

LOB DER SELBSTLIEBE

BESCHEIDENHEIT IST KEINE ZIER

*... sondern eher ein Hindernis beim Streben
nach Glück und Erfolg. Ein bisschen
MEHR NARZISSMUS täte vielen von
uns gut, sagt unser Autor*



G

Garri Kasparow, einer der erfolgreichsten Schachspieler aller Zeiten, war offenbar schon als Kind mit großer Selbstsicherheit gesegnet. In seinem Buch „Strategie und die Kunst zu leben“ erinnert sich der heute 56-Jährige an seine Schulzeit: wie die Lehrerin bei seinen Eltern anrief und sich beschwerte, dass er ihre Aussagen im Unterricht angezweifelt hätte, was im sowjetischen Schulsystem absolut unüblich war. Wie ihn seine Eltern aufforderten, dies künftig bleiben zu lassen, weil es ja sonst so aussähe, als hielte er sich für schlauer als alle anderen. Der Junge erwiderte daraufhin nur: „Aber bin ich das denn nicht?“

Psychologen bezeichnen Menschen als extreme Narzissten, die von sich sagen: „Ich glaube insgeheim, dass ich besser bin als die meisten Menschen.“ Wie aber sieht es aus, wenn eine solche Aussage – zum Beispiel im Fall von Kasparow – schlichtweg zutrifft? Dann gerät mit der Selbstwahrnehmung eines Einzelnen die Realität für viele in Widerspruch zu unserem egalitären Zeitgeist, nach welchem es politisch korrekt ist, ständig zu betonen, dass alle Menschen gleich sind oder zumindest gleich sein sollten.

Narzissmus wird mit psychologischen Tests gemessen, bei denen man unter anderem durch Zustimmung zu folgenden Aussagen Punkte sammelt: „Ich bin durchsetzungsfähig“, „Ich wäre gern eine Führungspersönlichkeit“ oder „Ich stelle meinen Körper gern zur Schau“. Und in mancher Hinsicht erweist sich dieses Selbstbild als Selffulfilling Prophecy: Zahlreiche psychologische Studien haben gezeigt, dass Menschen, die sich für überdurchschnittlich halten, glücklicher, erfolgreicher und häufig auch gesünder sind als die Bescheidenen. „Ihr großtuerisches Gebaren“, schreibt der Narzissmusforscher Craig Malkin von der Harvard-Universität, „geht mit vielen positiven Eigenschaften einher, darunter Kreativität, Führungsstärke und Selbstbewusstsein, die auch den Erfolg bei der Arbeit steigern können.“

Narzissten kommen weiter im Leben. Auch deshalb haben viele Menschen mit ihnen ein Problem. Sie

ILLUSTRATION: MICHAEL PLESZ FÜR PLAYBOY. PR-PRIVAT



haben als Kinder Sprüche gehört wie „Bescheidenheit ist eine Zier“, „Sei kein Angeber“, oder sie hörten vorwurfsvolle Fragen wie: „Du hältst dich wohl für was Besseres?“ Menschen, die solche Botschaften verinnerlicht haben und nicht dazu in der Lage sind, ihre eigenen Vorzüge herauszustellen, stören sich an erfolgreichen Menschen, die sich selbst grandios vermarkten können. Vor allem aber sind sie neidisch auf den Erfolg, den diese Narzissten haben – ohne dass sie sich ihre neidischen Gefühle selbst eingestehen. Im Zeitalter der Egalität erscheinen sie daher als moralische Sieger.

Zugleich leben wir aber im modernen Medienzeitalter – und da sind die Narzissten deutlich im Vorteil. Warum, lässt sich am Beispiel des genialen Physikers und Selbstvermarkters Albert Einstein zeigen. „Er war ein Gott, und er wusste es“, sagte sein Freund und Arzt Gustav Bucky einst. Bezeichnend ist unter anderem die Geschichte, wie das wohl bekannteste Einstein-Foto – das Bild mit der herausgestreckten Zunge – entstand. Es wurde Einsteins Markenzeichen und ein Pop-Motiv für Poster, Buttons und T-Shirts. Die ursprüngliche Aufnahme zeigt ihn an seinem 72. Geburtstag zusammen mit zwei anderen Personen. Er ließ aber einen Ausschnitt mit seinem Kopf herstellen und verschickte zahlreiche Abzüge an Freunde, Bekannte und Kollegen. Nach seinem Beruf gefragt, antwortete er: „Fotomodell.“ Gerüchten zufolge soll er, sobald sich Fotografen näherten, sein Haar mit beiden Händen aufgewühlt und so den typischen Einstein-Look aufgefrischt haben. Kollegen und Freunde kritisierten ihn wegen seines übergroßen Dranges zur Selbstvermarktung, aber er genoss den Kult um seine Person.

