

Alter und Narzissmus

A. Schüler-Schneider, Frankfurt am Main

Am 03.02.2007 fand im Fortbildungszentrum der Akademie für Fort- und Weiterbildung der Landesärztekammer in Bad Nauheim die Veranstaltung „Alter und Narzissmus“ unter Mitwirkung namhafter Referenten statt. Herr Prof. Martin Teising aus Kassel, der sich intensiv mit dem Narzissmus des Alters und insbesondere der narzisstischen Problematik alternder Männer beschäftigt und auch einen Beitrag zum Buch „Narzissmus“, herausgegeben von Prof. Kernberg, geschrieben hat; Herrn Peters, der unter anderem die Zeitschrift „Psychotherapie im Alter“ herausgibt; sowie Herrn Dr. Luft, der Jahrzehnte lang die gleichnamige Klinik in Hofheim leitete.

Als ich vor über 30 Jahren meine Weiterbildung in Psychotherapie und Psychoanalyse begann, lag die Altersgrenze für den Beginn der psychoanalytischen Weiterbildung bei 40 Jahren. Damals war die Alterspyramide noch eine Pyramide, die auf festen Füßen stand. Mittlerweile hat sie sich umgekehrt. Nicht nur aus diesem Grund wurde es immer wichtiger sich auch psychotherapeutisch mit dem Alter zu befassen. Vorurteile von mangelnder Plastizität und das Fehlen der Lernfähigkeit im Alter wurden durch neuere Forschungsergebnisse widerlegt. In vielen Fällen kann fehlende Lernfähigkeit als Widerstand verstanden und somit auch bearbeitet werden. Somit wird heute die Notwendigkeit und Indikation einer Psychotherapie nicht mehr von Altersgrenzen limitiert, sondern von vorhandenen Ressourcen, der Motivation und dem Widerstand gegen eine solche Behandlung. So werden schlüssig begründete Psychotherapieanträge für eine psychotherapeutische Behandlung älterer Patienten von Gutachtern in der Regel befürwortet.

Psychoanalyse bei Älteren, der lange Weg aus der Resignation

Die Ansicht, die meisten älteren Menschen seien dement, entspricht nicht der Wirklichkeit. 1% der 60-jährigen ist an Morbus Alzheimer erkrankt oder leidet unter Demenzen, der Anteil bei den 70-jährigen liegt bei unter 5%, und bei den 80-jährigen liegt er bei 15%. Erst bei den 90-jährigen nimmt dieser Anteil auf 50% zu. Altersbedingte psychische und körperliche Einschränkungen haben nicht nur Nachteile, sondern können das Handeln und die Gedanken auf das Wesentliche konzentrieren und die Langsamkeit des Alters erfüllt auch einen biologischen Sinn. Die durch rasche und komplizierte Lernvorgänge erlangte Erfahrung kann angewendet werden, schnelle Veränderungs- und Entscheidungsprozesse würden das Handeln im höheren Lebensalter behindern. Handicaps und Einschränkung der Beweglichkeit, der Leistungsfähigkeit, der Potenz vermindern den Leistungsdruck und können auch zu einer höheren Zufriedenheit beitragen. Wie eine Untersuchung ergab, ist die Lebensqualität des älteren Menschen nicht allein von dessen Gesundheit abhängig, sondern multimorbide Menschen, die unter Schmerzen leiden können zufriedener sein als gleichaltrige Menschen mit einem geringeren Leiden (Damm).

