagen.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Nein er hat nie gedroht mich zu verlassen. Drohungen gab es nur in einer anderen Art und Weise, aber nicht mich zu verlassen.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Die Waage stand nicht gleich, er war ganz oben und ich ganz unten. Er konnte sich entwickeln und entfalten und ich konnte das nicht. in einer anderen Partnerschaft war es meinem Partner wichtig, dass es mir auch gut geht, ihm nicht.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein ihren Partner generell beschreiben?
Was am meisten gefehlt hat, dass man mich und meine Bedürfnisse wahrnimmt. Statt niedergemacht zu werden hätte ich mir Bestätigung gewünscht. Künstlerisch hätte ich mich gerne mehr ausgelebt, diese wurde stehts schlecht gemacht. Bis ich keine Lust auf meine Hobbies mehr hatte. Ich hätte mir gewünscht, dass er mehr auf mich eingeht. Ich würde ihn als absoluten Egoisten, selbstverliebt und nicht einfühlsam beschreiben.

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
Ich habe mich getrennt. Er versprach mir dann sich zu ändern, er ging sogar zu einem Psychotherapeuten. Weil ich ihn darum gebeten habe, weil ich mir dachte da stimmt etwas absolut nicht. Danach verschlimmerte sich die Situation nochmals um schlussendlich bin ich nach 6 Monaten mit den Kindern ausgezogen. Die Trennung verlief circa 2 Jahre lang richtig richtig schwer. Ich wurde nach der Arbeit von ihm abgefangen. Er ist in die Wohnung eingedrungen, stand im Dunkeln vor meiner Haustür. Er hat versucht mein Konto leer zu machen. Er hetzte die Kinder gegen mich auf. Schlussendlich musste ich eine Klage bei Gericht einreichen.

Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Nein, auf gar keinen Fall. Aus der Erfahrung heraus, es wird versprochen sich zu ändern, dies geschieht aber nicht. Es wird immer schlimmer.

11.2.1.1.6 Interviewperson 6

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei

denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themen Schwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
Die ersten Fragen beziehen sich auf den Anfang der Beziehung.
-Wie haben Sie Ihren Ex Partner kennengelernt? Und unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu einer anderen Beziehung und wie diese begonnen hat?
Meinen Partner habe ich in jungen Jahren kennengelernt und ja seitdem dem waren wir dann in einer Beziehung. Eigentlich unter sehr guten Bedingungen, weil wir beide noch sehr jung waren und keine Altlasten hatten und keine Vorteile. Es bestanden keine negativen Gedanken. Ich erkannte keinen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen.

-Hat Ihr Partner offen über Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass die Diagnose vorliegt?
Nein, eben nicht, das war immer sehr verdeckt. Von einem Wissen darüber oder einer Diagnose wurde nie gesprochen.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die Sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, wie was Sie sonst gewohnt waren?
Nein weil er war sehr zuvorkommend und hatte sehr gutmütige und nette Eigenschaften und Züge die das andere dadurch abgeschwächten, verdeckten. Er hat sofort mit den guten Eigenschaften die Narzisstischen verdeckt.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die Sie am Anfang besonders fasziniert haben?

Ja, er war sehr sehr höflich, er war sehr interessiert, er war sehr spendabel, er war sehr großzügig, er war sehr flexibel- also im Prinzip ist alles möglich gewesen und er hat mich sehr umgarnt.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also, wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen hat sich diese gewandelt beziehungsweise ihr Partner?
Ja, das dieses höfliche und das Umgarnen, dieses übertriebene umgarnen hat dann schon wirklich aufgehört. Dann ist es in eine zwanghafte Beziehung abgerutscht.
Dann waren halt solche Sachen wie, wenn irgendwas nicht nach seinem Plan gegangen ist oder etwas ist nicht nach seinem Kopf gelaufen dann ist er sofort sehr wütend geworden und sehr aufbrausend. Einfach sehr untolerant, das hat man dann schon gemerkt, es muss im Prinzip alles nach seinem Kopf gehen. Nur seine Meinung ist richtig, er hat keine anderen Meinungen gelten lassen.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Ihr Partner ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wurde eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten sie eher das Gefühl, dass sie manipuliert werden oder von ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?
Ja schon das Gefühl, dass ich manipuliert werde und dass es im Prinzip nur um seinen eigenen Kopf gegangen ist. Sobald es nicht um seinen eigenen Kopf gegangen ist, ist er sofort wütend, aufbrausend und ausfällig geworden. Drohungen und Erpressungen kamen dann, so, in diesem Stil.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie in der Beziehung Sie selbst sein können und auch, dass Ihr Partner er selbst ist, also authentisch?
Also er hat für sich schon authentisch sein können, weil er genau das eingefordert und genau das gelebt hat, was er wollte. Aber ich habe mich

natürlich sehr sehr anpassen müssen und habe natürlich überhaupt nicht authentisch leben können. Weil wenn ich gemacht hätte, was ich gerne gewollt hätte, dann wäre es sofort zum Streit gekommen.

Themen Schwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung

-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in Ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?

Die Probleme haben sich so gesteigert, sodass es immer öfter zum Streit gekommen ist. Große Meinungsverschiedenheiten, er hat dann gewisse Dinge nicht mehr akzeptiert. Vieles war falsch und wurde sofort abgelehnt. Im Prinzip hat nur noch seine Meinung gezählt. Also nur das, was er gesagt hat, war richtig und alles andere falsch. Und natürlich hat dadurch jedes ‘falsche Wort‘ einen Streit herbeigebracht.

Am schwierigsten war, das einzusehen das ist dort ein Mensch ist, der einen wirklich manipuliert. Der wirklich in so einer falschen Wahrnehmung lebt. Weil man ja selbst oft das Gefühl hat, man sei selbst nicht ganz ‘richtig‘. Man gibt sich selbst die Schuld, man denkt man habe wieder etwas nicht richtig gemacht, man habe einfach wieder etwas Falsches gesagt. Es ist schwierig sich einzugestehen, dass die Beziehung in eine einseitige, Narzisstische Richtung läuft. Es läuft da was falsch und man ist so einem Menschen eigentlich völlig ausgeliefert. Das schwierigste war, dies einzusehen.

-Hatte ihr Partner eine Einsicht bezogen auf sein Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass er bereit ist sich zu verändern und ihre Sichtweise einzunehmen?

Nein, das kann ich mit einem ganz klaren Nein beantworten. Weil er der Meinung war, dass er immer recht hatte.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?

Ja, auf jeden Fall. Er drehte es so hin, als wäre immer ich schuld.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Der Unterschied ist einfach, das so ein Partner immer glaubt recht zu haben, das so jemand immer in einer eigenen Wahrheit lebt, den anderen manipuliert um ihn gefügig zu machen, das der andere wirklich glaubt, dass er schuld ist. So jemand arbeitet immer mit Drohungen und androhen von Konsequenzen. Immer an der Manipulation festhält, das ist einfach brutal.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein Ihren Partner generell beschreiben?
Es fehlte sich auf Augenhöhe zu begegnen, aufeinander zuzugehen, sich Dinge normal auszureden, auszudiskutieren. Dies war mit meinem Expartner nicht möglich.
Für mich ist es so: bei nicht gleicher Meinung- sehr aufbrausend, sehr verletzend, sehr wütend, er muss seine Wahrheit/sein Recht durchsetzen und dies um jeden Preis.

Themenschwerpunkt 4: Status quo beziehungsweise beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen hat Ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?
Das Beenden war äußerst schwierig. Ich habe mir dann Hilfe geholt. Wegen den vielen Manipulationen hätte ich das alleine nicht geschafft. Ich dachte selbst, ich hätte einen an der ‘Klatsche‘. Er wollte das Ende nicht wahrhaben und akzeptieren, er konnte nicht glauben, dass ihn jemand verlässt. Deswegen hat er viele sehr extreme Dinge gemacht. Wenn ich keine Hilfe gehabt hätte, hätte ich mich nicht trennen können, es wäre nicht möglich gewesen. Sein Ziel war es, mich so zu manipulieren, dass ich aufgebe und

selber breche. Um in dieser Abhängigkeit weiterzuleben, irgendwie als gebrochener Roboter. Ich denke das war sein Ziel.

-Was wäre ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Nein, wenn dann nur, wenn der andere sich wirklich brechen lässt und sich selbst vollkommen aufgibt. Mit völliger Resignation möglich.

11.2.1.1.7 Interviewperson 7

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben Sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
Meinen Expartner habe ich vor fast 15 Jahren in einem Berggasthof im Naturschutzgebiet kennen gelernt. Rückblickend war der einzige Unterschied, dass er zu Beginn sehr schüchtern und zurückhaltend war.

-Hat Ihre Partnerin offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?
Nein, ich denke, dass er bis heute nicht wahrnimmt, dass er diese Züge hat.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihr Partner gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was sie sonst gewohnt sind?
Schnell nicht, es war erst so nach einigen Jahren. Als wir unser Kind schon hatten. Bei Streitigkeiten redete er so auf mich ein, dass ich danach selbst nicht mehr wusste, was die Realität ist und was nicht. Ich begann erstmals in meinem Leben, an meinem eigenen Verstand zu zweifeln. Auch reagierte er vermehrt sehr aggressiv und wütend.
-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Zu Anfang dachte ich, dass er sehr tierlieb sei. Seine bodenständige Art beeindruckte mich unter anderm.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?
Die Liebe wurde weniger, er hat mich betrogen, die Streitigkeiten wurden immer mehr, seine Gereiztheit wurde immer mehr, ich konnte ihm nichts mehr recht machen. Das Familienleben wurde für uns alle immer unerträglicher.

-Hatten Sie das Gefühl, dass ihr Partner ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten sie eher das Gefühl, dass sie manipuliert werden oder von ihnen verlangt wird, dass sie sich anders verhalten?

