

Münchner Merkur Landkreis München, 13.09.2022  
und Internet Münchner Merkur

## Chef und Säbelzahn tiger - Mobbing Beratung: Immer mehr Anrufe wegen narzisstischer Vorgesetzter

Erstellt: 11.09.2022, 08:00 Uhr

Von: [Marc Oliver Schreib](#)



Haben viel Erfahrung mit Narzissten: Otto Berg, Mitbegründer der Mobbing Beratung München, und Mediatorin Siglinde Lösch. Foto: Marc Schreib © Marc Schreib

**Neubiberg** - Immer häufiger bekommen es Mediatorin Siglinde Lösch und Otto Berg, Mitbegründer der Mobbing Beratung München, mit Fällen zu tun, die eine ganz spezielle Form des Mobbings betrifft.

Viele erkennen in ihren Vorgesetzten ein narzisstisches Persönlichkeitsprofil, das ihnen stark zusetzt. Bei einem Gespräch in einem Neubiberger Vorgarten machen die Siglinde Lösch und Otto Berg auf die Probleme aufmerksam und geben Ratschläge, wie man sich helfen kann.

**Haben Sie einen Prototyp, der für einen Narzissten stehen kann und den jeder kennt?**

**Siglinde Lösch:** Ja. den US-Ex-Präsidenten. Wenn ich jemanden wie Donald Trump vor mir habe. Da kann ich nichts mehr lösen. Da muss ich die Füße in die Hand nehmen und mir etwas Neues suchen.

**Es gibt ja verschiedene Abstufungen von Narzissten. Das Krankheitsbild festzulegen ist aber doch nicht einfach, wird bisweilen inflationär gebraucht, oder?**

**Siglinde Lösch:** Ganz genau. Nach dem Psychoanalytiker Fritz Riemann unterscheidet man vier Grundcharaktere, die Angst betreffend: schizoid, depressiv, hysterisch und zwanghaft. In diesem Fall geht es um den Narzissten. Jeder trägt einen Anteil daran in sich. Die Bandbreite ist immens unterschiedlich. Meine Intention: Es handelt sich um ganz normale Menschen. Man darf sie nicht verfluchen, denn die narzisstischen Persönlichkeiten haben wie alle anderen Typen Ängste, die sie verarbeiten. Auch wenn sie sie nach außen nicht zeigen. Sie fechten mit sich selbst ein Leben lang einen Kampf aus. In die Unternehmen bringen sie Innovationen, brechen mit Traditionen und unternehmen alles, um ihre Karriere voranzutreiben. Aber die Konzerne erkennen auch, dass diese Leute Personal verheizen.

**Die Frage ist dann, wie gehe ich mit einem Narzissten am Arbeitsplatz um?**

**Siglinde Lösch:** Als allererstes muss ich den Menschen verstehen lernen. Wie kann ich mit ihm umgehen, ohne dass er mich verletzt? In meinen Vorträgen habe ich festgestellt, dass die Mitarbeiter, die unter diesen Narzissten leiden, sehr getriggert sind und eine hohe Anspruchshaltung haben. Sie erhoffen sich eine Patentlösung, die es leider nicht gibt.

**Aber vielleicht entspannt sich die Situation etwas aufgrund des Personalmangels und es findet ein Umdenken in den Firmen statt?**

**Siglinde Lösch:** Das hoffen wir. Aber es gibt eben auch Strategien, um sich zu schützen. Erst einmal sollten die Mitarbeiter hinschauen und prüfen, was alles gut läuft. Dummen Sprüchen sollten sie viel weniger Gewicht geben. Viele fressen zunächst die Demütigungen in sich hinein und rufen erst kurz vor dem Nervenzusammenbruch bei uns an. Man sollte sich nicht in etwas hineinsteigern, vor allem dann nicht, wenn die Vorkommnisse nur recht selten stattfinden. Vier Mal im Jahr ist kein Grund zur Panik.

Eine typisch narzisstische Aussage eines Firmenchefs bei einer Teamkonferenz: Er habe sich einen Personaltrainer zugelegt und sich einen Boxsack gekauft. Im Keller schlage er dann lieber darauf ein als auf seine Mitarbeiter. Einer von ihnen fühlte sich daraufhin bedroht, bekam Magenkrämpfe, schwitzte. Angstmerkmale wie zu Urzeiten: Da steht der Säbelzahntiger vor mir. In solchen Fällen rufen ganz viele bei uns an. Dabei hilft fast immer Gelassenheit. Wenn der Angestellte eine Schimpftirade des Chefs ohne zu murren anhört und dann sagt: „Ich mache mir jetzt einen Kaffee. Magst du auch einen?“ Es geht nicht darum, den Narzissten zu verändern, sondern zu verwirren.

**Aber manches lässt sich vielleicht doch nicht wegretuschieren.**

**Otto Berg:** Was ich da schon alles erlebt habe. Viele gute Leute sind kaputtgemacht worden. Wenn sich bei einer Vertretersitzung der Vorstand einen rauszieht und bloßstellt, der ist danach fertig. Und keiner traut sich etwas zu sagen. Du musst immer schweigen und alles einstecken. Was ich da schon alles miterlebt habe, eine Gemeinheit.

**Siglinde Lösch:** Es gibt zwei Erziehungsmethoden, die einen Narzissten entstehen lassen. Durch Demütigung: „Du bist nichts, du kannst nichts, du wirst nichts.“ Oder durch zu viel Lob. In beiden Fällen entwickeln schon die Kinder ein falsches Selbstbild, werden misstrauisch, bindungsunfähig. Wenn dann einer zu ihm als Erwachsener sagt: Heute ist ein schönes Wetter, fühlt er sich kritisiert. Und zwar nur, weil man unterschiedlicher Ansicht ist.

## **Kann sich ein Narzisst am Arbeitsplatz bessern?**

**Siglinde Lösch:** Nur wenn es seinem Vorteil dient. Und er die Möglichkeit sieht, durch freundliche Zuwendung schneller aufzusteigen. Wegen einer göttlichen Eingebung wird er sich gewiss nicht ändern.

## **Beratung**

Die Telefonnummer der Mobbingberatung München lautet: 089/60 60 00 70. Telefonzeiten:

Dienstag: 15 bis 18 Uhr Donnerstag: 9 bis 12 Uhr, [info@mobbing-beratung-muenchen.de](mailto:info@mobbing-beratung-muenchen.de)