Freud schrieb 1898 ein zu weit fortgeschrittenes Alter begrenze die Wirksamkeit der Psychoanalyse, ein Behandlungserfolg sei im 4. Jahrzehnt zweifelhaft, im 5. Jahrzehnt höchst unwahrscheinlich und jenseits des 5. völlig ausgeschlossen. 1920 entgegnete ihm Abraham, dass er mit einigem Widerstand Patienten von 40 bis über 50 Jahre in Behandlung genommen hätte und es zu seiner Überraschung zu einem günstigen Behandlungserfolg kam. Er meinte, dass das Alter der Neurose und nicht das Lebensalter für die Prognose entscheidend sei. Er behandelte einen 50-jährigen Mann mit melancholischer Depression und Selbstbeschuldigung erfolgreich. Er war nach 5 Jahren Analyse wieder arbeitsfähig, ein 53-jähriger Zwangskranker mit schwerer Angst wurde durch die Analyse wieder leistungs- und genussfähig. Erikson (1959) entwarf ein Modell über den gesamten Lebensverlauf mit Entwicklungsstadien und 8 Stufen, jeder Stufe wird ein Motto zugeordnet. Im Erwachsenenalter ist es Liebe, dann Fürsorge, im Alter Weisheit. Pearl King behandelte

1980 erstmals Patienten bis Mitte 60, sie sah erstmals nicht nur die infantile Neurose als Ursache, sondern auch die Lifeevents der Älteren,

1. Angst vor Potenzverlust
2. Rollenverlust durch Jüngere,
3. Eheprobleme, die vorher durch die Kinder maskiert worden waren
4. Abhängigkeit von anderen durch das Altwerden
5. Ziele nicht mehr erreichen zu können durch den eigenen Tod.

Insbesondere müsse man sich immer wieder fragen, wer bin ich jetzt gerade in der Übertragung. Pollock/ Heuft (1997) weist auf die Bedeutung der Aktualkonflikte bei älteren Menschen hin, häufig stammen die Konflikte nicht aus der Kindheit sondern sind erst in der Gegenwart entstanden und hängen mit den Problemkomplexen zusammen, die Pearls aufgeführt hat. Gelernte Konfliktstrategien reichen im Alter oft nicht mehr aus, da Handicaps, Krankheiten neue Strategien und Anpassungsmechanismen erfordern.

Primärer Narzissmus

Lebenslang ist der Glaube an die Unbesiegbarkeit, Unvergänglichkeit und Unsterblichkeit, die im Unbewussten als Phantasie erhalten bleibt. Nach Kohots Konzept ist die Wandlung der narzisstischen Energie in echte Objektliebe meist eine Illusion, könne aber durch Umformung zu Humor und Weisheit sublimiert werden.

Sekundärer Narzissmus

Der sekundäre Narzissmus ergibt sich aus der Rückwendung von den Objekten, in denen man sich spiegelte, die zum Vorbild wurden, von denen man sich liebend ergreifen ließ. Durch Identifizierung werden die geliebten oder bewunderten Objekte in die Persönlichkeit integriert.

Tertiärer Narzissmus

Erzwungener Rückzug aus stabilen Objektbeziehungen kann zu schweren narzisstischen Beziehungsstörungen führen (Kipp 1992), die er als tertiären Narzissmus bezeichnet.

Peters Ich-Ideal-Konflikte 1998

Es geht um den Widerspruch zwischen dem, was der alte Mensch prinzipiell verwirklichen könnte und dem was er tatsächlich verwirklicht hat. Das sind Fragen, die in der Lebensbilanz und dem Wunsch nach Vollendung der Identität erwogen werden, es geht aber auch um Würde, Achtung und Respekt, worauf die Älteren großen Wert legen.

Narzissmus, Scham, Ich-Ideal und Depression, Meinolf Peters

Ein Hauptaffekt des Alters ist die Scham, sie entsteht dann, wenn intime Geheimnisse ungewollt zum Vorschein kommen, wenn plötzlich das Selbst im vollen Licht der Öffentlichkeit gesehen wird und sich der Beschämte gleichzeitig unfähig erlebt die Situation zu kontrollieren. Scham entsteht aus einem Konflikt zwischen Ich und Ich-Ideal, das durch Blick des Objektes verstärkt wird. Scham ist in erster Linie ein intrapsychischer Vorgang, der in der Beziehung zum Objekt verstärkt wird. Der Beschämte fühlt sich gedemütigt, er wird schwach, unterlegen, droht seine Würde zu verlieren. Schuld entsteht durch die Verletzung anderer, Scham durch die Herabsetzung des eigenen Selbstwertgefühls. Anlässe gibt es im Alter vielfältige, die Attraktivität, die Leistungsfähigkeit, der soziale Einfluss, die Reaktionsfähigkeit nehmen ab. So fanden beispielsweise italienische Forscher heraus, dass man um in einer Grünphase einer Ampel gefahrlos die Straße überqueren zu können, 1.4 m

pro Sekunde zurücklegen muss. Dies können aber in der Gruppe der 78 - 81-jährigen nur noch 15% der Männer und 4% der Frauen.

