

### David SCHNARCH: Die Psychologie sexueller Leidenschaft.

Stuttgart, 2006 (Klett-Cotta)

David Schnarch hat ein umfangreiches Buch zur sexuellen Praxis von Paaren vorgelegt und, um es gleich anzusprechen, es ist ein durchweg ‚amerikanisches‘. Das sollte man einkalkulieren, wenn man anfängt zu lesen. Was heißt das? Es heißt, dass Schnarch sich viel Mühe gegeben hat, Paare sehr ausführlich zu Wort kommen zu lassen und deren Gedanken therapeutisch und theoretisch nachvollziehbar zu verwerthen. So erhalten seine Gedanken Transparenz und es ist leicht, den therapeutischen Umgang mit den eingebrachten Problemen zu verfolgen. Die Darstellung ist in erfreulicher Weise kundenorientiert, für Leser wie potentielle Klienten gleichermaßen: You get what you see!

Aber da fängt auch ein gewisses Unbehagen an. Liest man das Buch mit europäischen bzw. deutschen Augen, ist der aktionistische Umgang mit Fragen der Sexualität, die unmittelbare Sprache allzu ‚entkleidet‘ und von Seite zu Seite schleicht sich die Frage mehr ein: Ist da noch was hinter dem vordergründig Ausgesprochenen und der bestmöglichen Tat? Meine Intimkultur findet sich in dieser aufgekräpelten Welt nicht ganz wieder, um nicht zu sagen, entscheidende Teile meiner erotischen Seele geraten gar nicht erst in Schwingung. Vielleicht liegt es an der Übersetzung? Überall schimmert der amerikanische Tonfall und die andere Art des Selbstverständnisses durch. Die beschriebene Erfahrungswelt ist nicht durchgängig kompatibel mit der unsrigen. Gerade wenn es um Intimität im engeren Sinne geht, um Erfahrungen, die den kulturellen Kern der Person betreffen, wird es schwierig, sich mit der angebotenen Welt zu identifizieren, da sie in entscheidenden Teilen anders ‚tickt‘. Man bleibt so schneller außen vor als einem lieb ist.

Vielleicht hätte man von Verlagsseite sprachlich sorgfältiger überarbeiten müssen, aber das lässt sich beim Lesen einfach sagen, denn um ehrlich zu sein, wirklich gelungene Adaptionen fremdsprachiger Fachliteratur sind äußerst rar. Außerdem ist dies nicht dem Autor vorzuwerfen. Deshalb nun zum Inhalt:

David Schnarch distanziert sich von den alten verhaltenstherapeutischen Übungsprogrammen zur Wiederherstellung befriedigender Sexualfunktionen und setzt sich für eine Kultur der sexuellen Intimität ein. (Das tut übrigens auch das empfehlenswerte Buch von Ulrich Clement: Systemische Sexualtherapie vom gleichen Verlag) Als Voraussetzung für ein Gelingen erotischer In-

timität zu zweit sieht er die Fähigkeit, sich dem Partner authentisch zumuten zu können. Das bedeutet, er fordert eine radikale Inanspruchnahme der eigenen Person, das Risiko in Beziehungen einzugehen, sich mit dem, wie man/frau ist einzubringen und damit angenommen oder abgelehnt zu werden. In diesem Offenbarungsmut sieht er die entscheidende Grundlage für ein Gelingen, weil eine selbstbewusste Inanspruchnahme nicht auf harmonisierenden Bestätigungswünschen beruht, die, so seine Hypothese, zum Verlust der Freude an Sexualität, zu Vermeidungen und einem insgesamt gestörten Selbstverständnis bzw. blockierten Beziehungen beitragen.

Liebesbeziehungen, eine weitere Folgerung seiner Beobachtungen, fordern zur Differenzierung auf. Anpassungen, die in einem erheblichen Umfang natürlich unvermeidlich und sinnvoll sind, führen auf lange Sicht zu einer leidenschaftlichen Stilllegung des Paares. Es sei denn, man schwingt sich zu einer radikalen Auseinandersetzung auf, die Bindungs- und Autonomiebedürfnisse, emotionale Nähe und Kritik balanciert.

Schnarch propagiert also nicht in erster Linie Gefühlsharmonie und Einfühlung, sondern er setzt sich für eine Differenzierung des Selbst in intimen Beziehungen ein. Insofern ist er, wie alle Paartherapeuten, auch ein Sexualpädagoge seines historischen Kontexts. Denn wo im Buch des Lebens steht geschrieben, dass sich Paare sexuell verwirklichen müssen? Und wann sonst als in der Spätmoderne könnte man besser behaupten, dass Liebesbeziehungen zur Individualentwicklung beitragen sollen? So denken westliche Paartherapeuten mehr oder minder, aber was wollen die Menschen in den heterogenen westlichen Gesellschaften für sich in Anspruch nehmen? Natürlich irgendwie auch das von Schnarch hervorgehobene und darüber hinaus eine Menge mehr und anderes, je nach kulturellem Hintergrund.

