Rezensionen von Buchtips.net

Klaus Eidenschink: Es gibt keine Narzissten!

Buchinfos

Verlag: [Carl-Auer Verlag \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-8497-0534-3 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 19,95 Euro (Stand: 29. April 2025)

Hervorragende Einleitung ins Thema zur differenzierten Betrachtung

Die "narzisstische Störung" ist aktuell "in aller Munde". Was, natürlich, eine negative Konnotation in sich trägt und, man ahnt es, in dieser Verallgemeinerung natürlich nicht zutrifft. Aber gerade die Titulierung als "Narzisst" hat eben auch etwas Griffiges. Es ist kaum ein Kraut dagegen gewachsen, und so kann man sich mit dieser Diagnose als "Narzisst" bequem zurücklehnen, oder, von der anderen Seite her betrachtet, man kann damit Menschen gut "abstempeln" und ihre Meinungen damit ignorieren.

"Narzissmus ist das Zauberwort unserer heutigen Zeit, mit dem wir alles Unangenehme, das uns durch andere Menschen widerfährt, scheinbar objektiv erklären können".

Und dem ist einfach nicht so. Wie Eidenschink in diesem vom Umfang her recht schmalen, vom breiten Inhalt her aber umfassend betrachteten Ansatz her vor die Augen von Lesern und Leserinnen führt. Durch die Betrachtung des Menschen als "Person in Nöten" gelingt zunächst die "zur-Seite-Legung" von Bewertungen im Sinne von "gut und böse (Narzissmus)" oder "richtig und falsch" (Narzisst) oder "feindlich und zu meiden" (da kein Kraut dagegen gewachsen ist). Und ebenso legt Eidenschink mit seiner Definition von "narzisstischer Not" eine sehr gangbare und verständliche Grundlage für den Umgang, solche Nöte real zu erkennen und gemeinsam damit Umgang zu finden.

"Die Not besteht darin, dass man wenig bis keine innere Orientierung hat. Man spürt nicht, was man will, sondern man spürt, was man denkt, was man spüren sollte."

In der Folge kreist die Not daher gar nicht um die (egozentrischen) eigenen Wünsche, sondern um die Zielsetzung, dass man sich als bedeutsam empfindet, vor allem aber die Kontrolle hat. Über alles und jedes. Der Mensch "konstruiert" aufgrund dieses "Drucks" und als Schutzfunktion ein Bild von sich selbst, hinter dem der emotionale Anteil, der Zugang zu sich selbst, verborgen bleibt. Wie bei jedem Schutzmechanismus beruht auch dieser letztlich darauf, zu meinen, den Schmerz des "echten Spiegels" seiner selbst nicht ertragen zu können. Es zählt nur die "erfolgreiche Anpassung an das, was man meint, was von einem erwartet wird".

Was dabei die narzisstische Störung so schwierig für alle Beteiligten macht, ist, dass das "Leid exportiert wird". Man hat die Kunst perfektioniert, das eigene Leiden nicht zu spüren (außer bei massiven narzisstischen Kränkungen wie Verlassen werden oder den eigenen Tod zu bedenken), sondern es anderen aufzubürden. Der Narzisst "lässt leiden".

Und je weniger "Handwerkszeug" zur Verfügung steht in der eigenen Not oder als die Person, auf die "Leid ausgelagert wird", desto mehr ein jedem innewohnender Narzissmus virulent wird und um sich greift, desto "gestresster" ist dann nicht nur der Einzelne, sondern die Gesellschaft am Ende gleich mit (was man aktuell bestens validieren kann).

"Fehlt uns das Verständnis, wie individuelle und soziale Nöte einander bedingen, werden wir für die Gegenwart blind und sind der Zukunft ausgeliefert".

Und genau hier steuert Eidenschink gegen. Nicht mit allgemeinen Betrachtungen, sondern überaus kleinteilig im Blick auf so ziemlich jeden Bereich des alltäglichen Lebens, der Gefährdungen in sich trägt. Und ebenso gelungen ist, dass Eidenschink zunächst damit beginnt, wie man andere in narzisstische Nöte führt (in der Kindererziehung bereits),

wie man sein eigenes Leben narzisstisch ausrichtet und wie man das eigene Leiden durch einen Narzissten noch befördert.

Was zunächst unlogisch klingt für ein Handbuch gegen narzisstische Nöte entpuppt sich bei der Lektüre in diesem ersten Teil als eine sehr verständliche und kompetente "Unterrichtung" in das, was narzisstische Nöte sind, wie man sie bemerkt und wie sich diese anfühlen.

Weiß man dann, wie sich narzisstische Nöte aufbauen und verstärken und wer alles dazu beiträgt, bietet der zweite Teil des Werkes eine Vielzahl von Lösungs-, zumindest Minderungsstrategien, die man gegen den eigenen Narzissmus ebenso umgehend praktisch ins Felde führen kann, wie gegen narzisstische Versuche anderer, deren Leid "auszulagern".

Eine hervorragende, fundierte, verständliche Lektüre zu einer der zunehmend größten inneren Nöte der Gegenwart.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[08. Januar 2024]