Auch in der Politik haben Narzissten größere Erfolgchancen. Der amerikanische Psychologe Ronald J. Deluga analysierte alle US-Präsidenten von George Washington bis Ronald Reagan und kam zu dem Ergebnis, dass sie fast alle Narzissten waren. Bei Donald Trump wird dies wohl kaum jemand bestreiten. Aber neben Menschen, die jeder sofort als Narzissten erkennt, gibt es auch andere narzisstische Persönlichkeitstypen, die weniger laut und aufdringlich daherkommen. Etwa Trumps Amtsvorgänger Barack Obama. Der fand sich selbst immerhin so wichtig, dass er bereits mit 34 Jahren ein Buch über sich und seine Familie verfasste – noch bevor er irgendetwas Außergewöhnliches geleistet hatte.

Arnold Schwarzenegger half der Narzissmus bei allen drei Karrieren: im Sport, im Filmgeschäft und in der Politik. Er war siebenmal Mr. Olympia, machte

danach Karriere als einer der bestbezahlten Action-Stars der Welt und wurde schließlich zweimal zum Gouverneur von Kalifornien gewählt, damals die achtgrößte Volkswirtschaft der Welt. In seiner Autobiografie schreibt er: „Egal, was du tust, du musst es auch gut verkaufen ... Menschen können große Dichter, große Schriftsteller, geniale Wissenschaftler sein. Man kann die beste Arbeit abliefern, doch wenn die Leute nichts davon erfahren, ist alles umsonst!“


Als er am Beginn seiner Karriere war, stellte sich Schwarzenegger an einen bekannten Platz in München im Posingslip und bat einen Freund, einige Journalisten anzurufen: „Geht mal dorthin, da steht einer, der Mister Universe werden will, im Posingslip.“ Am

nächsten Tag war er in den Zeitungen. Schwarzenegger ist einer der bekanntesten Menschen der Welt. Es gab nach ihm viele Bodybuilder, die mehr Muskeln hatten als er, aber keiner von ihnen konnte sich so gut verkaufen. Deshalb kennen wir ihre Namen nicht, aber seinen.

»MAN KANN DIE BESTE ARBEIT ABLIEFERN, DOCH WENN DIE LEUTE NICHTS DAVON ERFAHREN, IST ALLES UMSONST«

Menschen, die von Narzissten genervt sind, glauben, es genüge, „gut“ zu sein, denn Qualität setze sich irgendwann von alleine durch. Das ist naiv. Madonna zum Beispiel, das sagen Experten, ist eine nur durchschnittlich begabte Künstlerin. Warum sie über viele Jahre die am besten bezahlte Sängerin der Welt war und Hunderte Millionen Dollar verdiente? Weil sie es besser als andere verstand, sich zu verkaufen und als Marke aufzubauen. Sie war besessen davon, berühmt zu werden, und verkündete in einer Radiosendung im Januar 1984: „Ich werde die Welt beherrschen.“

Oder Karl Lagerfeld. Kaum ein anderer Mensch hat sich selbst so zur Marke gemacht wie er: Stehkragen, Zopf, Handschuhe, Sonnenbrille, freche Sprüche. In einer Biografie heißt es: „Sein Ego ist grenzenlos, seine Devise: Me, myself and I.“ Besser kann man Narzissmus nicht auf eine Formel bringen. Lagerfeld selbst bekannte: „Meine Devise im Leben ist, es fängt mit mir an, und es hört mit mir wieder auf.“

Sicherlich gibt es auch Menschen, deren Narzissmus krankhaft ist. Sie sind jedoch eine verschwindende Minderheit. Die meisten Menschen, die als Narzissten bezeichnet werden, sind psychisch stabil und gesund. Und im Zweifel sogar gesünder als ihre bescheidenen Gegner, die vom Neid zerfressen werden. 



DR. DR. RAINER ZITELMANN ist Historiker und Soziologe und war auch als Unternehmer und Immobilieninvestor erfolgreich. Er hat 22 Bücher geschrieben, die in zahlreiche Sprachen übersetzt wurden. Im Juli erschien sein Buch „Die Kunst des erfolgreichen Lebens“ (FinanzBuch Verlag, 24,99 Euro)

