



## Wenn die Leistungsansprüche der Eltern den Kindern schaden - ein Blick auf den sogenannten narzisstischen Missbrauch

blogweise.junfermann.de im Februar 2016

### „Sei ein braves Kind und lass mich gut aussehen!“

Von Bianca Olesen

In der Regel formulieren Eltern das Beziehungsangebot an ihre Kinder nicht auf diese Weise, und doch gestalten manche es genau so. Das ist dann der Fall, wenn die Kinder gebraucht werden, um den brüchigen Selbstwert ihrer Eltern (oder anderer Bezugspersonen) zu stabilisieren:

**narzisstisches Delegieren** oder auch **narzisstischer Missbrauch** wird dieses Phänomen in der Fachliteratur genannt.

Lassen Sie mich diese Facette narzisstischer Beziehungsgestaltung an einem aktuellen Beispiel aus meiner Praxis verdeutlichen:

\*\*\*

Erst neulich berichtete mir eine Mutter von der „Not“ mit ihren vier Kindern: Da sie großen Wert auf vollständige, richtige und ordentliche Hausaufgaben lege, hätte sie jeden Tag (inklusive der Wochenenden) Konflikte mit ihren Kindern auszutragen. Bis in den späten Abend hinein gäbe es Streit, Widerstand der Kinder, Tränen und Bestrafungen, und dennoch seien die Hausaufgaben schließlich nicht zu ihrer Zufriedenheit erledigt.

Die Paarbeziehung leide mittlerweile deutlich darunter, nicht nur wegen der fehlenden Paar-Zeit, sondern vor allem, weil ihr Ehemann sie bei der Durchsetzung ihres Anspruchs nicht unterstütze. Als fast schon rebellisch empfinde sie seine Einstellung, die Kinder ihre eigenen Erfahrungen mit den Rückmeldungen der Lehrer zu den Hausaufgaben machen zu lassen und vor allem seinen Hinweis auf den – durch die Reihe guten – Notendurchschnitt der tendenziell hochbegabten Kinder.

Als ich sie nach den Rückmeldungen der Lehrer fragte, lächelte sie wieder: Alle Lehrer hätten sie dafür gelobt, was für eine gute Mutter sie sei. Kein anderes Kind hätte stets so ordentliche Hausaufgaben wie ihre.

\*\*\*

Wie die Begebenheit zeigt, stehen hier weder die schulischen Leistungen der Kinder im Vordergrund – alle vier zeigen gute bis hervorragende Leistungen – noch ein berechtigtes Misstrauen an der Zuverlässigkeit der Kinder.

Tatsächlich geht es um den Ruf der Klientin als „gute Mutter“, den sie über die formalen Leistungen ihrer Kinder herstellen und aufrechterhalten will. Und darum, dass ihr selbst das nicht bewusst ist und auch nicht bewusst wird, nicht einmal in der Auseinandersetzung mit dem Partner, dessen Meinung sie ansonsten für die gemeinsame Entscheidungsfindung wertschätzt, sei es bei der Erziehung oder bei anderen Paar- oder Familienthemen.

Stattdessen zielt das gesamte Verhalten der vierfachen Mutter (unbewusst) darauf ab, Anerkennung zu bekommen, es dient also der Stabilisierung ihres Selbstwertes auf einer leistungsbezogenen Ebene.

Warum nenne ich diese Ebene eine leistungsbezogene Ebene? Weil es darum geht, durch die Leistungen der Kinder (die Hausaufgaben stets vollständig, richtig und ordentlich zu erledigen) die Leistung der Mutter (dafür „gut“ gesorgt zu haben, zu diesem Zweck „gut“ auf die Kinder eingewirkt zu haben) zu garantieren.

Im Gegensatz dazu stünde die Anerkennung der Mutter um ihrer selbst willen, die sie z.B. an der Zuneigung und dem Vertrauen der Kinder ablesen könnte, an deren Bindung an die Mutter, an deren Bedürfnis nach Körperkontakt, Trost, Schutz und Geborgenheit und vielem anderen mehr. Eine Anerkennung, Liebe letztlich, die die höchste Form zwischenmenschlicher Anerkennung darstellt: „*Ich an-erkenne dich.*“

Übersetzt heißt das:

*Ich erkenne dich:* Ich sehe, wie du gemeint bist, was du fühlst, brauchst, willst und tust.