Er gab mir sehr oft das Gefühl verrückt zu sein, er sah in so vielen Dingen, die mich verletzten, kein Problem. Er drehte mir so oft das Wort im Mund um, manchmal dachte ich wirklich ich habe eine Wahrnehmungsstörung. Er wollte eigentlich immer, dass ich mich anders verhalte. zB. Sollte ich früher aufstehen usw..

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie in der Beziehung sie selbst sein können und auch, dass ihre Partnerin sie selbst ist, also authentisch?
Teilweise

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung

-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?

-Hatte Ihre Partnerin eine Einsicht bezogen auf ihr Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass sie bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein ihren Partner generell beschreiben?
Liebe, Zuneigung, Verständnis für mich und meine Themen, einen Mann/Vater der hinter mir/uns steht. Gemeinsame Zeit, gemeinsame Gespräche. Das Gefühl von bedingungslosem Zusammenhalt. Ich denke er ist ein Mann, der im Grunde genommen sein Herz am richtigen Fleck hat. Er

ist halt ein verletztes Kind, mit dem man vorsichtig umgehen muss. Auch wenn er nach außen hart wirkt, hat er einen weichen Kern und ist ein Gefühlsmensch.

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung

-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat ihr Partner es akzeptiert oder hat er sich getrennt?

Ich bin mit unserem Kind ausgezogen, obwohl ich ihn noch geliebt habe. Aber ich konnte einfach nicht mehr. Er hat es zeitenweise akzeptiert und dann auch wieder nicht. Der verlief so in Wellen. Ich wollte ihn dann wieder zurück, er gab mir aber keine Chance mehr. Dann waren wir ihm egal. Er hat ein neues Leben mit einer anderen Frau angefangen.

Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?

Ja, ich denke schon. Wenn beide bereit sind an ihren Themen zu arbeiten schon. Wir sollten nicht jeden Partner immer gleich wegwerfen. Jeder hat immer wieder eine Chance verdient. Aber schlussendlich entscheidet das eh die Liebe. Wenn zwei Menschen sich wirklich lieben und füreinander bestimmt sind, werden sie immer wieder zu einander finden und Wege finden.

11.2.1.2 Männlich

11.2.1.2.1 Interviewperson 1

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu

sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben Sie ihre Partnerin oder Expartnerin kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
Ich lernte sie kennen, als ich 18 Jahre alt war. Sie hat in einem Lokal gearbeitet, in dem ich des Öfteren war. Wir hatten beide einen Bezug zu Tieren und zur Natur. Das hat uns vermutlich zusammengebracht. Nach ca. 5 Monaten waren wir dann fix ein Paar. Ich habe keinen Vergleich.

-Hat Ihre Partnerin offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?
Nein, ich wusste damals nicht einmal, was das ist.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihre Partnerin gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die Sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was Sie sonst gewohnt sind?
Gewundert hat mich, dass sie immer so furchtbar böse war, wenn etwas nicht so war wie sie es wollte. Auch wurde sie dann schnell sehr laut, böse und verletzend. Stellte sich aber immer selbst wie das Opfer hin. Bei den vielen Streits fang sie meistens zu weinen an. Auch erpresste sie mich, zb. Dann fahre ich nicht mehr mit zur Familienfeier. Sie hate nie Verständnis für meine

Sichtweise, nur ihre war richtig. Auch war auffallend, dass sie immer zu spät kam. Sie könnte sich die Zeit nie richtig einteilen.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die Sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Sie ist 4 Jahre älter als ich, dass allein hat mich mit 18 schon beeindruckt, sie war immer schon eine sehr taffe Frau. Wusste immer genau, was sie will. Anfangs machte es den Eindruck, als würde sie mit ihren 22 Jahren voll im Leben stehen. Sie hat mich zu Beginn sehr motiviert, zb. Den Führerschein zu machen. Mit ihr war ich stark.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihr Partner?
Nach 3 Jahren Beziehung kam unser Sohn auf die Welt. Das veränderte alles. Die Probleme häuften sich. Wir hatten wenig Geld und alles lief schlecht. Sie war nur noch unzufrieden mit mir und sich selbst. Aufmerksamkeit bekam ich keine mehr von ihr. Für sie drehte sich alles nur um unseren Sohn. Sie hatte in der Schwangerschaft den Kontakt zu ihrem Vater, zu ihrem besten Freund und zu drei Freundinnen abgebrochen. Darunter leidet sie sehr. War aber zu stur, um sich auszulöhnen. Auch mit meiner Familie brach sie den Kontakt ab, weil ihr wieder etwas nicht gepasst hat. Meine Eltern haben unseren Sohn über 3 Jahre nicht gesehen. Sie wurde immer mehr wie ihre Mutter. Als unser Sohn ein Jahr alt war, habe ich sie das erste Mal betrogen, als sie es rausbekommen hat, war das Dilemma noch größer.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Partnerin Ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten Sie eher das Gefühl, dass Sie manipuliert werden oder von Ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?

Rückblickend muss ich sagen, dass sie sich nie für meine Bedürfnisse interessiert hat. Eher im Gegenteil, wenn es mir nicht gut ging, machte sie mich noch mehr fertig. Sie interessierte sich sowieso nur noch für unseren Sohn, den Hund und das blöde Pferd. Sie wollte das ich mich komplett verändere, sie wollte das ich so werde wie sie und auch mit niemandem mehr Kontakt habe, weil alle schlecht sind.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie wie hat Beziehung Sie selbst sein können und auch, dass Ihre Partnerin sie selbst ist, also authentisch?
Da ich immer wieder Affären hatte, musste ich mich schon sehr verstellen. Sie hat es trotzdem immer gemerkt. Anfangs habe ich gelogen, aber dann gab ich es zu, sie wusste es sowieso schon. Sie kam zu dieser Zeit nicht mehr mit ihrem Leben klar. Sie begann eine neue Arbeit, die sie überforderte, fing an nebenbei zu studieren und kaufte sich noch ein Pferd. Nun kam nicht nur ich, sondern auch unser Sohn zu knapp. Den brachte sie dann immer zu ihrer gestörten Mutter.
Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung
-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?
Am schwierigsten war es für mich wegen unserem Sohn. Ich hatte so Angst, dass ich ihn verlieren könnte, wenn ich mich von ihr trenne. Sie drohte mir an mit dem Kleinen wegzuziehen. Auch war es schwer nie genau zu wissen, wann sie wieder explodiert, in einer Stunde oder in zwei Stunden oder doch erst morgen früh. Ich machte sowieso alles falsch. Sie sah mich nicht mehr als Mann, sie machte mich nur noch klein. Neben ihr fühlte ich mich unmännlich. Oft kam ich die ganze Nacht nicht nachhause, ich wollte einfach nicht mehr.

-Hatte Ihre Partnerin eine Einsicht bezogen auf ihr Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass sie bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
In den 12 Jahren Beziehung nicht. Erst jetzt, nach 1 ½ Jahren Trennung, sagt sie es. Ich kann ihr aber nicht mehr glauben und vertraue ihr auch nicht mehr. Erst vor 2 Monaten, ließ sie mir einen Brief vom Anwalt schreiben, aktuell tut sie wieder volle nett. Man kann die Frau nicht einschätzen.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Drohungen gab es täglich, mich zu verlassen, mit dem Kind zu gehen, mich überall schlecht zu machen und und und. Sie ist auch zweimal ausgezogen, kam aber immer wieder zurück, weil sie es selbst bei ihrer verrückten Mutter nicht aushielt.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Das man mit ihr nicht normal sprechen konnte, ohne dass sie sofort durchknallte. Das jeder Streit immer völlig eskalieren musste. Teilweise hatte ich das Gefühl, sie tut das mit Absicht.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein ihre Partnerin generell beschreiben?
Sehr gefehlt hat mir gesehen und gehört zu werden. Verständnis und ein liebevoller Umgang mit mir. Ich würde sie als machtgeil, bestimmend, herrschsüchtig, pingelig, kleinlich, bösartig und falsch bezeichnen. Auch ist ihr Verhalten unberechenbar. Aber sie ist eine sehr liebende Mutter.

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung

-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat Ihre Partnerin es akzeptiert oder hat sie sich getrennt?
Sie ist vor 3 Jahren mit unserem Sohn ausgezogen. Zu dieser Zeit hatte ich gerade wieder eine Affäre. Ich war traurig wegen unserem Sohn und zugleich froh, sie los zu sein. Wie waren dann nochmal zusammen. Hat nicht funktioniert, sie hat mich rausgeschmissen. Es war ein ewiges hin und her. Nun habe ich eine neue Beziehung, mit dieser Frau ist alles leichter.

Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Ich weiß es nicht. Ich bin nicht Jesus, ich weiß nicht, ob ich irgendwann wieder mit ihr zusammenkommen werde. Aber ich denke, wenn wir beide an unseren Themen arbeiten, könnte es vielleicht gelingen, oder auch nicht. Und wenn sie versteht, dass sie wie ihre Mutter geworden ist und eigentlich niemals so werden wollte, dann vielleicht.

11.2.1.2.2 Interviewperson 2

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die

Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben Sie Ihre Partnerin oder Expartnerin kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen Sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
Wir lernten uns recht jung auf unserer gemeinsamen Arbeitsstelle in Deutschland kennen. Zu Anfang hatten wir eine schöne Zeit. Wechselten dann gemeinsam die Arbeitsstelle und schlussendlich zogen wir gemeinsam nach Tirol. Dort renovierten wir unser Haus, heirateten, und bekamen unsere Tochter. Sie war meine erste Partnerin, deswegen kann ich von keinem Unterschied berichten.

