

13. August 2021, 18:08 Uhr

## "Wir leben im Zeitalter des Narzissmus"



Psychiater, Therapeut, Gerichtsgutachter, Buchautor: Reinhard Haller.

**Jeder Mensch ist kränkbar - und im Extremfall machen uns Kränkungen zu Mördern, sagt der Psychiater und Gerichtsgutachter Reinhard Haller. Ein Gespräch über fehlende Wertschätzung, aggressives Schweigen und die guten Seiten des Narzissmus.**

*Interview von [Christian Mayer](#)*

Das "Schumann's" in München zur Mittagszeit. Draußen auf der Hofgartenseite speisen die Gäste, drinnen ist nur ein Tisch besetzt. Der Psychiater und Buchautor Reinhard Haller, der als Gerichtsgutachter mehr als 300 Mordfälle begleitet hat, ist zum [Interview](#) aus dem Bregenzerwald nach München mit der Bahn angereist. Es ist ein langes, lehrreiches Gespräch, das nur einmal unterbrochen wird, als Charles Schumann vorbeischaud - mit zwei Tellern Roastbeef mit Bratkartoffeln.

**SZ: Herr Haller, warum treibt Sie das Thema Kränkung so um?**

Reinhard Haller: Weil sich die Wissenschaft damit nie so richtig befasst hat. Im berühmten ICD, dem diagnostischen und statistischen Handbuch psychischer Störungen, in dem sonst jeder Husten vermerkt ist, fehlt ausgerechnet der Eintrag "Kränkungen".

Es gibt auch keine wissenschaftliche Definition. In meiner Ausbildung zum Arzt habe ich das Wort Kränkung überhaupt nie gehört. Die hohe Wissenschaft sagt: Um solche Kinkerlitzchen kümmern wir uns nicht, da muss es schon ein Trauma sein.

### **Wie sind Sie auf das Thema gestoßen?**

Das ging mit dem Fall Franz Fuchs los, der größte Kriminalfall der Republik Österreich, in dem ich später beim Gerichtsverfahren als junger Gutachter tätig war. Mitte der Neunzigerjahre verübte er spektakuläre Anschläge mit Brief- und Rohrbomben, es gab vier Todesopfer und viele Verletzte. Fuchs war, wenn man so will, ein genialer Verbrecher und schlüpfte jedes Mal in unterschiedliche Rollen, er agierte als Chemiker, EDV-Experte, Frontsoldat, Historiker seiner Taten - am Schluss jagte er sich auch noch selbst, sprengte sich beide Hände weg und erhängte sich in der Zelle. Es stellte sich zwar rasch heraus, dass er rechtsradikal und rassistisch war. Aber das war aus meiner Sicht nicht der Grund für seine Taten. Er war einfach ein gekränktes Genie.

### **Das müssen Sie erklären.**

Fuchs ist aufgrund von Kleinigkeiten, die ihn aus der Bahn geworfen haben, kriminell geworden. Beispielsweise verliebte er sich in ein vierzehnjähriges Mädchen, das in seiner Nähe lebte; als sie seine Avancen nicht erwiderte, verübte er einen Selbstmordversuch. Später wollte er Atomphysiker werden, und er hätte wohl auch die Begabung dazu gehabt, doch dann erhielt er nicht das von ihm erhoffte Stipendium, sondern eine geringere Summe. Tief gekränkt brach er das Studium ab und ging als Hilfsarbeiter zu Daimler, statt Karriere zu machen.

### **Ist "Die Macht der Kränkung", wie Ihr Buch und eine darauf beruhende neue ZDF-Neo-Fernsehserie heißt, wirklich so groß, dass man zum Mörder werden muss?**

Die vielen Kleinigkeiten, die kleinen Stiche, die sich täglich millionenfach ereignen, die jeder von uns erlebt und auch austeilt, lösen bei vielen Menschen Tragödien aus, bei manchen auch psychische Krankheiten, Burn-out, Angstzustände, psychosomatische Leiden und Suchtverhalten. Und sie sind verantwortlich für viele zwischenmenschliche Konflikte. In der Partnerschaft, bei den vielen Trennungen, geht es ja fast nur darum.