*Und das erkenne ich an:* Ich lasse dich genau so gelten, bedingungslos und ohne dich infrage zu stellen. Ich liebe dich, weil du bist, wer du bist.

Eine Form der Anerkennung, die diese Mutter aber nicht kennen und wahrzunehmen gelernt hat. So muss sie die Wertschätzung der eigenen Person und damit ihren Selbstwert an Leistung messen und diesen Maßstab zudem an die Kinder weitergeben:

*„Dass ihr mich um meiner selbst willen liebt (anerkennt), gilt für mich nichts. Für mich gilt Leistung – also leistet für mich!“*

### **Abhängigkeit: Um die Bindung zu sichern, werden eigene Bedürfnisse negiert**

Warum nun sprechen wir hier von narzisstischem Delegieren oder gar von narzisstischem Missbrauch?

Das Kind – oder auch der erwachsene Mensch im Umfeld eines narzisstisch reagierenden Gegenübers – begegnet einem anderen mit *seinen* Gefühlen und Bedürfnissen und „braucht“ es, dass diese erkannt, ernst genommen und gelten gelassen werden. Im Gegensatz aber zum Erwachsenen, der sich ab- und einem anderen zuwenden könnte, sobald er sich nicht ausreichend bestätigt fühlt, ist ein Kind von seinen Bezugspersonen abhängig – ohne die Bezugspersonen kann es nicht überleben.

Es ist also einerseits ein Metabedürfnis<sup>[1]</sup> von Kindern, dass sie von ihren Bezugspersonen in ihrer Individualität angenommen werden, damit sie lernen, gesund und autonom in die Welt zu gehen und auch anderen ihre gesunde Autonomie zuzugestehen. Andererseits muss dieses Bedürfnis in unserem Kontext aber zugunsten einer fortbestehenden Bindung aufgegeben werden. Narzisstische Eltern delegieren die Befriedigung ihrer selbstwertstärkenden Bedürfnisse wie im o. g. Beispiel an ihre Kinder und übergeben so deren Bedürfnisse. Von Seiten der Bezugspersonen betrachtet sprechen wir daher von narzisstischem Delegieren.

Das abhängige Kind muss dies geschehen lassen und seine ureigenen emotionalen Reaktionen und Bedürfnisse unterdrücken, für die es doch eigentlich Unterstützung, sprich Anerkennung bräuchte. Unausgesprochen erlebt es die Forderung: „Höre auf, zu fühlen, was du fühlst (im o. g. Beispiel: Widerstand, Trotz, Traurigkeit), und fühle und verhalte dich so, wie ich es brauche (z. B. gehorsam, dankbar)!“ Daher sprechen wir von Seiten des Kindes (oder eines sich in die Abhängigkeit vom narzisstischen Gegenüber begebenden Erwachsenen) von emotionalem Missbrauch.

### **Ich bin ich und du bist du.**

*„Ich bin nicht auf dieser Welt, um nach deinen Erwartungen zu leben, und du bist nicht auf dieser Welt, um nach meinen Erwartungen zu leben.“ (Fritz Perls)*

Kein Mensch – ob jung oder alt – hat es verdient, dass ihm seine Gefühle und Bedürfnisse abgesprochen werden, damit er dem anderen zu Ansehen verhilft; dass er aufhören muss, er selbst zu sein, damit ein anderer fühlen kann: *Ich bin wert.*

Denn was anderes könnte ein Mensch daraus für spätere Beziehungen lernen, als dass er sich genauso verhalten müsse? Dass er andere ebenso verletzen müsse, wie er einst selbst verletzt wurde? Und nicht aus böser Absicht, sondern schlicht aus einem Unvermögen heraus, das als Folge eines narzisstischen Erziehungsstils gesehen werden muss.

