

INHALT

ZUM GELEIT	8
ZUR EINSTIMMUNG: NARZISSMUS FÄLLT NICHT VOM HIMMEL	10
1 WIE ENTSTEHT NARZISSTISCHE NOT?	16
Die Not, die aus falschem Kontakt erwächst	20
Die Not, die aus falsch dosiertem Echo entsteht	23
Die Not, die sich aus fehlender Rhythmik entwickelt	25
Die Not, die sich selbst erhält und stabilisiert	27
2 WAS MUSS MAN TUN, UM KINDER MIT NARZISSTISCHEM LEID ZU VERSORGEN?	30
Man lebt mit einem Bild vom Kind	30
Man macht aus zwei eins	35
3 WAS MUSS MAN TUN, UM SEIN LEBEN IN NARZISSTISCHER NOT ZU GESTALTEN?	39
Man pflegt Grandiosität	39
Konzepte des Erfolgs	41
Konzepte des Misserfolgs	45
Konzepte des Scheiterns	47
Man orientiert sich an Idealen	50
Was ist ein Ideal?	50
Ideale für die Zeit: Für immer jung bleiben	53
Ideale fürs Miteinander: Nie abhängig werden	55
Ideale fürs Leben: Immer richtigliegen	57
Ideale fürs Grundsätzliche: Der spirituelle Quickie	59
Man fühlt sich gekränkt	60
4 WAS MUSS MAN TUN, UM AN DER NARZISSTISCHEN NOT ANDERER SELBST ZU LEIDEN?	63
Man sucht Anerkennung	64
Man will retten	67
Man hofft wider alle Hoffnung	68
Man ängstigt sich vor Aggressivität	70
Man bewundert	72
Man leidet beim Trittbrettfahren	74

5	WAS MUSS MAN TUN, UM IN PAARBEZIEHUNGEN NARZISSTISCH ZU LEIDEN?	77
	Man pflegt Grandiosität	77
	Man sucht Dominanz	82
	Man lebt Beschämung	85
	Man benutzt einander	88
6	WAS MUSS MAN TUN, UM NARZISSTISCHE NOT IN UNTERNEHMEN ZU KULTIVIEREN?	91
	Man pflegt ein Freund-Feind-Schema	92
	Man opfert die Realität dem Ideal	93
	Man schont die Entscheider	97
	Man fördert das Gewinnen und bestraft das Verlieren	99
7	WAS MUSS MAN TUN, UM EINE NARZISSTISCHE GESELLSCHAFTSKULTUR ZU BEFÖRDERN?	102
	Man will starke Führer	103
	Man sucht eine Horde.....	104
	Man beutet sich selbst aus	105
	Man findet Beschämungen gut	107
8	WAS MUSS MAN TUN, UM NARZISSTISCHE NOT IN IHRER GEFÄHRLICHKEIT ZU VERSTÄRKEN?	109
	Drei Gründe für die Gefährlichkeit	109
	Wie kann man die Gefährlichkeit erhöhen?	111
	Man pflegt Selbstkritik	112
	Man macht sich erpressbar	113
	Man toleriert Einseitigkeit	114
	Man nimmt schlechte Behandlung hin	115
	Man bagatellisiert Lügen.....	115
9	WAS MUSS MAN TUN, UM NARZISSTISCHE NOT BEI SICH ZU LINDERN?	117
	Man muss nichts mehr	118
	Man stellt sich der Leere	119
	Man stellt sich der Unsicherheit	120
	Man stellt sich der Einsamkeit	120
	Man lernt, sich zu umhegen	121

10 WIE KANN MAN NARZISSTISCHE NOT BEI ANDEREN ERKENNEN?	123
Fassaden	126
Leistungsideale	126
Ekel	127
Langeweile	128
Kontrollversuche	129
Kritikdrang	129
Inkompetenzgefühle	130
Anerkennung wollen	131
Beschämungen	132
Falsche Anerkennung	133
Ansprüchlichkeit	133
Retterohnmacht	134
Aggressivität	134
Schlussfolgerung: Resonanz ist der Schlüssel	135
11 WAS MUSS MAN TUN, UM NARZISSTISCHE NOT GUT BERATEN ZU KÖNNEN?	137
Die beliebtesten Fallen	137
»Tu, was ich will!«	137
»Sie sind der Beste!«	138
»Ich bin der beste Klient!«	139
»Du wirst der Beste!«	139
Die wichtigsten Kompetenzen	140
Kultivierte Unabhängigkeit	140
Kultiviertes Anderssein	142
Kultivierte liebevolle Aggression	143
Kultivierte aggressive Liebe	146
12 WAS KANN MAN GEGEN PSYCHOLOGISCHE ETIKETTEN TUN?	148
ZUM AUSKLANG: LIEBE, STOLZ UND NOT	151
DANKSAGUNG	153
LITERATUR	155
ÜBER DEN AUTOR	161