

HAIS

RAINER SACHSE

HISTRIONIKER

TRRI

**Mit Dramatik,
Manipulation
und Egozentrik
zum Erfolg**



Klett-Cotta

KE

R

Rainer Sachse

HISTRIONIKER

**Mit Dramatik,
Manipulation
und Egozentrik
zum Erfolg**

Klett-Cotta

Impressum

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2017 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Rothfos & Gabler, Hamburg

Datenkonvertierung: Fotosatz Amann, Memmingen

Printausgabe: ISBN 978-3-608-98459-0

E-Book: ISBN 978-3-608-10999-3

Dieses E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Bibliografische Information der Deutschen

Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;

detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

1 Wollen sie andere faszinieren? Dann folgen Sie den Ratschlägen dieses Buches!

Exkurs:

Holly Golightly - der Inbegriff einer Histrionikerin

2 Histrionik für Anfänger

Ein Kurs in Dramatik

Aufmerksamkeit

Man muss Aufmerksamkeit erzeugen!

Manipulation

Egozentrik

3 Werden Sie zum fortgeschrittenen Histrioniker!

Manipulative Strategien

Das Spiel »Dornröschen«

Das Setzen von Regeln

Eine unterhaltsame Variante: Das Spiel »Es ist alles in Ordnung, Schatz«

Ein toxisches Spiel: Nörgeln

4 Ein durchaus ernsthafter Fall

5 Die Extremform: Erfolgreiche Histrioniker

6 Nur Action bringt Satisfaction

7 Eine besondere Fähigkeit: Hochschaukelung

8 Gehen Sie Affären ein!

9 The grass is always greener on the other side

10 Realisieren Sie Interaktionstests

11 Der Histrioniker und der Narzisst: Eine Unterscheidung

12 Die Stellung der Diagnosen

13 Resümee

Einleitung

»Ich bin reich und schön und ein großartiger Spieler.«
Dieser Satz stammt von Cristiano Ronaldo, dem mehrfachen Weltfußballer, geäußert in einer Zeit, in der in sozialen Netzwerken wie Instagram täglich fast 100 Millionen Bilder geteilt werden, von denen unzählige nur ein Motiv zeigen: es sind Selfies. Donald Trump, Erdogan, Lady Gaga, Jürgen Klopp, Robbie Williams oder Paris Hilton werden von der Presse meist als Narzissten dargestellt, überhaupt wird jeder, der lautstark und egozentrisch auftritt und arrogant oder eitel, wenn nicht sogar exhibitionistisch wirkt, gerne als Narzisst verunglimpft. Narzissmus ist fast ein Schimpfwort, eine psychologische Modediagnose geworden und tief in unsere Umgangssprache eingedrungen. Zeitdiagnostiker erklären inzwischen ganze Gesellschaften für narzisstisch; viele seien krank, halt Ellenbogengesellschaften, in denen Solidarität und Mitleid kaum noch eine Rolle spielen.

Das amerikanische Diagnosesystem DSM-5, die Bibel der Psychiatrie mit weltweiter Geltung, hat die Hysterie schon lange abgeschafft und durch die narzisstische und die histrionische Persönlichkeit ersetzt.

Schnell werden diese Menschen in die Nähe von Psychopathen gerückt, zumindest in den Grenzbereich von normal und gestört. Doch es ist nicht jeder, der enthemmt auftritt, unsympathisch und vielleicht unempathisch ist,

dazu vielleicht noch leicht kränkbar, gestört. Vielleicht ist er noch nicht mal Narzisst, sondern eher ein Histrioniker. Was der Unterschied zwischen diesen beiden Persönlichkeiten ist, werden Sie im folgenden erfahren. Die histrionische Persönlichkeit wirkt in der öffentlichen Wahrnehmung eher wie die kleine Schwester der narzisstischen; dabei ist sie durchaus weit verbreitet und für jeden von uns wahrscheinlich tagtäglich zu beobachten.

1

Wollen sie andere faszinieren? Dann folgen Sie den Ratschlägen dieses Buches!

Ganz sicher kennen Sie sie auch, diese Personen, die andere in ihren Bann ziehen: die schnell und mühelos im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen; die Geschichten erzählen, die jeden fesseln, obwohl sie eigentlich eher öde sind; die sich auf einer Party bewegen, als wären sie ganz in ihrem Element; die alle um den Finger wickeln, charmant sind, unterhaltsam, sexy usw.

In der Psychologie sagt man, solche Personen weisen einen »histrionischen Persönlichkeitsstil« auf oder eine »Histrionik« (»Histrion« war die Bezeichnung für Schauspieler im klassischen Rom): Die Personen haben einen ausgeprägten Hang zu Dramatik, zu einer (mehr oder weniger) guten Selbstdarstellung. Sie genießen es, im Mittelpunkt zu stehen, Aufmerksamkeit zu erhalten, für andere wichtig zu sein, und sie können das durch ihr eigenes Handeln auch sehr gut erreichen!

In diesem Buch möchte ich Personen mit diesem Persönlichkeitsstil als »Histrioniker« bezeichnen: Diese Bezeichnung ist nicht vorbelastet, kurz und »knackig«.