Die Serie "Am Anschlag - Die Macht der Kränkung" erzählt von sechs ineinander verwobenen Einzelschicksalen und persönlichen Traumata, die jedoch alle auf ihre Weise ein explosives Potenzial haben und zu extremen Reaktionen führen können.

**Sie wollen ein Bewusstsein für die große Bedeutung von Kränkungen für die menschliche Psyche schaffen.**

Ich bin mir meines beschränkten Einflusses bewusst. Mir geht es überhaupt nicht darum, dass man mimosenhaft durch die Gegend läuft und sich bei jeder Gelegenheit gekränkt fühlt. Sondern dass man auf empathischem Wege ein gewisses Bewusstsein dafür entwickelt zu sagen: Wie kränkbar ist der andere? Jeder Mensch ist empfindlich und kränkbar, das hat letztlich mit Liebesentzug zu tun. Das kann zu sehr vielen Reaktionen führen, auch im Berufsleben. Kränkungen sind oft ein zentrales Motiv für Schul-Amokläufe und eine wichtige Ursache des modernen Terrors: Die Attentäter, die den Anschlag auf die französische Satirezeitschrift *Charlie Hebdo* verübten, fühlten sich wegen der Mohammed-Karikaturen gekränkt.

**Wenn man sich umschaute im Bekanntenkreis und unter Kollegen, hat man schon das Gefühl: Die Leute sind immer schneller gereizt und gekränkt. Stimmt das?**

Manche Menschen sind eben sehr viel sensibler als andere, sie haben eine gewisse Dünnhäutigkeit, wie man so schön sagt. In unserer Gesellschaft gibt es insgesamt eine starke Neigung dazu. Es gibt eine amerikanische Studie, nach der 19 Prozent der jungen Erwachsenen unter Hypersensibilität leiden. Das hat mit der ständigen Reizüberflutung zu tun, auch mit einem ungesunden Medienkonsum.

**Sind eigentlich alle Menschen kränkbar oder gibt es Ausnahmen?**

Manche Menschen schaffen es, gelassen zu sein oder sich das anzutrainieren. Die Angst vor Liebesverlust und Liebesentzug ist beim Menschen aber durchgehend vorhanden. Auch wenn wir das heute nicht mehr so zeigen und es oft von der Maske der Coolness verdeckt wird. Doch es kann gefährlich sein, alles in sich hineinzuschlucken. Gerade bei jungen Männern gibt es dann oft ein großes Aggressionspotenzial.

## **Was die einen als Nichtigkeit betrachten, ist für andere also ein Grund zum Ausrasten?**

Es ist für Außenstehende oft schwer nachvollziehbar, dass Kleinigkeiten zu einer persönlichen Krise führen können. Nur weil ich kein Lob erhalten habe, weil man mich bei einer Beförderung übergangen hat - das trauen sich viele nicht zu sagen. Die Kränkung kann sich dann in toxischer Weise entwickeln, weil sie verdrängt und nicht in Worte gekleidet und ein Stück weit entschärft wird.

## **Toxisch ist ein großes Wort, haben Sie ein konkretes Beispiel?**

Als ich noch im Krankenhaus arbeitete, hatte ich eine ungewöhnliche Begegnung. Es war ein Herbsttag, unten im Tal lag noch Nebel, oben auf der Anhöhe, wo sich die Klinik befand, schien schon die Sonne. Plötzlich stürzte ein Mann unangemeldet in mein Büro, ziemlich durchnässt, Mitte fünfzig. Er sagte mir, dass er gerade unten im Tal war, um in den kalten Fluss zu springen und sich umzubringen, doch auf einmal sei der Nebel aufgebrochen, da habe er das Krankenhaus gesehen. Und in diesem Moment wollte er sich doch noch einmal Hilfe suchen. Diesem Mann hat eigentlich gar nichts gefehlt, er war gesund, recht wohlhabend, Ehe angeblich intakt, Kinder wohlauf. Doch im Jahr zuvor habe es in seiner Firma eine Bonuszahlung gegeben, 500 Euro in seiner Kategorie - aber ihm habe man das Geld verweigert. Das brachte ihn ins Grübeln und stürzte ihn in eine tiefe Krise. Darüber reden konnte er aber auch nicht, denn die Summe erschien ja eher gering.