-Hat Ihre Partnerin offen über den Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass diese Diagnose vorliegt?
Nein. Und außerdem wurde über sowas vor 40 Jahren nicht gesprochen.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihre Partnerin gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die sie wundern, die sich aufgehoben haben von dem, was Sie sonst gewohnt sind?
Nach einer Weile hat es mich sehr verwundert, dass wir uns nicht mehr wie zu Beginn, Dinge normal besprechen konnten. Alles führte immer sofort zum Streit und zur völligen Eskalation. Besonders merkwürdig war für mich, dass sie nicht mal bei einem Brettspiel verlieren konnte, wenn dies der Fall war, schmeißt sie das Brettspiel und die Spielfiguren durch den Raum. Dadurch bekam unsere Tochter oft Angst. Sie hatte dann ihre Wut nicht mehr unter Kontrolle.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die Sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Am Anfang war sie genau das Gegenteil, sie hatte ein sehr gutes Verhältnis mit ihren Arbeitskollegen, war im Freundeskreis gut angesehen. Sie war lustig und voller Lebensfreude. Ihr Verhalten war sehr sozial und aufgeschlossen. Sie ging gerne tanzen und war für jeden Blödsinn zu haben.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise Ihre Partnerin?
Ich denke das es begonnen hat als unsere Tochter noch ein Baby war. Danach fing sie nochmal zu arbeiten an. Aber als es in der Arbeit, diese auch zugleich ihre Leidenschaft war, nicht mehr funktionierte und sie schlussendlich kündigte, war alles vorbei. Rückblickend glaube ich, dass sie in Depressionen verfiel, mit dem nicht umgehen konnte, dass ich bei der selben Arbeitsstelle weiter meinen Dienst ausführe. Vermutlich hatte sie auch Heimweh und fühlte sich mit unserer Tochter allein. Da ich auch am Wochenende unterwegs war im Ausland. Vielleicht hätte sie in dieser Zeit mehr Unterstützung von mir oder meiner Familie gebraucht.
-Hatten Sie das Gefühl, dass ihre Partnerin Ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wird eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten Sie eher das Gefühl, dass Sie manipuliert werden oder von Ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?
Für meine Exfrau war ich immer nur der Depp. Meine Bedürfnisse interessierten sie schon, aber ihre eigenen standen immer darüber, also waren mehr Wert. Sie konnte einfach nicht nachgeben vorher hätte sie sich die Zunge abgebissen. Dass ich mich anders verhalte war für sie selbstverständlich.

-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie in der Beziehung Sie selbst sein können und auch, dass Ihre Partnerin sie selbst ist, also authentisch?
Wie war sie selbst, sie flippt ständig aus, nahm kein Blatt vor den Mund. Schimpfwörter und Beschimpfungen waren an der Tagesordnung. Besonders an Feiertagen wie Weihnachten oder Geburtstagen flippte sie regelmäßig aus. Nicht einmal da schaffte sie es sich zusammen zu nehmen. Oft genügt eine Kleinigkeit wie zum Beispiel, dass jemand den Geschirrspüler falsch ein oder ausgeräumt hat. Meine Tochter und ich sagten dann einfach oft gar nichts mehr.

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung
-Jetzt kommen wir zur wohl wichtigsten Frage. Welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in Ihrer Beziehung? Was war am schwierigsten?
Am schwierigsten für mich war, dass ich es einfach immer weniger aushielt. Der dauerhafte Streit, diese sinnlosen Diskussionen. Leider hatte ich keine Hoffnung mehr, dass sich irgendwann etwas positiv verändern wird. Ich wollte nicht mehr, ich hatte einfach keine Kraft mehr. Ich musste meine Familie verlassen. Ansonsten weiß ich nicht wie lange ich es noch geschafft hätte.

-Hatte Ihre Partnerin eine Einsicht bezogen auf ihr Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass sie bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
Nein das war ja das Problem. Sie selbst hatte nie eine Einsicht. Das Problem waren immer die anderen und das Verhalten der anderen. Sie selbst sah sich immer als Opfer und Geschädigte. Sie machte wirklich aus jeder Fliege einen Elefanten. Ich denke bei ihr ist es schon so krankhaft, dass sie wirklich professionelle Hilfe bräuchte. Ich denke aus eigenen Stücken kommt sie aus ihrem Dramahamsterrad Cortana nicht raus.

-Gab es Drohungen, Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Explizit weiß ich es nicht mehr, ob es Drohungen gab mich zu verlassen. Diese Ehe ist ja schon seit 20 Jahren beendet.

-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Normale Gespräche die nicht sofort eskalieren. Die Fähigkeit eigene Fehler einzusehen, Verantwortung dafür zu übernehmen und sich gegebenenfalls auch mal entschuldigen können. Das konnte meine Exfrau überhaupt nicht und wollte sie auch nicht.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein Ihre Partnerin generell beschreiben?
Sehr gefehlt hat mir, dass wir nirgends mehr gemeinsam hingegangen sind. Weil sie sich mit der ganzen Familie und mit dem Freundeskreis zerstritten hat. Ich glaube, dass sie mit Ihrem eigenen Leben nicht klarkommt. Sie sich selbst nicht leiden kann und deswegen auch niemanden anders mag. Vermutlich hängt das mit ihrer schlechten Kindheit zusammen.

Themenschwerpunkt 4: Status Quo beziehungsweise Beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat Ihre Partnerin es akzeptiert oder hat sie sich getrennt?
Ich lernte eine neue Frau kennen und bemerke somit, wie schön das Leben sein kann. An Weihnachten teilte ich meine Frau mit, dass ich ausziehen werde und die Scheidung will. Sie probierte dann um die Ehe zu kämpfen und mir zu gefallen. Künstlerisch führte sie ein Schauspiel auf. Ich wusste aber genau, dass es nicht ihr wahres Ich ist. Bis heute hat sie keine Einsicht auf

ihr eigenes Verhalten ich allein habe aus Ihrer Sicht die Schuld für das Scheitern unserer Ehe.

Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Person langfristig funktionieren kann?
Das kann ich nicht sagen, ich weiß nur das es mit meiner Ex Frau für mich nicht möglich ist. Leider hatte sie nie Einsicht, ich wäre an ihrem Verhalten mir gegenüber zerbrochen.

11.2.1.2.3 Interviewperson 3

Guten Tag. Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich heute für unser Gespräch Zeit genommen haben. Wie im Vorfeld bereits angesprochen, befasse ich mich in meiner Arbeit mit Narzissmus und habe nach Interviewpersonen gesucht, die sich in einer Partnerschaft mit einem narzisstischen Partner beziehungsweise einer Partnerin befinden oder befunden haben. Ich würde Sie bitten mit mir über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, es gibt hier kein richtig oder falsch, sondern ich bin einfach an Ihren Erlebnissen, Hürden und Momenten interessiert. In meiner Arbeit befasse ich mich mit Charaktereigenschaften von Menschen, bei denen ein Narzissmus diagnostiziert worden ist, inwiefern sie dadurch das Soziale Miteinander verändert, die Beziehungsqualität und die Beziehungsdynamik. Daher, wenn es keine Fragen mehr gibt, würde ich sagen wir starten.

Themenschwerpunkt 1: Anfang der Beziehung
-Die erste Frage bezieht sich auf den Anfang der Beziehung. Wie haben sie ihren Partner oder Expartner kennengelernt, unter welchen Bedingungen und vor allem erkennen sie dabei einen Unterschied im Vergleich zu anderen Beziehungen und wie diese begonnen haben?
Also, meine Ex Partnerin habe ich beim Ausgehen kennengelernt. Bereits nach unserem dritten Date kristallisierte heraus, dass sie anspruchsvoll ist

was die Wahl der Lokale der Restaurants betrifft. Was auch ganz klar war, sie wollte immer eingeladen werden von mir. Sie bezahlte niemals selbst.

-Hat Ihre Partnerin offen über Narzissmus gesprochen, Ihnen gesagt, dass eine Diagnose vorliegt?
Nein, das hat sie nicht. Es würde auch erst während der Beziehung diagnostiziert.

-Haben Sie schnell bemerkt, dass Ihre Partnerin gewisse Symptome zeigt beziehungsweise Charaktereigenschaften, die Sie wundern, die sich abgehoben haben von dem, was Sie sonst gewohnt sind?
Ich habe schnell bemerkt, dass sie sehr ich bezogen war. Wenn wir bei meinen Freunden eingeladen waren, hat sie kein Blatt vor den Mund genommen und sogar dort ihre eigenen Bedürfnisse deutlich kommuniziert. Ihr war es relativ egal was ich oder die anderen wollten.

-Gibt es bestimmte Charaktereigenschaften, die Sie am Anfang besonders fasziniert haben?
Anfangs dachte ich dass sie eine starke Persönlichkeit ist mit wahnsinnig viel Selbstbewusstsein. Mich beeindruckte dass eine 22 jährige Frau so selbstbewusst und Du bist stark ist das fand ich attraktiv.

Themenschwerpunkt 2: Beziehungsdynamik im Wandel der Zeit
-Wie hat sich die Beziehung im Laufe der Zeit verändert? Also wenn Sie einen Überblick über die Ereignisse der und Phasen einnehmen, wie würden Sie sagen, hat sich diese gewandelt beziehungsweise ihre Partnerin?
Es war so, dass sie sich in ihrem Narzissmus gesteigert hatte also es wurde mehr. Nach zirka eineinhalb Jahren wurde mir bewusst dass dieses Verhalten keine Stärke ist sondern krankhaftes Verhalten. Im Laufe der Beziehung wurde mir bewusst dass sie einfach nicht genug bekommt, es gab kein Ende, keine Anpassung, ehr im Gegenteil alles musste so passieren wie sie es

wollte. Gegen meinen Willen begann sie immer mehr meine Wohnung zu dekorieren und umzugestalten. Ich habe immer gesagt ich möchte das eigentlich nicht. Sie argumentierte damit, dass wenn sie da ist möchte sie das ist schön ist und sie möchte es fein haben. Ich wollte, dass sie es fein hat. Sie hat geschaltet und gewaltet, wie es ihr passte. Je mehr Raum ich ihr gegeben habe umso mehr hat sie sich genommen.

