

# INHALT

Einleitung 8

## **I NARZISSMUS – EIN SCHILLERNDER BEGRIFF**

Narzissmus – Worüber reden wir eigentlich? 12

Normaler und positiver Narzissmus 14

Die Janusköpfigkeit des Narzissmus:  
    anziehend und abstoßend 17

Ich, Ich, Ich oder: Me, myself and I 20

Der Alleinherrscher 23

Der große Gönner und Förderer 26

Narzisstische Gesellschaftsstrukturen 27

Die Blender 32

Weiblicher Narzissmus und Abwertung  
    von Frauen im Job 35

Macht Macht narzisstisch? 39

Gefangen im fremden Selbst 43

Ideenklau 46

Die narzisstische Wunde 47

»Ich will, dass sie mich lieben« 49

## **II NARZISSMUS IN DER ARBEITSWELT**

- Narzissmus im Beruf 54**
- Meetings als narzisstische Bühne 55**
- Ohnmacht in schulischen Organisationen 57**
- Was macht der Beruf aus uns? 60**
- Das Bankenwesen 64**
- Wie viel Narzissmus braucht die Führung? 66**
- Narzissmus im weißen Kittel 72**
- Narzissmus als Karriere-Hemmer 75**
- Frauen führen anders 77**
- Du sollst keine anderen Götter neben mir haben 80**
- Narzisstische Kränkungen 83**
- Die anderen sind alles Idioten 87**
- Die narzisstische Rache 90**
- Idealisierung und Entwertung 93**
- Das Dorian-Gray-Syndrom 97**
- Die Scham, nicht zu genügen 101**
- Es ist so schön, »Narzisst« zu sein 104**
- Zwischen vereinnahmender Nähe und einsamer Distanz 106**
- Soft Skills 108**
  - Die emotionale Intelligenz 109*
  - Die persönliche Kompetenz 111*
  - Die soziale Kompetenz 113*
  - Die methodische Kompetenz 115*

### **III VOM KLUGEN UMGANG MIT NARZISSTISCHEN MENSCHEN**

- Was passiert, wenn wir narzisstisch strukturierten Menschen begegnen? 118
- Charakteristika narzisstischer Beziehungen 119
- Typologie von Reaktionsmustern 121
- Die Selbstbewussten* 121
  - Die Bewunderer* 123
  - Die Ängstlichen* 126
  - Die Kämpfer* 128
  - Die Verweigerer und Trotzigen* 130
  - Die Resignierten* 133
- Herausforderung für die eigene Entwicklung 136
- Defizite erkennen und überwinden 137
- Selbstverletzungen und Selbstunsicherheit* 137
  - Eigene narzisstische Anteile* 139
  - Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle* 140
  - Umgang mit Kritik und Kränkungen* 142
  - Wertschätzung, Empathie und Mitgefühl* 145
- Wege aus dem narzisstischen Konflikt 150
- Was hilft den narzisstischen Chefs und Kollegen? 176
- Wie Wohlstand gierig und egoman macht 183
- Danksagung 185
- Literatur 187
- Anmerkungen 190