## **Glauben Sie wirklich, dass eine nicht erfolgte Bonuszahlung einen Menschen in den Abgrund stürzen kann?**

Sicher hat er auch seine ganz eigene Geschichte gehabt, der Mann war eine sensible und zwanghafte Persönlichkeit. Aber diese Bonuszahlung war der Auslöser. Ich darf diese Geschichte übrigens mit seinem Einverständnis erzählen, weil es niemand weiß außer ihm und mir. Im psychotherapeutischen Gespräch ging es ihm bald besser, er konnte seine Lebenskrise überwinden.

## **Was hat Sie persönlich am meisten gekränkt?**

Ich kann sehr vieles nicht, bin technisch minderbegabt, bei der Bedienung von Computern oder Mobiltelefonen ganz dringend auf

meine Kinder angewiesen. Aber manche Menschen sagen, ich könne für einen Österreicher ganz gut reden. Natürlich nicht so gut wie viele andere, die sich einer geschliffenen Sprache bedienen, aber für einen Alemannen aus Vorarlberg ist es ganz in Ordnung. Das hat aber auch einen Grund: eine Kränkungskompensation.

### **Das muss aber, wenn man Sie sprechen hört, länger zurückliegen.**

Ich stamme ja aus einem Bergtal hinter dem Hinteren Bregenzerwald, aus Mellau. Die Menschen haben dort einen ganz breiten, ausladenden Dialekt, nicht so guttural wie die Schweizer, eher singend. Als ich ins Internat kam, war ich ziemlich verloren, auch mit meiner Aussprache. Die anderen Kinder haben mich permanent gehänselt und nachgeäfft - und ich wollte es ihnen zeigen. Dadurch habe ich gelernt, wie man Menschen durch Reden überzeugt.

### **Wie oft entstehen solche Kränkungen in der Kindheit?**

Eine Theorie sagt, wer in der Kindheit nicht genug Zuwendung, Zärtlichkeit und Zeit bekommt, spürt ein Leben lang einen Hunger danach und entwickelt häufig Verlustängste, man wird kränkbarer. Die andere Theorie lautet: Wenn jemand zu viel Zuwendung bekommt, dann ist das Ergebnis dasselbe. Man wird süchtig danach, nach Lob und Anerkennung.

### **Sind wir das nicht alle, im Social-Media-Zeitalter?**

Ja, das führt uns zum zweiten großen Grund für die Kränkbarkeit. Man kann ohne Pathos sagen, dass wir im Zeitalter des [Narzissmus](#) leben. Dabei finde ich, dass Narzissmus per se nichts Schlechtes ist. Ein gesundes Maß an Selbstvertrauen und Durchsetzungsvermögen, auch eine gewisse Manipulationsfähigkeit sind wohl nötig, um erfolgreich zu sein. Das Problem ist, dass der Narzissmus, der ursprünglich eine Sünde war und später bei Sigmund Freud als psychische Störung galt, nun zu einem gesellschaftlichen Ideal geworden ist. Die Menschen wollen sich darstellen, sich selbst ins Zentrum stellen. Das hat ein extremes Ausmaß angenommen - zumindest bis Corona. Das Virus hat uns allen gezeigt, wie angreifbar und verletzlich wir sind und wo die Ich-Sucht ihre Grenzen hat.

## **Warum sind Narzissten besonders anfällig für Kränkungen?**

Wenn die narzisstischen Züge zu dominant werden, neigen Menschen dazu, nur noch sich selbst zu sehen und andere abzuwerten. Donald Trump ist ein abschreckendes Beispiel. Kritik tut dann besonders weh, und man muss daher seine Widersacher gezielt ausschalten.