-Hatten Sie das Gefühl, dass ihre Partnerin Ihre Bedürfnisse priorisiert, versucht wurde eine gleichwertige Beziehung aufzubauen, oder hatten Sie eher das Gefühl, dass Sie manipuliert werden oder von Ihnen verlangt wird, dass Sie sich anders verhalten?
Was ja das war ganz klar dass sie wollte dass ich mich anders verhalten. Für mich hatte diese Beziehung schon nach diesen eineinhalb Jahren kein gesundes Gleichgewicht. Weil sie nur gefordert hat und nicht geben konnte sie hat nie in die Beziehung investiert. Es wurde für mich immer schwieriger, Ich habe mit mir selbst gekämpft und probiert ein Gleichgewicht in die Beziehung zu bringen. Ich hatte sie wahnsinnig gern und wollte sie nicht verlieren. Ich habe lange mitgespielt und habe es über mich ergehen lassen. Sie hat mich in allen Bereichen ausgesaugt dies ging sogar so weit, dass sie sich in meinen Sport einmischte und dort auch bestimmen wollte.
-Hatten Sie das Gefühl, dass Sie in der Beziehung sich selbst sein können und auch dass Ihre Partnerin sie selbst ist, also authentisch?
Ich konnte ganz klar nicht ich selbst sein, obwohl ich es probiert hätte. Sie konnte ihr eigenes Verhalten nicht reflektieren. Jedes Mal, wenn ich mit ihr darüber sprechen wollte, meinte sie das ist doch alles Blödsinn ich mach das nur für uns. Sie wollen ja nur dass es mir besser geht, also war ihr verhalten auch manipulativ. Für mich schwierig, weil ich nicht authentisch sein konnte.

Themenschwerpunkt 3: Hürden während der Beziehung

-Jetzt kommen wir wohl zur wichtigsten Frage welche Probleme beziehungsweise Hürden ergaben sich in Ihrer Beziehung was war am schwierigsten?
Am schwierigsten war es für mich Kontakt zu meiner Familie in den USA zu halten, weil sie das verhindert hat. Sie argumentierte damit, dass dies viel zu teuer sei und wir dann weniger gemeinsame Zeit hätten. Ich bot ihr damals an mitzureisen dies wollte sie aber auch nicht. Sie hat mich in meiner Zeit und in meiner Freizeit sehr eingeschränkt, auch mein Sportleben hat sie versucht zu kontrollieren. In der Beziehung machen Sie mich klein und dadurch ist sie noch mehr gewachsen.

-Hatte Ihre Partnerin eine Einsicht bezogen auf ihr Verhalten, hatten Sie das Gefühl, dass sie bereit ist sich zu verändern und Ihre Sichtweise einzunehmen?
Nein überhaupt nicht, Einsicht ihrerseits gab es nie. Auch nach der Diagnose hat sich nichts geändert. Es war für sie normal oder vielleicht war sie damals einfach zu jung. Heute habe ich keinen Kontakt mehr zu ihr.

-Gab es Drohungen Sie zu verlassen, wenn Sie nicht gefügig sind, wenn Sie die eigenen Bedürfnisse priorisieren?
Drohungen waren der Standard das ist oft so gewesen. Man kann sich gar nicht vorstellen welche Drohungen da kamen sogar bei banalen Sachen wie zum Beispiel einkaufen. Da kann man nur noch den Kopf schütteln. Für mich unverständlich wie das Gefühl entstehen kann jemanden zu verlassen nur weil er etwas Falsches in den Einkaufswagen legt.
-Was waren die größten Unterschiede, würden Sie sagen, im Vergleich zu einer Beziehung ohne jemanden mit einer Diagnose zu Narzissmus?
Ich hatte jetzt nicht so viele Beziehungen, aber in den anderen Beziehungen hatte ich das Glück, das die Frauen selbstreflektiert waren. Diese Frauen haben darüber nachgedacht, was wichtig für die Beziehung ist und was man selbst dafür einbringen muss und sollte, um die Beziehung aufrecht zu halten.

Es ist schon klar, dass es immer mal Höhen und Tiefen gibt. In den anderen Beziehungen haben Gespräche stattgefunden, die immer wieder zu einem Ausgleich geführt haben. Rückblickend muss ich sagen, dass diese Frauen den guten Willen hatten oder den Wunsch, dass die Beziehung im Gleichgewicht ist. Was in meiner narzisstischen Beziehung überhaupt nicht so war.

-Was hat Ihnen in der Beziehung am meisten gefehlt und wie würden Sie im Nachhinein Ihre Partnerin generell beschreiben?
Am meisten hat mir gefehlt dass ich meinen Bedürfnissen nachgehen kann, normale Gespräche führen können, also es fanden keine Beziehungsgespräche statt. Im Nachhinein behaupte ich dass sie ein sehr egoistisches Verhalten an den Tag legt.

Themenschwerpunkt 4: Status quo beziehungsweise beenden der Beziehung
-Sollte die Beziehung geendet haben, wer hat sie beendet und wie verlief es? War es schwierig sich zu trennen, hat Ihre Partnerin es akzeptiert oder hat sie sich getrennt?
Als ich eindeutig bemerkte in dieser Beziehung unterzugehen habe ich den Entschluss gefasst mich zu trennen. Zuvor habe ich meine Ex Partnerin aber in mehreren Gesprächen mitgeteilt, dass ich wenn sich nichts verändert ich jetzt so nicht mehr schaffe die Beziehung weiterzuführen. Schlussendlich habe ich ihr ein Ultimatum gesetzt, in diesem ich deutlich sage welche Schritte von ihr zu vermeiden sind und sonst werde ich die Beziehung beenden. glücklicherweise war ich dann in einen längeren Auslandsaufenthalt dieser Zeit telefonierten wir täglich. ihrerseits gab es überhaupt keine Einsicht. ich habe ihr dann mitgeteilt, dass wir uns wenn ich wieder im Lande bin noch einmal zusammensitzen werden um alles zu besprechen und dann habe ich ihr gesagt dass sie ausziehen muss. Das hat sie natürlich nicht angenommen. ich habe einen Lkw bestellt und ihr dabei

geholfen ihre Sachen zu ihrem Elternhaus zu bringen. das Ganze ging telefonisch circa ein Jahr lang Reiter ich habe probiert sie zu ignorieren schlussendlich musste ich mir eine neue Telefonnummer besorgen. seit dem ist Ruhe und wir haben keinen Kontakt mehr.

-Was wäre Ihr Fazit, denken Sie, dass eine Beziehung mit einer narzisstischen Partnerin langfristig funktionieren kann?
Ich sage nie nein. Wenn jemand die Fähigkeit hat, sein Verhalten zu reflektieren. Ich sehe es als psychische Krankheit und da können die Menschen nichts dafür. Dafür wären auch beide in der Beziehung gefragt dies könnte nicht alleine an ihr hängen bleiben. Dann könnte ich mir vorstellen, dass es funktionieren kann. Auf alle Fälle wäre es ein hartes Stück Arbeit.

11.3 Analyse

11.3.1 Analyse weiblich

Selektionskriterium 1: Kennenlernen und Vergleich zu anderen Expartnern

Interview	Seite	Paraphrase	Generalisierung	Reduktion
1	1	Über das Internet, auf Facebook. Es ging sehr schnell, er hat auch ihre Grenzen überschritten und obwohl sie nicht bereit für etwas Neues war, hat er alles daran gesetzt sie zu überzeugen.	Über Facebook. Nicht lockergelassen, obwohl sie noch nicht bereit für etwas Neues gewesen ist.	K1 Rahmenbedingungen des Kennenlernens: Die Partnerinnen lernten ihre Partner über unterschiedliche Wege kennen, wie online oder in der Arbeit oder sie kannten sich schon länger. Eine Person sagt, dass der künftige Partner nie lockergelassen hat, auch als sie noch

		Er hat nicht lockergelassen.		nicht bereit für etwas Neues gewesen ist. Er umwarb sie, obwohl sie einen Freund hatte und ließ nicht locker. Eine Person meinte, ihr Partner wirkte eher schüchtern und zurückhaltend. K2 Vergleich zu Expartnern: Es gibt große Unterschiede zu den neuen Partnern, wie beispielsweise, dass der neue Freud besser zuhören kann, mit ihnen spricht und es auch möglich ist anderer Meinung zu sein. Der narzisstische Partner hat Grenzen überschritten, agierte nicht auf Augenhöhe, wendete Gewalt an oder zeigt ein manipulatives Verhalten. Man hatte das Gefühl nicht ehrlich sein zu

				können und man litt. Dinge wurden nur umgesetzt, wenn es ihm betroffen hat, man hatte zu warten, weil er immer zu spät kam. Eine Person führte aber auch an, dass sich der narzisstische Partner im Vergleich zu anderen mehr bemühte. In Summe wird aber versucht einen gefügig zu machen und zu kontrollieren.
1	3	Sie hat wenig Vergleich mit anderen Männern, ihr Exexmann war depressiv, doch eben im Gegensatz zu den anderen bemühte sich der narzisstische Mann am meisten.	Narzisstische Partner bemühte sich am meisten.	
2	1	Bei der Arbeit auf einer Firmenfeier.	Auf einer Firmenfeier.	

