

# „Eine Prise Narzissmus beflügelt den Erfolg“

DAS  
COACHING-  
INTERVIEW

Die Psychologin Bärbel Wardetzki über den Unterschied von gutem Selbstwertgefühl und Arroganz, über weibliches Führungsverhalten und den Umgang mit narzisstischen Chefs

Interview Janis Voss

**Frau Wardetzki, Frauen auf dem Chefsessel handeln ebenso narzisstisch und rücksichtslos wie Männer. Das belegt eine neue Studie der Universität Hohenheim. Überrascht Sie dieses Ergebnis?**

Frauen zeigen oft eine verdeckte Art von Narzissmus, die mit starken Gefühlen von Minderwertigkeit zusammenhängt. Ich habe ihn den „Weiblichen Narzissmus“ genannt. Er folgt dem Motto: Hoffentlich sieht keiner, dass ich nicht so kompetent bin, wie ich wirke. Wer so empfindet, zieht sich zurück oder verhält sich dominant und autoritär.

**Also überdeckt die zur Schau gestellte Selbstsicherheit tiefe Verunsicherung?**

Genau. Jemand, der ein gutes Selbstwertgefühl hat, muss nicht blenden. Er weiß um seine Stärken und Schwächen und kann so sein, wie er ist. Wer hingegen verinnerlicht hat, immer besser sein zu müssen, weil er sonst nicht angenommen wird, trägt besonders dick auf. Er definiert sich über den Blick des anderen.

**Nennen Sie bitte ein Beispiel.**

Denken Sie an den Film „Der Teufel trägt Prada“. Die Hauptdarstellerin, gespielt von Meryl Streep, erinnert stark an Anna Wintour, Chefredakteurin der amerikanischen „Vogue“. Sie lässt weder Widerspruch noch Kritik zu.

**Versuchen solche Chefinnen die „besseren Männer“ zu sein?**

Manche Frauen meinen, härter durchgreifen zu müssen, um nicht als schwach und unfähig eingeschätzt zu werden. Doch gute Führung, egal ob durch Mann oder Frau, zeichnet sich durch Autorität aus, ohne autoritär zu sein.



**BÄRBEL WARDETZKI**  
arbeitet als Psychotherapeutin und Coach in München. Sie ist Expertin für Narzissmus und den Umgang mit Kränkungen

## SO KONTERN SIE BLENDERN

*Blender sind Ausbeuter: Sie nutzen andere, um eigene Interessen durchzusetzen. Stecken Sie die Arbeitsbereiche daher klar ab und definieren so auch Ihren Anteil am Erfolg.*

*Blender sind Verführer: Sie loben in den Himmel. Bleiben Sie mit beiden Füßen auf dem Boden, denn Idealisierung kippt leicht in Entwertung. Nehmen Sie beides nicht persönlich.*

*Blender mögen Lob: Schenken Sie ihnen ruhig Anerkennung, wenn es sich richtig anfühlt. So können Sie sie vielleicht als Unterstützer gewinnen.*


**Sagt die Studie also weniger etwas über die Unterschiede von Männern und Frauen aus als darüber, wie Führungskräfte gestrickt sein müssen?**

Wer die Karriereleiter erklimmen will, braucht bestimmte Eigenschaften: Dominanz, Machtstreben, Selbstdarstellung und Führungswillen. Das gilt für beide Geschlechter. Doch wer sich zu arrogant und tyrannisch verhält, hemmt den Aufstieg. Eine Prise Narzissmus beflügelt hingegen tatsächlich den Erfolg.

**Wird die Frauenquote das Bild von Frauen in Führungspositionen ändern?**

Noch gibt es wenige weibliche Vorbilder, an denen wir uns orientieren können. Je mehr es werden, umso mehr gewinnen weibliche Stärken an Bedeutung, wie etwa Teamfähigkeit oder Beziehungsorientierung. Dann werden wir erkennen, dass man auch so erfolgreich sein kann. So entsteht eine neue Führungskultur.

**Was raten Sie jemandem, der unter einem narzisstischen Chef leidet?**

Fragen Sie sich, was er in Ihnen auslöst. Angst, Aggression oder Minderwertigkeitsgefühle? Was brauchen Sie, um diesem Menschen besser zu begegnen? Vergegenwärtigen Sie sich Ihre eigenen Kompetenzen, so machen Sie Ihr Selbstwertgefühl unabhängig vom anderen. 



**Selbstbewusst: Bärbel Wardetzki enttarnt Narzissten im Job und zeigt, wie man ihnen erfolgreich begegnet. „Blender im Job“, Scorpio, 17,99 Euro**