## **Vom nordkoreanischen Machthaber Kim Jong-un heißt es, er habe seinen Verteidigungsminister mit einer Fliegerbombe ermorden lassen, weil er während seiner Rede eingeschlafen sei.**

Man sagt ja immer, dass die schrecklichen Despoten und Gewaltherrscher psychisch krank gewesen sind. Es beruhigt uns, wenn wir sagen können: So eine Bluttat kann nur einem kranken Hirn entspringen. Aber dieser Annahme bin ich nicht. In Wahrheit sind es bösartige Narzissten. Und der bösartige Narzisst handelt immer auf Kosten anderer; er muss die anderen niedermachen. Darum müssen bösartige Narzissten immer entwerten, zynisch und sarkastisch sein, in extremen Fällen quälen und töten. Zudem sind sie dissozial, sie machen sich ihre eigenen Gesetze und neigen zum Sadismus. Und sie sind, das macht sie besonders gefährlich, paranoid.

## **Warum werden Menschen, die offenkundig narzisstische Züge haben, in höchste Ämter gewählt?**

Ich glaube, dass die meisten Politiker gar nicht so narzisstisch sind. Ein Narzisst ist viel zu reizbar und unkontrolliert, um dauerhaft in einer Demokratie, wo man mit Kritik leben muss, als Politiker bestehen zu können. Dennoch üben die modernen Despoten gerade durch ihre Dreistigkeit und Rücksichtslosigkeit eine große Faszination auf viele Menschen aus, das hat man in den USA mit Donald Trump erlebt, in Brasilien mit Bolsonaro, auf den Philippinen mit Duterte, auch Boris Johnson ist nicht frei davon.

**Nicht nur Despoten kränken andere zutiefst, auch Angela Merkel hat in ihrer langen Karriere gekränkte Männer zurückgelassen - Friedrich Merz, den sie 2002 als Fraktionschef der CDU im Bundestag aus dem Amt drängte, wird das sicher bestätigen.**

Ganz bestimmt. Aber im Vergleich zu vielen mächtigen Männern scheint mir Frau Merkel selbst relativ wenig kränkbar zu sein. Sie scheint einiges aushalten zu können und in sich zu ruhen. Doch manchmal kränkt man andere auch unbewusst. Mir haben gekränkte Menschen übrigens oft gesagt: Noch mehr als die Kränkung selbst hat mich verletzt, dass der andere nicht einmal gemerkt hat, dass er mich so trifft. Dass darüber nicht gesprochen wird. Man sollte eben manchmal einfach nachfragen beim anderen: Habe ich dich jetzt gekränkt, habe ich überzogen?

**Aber genau dieses Reden fällt ja vielen Menschen enorm schwer.**

Schweigen kann etwas extrem Aggressives sein. Durch Schweigen drückt man aus: Mit dir will ich nicht mehr reden, du bist mir kein Wort mehr wert. Auf der anderen Seite drückt man durch Schweigen aus: Ich bin so tief getroffen, dass es mir die Sprache verschlagen hat. Und man kann durch Kränkung auch enorme Macht ausüben. In Partnerschaften spielt sich das oft so ab - es gibt eine narzisstische Position der Gekränktheit. Niemand ist so gekränkt wie ich, das ist dann die Botschaft, und oft sind es die Frauen, die nach einer schlimmen Enttäuschung so reagieren. Die Folge ist dann, dass der Partner dauerhaft ein schlechtes Gewissen hat.

**Sie beschreiben in Ihrem Buch den Fall eines 88-jährigen Millionärs, der sich einen sportlichen Mercedes anschafft und damit bei seiner Verwandtschaft auf wenig Gegenliebe stößt. Wenig später erleben die Angehörigen eine böse Überraschung, als das Testament verlesen wird.**

Ja, der alte Mann hatte so gut wie alles einem Kinderhilfswerk vermacht. Offenbar fühlte er sich missverstanden und gekränkt. So richtig gestritten wird ja meist gar nicht im Strafrecht, denn die Angeklagten haben meist kein Geld und oft nur einen Pflichtverteidiger. Wo dagegen wahnsinnig gestritten wird, ist im Zivilrecht, besonders bei Erbschaftsangelegenheiten. Mir ist aufgefallen: Es geht nicht immer nur ums Geld, nicht nur um die

Gier, sondern noch mehr um das Gerechtigkeitsgefühl. Im Alemannischen gibt es ein Sprichwort: Redet's ihr noch miteinander oder habt ihr schon geerbt?