2	3	Die Augenhöhe war nach der Zeit komplett weg, es gab viel Gewalt und Grenzen wurden überschritten: das gab es bei anderen nicht.	Nicht auf Augenhöhe, Gewalt, Grenzen überschritten. War bei anderen Partnern nicht so.	
3	1	Sie kannte ihn von früher und als sie beide Singles waren haben sie sich angenähert.	Annäherung, kannten sich schon länger.	
3	3	Man wird manipuliert und merkt es nicht. Man darf nicht ehrlich sein und leidet sehr.	Manipuliert und man merkt es nicht. Man leidet und kann nicht ehrlich sein.	
4	1	Sie hatte eine Beziehung, aber er hat eifrig sie umworben. Er ignorierte komplett, dass sie vergeben war. Er hat nicht lockergelassen.	Er umwarb sie während einer Beziehung mit jemand anderen. Ignorierte, dass sie vergeben ist. Nie lockergelassen.	
4	1-2	Im Vergleich zu anderen kam er immer zu spät	Immer zu spät, Dinge nur möglich, wenn sie	

		und Dinge waren nur dann möglich, wenn sie ihn betroffen haben.	ihn betroffen haben.	
4	3-4	Jetzt hat sie jemanden zu reden, wird gehört und kann auch anderer Meinung sein.	Der neue Freund hört zu, sie kann eine andere Meinung haben und redet mit ihr.	
5	1	Direkt nach der letzten Beziehung kennengelernt. Dachte er ist der Traummann.	Direkt nach der letzten Beziehung, dachte er ist Traummann.	
5	3	Komplettes Ungleichgewicht zwischen den beiden.	Komplettes Ungleichgewicht zwischen den beiden.	
6	1	Gute Bedingungen beim Kennenlernen.	Gute Bedingungen beim Kennenlernen.	
6	3	Denkt, er sei immer im Recht, manipuliert und will einem gefügig machen. Gewinnen um jeden Preis.	Denkt, er sei immer im Recht, manipuliert und will einem gefügig machen. Gewinnen um jeden Preis.	

7	1	Schüchtern, zurückhaltend.	Schüchtern, zurückhaltend.	

Selektionskriterium 2 Aktueller Beziehungsstatus und Bruch im Verhalten

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	1	Noch Exmann, doch die Scheidung steht bevor.	Kurz vor der Scheidung.	K3 Facetten Verhaltensänderung: Die Partnerinnen sagen, dass sich der Partner stark verändert hat und nicht mehr wiederzuerkennen war. So als ob er nicht mehr er selbst sei, eine Maske trägt und eine komplette Wandlung vollzogen hat. Es war nicht mehr möglich in eine sinnvolle Kommunikation zu treten, es kam zu einer krankhaften Eifersucht, zu einem enormen Kontrollverhalten und eine harmonische Beziehung wurde zu einer sehr einseitig

				gebenden Beziehung. Nur die eigene Meinung und die eigenen Bedürfnisse waren zulässig, das Gegenüber kümmerte sich nicht um die Beziehung, bemühte sich nicht und entzog der Partnerin die Freiheit. Die enorme Kontroll-und Herrschsucht überschattete die Beziehung und auch verbale und physische Gewalt gingen mit der Änderung des Verhaltend einher. Immer wieder kam es zu einem sehr manipulativen Verhalten, es wurde mit anderen Frauen geflirtet und jegliche Harmonie und Augenhöhe fehlte. Eine Person führte an, dass er sie dafür verantwortlich

				machen würde, dass er ihr vertraut. Sie solle dafür sorgen, dass er ihr vertrauen kann und bis dahin ist er eben eifersüchtig. Eine andere Person meinte, dass der Partner nur mehr „aufgeblasen“ wirkte und auch unbeholfen. Man hatte immer das Gefühl man reiche nicht aus, man sei nicht gut genug, man gibt zu wenig und man müsste mehr tun. Es war eine toxische Beziehung mit einer toxischen Person. Es war anstrengend sich verstellen zu müssen. Die Drohungen waren auch sehr anstrengend, wie beispielsweise vom Balkon geworden zu werden. Man wollte dadurch ständig

				mehr geben, obwohl man wusste es tut einem selbst nicht gut, weil sich das Gegenüber beispielsweise zurückgezogen hat und man dachte, es liegt an einem selbst. Man wird immer mehr kontrolliert und in eine gewisse Richtung gedrängt, das eigene Wort wird im Mund verdreht und es kommt zu einer zwanghaften Beziehung. K4 Verhalten bei der Trennung: Bei der Trennung gibt es auch viele Ähnlichkeiten, allen voran, dass das Gegenüber es nicht ernstgenommen hat, es nicht zugelassen hat, und beispielsweise sich immer wieder

				meldete. Bei einer Person kam es zu etlichen Überzeugungsversuchen, die bis zu Selbstmorddrohungen gingen. Bei einer anderen Person dauerte die Trennung auch sehr lange und der Expartner wurde zunehmend gehässiger.
1	2	Als der Alltag einkehrte nach der Hochzeit veränderte sich alles. Ihre Bedürfnisse wurden übergangen, sie reichte nicht aus, wertete sie ab und flirtete auch fremd. Das Haus und seine Bedürfnisse standen nur mehr im Fokus. Dann hat auch die emotionale Manipulation begonnen. Er war	Änderung als der Alltag nach der Hochzeit entstand. Abwertung, Fremdflirten, nur seine Bedürfnisse, nichts reichte aus. Emotionale Manipulation. War anders als sie ihn kannte: setzte Maske auf.	

		nicht mehr er selbst, so wie sie ihn kannte. Als ob er eine Maske tragen würde.		
1	2-3	Er wollte sie eifersüchtig machen, die Kommunikation funktionierte überhaupt nicht und sie haben aneinander vorbeigebredet.	Kommunikation funktionierte nicht, aneinander vorbeigeredet. Machte sie eifersüchtig.	
1	3	Immer wieder meinte er sie sei krankhaft eifersüchtig und hat auch einmal gedroht sich scheiden zu lassen, wenn sie nicht mehr auf ihn eingeht. Es fehlte die Freiheit, Bemühungen um die Partnerschaft, die Gespräche und er war sehr herrschsüchtig. Sie erkennt auch eine tiefere gute Seite, aber sie kann sich	Krankhaft eifersüchtig. Drohung Scheidung, falls sie nicht auf ihn eingeht. Keine Bemühung um die Partnerschaft, Freiheit, Gespräche. Herrschsüchtig. Erkennt auch eine gute Seite, aber sie kann sich dafür nicht aufopfern.	

		nicht für ihn aufopfern.		
1	3	Sie hat die Ehe beendet, aber es kamen Selbstmorddrohungen oder andere Überzeugungsversuche.	Beim Beenden kam es zu Überzeugungsversuchen und auch Selbstmorddrohungen.	
2	2	Aus einer harmonischen Beziehung wurde eine einseitig gebende Beziehung, mit verbaler und physischer Gewalt. Zuerst auf Augenhöhe und dann komplette Wandlung vollzogen. Dann kam das „wahre Gesicht“ zum Vorschein.	Anfangs harmonisch, dann einseitig gebende Beziehung mit verbaler und physischer Gewalt. „Wahre Gesicht“ kam dann zum Vorschein und veränderte sich komplett.	
2	2	Er wurde sehr verletzend, andere Frauen kamen ins Spiel, er war sehr eifersüchtig, sie sollte ihren Freundeskreis	Verletzend, traf andere Frauen, sehr eifersüchtig, Gewalt und sie sollte den Freundeskreis reduzieren.	

		reduzieren und es kam zu Gewalt.		
2	3	Die Harmonie fehlte, die Augenhöhe, er wirkte am Ende einfach nur mehr „aufgeblasen“ und auch unbeholfen.	Keine Harmonie, Augenhöhe fehlte, wirkte unbeholfen und „aufgeblasen“.	
3	2	Wurde sehr eifersüchtig, zog sich oft zurück und war nicht mehr liebevoll. Fokus lag auf seinen Bedürfnissen und meinte sie solle sich darum kümmern, dass er ihr vertrauen kann.	Eifersüchtig, Rückzug, nicht liebevoll. Nur seine Bedürfnisse. Sie solle es schaffen, dass er Vertrauen fassen kann.	
3	2	Fühlte sich allein und ungeliebt, wenn er sich zurückgezogen hat. Ihr ging es sehr schlecht und hatte das Gefühl sie müsse mehr tun.	Er zog sich zurück, sie fühlte sich allein und ungeliebt. Gefühl sie müsste mehr tun, weil sie sich schlecht fühlte.	
3	3	Er vermittelte ihr immer durch Gesten und sein Getue, dass sie ihn brauchen würde.	Vermittelte ihr, dass sie ihn brauchen würde.	

3	3-4	Fehlte sein zu dürfen wer man ist und er war sehr weit weg von seinem eigenen Ich. Sehr toxische Person. Sie trennte sich, weil es absolut nicht mehr ging, er alles kontrollieren wollte und er meldete sich immer wieder.	Beide konnten nicht sie selbst sein. Toxische Person, manipulativ, kontrollieren. Bei der Trennung meldete er sich immer wieder.	
4	2	Alles sollte sein, wie er es möchte. Nur seine Meinung war zulässig. Man durfte nicht anderer Meinung sein. Er war sehr manipulativ. Sie fühlte sich als wäre sie nicht gut genug.	Nur seine Bedürfnisse, seine Meinung, sehr manipulativ. Sie dachte sie reiche nie aus.	
4	3	Er gab einem das Gefühl immer alles falsch zu machen und nicht gut genug zu sein. Er war nicht da, dann traf man Entscheidungen, und dann musste	Gefühl alles falsch zu machen, nicht auszureichen. War selten da und dennoch böse, wenn man Entscheidungen ohne ihn getroffen hat.	

		man sich rechtfertigen.		
4	3	Gewaltandrohungen, wie vom Balkon werfen.	Gewaltdrohung: vom Balkon werfen.	
4	4	Zeit gemeinsam fehlte, man selbst sein zu dürfen und auch auszureichen. Sie trennte sich, hat es zu Beginn nicht ernstgenommen, dann Selbstmitleid, dauerte lange, bis sie es schaffte und er wurde sehr gehässig.	Reichte nicht aus, keine gemeinsame Zeit, konnte nicht man selbst sein. Trennung dauerte, da er es nicht ernstgenommen hat, dann Selbstmitleid, wurde immer gehässiger.	
5	2	Immer kontrollierender. Manipulation, Schuldzuweisungen, Druck. Wort im Mund Verdrehen.	Immer kontrollierender. Verdrehte das Wort im Mund, manipulierte und schob ihr die Schuld zu.	
6	2	Zwanghafte Beziehung, alles hatte nach ihm zu gehen, oft wütend, aufbrausend, und nicht tolerant. Große	Starke Veränderung: zwanghafte Beziehung, wütend, keine Toleranz, nur seine Bedürfnisse.	