Bei der Bilanzierung des Lebens wird die Bewusstwerdung von Schuld und Versagen zu Scham, Bedürftigkeit und Abhängigkeit von anderen. Erikson hatte in seiner Stufentheorie Scham mit der analen Phase in Verbindung gebracht, die er mit der Polarität Autonomie versus Scham und Zweifel beschrieben hat.

Peters nennt Scham die verhüllte Begleiterin des Narzissmus. Wenn im Alter die Kräfte nachlassen und die Autonomie nicht mehr aufrecht erhalten werden kann, wird zuerst versucht diese Autonomie aufrecht zu erhalten, um nicht in Abhängigkeit zu geraten, es kann soweit gehen, dass es zur Verwahrlosung und völligen Hilflosigkeit kommt. Dann bricht die Scham mit aller Macht heraus und entfacht eine enorme Aggression gegenüber den Helfern, diese werden herabgesetzt, um das eigene Selbstwertgefühl zu retten und die Scham abzuwehren. Nichts ist dann richtig und gut genug, was diesen alten Menschen widerfährt. Wenn die Abwehrmechanismen mit Verleugnung, Projektion und Abspaltung nicht mehr funktionieren, kommt es häufig zu einem Selbstmord, um das unerträgliche Schicksal zu beenden.

Ich-Ideal und narzisstische Depression im Alter

Scham und Stolz sind laut Wurmser die spezifischen narzisstischen Affekte. Dabei spielt das Ich-Ideal eine zentrale Rolle, Freud führte diesen Begriff 1914 in seiner Arbeit zur Einführung des Narzissmus ein. Es lässt sich als das innere Bild vom Selbstverstehen, so wie wir sein möchten und wie wir von der Welt gesehen werden möchten. Freud sah es als den verloren gegangenen Narzissmus der frühen Kindheit, in der wir unser eigenes Ideal waren, ein Ersatz allerdings, der vom Ich getrennt sei, eine Umwandlung des Narzissmus in eine reifere Form (Chassquet-Smirgel 1981). In der Tiefe beinhaltet es zusätzlich die grandiosen Wünsche des präöedipalen Kindes und den Glauben an die Omnipotenz der Eltern. Das Ich ist mehr realitätsorientiert als das Ich-Ideal. Übereinstimmung von Ich und Ich-Ideal führen zu Glücksmomenten im Leben, dabei entsteht ein Gefühl des Stolzes, gleichzeitig wird das Selbstwertgefühl angehoben. Der umgekehrte Vorgang, die Kluft zwischen Ich und Ich-Ideal, löst Scham aus. Im Alter wird diese Kluft immer größer und teils unüberwindbar. Daraus kann eine Ich-Ideal-Depression resultieren (Benedetti 1981). Diese ist dann die Abwehr, die das Weiterleben des unbewussten Ich-Ideals ermöglicht, allerdings nur auf Kosten der Selbstachtung in seiner negativen Form der Nichterreichbarkeit, was in Selbstanklagen gipfelt. Es sind die Klagen des Ich-Ideals gegen ein Ich, das dessen Ansprüche nicht mehr erfüllen kann. Diese Depression ist also durch Scham und nicht durch Schuldgefühle geprägt. Schuld entsteht nämlich aus einem Versagen des Ichs gegenüber dem Über-Ich und ist Folge einer verbotenen Handlung.

Gibt es einen reifen Narzissmus im Alter?

