

Der Narzisst und Sex oder: Traumabonding in Perfektion

Ungeahnte Höhen, der bestimmt geilste Orgasmus deines Lebens, ach was, die besten multiplen Orgasmen deines (Sex)Lebens, erogene Zonen an Stellen deines Körpers, die bisher noch kein Mann überhaupt je erkundet hatte – kommt dir das bekannt vor?

Ein Narzisst kann dich beim Sex so viel fühlen lassen, dass es dir vorkommt, als würdest du überhaupt zum allerersten Mal fühlen. Er ist so aufmerksam, hingebungsvoll, achtsam und zuvorkommend wie kein Liebhaber zuvor, es scheint ihm tatsächlich vorrangig um dich, um deinen Lustgewinn zu gehen!

Sich selbst stellt er scheinbar hinten an, dich in absolute Verzückung und Ekstase zu versetzen, daran arbeitet er mit seinen Händen, seinem Mund, seiner Stimme und noch so manchen „geheimen“ Zutaten.

Doch warum macht der Narzisst das?

Aus demselben Grund, aus dem er dich in der Anbahnungsphase „*love bombing Phase*“ mit Zuneigungsbeweisen überschüttet. Aus demselben Grund, aus dem er dich später immer wieder abwertet, erniedrigt und demütigt oder sogar auch mit Stillschweigen und Nichtanwesenheit „*silent treatment*“ bestraft. Oder dich sogar ohne Worte einfach abserviert „*discard*“ = „*dis-engagement*“, zumindest temporär, bis er dich wieder aus dem Regal holt, wenn es ihm genehm ist. Aus dem einzigen Grund, weshalb der Narzisst überhaupt zwischenmenschliche Beziehungen eingeht:

- um emotionalen Treibstoff „*fuel*“ zu beziehen
- dich als „Erweiterung seiner selbst“ als „punching ball“ zur Regulierung seines Selbstwerts und seines inhärenten Gefühlschaos zu missbrauchen.

Und wie bekommt er den von dir?

Sein Prinzip ist ganz simple: Mittels Kontrolle.

Der Narzisst und Sex oder: Traumabonding in Perfektion

Deine Lust kontrollieren zu können, zu wissen, dass er sie dir schenken, aber eben auch verweigern kann, entflammt im Narzissten eine fast schon sadistische Lust, die keine körperliche sexuelle Entladung je erreichen könnte.

Tatsächlich bedeutet zwischenmenschlicher Sex dem Narzissten relativ wenig – einen Orgasmus kann er sich schließlich bequem und durch eigenes Handanlegen jederzeit selbst besorgen.

Dich jedoch mit vor Begierde geöffneten Augen, Mund und, nun, anderen Stellen zu sehen – ausgelöst nur durch ihn – gibt ihm dieses immense Machtgefühl, seinen „Kick“ und seinen (ursprünglich deinen) emotionalen Treibstoff „*fuel*“ von besonderer Qualität.

Erinnerst du dich, wie er über deinen Körper strich, bis du ihn angefleht hast, dir den Höhepunkt zu verschaffen und wie er dann mit diesem unergründlichen Gesichtsausdruck plötzlich aufgestanden ist und dich und den Raum verlassen hat?

Macht und Kontrolle, darum geht es dem Narzissten. Die Vorstellung, dass du buchstäblich halb wahnsinnig vor Begierde in deinen Kissen liegst und nur an ihn, ihn, ihn denken kannst – diese Idee hat für ihn mehr Orgasmusqualität als jeder tatsächliche Orgasmus.

Der Narzisst verknüpft meisterlich deine Vorstellung von gefühlvoller Liebe mit jedem körperlichen Akt. Während er mit dir schläft, besonders, wenn er dich hart und unerwartet grob nimmt, spricht er die süßesten Worte von Liebe und Hingabe und Treue und Zukunft.

Erinnerst du dich sehnsüchtig an die ersten Wochen und Monate mit dem Narzissten? Diese honey moon-Phase „*love bombing Phase*“ mit stark frequentierter, wiederholender „geiler Sex - ich liebe dich wie keine andere bisher“-Kombination macht dich süchtig (auch körperlich durch die Ausschüttung gewisser Hormone und Neurotransmitter), du wirst zu einem „Narzissten-Junkie“ und das ist die primäre (wenn auch selten bewusste) Absicht eines Narzissten.

Sabine Dohrn – Psychologische Beraterin + angehende Heilpraktikerin Psychotherapie
email: sabine_dohrn@gmx.de

2 / 5

Der Narzisst und Sex oder: Traumabonding in Perfektion

Oder wie fühlst du dich, wenn er dich mit Sex-Entzug bestraft oder du daran denkst, dass er mit „Next“ in einem anderen Bett Sex hat?

Sex ist ein wesentlicher Manipulations-Bestandteil des Narzissten, um Dich mit ihm „zu trauma-bonden“ „*Traumabonding*“.