		Verhaltensänderung.		
6	3	Beziehung nur möglich, wenn man sich komplett aufgibt.	Beziehung nur möglich, wenn man sich komplett aufgibt.	
7	2-3	Hat sie betrogen, Liebe wurde weniger, mehr Streitigkeiten. Es fehlte die gemeinsame Zeit und das Miteinander. Er könnte auch gut sein. Verletztes Kind.	Hat sie betrogen, Liebe wurde weniger, mehr Streitigkeiten. Es fehlte die gemeinsame Zeit und das Miteinander. Er könnte auch gut sein. Verletztes Kind.	

Selektionskriterium 3: Einsicht

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	1	Er streitet alles ab. Tut alles als Blödsinn ab.	Streitet alles ab.	K5 Einsicht zum eigenen Verhalten: Der Partner hatte keine Einsicht, stritt alles ab und wenn es eine Einsicht gab, dann war die oftmals nur vorübergehend und als Strategie

				angewendet. Man hat also über den Narzissmus und das Verhalten nicht gesprochen. Eine Person gab an, dass eben eine Einsicht immer vorgegeben wurde, als sie kurz davor war die Beziehung zu beenden. In Summe gab es aber weder eine Einsicht noch eine Verbesserung im Verhalten, selbst bei einer Paartherapie gab es keine Fortschritte. Auch bei einer Psychotherapie gab es keine Wirkung, sondern es wurde noch schlimmer. K6 Einsicht der Partnerinnen bezogen auf die Beziehung:

				Irgendwann kam der Punkt wo realisiert worden ist, es gibt keine Verbesserung und eine Beziehung wäre nur möglich, wenn man sich komplett unterordnet und auf die eigenen Bedürfnisse vergisst. Eine Person sagte, dass er beziehungsunfähig war und daher Frauen nicht vertrauen kann. Eine andere entschuldigte sich dauernd, aber danach wurde es noch schlimmer was Beschimpfungen und Abwertungen angeht. Also kam es zum Punkt, wo den Beteuerungen kein Glauben geschenkt werden konnte. Es wird

				gesagt, dass es nur möglich wäre eine Beziehung zu führen, wenn eine Einsicht des Gegenübers vorliegen würde und er auch bereit wäre sich Hilfe zu suchen und sie anzunehmen. Ansonsten geht es nicht, weil es auf Kosten der eigenen Gesundheit gehen würde. Eine Person führt auch an, dass sie zuhause ein Buch über den Narzissmus hatte, aber nicht den Mut fand es zu lesen. Es wäre wirklich nur möglich eine Beziehung zu führen, wenn beide sich dem Thema widmen und bereit sind daran zu arbeiten.

1	3-4	Einsicht gab es selten. Nach dem Anschreien gab es eine Entschuldigung, aber statt, dass es besser wurde, wurde es danach noch schlimmer und es gab noch mehr Abwertungen und Beschimpfungen. Nach der Scheidung will sie den Kontakt komplett abbrechen.	Selten Einsicht. Entschuldigung nach Anschreien, aber ansonsten wurde es immer schlimmer, mit Abwertungen und Beschimpfungen.	
1	4	Sie hat eingesehen, dass sie nicht mit ihm zusammen sein kann.	Eingestehen, kann nicht funktionieren.	
2	1	Nie über Narzissmus gesprochen.	Nie darüber gesprochen.	
2	3	Er beteuerte immer wieder, er wolle sich verändern, Besserung wurde immer wieder versprochen.	Beteuerungen es würde sich etwas verändern.	

2	3	Er suchte sich Affären, um mir auch zu zeigen, dass er mich ersetzen kann.	Er hatte Affären, um zu zeigen, er kann sie ersetzen.	
2	3-4	Sie hat es beendet und er versuchte immer wieder mit ihr Kontakt aufzunehmen, sogar als er eine neue Partnerin hatte.	Versuchte immer wieder nach der Trennung Kontakt aufzunehmen, selbst als er eine neue Partnerin hatte.	
2	4	Beziehung wäre nur möglich, wenn sie sich komplett unterordnen würde.	Nur bei kompletter Unterordnung wäre Beziehung möglich.	
3	1	Er meinte er sei beziehungsunfähig und kann Frauen nicht vertrauen.	Er sagte: Beziehungsunfähig und kann Frauen nicht vertrauen.	
3	3	Einsicht dachte sie hat er immer, wenn sie kurz davor steht ihn zu verlassen. Da zog er dann sein manipulatives Verhalten durch.	Einsicht nur kurz bevor sie Schluss machte. Da gab es manipulatives Verhalten.	
3	4	Beziehung nur möglich, wenn jemand sein Problem erkennt	Wenn er das Problem erkennt und Hilfe zulässt.	

		und auch Hilfe zulässt.		
4	1	Nie über Narzissmus gesprochen.	Nie darüber gesprochen.	
4	3	Keine Einsicht. Paartherapie funktionierte nicht. Sie hatte auch Angst ein Buch über Narzissmus zu lesen, aber hatte eines zuhause.	Keine Einsicht, Paartherapie keine Ergebnisse. Sie hatte Angst ein Narzissmus zu lesen, welches sie zuhause hatte.	
4	4	Es kann nicht funktionieren. Es wäre auf Kosten der eigenen Gesundheit gewesen.	Würde nicht gehen, da es sonst der Gesundheit geschadet hätte.	
5	1	Er wusste nicht, dass er das hat.	Er wusste es nicht.	
5	3	Dachte er sei perfekt. Wurde immer schlimmer. Nur am Anfang gab er ihr Recht und lenkte ein.	Keine Einsicht, dachte er ist perfekt. Am Anfang gab er ihr noch Recht und lenkte ein, dann wurde es schlimmer.	
5	3-4	Er ging sogar zum Psychotherapeuten, aber danach	Wurde alles noch schlimmer trotz Psychotherapie.	

		wurde alles noch schlimmer.		
6	1	Nie darüber gesprochen.	Nie darüber gesprochen.	
6	2-3	Sie sah irgendwann ein, dass es sich um Narzissmus handelt und sie komplett manipuliert wird. Trennung war mühsam, weil er es nicht wahrhaben wollte und er extrem wurde.	Erkannte Narzissmus und Manipulation. Trennung war mühsam, weil er es nicht wahrhaben wollte und er extrem wurde.	
7	1	Keine Einsicht.	Keine Einsicht	
7	3	Wenn man sich liebt, dann kann man es schaffen und man daran arbeiten möchte.	Wenn man sich liebt, dann kann man es schaffen und man daran arbeiten möchte.	

Selektionskriterium 4: Bemerken der Symptome

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	1	Erst nach der Hochzeit erkannte sie es, hatte aber keine Ahnung von der Krankheit.	Merkte es nach der Hochzeit. Kannte die Krankheit nicht.	K7 Realisierung des Narzissmus: Hier zeigen sich Unterschiede. Eine Person merkte es schon nach zwei Wochen, weil er

				beispielsweise für drei Tage nichts von sich hören gelassen hat. Andere merkten es länger nicht beziehungsweise wussten nicht, was der Narzissmus ist. Bei einer Person kam es dazu, dass sie es nicht merkte, weil er lange sehr zuvorkommend war. Eine Person merkte es nach der Hochzeit, aber kannte die Krankheit vorher nicht. Es ging immer mehr in Richtung psychischer Druck, bis man realisierte, dass sich vieles verändert hat.
1	1	Dauerte lange bis sie merkte, dass er anders ist als andere.	Merkte lange nicht, dass er anders ist.	

3	1	Merkte nach zwei Wochen etwas, weil sie drei Tage nicht von ihm hörte.	Nach 2 Wochen gemerkt, da ist was anders: hörte 3 Tage nichts von ihm.	
4	2	Ihr war nicht klar, dass es Narzissmus ist, sie war einfach mit ihm zusammen.	Wusste nicht, dass es Narzissmus war.	
5	1	Kleingehalten und kontrolliert. Nur seine Bedürfnisse. Psychischer Stress.	Psychischer Druck, Kontrolle, Kleingehalten.	
6	1	Lange nichts bemerkt, weil er so zuvorkommend wirkte.	Lange nicht, da so zuvorkommend.	
7	1	Merkte es erst nach Jahren.	Merkte es erst nach Jahren.	

Selektionskriterium 5: Was als positiv erachtet worden ist

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	2	Die Durchsetzungsfähigkeit hat gefallen.	Durchsetzungsfähigkeit.	K8 Was von Anfang an gefiel: Es gibt zwei Bereiche, die besonders hervorgestochen sind. Einerseits

				fühlte man sich besonders, als das Wichtigste und wertgeschätzt von dem Partner. Er gab einem das Gefühl die Traumfrau zu sein und als würde er alle Wünsche von den Lippen ablesen. Andererseits waren auch die Hartnäckigkeit und die Durchsetzungsfähigkeit anziehend. Ebenso wurde erwähnt, dass das Gegenüber tierlieb, bodenständig, großzügig wirkte und man das Gefühl hatte, man wird auf Händen getragen.
1	2	Er hat sie wie seine Traumfrau behandelt, ihr Wünsche erfüllt, das Gefühl gegeben	Wertschätzung, Wünsche ablesen, Gefühl man sei die Traumfrau.	

		wertgeschätzt zu werden.		
2	1	Man fühlt sich als das Wichtigste zu Beginn.	Gefühl man ist das Wichtigste.	
3	2	Man fühlt sich besonders.	Besonders fühlen.	
4	2	Die Hartnäckigkeit.	Hartnäckigkeit.	
5	1	Trug sie auf Händen.	Trug sie auf Händen.	
6	1	Sehr höflich, großzügig, flexibel.	Sehr höflich, großzügig, flexibel.	
7	2	Tierlieb, bodenständig.	Tierlieb, bodenständig.	

