

Familien dynamik

Systemische Praxis und Forschung

46. Jahrgang
Heft 2 | 2021
DOI 10.21706/fd-46-2

Herausgegeben von Ulrike Borst und Christina Hunger-Schoppe

Abschiede

» ÜBER-SICHTEN

Therapieende – wie Abschied nehmen?

▣ IM FOKUS

Abschiednehmen aus systemischer Perspektive

Beendigung von Paartherapien mit älteren Paaren

Verlust durch Tod eines engen Familienmitglieds

Bilanz therapeutischer Arbeit

» SEITEN-BLICHE

Systemische Schreibtherapie

Ambivalenzen spüren



Nachruf

DOI 10.21706/fd-46-2-172

Die Wiedervereinigung von Herz und Hirn in der Psychotherapie



Zum Tode von David Schnarch (18.9.1946 – 8.10.2020)

Am 8. Oktober 2020 ist überraschend der amerikanische Paar- und Sexualtherapeut David Schnarch verstorben.

Schnarch war ein vielfach ausgezeichnete Pionier der Paar- und Sexualtherapie, dessen auch ins Deutsche übersetzte Bücher (*Die Psychologie sexueller Leidenschaft* und *Intimität und Verlangen*) internationale Bestseller wurden und ihn auch hierzulande in der Fachwelt und bei Ratsuchenden bekannt gemacht haben.

Nach seiner Lehrtätigkeit als Professor für Urologie und Psychiatrie in New Orleans gründete er gemeinsam mit seiner Ehefrau und Kollegin, Ruth Morehouse, das *Marriage und Family Health Center* in Evergreen in den Bergen Colorados. Von hier aus reiste er ausgiebig um die ganze Welt, um auf mehreren Kontinenten den von ihm entwickelten *Sexual Crucible*-Ansatz (»Sexuelle Feuerprobe«) zu lehren. Seit 2011 kam er jedes Jahr mehrfach nach Deutschland, um eine internationale Gruppe von Therapeut*innen in seinem Ansatz zu schulen.

Für Schnarch war Sexualität etwas höchst Persönliches – kennzeichnend

für die Art, wie ein Mensch in Beziehung geht. Sexuelle Probleme ebenso wie Paarkrisen waren für ihn nicht Ausdruck einer neurotischen Störung, sondern eine normale Entwicklungskrise auf dem Weg zur erwachsenen Beziehungsfähigkeit.

Schnarch war nicht nur ein visionärer Theoretiker, er galt auch als begnadeter Therapeut. Er war die letzte Anlaufstelle für Paare weltweit, denen niemand sonst helfen konnte. Wer ihn bei der Arbeit erleben durfte, wusste, dass er einem absoluten Meister seines Fachs zusah. Wie machte er das? Wie gelang es ihm, zugleich so furchtlos konfrontativ und doch so respektvoll zu sein? Wie kam er so schnell auf den Punkt, obwohl er es nicht eilig zu haben schien? Wie schaffte er es so mühelos, jederzeit den Ton oder das Tempo zu wechseln, wenn es dem Prozess diente?

Wie bei einem perfekt designten Auto gingen in seiner Arbeit Ästhetik und Funktionalität, linke und rechte Hemisphäre, Hirn und Herz eine kongeniale Verbindung ein. Dieser Vergleich ist nicht zufällig gewählt: Schnarch wollte ursprünglich Ingenieur werden, bevor er eine Karriere als Psychologe einschlug. Schnarch liebte durchdachte und funktionale Autos. Diese technische Affinität zeigte sich auch darin, dass er Liebesbeziehungen als »menschliche Wachstumsmaschinen« beschrieb. Seine Therapie nannte er »precision therapy«, denn er verließ sich hier nicht nur auf sein Gefühl, sondern er nutzte ein ausgefeiltes Instrumentarium der Realitätsüberprü-

fung. Dieses Vorgehen gibt dem bzw. der Therapeut*in mehr Handlungsspielraum, als wenn die Realität der Klient*innen unhinterfragt übernommen wird.

Er arbeitete praktisch rund um die Uhr. Jeden Tag. Wenn er gerade nicht irgendwo auf der Welt lehrte oder in seinem Zentrum in Evergreen, Colorado, Paare empfing, schrieb und forschte er unermüdlich. Am Ende eines langen Seminartages war er meist derjenige, der noch vor Energie sprühte. Es war geradezu beängstigend.