### **Beziehungen in Gleichwertigkeit**

Diese Klientin war mit einem ganz anderen Anliegen zu mir gekommen und schilderte das oben beschriebene Dilemma eher en passant als eine Facette ihrer aktuellen Situation. Fokus des Coachings war ihr Stresslevel, und ihr Ziel für das Coaching war ganz klassisch für narzisstische Persönlichkeiten: „Wie schaffe ich noch mehr?“ (statt: „Wovon lasse ich los?“) Meine Aufgabe als Coach sah ich deshalb zunächst darin, mit ihr die Ursprünge ihres Stressniveaus zu erkunden und ihr die Erkenntnis zu ermöglichen, dass nicht die Kinder (und die anderen im Allgemeinen) Schuld an ihrem Stress sind, sondern ihr überhöhtes Bedürfnis nach Anerkennung, das sie über die Leistungen der Kinder zu erfüllen versuchte.

Da ich selbst Mutter bin, kenne ich diese narzisstische Falle gut. Als meine Kinder noch sehr jung waren, war ich von den Widersprüchen zwischen der Erziehung, die ich selbst erlebt hatte, dem Wunsch, es einmal anders zu machen, und den unzähligen Außenmeinungen so stark verunsichert, dass ich mich auf ähnliche Weise wie die Klientin bemühte, alles „richtig“ zu machen.

Ich bewegte mich damit auf vertrautem Grund und wurde gleichzeitig als Mutter immer unglücklicher. Glücklicherweise begegneten mir auf verschiedenen Wegen immer wieder Menschen mit einem bedürfnisorientierten und wertschätzenden Menschenbild und einer Haltung der Gleichwertigkeit, und ich begab mich auf den Weg, diese Sicht auf die Menschen sowohl privat als auch beruflich zu integrieren. Wer weiß – wahrscheinlich würde ich meinen Kindern sonst heute noch wesentlich häufiger mit meinem narzisstischen Anteil begegnen.

Als Kind habe ich genau solche narzisstischen Beziehungsmuster erlebt. Leistung stand stark im Fokus, und auf mich als autonomes Wesen mit Bedürfnissen, Wünschen, Träumen und Plänen habe ich wenig Resonanz erlebt. Ich erinnere mich daran, dass mich die ersten Begegnungen in Gleichwertigkeit als Erwachsene stark verunsicherten und dass ich zunächst nichts anfangen konnte mit diesem für mich fremden Beziehungsangebot: „*Du bist mir wichtig, so, wie du bist. Und ich bin interessiert daran, wie du bist.*“ Wie gekränkt ich teils war, weil meine Leistungen plötzlich nicht mehr in gewohnter Weise relevant waren. In liebevoller Begleitung ging ich auf Spurensuche nach der verunsicherten Bianca hinter den Leistungen und nach einem vollständigeren Selbstbild. Ob ich schon angekommen bin? Ich denke, ich werde noch vieles an mir neu entdecken im Laufe der Jahre. Aber ich fühle mich mir nah und zufrieden. Und ich kann heute gleichwertige, nährnde und tragende Beziehungen gestalten. Nicht nur, aber besonders zu meinen Kindern.

Und eben diese wertvolle Erfahrung wünsche ich jedem Menschen und kann nur dazu ermutigen, sich dafür einzusetzen – egal, in welcher Funktion: als Eltern, als Coach oder als in einer narzisstischen Beziehung gefangener Mensch.

---

[1] Ich nenne die Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Autonomie Metabedürfnisse, weil diese beiden Bedürfnisse nach den Erkenntnissen der Gehirnforschung auf einer höheren Stufe als alle anderen Bedürfnisse liegen und allem Verhalten eines Menschen steuernd zugrunde liegen.



### Über die Autorin

**Bianca Olesen**, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Gestalttherapeutin, Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten Stress & Entspannung, Persönlichkeitsentwicklung, emotionale Kompetenz und gehirngerechtes Lehren und Lernen. 2015 erschien von ihr das Buch [Der Mensch hinter der Maske](#).