Selektionskriterium 6: Veränderung des eigenen Verhaltens

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	2	Sie konnte nicht mehr sie selbst sein, wurde immer trauriger.	Nicht sie selbst. Immer trauriger.	K9 Wirkung auf das eigene Verhalten: Man hatte sich zu verstellen, um zu gefallen, man konnte nicht man selbst sein, er war auch nicht er selbst und

				man wurde zunehmend trauriger. Eine Person gab an, dass sie enormen Freiraum hatte, sich um ihre Fortbildungen und ihr Wohlbefinden kümmerte und auch mit vielen Menschen was unternommen hat, und zwar deswegen, weil er beruflich und sportlich sehr engagiert gewesen ist. Anderen fehlte es sich ausleben zu können. Bei einer Person ging es so

				weit, dass sie am eigenen Verstand zweifelte und es überforderte sie, sich ständig verbiegen zu müssen.
2	2	Sie musste sich verstellen, um zu gefallen.	Verstellen, zum Gefallen.	
3	2	Beide waren nicht sie selbst.	Beide nie sie selbst.	
4	2-3	Sie hatte viel Freiraum, weil er sportlich und beruflich sehr engagiert war. Sie hat dann viel mit anderen unternommen, sich um das Wohlbefinden von sich selbst gekümmert und konnte sich fortbilden.	Freiraum: da er sehr engagiert im Beruf und Sport. Fokus auf sich, dem Wohlbefinden, Fortbildungen und viel mit anderen unternommen.	
5	2	Hatte das Gefühl sie müsse immer besser und korrekter sein. Konnte nie sie selbst sein, ständige Habachtstellung.	Hatte das Gefühl sie müsse immer besser und korrekter sein. Konnte nie sie selbst sein, ständige Habachtstellung.	

		Starke Einschränkungen in der Persönlichkeit und im Leben.	Einschränkung im Leben und in der Persönlichkeit.	
5	3	Hätte sich gerne mehr ausgelebt und wäre gern sie selbst gewesen.	Fehlte sie selbst zu sein und sich auszuleben.	
6	2	Er konnte sein, wie er ist, sie hatte sich anzupassen.	Er konnte sein, wie er ist, sie hatte sich anzupassen.	
7	1-2	Begann am eigenen Verstand zu zweifeln. Sie dachte sie hat eine Wahrnehmungsstörung. Ständig verbiegen sollen.	Begann am eigenen Verstand zu zweifeln. Sie dachte sie hat eine Wahrnehmungsstörung. Ständig verbiegen sollen.	

11.3.2 Analyse männlich

Selektionskriterium 1: Kennenlernen

Interview	Seite	Paraphrase	Generalisierung	Reduktion
1	1	Sie arbeitete in einem Lokal, wo er öfters hingegangen ist, als er 18 war. Er war bis jetzt nur mit ihr zusammen und sie hatten ähnliche Interessen.	Erste Freundin, ähnliche Interessen, arbeitete dort, wo er öfters hingegangen ist.	K1 Phase des Kennenlernens: Die drei Interviewpersonen lernen ihre Freundin, mit Narzissmus, entweder bei der Arbeit kennen, beim Ausgehen oder an einem Ort, wo sie

				selbst öfters hingegangen sind. Sie hatten zu Beginn eine schöne Zeit, hatten ähnliche Interessen und eine Person wechselte beispielsweise mit ihr die Arbeit, zog weg und gründete mit ihr eine Familie. Eine weitere Person führt auch an, dass er sehr schnell merkte, dass sie sehr hohe Ansprüche an ihn hat und auch beispielsweise sich immer einladen lassen wollte von ihm.
2	1	Lernten sich als sie jung waren auf der Arbeit kennen. Sie hatten am Anfang eine schöne Zeit, wechselten gemeinsam die Arbeit und zogen nach Tirol. Sie	Bei der Arbeit. Wechselten gemeinsam die Arbeit, heirateten, zogen weg und hatten eine schöne Zeit.	

		heirateten, renovierten ein Haus, bekamen eine Tochter.		
3	1	Beim Ausgehen kennengelernt. Er merkte schnell, dass er sie immer einladen sollte und sie sehr anspruchsvoll war.	Ausgehen. Merke schnell: anspruchsvoll, immer einladen lassen.	

Selektionskriterium 2: Gespräche über Narzissmus und Einsicht

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	1	Nie darüber gesprochen und wusste auch nicht, was das ist.	Keine Gespräche und wusste nicht, was Narzissmus ist.	K2 Einsicht bezogen auf den Narzissmus: Während der Beziehung zeigte keine der Partnerinnen eine Einsicht. Eine Person führt an, dass die Freundin nach der Trennung eine Einsicht hatte, aber es zu spät war und nun das Vertrauen in sie fehlen würde. In Summe gab es nie Gespräche über

				den Narzissmus, keine Gespräche über das problematische Verhalten und es kristallisierte sich schnell heraus, dass die Partnerin die Schuld nie bei sich selbst sucht, beziehungsweise findet, sondern immer beim anderen. Die Partnerinnen übernahmen die Rolle des Opfers und suchten beispielsweise beim anderen den Grund für die Trennung oder Scheidung. Selbst, wenn die Diagnose stattfindet, kommt es zu keiner Veränderung beziehungsweise eine Einsicht. Der Begriff Narzissmus ist oft unbekannt, man befasst sich nicht damit und

				wenn die Partnerin beispielsweise sehr jung ist, dann kann es auch sein, dass sie das zu diesem Zeitpunkt noch schwer verarbeiten kann.
1	3	Einsicht gab zwölf Jahre nicht, erst danach. Dennoch aber kein Vertrauen in sie.	12 Jahre keine Einsicht. Einsicht erst nach der Beziehung. Vertraut ihr aber nicht mehr.	
2	1	Nie darüber gesprochen.	Nie darüber gesprochen.	
2	3	Keine Einsicht, hat die Schuld immer auf andere geschoben und hielt sich als das Opfer.	Keine Einsicht, Opferdenken, Schuld waren andere.	
2	4	Nie Einsicht auf das eigene Verhalten, er ist schuld dafür, dass die Ehe scheiterte in ihren Augen.	Keine Einsicht, er trägt die Schuld für das Scheitern der Ehe.	
3	1	Die Diagnose kam während der Beziehung.	Diagnose während der Beziehung.	
3	3	Auch nach der Diagnose gab es	Keine Einsicht oder Änderung,	

		keine Einsicht oder Veränderung. Vielleicht war sie auch zu jung, um alles zu verstehen.	selbst nach Diagnose. Sie war aber noch sehr jung.	

Selektionskriterium 3: Veränderungen

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	1	Sie wurde schnell böse, wollte immer, dass alles so ist wie sie es möchte, fing an zu weinen, stellte sich als Opfer dar, kam zu spät und griff zu Erpressungen.	Schnell böse, Opferhaltung, hoch emotional, schnelles weinen, Erpressungen und alles sollte nach ihrem Willen gehen.	K3 Wann die Veränderung stattgefunden hat: Die Veränderung kam mit einer Wende. Bei einer Person entstand es durch die Geburt des Sohnes. Der Fokus lag auf dem Kind, der Mann und dessen Bedürfnisse wurden außer Acht gelassen, zusätzlich waren Geldprobleme vorhanden und sie zog sich immer mehr zurück. Sie brach mit vielen Menschen den Kontakt ab. Die viele Affären des Mannes, die sie alle mitbekommen hat, führten ebenso dazu, dass sie sich veränderte

				und auch sehr wütend geworden ist. In einem anderen Fall veränderte sich alles durch den Verlust des Jobs. Danach kam es zu einer Depression. K4 Veränderungen im Verhalten: Es gab gravierende Verhaltensveränderungen, die am Anfang der Beziehung in der Form noch nicht vorhanden waren. Charakteristisch ist, dass vom Partner verlangt wurde, dass er sich umfassend verändert, der Fokus nur auf den eigenen Bedürfnissen gelegen ist und oftmals eingefordert worden ist, dass mit vielen Menschen der Kontakt abgebrochen wird. Es war kaum möglich „normale“ Gespräche zu führen (normal als Wort, welches die Interviewpartner

				verwendet haben). Alles eskalierte, alles führte zum Streit und es war nicht mehr möglich für den Partner er selbst zu sein. Es kam zu Drohungen, die bei allen Kleinigkeiten geäußert worden sind und in Summe wurde die Person unberechenbar. Es war eine enorme Ichbezogenheit vorhanden und es gab auch kein Gleichgewicht in der Beziehung. Der gesamte Raum sollte für die Partnerin verfügbar sein, der Partner ständig für sie und ihre Bedürfnisse da sein und es gab auch keine Reflexion des eigenen Verhaltens. Es gab auch kein Nachgeben von Seiten der Partnerinnen. K5 Wie sich das veränderte Verhalten auswirkte auf den Partner: In Summe hatten die Partner das

				Gefühl, dass es nicht funktionieren kann, weil sie nicht sie selbst sein dürfen, das Gegenüber keinerlei Reflexionsfähigkeit bezogen auf das eigene Verhalten hat und man daher nicht glauben konnte, dass eine Besserung möglich ist. Man fühlte sich unmännlich, so als solle man sich ständig unterwerfen und man fühlte sich klein.
1	2	Als sie den Sohn bekommen haben kam die Veränderung. Der Sohn war im Fokus, sie hatten Geldprobleme, sie schenkte ihm keine Aufmerksamkeit und sie hat auch mit vielen Menschen den Kontakt abgebrochen.	Mit der Geburt des Sohnes veränderte sie sich. Es gab Probleme mit dem Geld, der Sohn war nur mehr im Fokus, keine Aufmerksamkeit für ihn, sie brach zu vielen Menschen den Kontakt ab.	