Affekt der Scham kann auch eine Triebkraft zur Veränderung sein, indem die Grenzen der Identität erfahrbar werden und Anpassungs- und Veränderungsvorgänge reflektiert werden können. Hierzu müssen libidinöse Besetzungen vom Ich-Ideal abgezogen werden. Freud stellte die These auf, dass die Notwendigkeit bestehe, im Alter zu einem kosmischen Narzissmus zu gelangen. Lipton argumentiert, dass wir im Leben zu einer symbolischen Form der Unsterblichkeit finden müssten, die uns das Gefühl erhält an gewissen Formen kollektiver Lebensfortdauer teilzuhaben. Dazu ist es notwendig, Beziehungsmuster zu verändern und zu einer neuen Form der Interaktion mit anderen, dem Objekt zu finden. Dabei ist es notwendig, das Ich-Ideal in angemessener Weise in die Persönlichkeit zu integrieren.

Narzisstische Kränkbarkeit alternder Männer, Hr. Teising

Narziss ist der Sohn des unsterblichen Fluss Gottes Kephisos und dessen Tochter, der Nymphe Leiriope, die er vergewaltigt hatte. Damit hat er das Inzesttabu durchbrochen. Leiriope ist eine Halbgöttin, die nicht ewig, aber zumindest 9 Mal so lange wie ein Mensch lebt. Sie ist unendlich schön und attraktiv und lebt mit ihrem Sohn Narziss in einer dyadischen Beziehung. Theiresias sagt dem Narziss ein langes Leben voraus, solange er sich nicht selbst erkennt. Der Kontakt zu anderen Menschen wird gefährlich, da er sich in ihnen in der Beziehung erkennen könnte. Da er menschlich ist, ist er sterblich und verfügt zusätzlich über selbstreflexive Fähigkeiten.

Echo stellt für ihn eine Versuchung dar, sich in der sexuellen Begegnung mit ihr erkennen zu können. Die Parallele zur biblischen Geschichte von Adam und Eva drängt sich auf. Er flieht vor Echo und findet eine Quelle klar wie Silber, eine unberührte Quelle, die noch nie von Vögeln, fallenden Zweigen, wilden Tieren befleckt wurde. Tiefenpsychologisch gesehen ist dies das Symbol für eine narzisstische Regression. Narziss entdeckt hier sein Spiegelbild, das er begehrt und zu küssen versucht, bis er sich selbst erkennt und sich in sich verliebt. Verzehrt von der Liebe zu sich selbst trübt er das Wasser mit seinen Tränen, womit das Selbstbild verschwand und er vernichtet wurde.

Verliebtheit und die Erkenntnis dieses Umstands führt zu Bewusstwerdung der Einsamkeit und damit zum (psychischen) Tod des Narziss. Altern bedeutet eine narzisstische Kränkung, die Schönheit und Kraft und Gesundheit des Körpers vergehen. Dies ist nicht nur eine narzisstische Herausforderung und Kränkung, sondern auch eine Identitätsfrage. Das Individuum versucht in diesem Veränderungsprozess seine Identität und seine Einzigartigkeit zu erhalten. Das bedeutet eine permanente Auseinandersetzung mit der Realität, mit der eigenen Endlichkeit und Sterblichkeit. Die Geschlechtsidentität ist ein zentraler Bestandteil des Selbst. Sie entwickelt sich aufgrund biologischer, genetischer Voraussetzungen, frühen Erfahrungen mit wichtigen Bezugspersonen, deren Phantasien und den eigenen Phantasien. Dabei spielt die Erfahrung mit der ersten Bezugsperson, in der Regel die Mutter, eine zentrale Rolle für Mädchen und Jungen gleichermaßen.