Eigentlich will er weder Sex noch erfüllende Liebe von dir, noch kann er sich mit dir auf zwischenmenschlicher Ebene so verbinden, wie du es kannst.

Er möchte ganz simple deinen emotionalen Treibstoff „*fuel*“ tanken, du bist für ihn wie eine Tanksäule, aus der er seine Lebensenergie speist, deine Lebensenergie wird seine – und du wirst im Laufe der Zeit in der Interaktion mit dem Narzissten immer leerer und ärmer deiner Lebensenergie. Und da er weiß – intuitiv bei den Narzissten auf dem untersten und mittleren Spektrum des Narzissmus, bewusst bei dem „Ultra“-Narzisst –, dass sein schmarotzendes Wesen nicht so einfach und vor allem nicht dauerhaft erfolgversprechend sein kann, manipuliert er dich vom Feinsten von Tag 1 an, um dich mittels diverser Manipulationstechniken unter Kontrolle zu behalten. Damit du ihm dauerhaft als „*fuel*“-Tanksäule in seiner „*fuel matrix*“ erhalten bleibst, im stetigen Lebensenergie „*fuel*“-Lieferanten-Modus sein unendliches schwarzes Loch mit deiner Lebensenergie speist.

Der Narzisst braucht die (Macht)-Gewissheit, mit dir machen können zu wollen, was er will, auch im Bett (oder in der Küche, im Garten, im Freibad oder in der Restauranttoilette....).

Er will, dass du ihn – und nur ihn – willst, zu 100%, ohne wenn und aber, emotional, körperlich, in jeder Hinsicht.

Hat der Narzisst denn nun gar keinen Spaß am Sex selber?

Doch. Aber nicht den zwischenmenschlich-intimen Spaß, den du mit ihm hast.

Der Narzisst kann sich nicht mit dir auf zwischenmenschlicher Ebene verbinden.

Er hat den Kontakt zu sich selbst verloren, er ist keine „Persönlichkeit“ wie du es bist. In

Sabine Dohrn – Psychologische Beraterin + angehende Heilpraktikerin Psychotherapie
email: sabine_dohrn@gmx.de

3 / 5

Der Narzisst und Sex oder: Traumabonding in Perfektion

ihm ist es gähnend leer, ein Haus mit Zimmern ohne Inhalt, ein großes schwarzes Loch, das auf die Zufuhr externer Lebensenergie „*fuel*“ existentiell angewiesen ist.

Auch deswegen bevorzugt der Narzisst den Sex aus der Konserve:

Pornos und/oder (diesmal auch ein UND :-)) Prostituierte.

Die meisten Narzissten besitzen und konsumieren Unmengen an pornographischem Material und sind regelmäßig Gäste bei Prostituierten (oder haben ihre kostengünstigere/n „dirty“ Quelle/n für den schnellen Sex zwischendurch in ihre „*fuel matrix*“ integriert).

Pornos und Prostituierte sind nahezu jederzeit für ihn verfügbar, er bestimmt, was, wann, wo, wie langeund dabei bleibt es bei der vom Narzissten bevorzugten emotionalen Unpersönlichkeit.

Erinnere dich: Das Wichtigste für den Narzissten ist, die Kontrolle zu haben und zu behalten.

In seiner Vorstellung imaginiert sich der Narzisst in diese Szenen und Filme selbst hinein, übernimmt auch hier die Kontrolle, indem er sich vorstellt, jedes Stöhnen, jeder Lustschrei, jedes Keuchen und Wimmern gelte in Wahrheit ihm. Das generiert beim Narzissten ein Machtgefühl, er zieht Befriedigung aus der Idee, dem Porno übergeordnet zu sein.

Außerdem benutzt er es als Lehrmaterial für das nächste Treffen mit dir (und wahrscheinlicher auch noch mit anderen Personen).

Menschen sind für den Narzissten nichts als pure Objekte und wo werden Menschen mehr zu Objekten degradiert als in Pornos? Sie fordern außerdem nichts von ihm, denn dem Narzissten ist nichts verhasster, als die Bedürfnisse und Forderungen von anderen Menschen erfüllen zu müssen.

Der Narzisst macht sich nichts aus Intimität, er versteht das Konzept höchstens verstandesmäßig, ohne je echtes Bedürfnis danach zu verspüren.

Sabine Dohrn – Psychologische Beraterin + angehende Heilpraktikerin Psychotherapie
email: sabine_dohrn@gmx.de

4 / 5

Der Narzisst und Sex oder: Traumabonding in Perfektion

Die Vertrautheit einer Zweierbeziehung auf sexueller Ebene bedeutet ihm nichts.

Was sich auf körperlicher Ebene zwischen dir und dem Narzissten abspielt, ist eine weitere, sehr effektive und süchtig machende Form von Nutzbringung deinerseits an ihn.

Ist es wirklich das, was du willst, was dir guttut, was dich glücklich macht?

BE FREE AGAIN!

→ **GOSO (Get Out, Stay Out) und NO CONTACT.**