		Sie wurde auch sehr wütend, als er sie betrogen hat.	Sehr wütend, als er sie betrogen hat.	
1	2	Sie hat sich nie für seine Bedürfnisse interessiert. Er sollte sich verändern, wie sie werden und auch nur mit ihr in Kontakt sein. Er hatte viele Affären, sie bekam alles mit, sie war überfordert und wurde immer mehr wie ihre Mutter.	Nur ihre Bedürfnisse waren zentral, er sollte sich verändern, wie sie werden und nur mit ihr in Kontakt sein. Er hatte viele Affären, die sie auch mitbekommen hat. Sie wurde immer mehr wie ihre Mutter.	
1	3	Angst den Sohn zu verlieren durch die Trennung. Sie machte ihm immer klein und fand sich unmännlich.	Er fühlte sich unmännlich, machte ihn klein.	
1	3	Tägliche Drohungen, oder zwei Mal ausgezogen.	Täglich Drohungen und sie zog zwei Mal aus.	

1	3	Sehr unberechenbar, aber als Mutter sehr liebevoll.	Unberechenbar allgemein. Liebevolle Mutter.	
2	1	Plötzlich führte alles zum Streit, es eskalierte. Man konnte nicht mehr normal miteinander sprechen.	Alles führte zum Streit, eskalierte und normale Gespräche waren unmöglich.	
2	2	Änderte sich als die Tochter noch klein war, es im Job nicht mehr funktionierte und sie kündigte. Sie verfiel in eine Depression und fühlte sich auch sehr allein.	Als die Tochter noch klein war verlor sie den Job, verfiel in eine Depression und fühlte sich alleine.	
2	2	Ihre Bedürfnisse waren immer deutlich wichtiger und nachgegeben hätte sie nie.	Verlor dauernd die Fassung, selbst bei Kleinigkeiten. Ihre Bedürfnisse waren wichtiger.	

		Ständig verlor sie die Fassung, egal, welcher Feiertag war und um welche Kleinigkeit es sich handelte.	Nie nachgegeben.	
2	3	Er musste sie verlassen, weil er es nicht mehr aushielt. Er glaube auch nicht mehr daran, dass sie sich bessern kann.	Kein Glaube daran, dass sie sich bessern kann und er musste gehen, weil er es nicht ausgehalten hat.	
3	1	Bemerkt, wie ichbezogen sie ist.	Ichbezogenheit.	
3	2	Ihr Narzissmus wurde immer stärker. Es war nicht auszuhalten. Er hat wirklich alles versucht, aber merkte schon nach 1, 5 Jahren, dass das Gleichgewicht fehlt. Sie wollte	Narzissmus wurde immer stärker. Kein Gleichgewicht: sie bestimmte, brauchte mehr Raum, wollte, dass er sich veränderte, er konnte nicht er selbst sein, sie reflektierte ihr Verhalten nicht.	

		ständig bestimmen und nahm immer mehr Raum ein. Sie wollte, dass er sich ändert, er konnte nicht er selbst sein und sie hat auch ihr Verhalten nicht reflektieren können.		
3	3	Sie schränkte ihn sehr ein, auch bezogen auf den Kontakt mit der Familie.	Einschränkungen, kein Kontakt mit der Familie.	
3	3	Drohungen waren Standard, wegen jeder Kleinigkeit.	Andauernd Drohungen, egal worum es ging.	

Selektionskriterium 4: Was ihm gefallen hat

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	2	Sehr tough, wusste was sie will, dachte sie steht voll im Leben und hat ihn motiviert.	Stark, wusste, was sie will, steht voll im Leben und ist motivierend.	K6 Besonders anziehende Aspekte am Anfang: Die zukünftigen Partnerinnen

				wirkten am Anfang sehr stark, selbstbewusst, motivierend und so als wüssten sie erstens genau was sie vom Leben wollen und zweitens würden voll im Leben stehen. Ebenso wirkten die Partnerinnen sehr lustig, sozial, voller Lebensfreude und eben komplett anders als andere Menschen.
2	2	Sie war vorher komplett anders, sehr sozial, lustig und voller Lebensfreude.	Anders, sozial, lustig und voller Lebensfreude.	
3	2	Sie war so stark und selbstbewusst.	Stark und selbstbewusst.	

Selektionskriterium 5: Vergleich zu anderen Beziehungen und was am meisten fehlte

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	3	Nie normal reden können und Streits immer eskalieren.	Streits eskalierten,	K7 Ungünstige Merkmale, die besonders in

			keine normalen Gespräche.	der Beziehung auffallend sind: Die Partnerinnen konnten sich nicht in die Beziehung einbringen. Der Fokus lag ständig nur bei dessen Bedürfnissen, sie waren sehr egoistisch und es war nicht möglich Gespräche zu führen, über die Beziehung oder ein sonstiges Thema. Alles eskalierte und wurde zu einem Streit. Es gab keinen liebevollen Umgang miteinander und die Partnerinnen konnten sich nicht entschuldigen,

				ihre Fehler eingestehen, die Verantwortung übernehmen und auf die Partner eingehen. Man hatte das Gefühl, dass sie sich selbst und sonst niemanden so richtig mögen und vor allem alles daran ansetzen, dass nur ihre Bedürfnisse im Fokus stehen. Man wurde in der Beziehung weder gesehen noch gehört. Bei anderen Beziehungen brachten sich die Partnerinnen ein, haben versucht an der Beziehung zu arbeiten und

				waren reflektiert.
1	3	Gesehen und gehört werden. Ein liebevoller Umgang miteinander.	Nicht gesehen und gehört werden. Kein liebevoller Umgang.	
2	1	Sie war die erste Partnerin, daher kein Vergleich.	Kein Vergleich zu anderen Partnerinnen, da die erste.	
2	3	Keine normalen Gespräche, ohne Eskalation. Keine Einsicht bezogen auf eigene Fehler, Verantwortung übernehmen, Entschuldigungen waren nicht möglich. Sie konnte das alles nicht und wollte es auch nicht.	Keine normalen Gespräche ohne Eskalation. Keine Einsicht zu Fehlern, keine Verantwortung, keine Entschuldigung. Konnte und wollte es nicht.	
2	3	Konnten nirgends hingehen, weil sie sich selbst und niemanden sonst mochte.	Sie mochte sich nicht und auch niemanden sonst.	
3	3	Er hat wenig Erfahrungen, aber die anderen konnte sich reflektieren, haben sich eingebracht und	Andere konnten sich reflektieren und in die Beziehung einbringen.	

		waren in der Lage eine Beziehung zu führen.		
3	4	Normale Gespräche fehlten, den eigenen Bedürfnissen nachzugehen, es gab keine Beziehungsgespräche. Sie war zu egoistisch.	Keine normalen Gespräche, auch nicht über die Beziehung. Egoistisch und man konnte nicht den eigenen Bedürfnissen nachgehen.	

Selektionskriterium 6: Trennung und Fazit

Interview	**Seite**	**Paraphrase**	**Generalisierung**	**Reduktion**
1	4	Sie hat ihn verlassen, ist mit dem Kind ausgezogen, während er wieder eine Affäre hatte. War aber oft ein hin und her. Die Beziehung wäre nur möglich, wenn beide daran arbeiten und sie auch versteht, in welche Richtung sie sich entwickelt hat.	Beide müssten daran arbeiten und sich entwickeln. Das Beenden war ein hin und her.	K8 Beenden der Beziehung: Es wurde mehrmals betont, dass wenn sich nichts verändert, das Aus bevorsteht. Es dauerte, bis die Partnerinnen das Ende akzeptiert haben. Es musste aber sein, weil von Seiten der Partner nicht davon ausgegangen werden konnte, dass sich etwas veränderte. Sie hatten das Gefühl,

				sie würden ansonsten an der Beziehung zerbrechen. In einem Fall verließ er seine Partnerin, als er eine neue Frau kennenlernte und merkte, wie schön das Leben sein kann. In einem anderen Fall verließ sie ihn, doch er hatte bereits mehrere Affären und von daher sah er sowieso keine Zukunft für die Beziehung. K9 Beziehungspotenzial: Die Beziehung könnte nur dann funktionieren, wenn beide bereit sind daran zu arbeiten, da es sich um eine psychische Erkrankung handelt. Es wäre aber unbedingt notwendig, dass bei der Partnerin eine

				Einsicht vorliegt und sie auch bereit dazu ist.
2	4	Er lernte eine andere kennen und merkte, wie schön das Leben sein kann. Sie kämpfte um ihn. Er musste gehen, weil er am Verhalten ihm gegenüber sonst zerbrochen wäre, da hätte es keine Chance auf das Weiterführen der Beziehung gegeben.	Merkte als er eine andere Frau kennenlernte, dass das Leben auch schön sein kann. Er sah keine Hoffnung, wäre sonst zerbrochen und ging, auch wenn sie kämpfte.	
3	4	Er sagte mehrmals, wenn sie sich nicht ändert, muss er gehen. Er hat versucht auch kurz vorm Ende und beim Trennen auf sie Rücksicht zu nehmen und ihr auch zu helfen. Es dauerte, bis sie keinen Kontakt mehr hatten.	Versucht auf sie Rücksicht zu nehmen und zu sagen, dass wenn sich nichts veränderte, müsse er gehen. Hat gedauert, bis sie das Ende akzeptiert hat.	
3	4	Es könnte funktionieren, wenn	Beide müssten daran arbeiten,	

		beide daran arbeiten. Es ist eine psychische Krankheit und daher müssten beiden zusammenarbeiten.	da es eine psychische Krankheit ist.	