Schon bei der Geburt gilt die erste Frage dem Geschlecht des Neugeborenen. Etwa im 2. Lebensjahr realisiert das Kleinkind das Geschlecht, erkennt das eigene und das andere, was eine den Narzissmus kränkende Erfahrung ist, da ein Geschlecht der Omnipotenz entzogen wird. Der Mann unterscheidet sich grundsätzlich vom weiblichen Primärobjekt, mit dem er sich zuvor einer vorgeschlechtlichen Einheit vereint fühlte. Dies ist mit der Vertreibung aus dem Paradies von Adam vergleichbar, als er Eva erkannte. Verbunden damit ist die Angst verlassen werden zu können; dies bedeutet einen Verlust sowohl der mütterlichen Omnipotenz, als auch der Omnipotenz des kleinen Jungen. Die initiale männliche Geschlechtskrise (Diamond 2004a) ist der gleichzeitige Wunsch, sich immer wieder mit dem Weiblichen (Mutter) vereinigen zu wollen, sich aber auch vom Weiblichen entfernen und distanzieren zu müssen, um eine eigene Geschlechtsidentität zu entwickeln. Im Narzissmusmythos wird dies bei der Begegnung mit Echo deutlich, Narziss hat seine Jagdgenossen verloren und ruft nach jemandem, den er im Wald bemerkt und nicht sehen kann. Als sich dieser Jemand nicht meldet, ruft er: „Warum fliehst du?“ Er befürchtet also, dass jemand vor ihm fliehen müsse, hat aber den Wunsch sich zu vereinigen. Als dann Echo erscheint, entflammt seine Leidenschaft. Jetzt hat er Angst vor einer Vereinigung und dem Verschlungenwerden und flieht. Diese ständige Ambivalenz begleitet den Mann bis ins hohe Alter, immer wieder werden Orte des seelischen Rückzugs aufgesucht (Steiner 1993). Narziss flieht in die Einsamkeit und den Tod „eher den Tod, als du mir nahst mit Liebe“ ruft er der flüchtenden Echo zu. In der initialen männlichen Geschlechtskrise wendet sich der Junge dem Vater zu und macht sich von der Mutter unabhängig. Die Identifikation mit dem Vater ermöglicht dem Jungen die Nähe zur liebenswerten und begehrenswerten Mutter. Über die

Integration der Beziehung zur Mutter und die Formung einer männlichen Geschlechtsidentität, wozu auch das Anders-Sein gehört. Im Idealfall begleitet die Mutter das Kind, akzeptiert seine zwiespältigen Gefühle, während der Vater die ambivalente Beziehung zur Mutter absichert. Diese frühe Triangulierung ist nicht nur wichtig für die Lösung ödipaler Konflikte, sondern für die Lösung von Konflikten überhaupt.

Phallisch - narzisstisch gefärbte Geschlechtsidentität

Bei einem konflikthaften Verlauf der Trennung von der Mutter und mangelnder Unterstützung durch den Vater, kommt es zu einer tiefen Kränkung in der initialen Geschlechtskrise. Der eigene Wert und die Autonomie werden betont, um Hilflosigkeit und aggressive Vereinigungswünsche abzuwehren. Dabei werden weibliche Eigenschaften entwertet. Chasseguet-Smirgel (1974) spricht von einer Revolte gegen die Person, die als Ursprung der narzisstischen Kränkung erscheint, die Mutter. Phallische Verhaltensweisen (männliches Imponiergehabe, Konkurrenz, Sieger sein zu müssen, etc.) müssen die männliche Überlegenheit garantieren, dies verhindert eine Integration befriedigender Erfahrungen mit der Mutter. Die Sehnsucht nach der Mutter wird verleugnet, um die eigene Bedürftigkeit und männliche Überlegenheit zu demonstrieren. Der oft bis ans Lebensende reichende Versuch, die Welt phallisch zu erobern, entspricht der Omnipotenzphantasie des kleinen Jungen. Dies ist die Regression in einer Phase, in der das omnipotente Kind die prägeschlechtliche Mutter offenbar beherrschen konnte.

Krisen männlicher Geschlechtsidentität

Mit zunehmendem Alter wird es schwer werden, sich mit dem Nachlassen der Kräfte und Fertigkeiten auseinanderzusetzen und den Jüngeren das Feld zu überlassen, ob im Sport oder im Beruf. Eine Selbstüberschätzung und Größenphantasien verhindern die Auseinandersetzung mit dieser Realität. Dieser Umstand und die daraus resultierenden narzisstischen Kränkungen, sind wohl der häufigste Grund für die mit dem Alter zunehmende Suizidrate der Männer. Der narzisstische Rückzug bietet Schutz vor Scham, Bloßstellung und Schuld.