Schnarch lebte für sein Werk. Er hatte schon früh seine Bestimmung gefunden, und er verfolgte sie mit intellektueller Brillanz, kindlicher Neugier, Sturheit und einem Selbstbewusstsein, das auf den ersten Blick narzisstisch wirken konnte. Tatsächlich war er schlicht von der Bedeutung seiner Arbeiten überzeugt, nicht nur für die Paar- und Sexualtherapie, sondern für die gesamte zukünftige Psychotherapie. Er war dabei stets offen für Kritik und korrigierte sich, wenn nötig.

Er lachte gerne und herzlich und verfügte über ein umfassendes Repertoire an Witzen und Geschichten. Er setzte seinen Humor auch in Sitzungen gezielt ein, wenn Klient*innen drohten, festzustecken.

Mehr als jeder andere kartierte Schnarch die dunkle Seite ganz normaler Menschen. Er sprach von unser aller »normalem ehelichen Sadismus«, ohne dadurch zum Zyniker zu werden. Ganz im Gegenteil.

Ein wesentlicher Teil seines therapeutischen Erfolgs resultierte aus seiner bedingungslosen Bereitschaft, seinen Klient*innen furchtlos bis in die finstersten Winkel ihres Wesens und ihrer Geschichte zu folgen und sich davon in der Tiefe berühren zu lassen:

➤ *Es macht mir keinen Spaß, mich von den Geschichten meiner Klienten traumatisieren zu lassen, aber wenn es hilft, bin ich dazu bereit.* ◀

Je länger er arbeitete, umso klarer konnte er sehen, dass schwere und

schwerste Traumatisierungen viel weiter verbreitet sind, als es unsere Zunft gemeinhin wahrhaben will. Für die menschliche Entwicklung sei nicht die Abwesenheit von Liebe und Zuwendung das schlimmste Problem, sondern die Anwesenheit eines schädigenden Verhaltens der Eltern oder der Bezugspersonen. Einer seiner Merksätze lautete:

➤ *Die Liebe, die du bekommen hast, hat dich zehnmal mehr verkorkst als die Liebe, die du nicht bekommen hast.* ◀

In seinem zuletzt erschienenen Buch, *Braintalk*, zeigte er, wie sich interpersonelle Traumatisierungen auf das Ge-

hirn und unsere seelische Gesundheit auswirken. Ausgehend von aktuellen Erkenntnissen der Hirnforschung entwickelte er einen eigenen Ansatz, mit dem sich diese Traumatisierungen behandeln lassen.

»Muss man seine Klienten lieben, um Therapeut sein zu können?«, fragte er einmal. »Nein«, antwortete er, »nur, wenn man ein guter Therapeut sein will«.

Schnarch sprach selten von der Liebe, dafür wusste er nur zu genau, wieviel Missbrauch in ihrem Namen geschieht. Liebe zeigte sich ihm in der Bereitschaft, in einen anderen Menschen emotional zu »investieren« – und das tat er stets mit vollem Einsatz.

Schnarch war praktizierender Buddhist, was er nie an die große Glocke hängte. Er litt sehr an der politischen Situation der USA unter Donald Trump, umso mehr, als er um dessen traumatische Folgen für die Welt wusste.

David Schnarch hinterlässt seine Frau, die gemeinsame Tochter, Sarah Morehouse, und eine internationale Gemeinschaft von Therapeut*innen, Paaren und Klient*innen, deren Leben und Arbeit durch ihn umgewälzt worden sind. Er hinterlässt der Nachwelt außerdem ein bislang noch unveröffentlichtes Buch zum Thema Regression.

Marc Rackelmann, Berlin



Institut für
Ökologisch-systemische
Therapie

Institut für
Ökologisch-systemische Therapie
Klosbachstrasse 123
8032 Zürich
Tel. +41 (0) 44 252 32 42
sekr@psychotherapieausbildung.ch
www.psychotherapieausbildung.ch

Seminare & Workshops

03. – 04. Mai 2021
Schuld, Schuldgefühle und schlechtes Gewissen
Ortwin Meiss

05. – 06. Mai 2021
Gruppentherapie und Mehrpersonensetting – Best practice
Bernadette Ruhwinkel,
Sebastian Haas

15. – 16. Juni 2021
Interkulturelle systemische Beratung und Therapie*
Cornelia Oesterreich

01. – 02. Juli 2021
Bindungs- und emotionsorientierte Paartherapie
Stefan Freidel

Weiterbildungen

Systemische Paartherapie
7 Module und Supervision, 14 Monate
Nächster Beginn: im Januar 2022

Psychotherapie mit systemischem Schwerpunkt
Anerkannte postgraduale Weiterbildung von BAG, FSP, SBAP, SGPP und Systemis.ch. Die Anforderungen der SGKJPP sind erfüllt.
Nächster Beginn: September 2022, Kostenloser Infoabend:
28.11.2022, 18.00 Uhr