### **Wenn alle Erben leer ausgehen, ist es nicht so schlimm, wie wenn einer 50 000 Euro erbt und der andere das Doppelte?**

So ist es. Weil man immer glaubt: Der Alte hat dich mehr gemocht als mich. Das spielt eine unglaubliche Rolle. Was heute relativ häufig vorkommt: dass alte Menschen noch relativ spät ihr Testament ändern, ihrer Pflegerin alles vermachen wollen und nicht der Familie, weil sie das Gefühl haben: Meine Angehörigen schieben mich ab, an irgendeine osteuropäische Hilfskraft oder ins Heim. Da spielen sich wahre Tragödien ab, verbunden mit jahrelangen Rechtsstreitigkeiten.

### **Die Alten vermissen also die Wertschätzung, ändern ihr Testament und enttäuschen wiederum ihre eigenen Kinder. Eine Spirale der Kränkung.**

Und dann gehen oft diese ganzen Erbschaftsprozesse los. War die Verstorbene überhaupt testierfähig? Man zweifelt an der Motivation, auch an der Zurechnungsfähigkeit - man habe doch außerdem so ein gutes Verhältnis gehabt ... Ich habe als Berater von Anwälten und Gutachter bei Gericht fast täglich mit solchen Fällen zu tun. Das sind übrigens die unangenehmsten Prozesse.

### **Warum?**

Es geht oft um die Begutachtung eines Verstorbenen. Das ist nicht einfach: Da marschieren dann höchst unterschiedliche Zeugen auf. Die einen sagen: So rüstig wie der möchte ich sein - er war vollkommen geschäftsfähig. Die anderen widersprechen: Der Verstorbene war dement, schwerster Pflegefall, das Testament kann gar nicht gültig sein. Und weil es oft um ungeheure Summen geht, lässt keine Partei so schnell locker. In meiner vierzigjährigen Tätigkeit als Gerichtsgutachter bin ich übrigens ausgerechnet einmal verklagt worden, als es um Testamente ging.

### **Wie ging die Geschichte aus?**

Ein Rechtsanwalt, der zu sehr viel Vermögen gekommen ist, war mit einem für ihn nicht vorteilhaften Gutachten konfrontiert. Daraufhin

hat er mich mit Klagen regelrecht verfolgt - einige Jahre lang hat mich das ziemlich bedrückt. Auch weil es sehr viel Zeit kostet, dauernd in eigener Angelegenheit bei Gericht zu sein. Aber ich tröste mich damit, dass ich seitdem als Gutachter extrem sicher geworden bin. Manchmal geht man eben gestärkt aus so einer schwierigen Situation hervor.

## **Zur Person**

**Reinhard Haller**, geboren 1951 in Mellau im Bregenzerwald, ist Facharzt für Psychiatrie und Neurologie sowie Psychotherapeut. Von 1983 bis 2017 war er Chefarzt des Krankenhauses Maria Ebene in Vorarlberg, wo vor allem Suchtkranke behandelt werden. Seit 1983 ist Haller als psychiatrischer Gutachter tätig, bei den Kriminalfällen Jack Unterweger, Franz Fuchs oder beim Amoklauf von Winnenden war seine Expertise gefragt. Zudem ist er Vortragsredner und Autor der Sachbücher "Rache: Gefangen zwischen Macht und Ohnmacht", "Das Wunder der Wertschätzung", "Die Macht der Kränkung", "Das Böse" und "Die Narzissmusfalle". Vom 20. August an kann man die auf Hallers Buch beruhende Serie "Am Anschlag - Die Macht der Kränkung" in der ZDF-Mediathek abrufen, sie läuft am 24. und 25. August auch auf ZDF Neo (21.45 Uhr).