Krisen des Alters, eine Chance zur Weiterentwicklung männlicher Geschlechtsidentität

Wenn Versorgungswünsche in die männliche Identität integriert sind, können Verluste leichter betrauert und seelischer Schmerz repariert werden. Körperliche Schwäche und Unvermeidbarkeit des Todes, sowie Abhängigkeiten können dann akzeptiert werden. Bei phallisch-narzisstischem Modus werden die weiblichen Anteile projektiv abgespalten und sind somit nicht für die Bewältigung und als tröstendes, inneres Objekts verfügbar. Körperliche Abbauprozesse oder Operationen bedeuten eine schwere narzisstische Kränkung, die beim phallisch-narzisstischen Typus abgewehrt werden muss und dann einen unlösbaren Konflikt darstellt. Die notwendige Trauerarbeit kann in diesem Falle, da das tröstende innere Objekt fehlt, nicht vollzogen werden. Nur wenn auch die eigenen weiblichen Anteile anerkannt werden, ist eine Auseinandersetzung mit dem körperlichen Abbau und der zunehmenden Abhängigkeit von anderen Menschen möglich. Nur so ist ein Blick zurück, ohne Groll und Zorn auf die Jugend, mit Zufriedenheit auf das Geleistete und die Möglichkeit auch Fehler zu akzeptieren, möglich.

Männliche Entwicklungskrisen im Prozess des Alterns in der Literatur

Ein typisches Beispiel für einen narzisstischen Konflikt im Alter ist der Traum Freuds von der Veröffentlichung seiner Traumdeutung: „Der alte Brücke (sein früherer Chef im physiologischen Institut) muss mir irgendeine Aufgabe gestellt haben, sonderbar genug bezieht sie sich auf die Präparation meines eigenen Untergestells, Becken und Beine, das ich vor mir sehe wie im Sezierraum, doch ohne den Mangel am Körper zu spüren, auch ohne Spur von Grauen“ (Freud 1900, 436). Freud deutet die Präparation als seine Selbstanalyse und seine Scham vor der Veröffentlichung seines Werkes.

Auch in der Ödipustrilogie ist eine männlich narzisstische Problematik enthalten. Laios wollte die Weissagung, dass ihn sein Sohn eines Tages erschlagen würde nicht anerkennen. Diese Tötung kann auch im übertragenen Sinne als Ablösung durch die nächste Generation verstanden werden. Auch Ödipus setzte sich über alle Grenzen hinweg und wurde aus der thebanischen Gesellschaft ausgeschlossen. Am Ende fand er als geblendeter Greis an der Hand seiner Tochter Antigone nach Kolonos, hier fließt der Kephisos und es blüht die Narzisse. Dieser heilige Hain der Eumeniden ist für Sterbliche verboten. Nur hier glaubt er sein Leben beenden zu können. Selbst im Angesicht des Todes ist Ödipus nicht in der Lage seinem Sohn, der ihn vertrieben hat, zu verzeihen. Er klammert sich an die Töchter, „lasst mich nicht allein, mein armer Leib hat nicht die Kraft, verlassen, ohne Führer seinen Weg zu gehen.“ Ödipal inzestios versucht er Antigone und Ismene an sich zu binden, Ödipus weist in dieser Lebensphase alle Verantwortung von sich. Er hat sich von Schuld und Schamgefühlen befreit und zieht aus der Annahme rein und heilig zu sein Erhabenheit und arrogante Kälte, je göttlicher er sich fühlt, um so weniger kann er schuldig sein. Am Ende vermag er es sich von Antigone, seiner geliebten Tochter zu trennen und den letzten Weg allein zu gehen. Hier zeigt sich noch mal eindrücklich der lebenslange Kampf zwischen narzisstischen Wünschen nach ewigem Leben und dem Anerkennen der Grenzen und des der Endlichkeit des Lebens, des Todes.