Da die sexuelle Selbstverwirklichung ein mächtiger Fetisch des aktuellen Soziallebens ist und die augenblicklich gängigste Motivation für Paarbeziehungen, sehen sich Liebespartner gezwungen, einen eigenen Standpunkt zu ihren und den sexuellen Motiven ihrer Partner einzunehmen, einen Umgang zu finden, der für beide passt und von beiden als wohltuend empfunden wird. Um diese Aufgabe kommt im Moment niemand herum. Unter dem Blickwinkel lohnt es sich wirklich, das Buch zu lesen.

Detlef Klöckner

### Hans Jellouschek: Die Paartherapie. Eine praktische Orientierungshilfe

Stuttgart, 2005 (Kreuz Verlag)

Hans Jellouschek braucht den Lesern der GESTALT-ZEITUNG nicht besonders vorgestellt zu werden. Als einer der bekanntesten deutschsprachigen Paartherapeuten hat er zahlreiche auflagenstarke Bücher geschrieben. Durch seinen angenehmen Schreibstil, der Prägnanz mit persönlicher Ansprache verbindet, hat er in der Öffentlichkeit das Interesse für Paarthemen und Paartherapie geweckt. Ohne seine Veröffentlichungen und Vorträge wäre die Nachfrage nach Paartherapie sicherlich geringer. Somit gebührt ihm der Dank der gesamten Paartherapeuten-Gemeinschaft.

Sein neuestes Buch *Die Paartherapie* trägt den Untertitel *Eine praktische Orientierungshilfe*, und wendet sich an alle, die eine Paartherapie erwägen und keine oder wenig konkrete Vorstellungen davon haben. Aber auch für Personen, die sich bereits in einer Paartherapie befinden, ist das Buch eine wertvolle Begleitlectüre. Es kann Irritationen über die Vorgehensweise des Therapeuten ausräumen oder die Klienten ermutigen, eben solche anzusprechen. Darüber hinaus ist das Buch auch interessant für den Paartherapeuten, aus mehreren Gründen:

1. Es liefert ihm Ideen, wie er in allgemeinverständlicher und dennoch differenzierter Sprache den Klienten erklären kann, was Paartherapie bedeutet.
2. Wegen der sehr deutlichen Gliederung des Textes, in dem häufig auch einzelne Standardbegriffe drucktechnisch hervorgehoben sind, hat das Buch auch das Format eines Taschenlexikons für Paartherapie. Ich persönlich benutze es als Repetitorium, blättere häufig vor Paartherapiesitzungen darin herum und bekomme oft noch eine entscheidende Anregung.
3. Das Buch schlägt eine Brücke zwischen Systemischer Therapie und Humanistischer Psychologie, so dass es gerade auch für den Gestalt-Paartherapeuten eine wertvolle Orientierungshilfe sein kann.

In den Kapiteln 3 und 4 präsentiert Hans Jellouschek sowohl sein eigenes Paartherapiekonzept als auch allgemeine paartherapeutische Standards. Man merkt, dass der Autor es nicht mehr nötig hat, sein Konzept als das bessere herauszustellen, was das Lesen sehr angenehm macht, weil man nicht ständig innerlich Stellung

beziehen muss. Er bezeichnet seinen Ansatz als systemisch-integrative Paartherapie. Im Gegensatz zu den Paartherapiekonzepten vieler anderer systemisch-familiätherapeutischer Institute kommen bei ihm Grundsätze der Humanistischen Psychologie stärker zur Geltung. Jellouschek selbst kam über die Transaktionsanalyse zur Systemischen Therapie.

So betont er immer wieder, wie wichtig für den Erfolg eines therapeutischen Prozesses emotionale Sicherheit sei, und zwar auf beiden Seiten. Dass die Klienten oft unsicher oder gar ängstlich in ein Erstgespräch treten, erscheine ja keineswegs verwunderlich. Jellouschek weist darauf hin, dass der Therapeut häufig nicht viel weniger von solchen Gefühlen geplagt sei. Um diese beiderseitigen Unsicherheiten abzubauen, müssten sie sich zuallererst kennen lernen und Kontakt zueinander finden. Der eigentliche Therapie-Prozess könne nur gut beginnen bzw. weitergehen, wenn ein Vertrauensverhältnis zwischen dem Therapeuten und dem Paar aufgebaut würde und bestehen bliebe. Sei dies gestört, weil zum Beispiel einer der Partner sich nicht von ihm verstanden und/oder unterstützt fühle, müsse als erstes hierüber metakommuniziert und das Vertrauensverhältnis wiederhergestellt werden, bevor an den Therapiezielen weitergearbeitet wird. Man fühlt sich bei diesen Erörterungen sehr an die TZI-Regel „Störungen haben Vorrang“ und das Primat des guten Kontaktes in der Gestalttherapie erinnert. Er fasst all diese Aspekte unter dem Begriff *Affektive Rahmung* zusammen.

Auch zeigt sich Jellouschek, gemessen an systemischen Gepflogenheiten, in angenehmer Weise fürsorglich in konflikthaften oder bedrohlichen Situationen, wie Selbstmordtendenzen, Gefahr körperlicher Gewalt, aber auch beim Weiterbestehen einer Außenbeziehung. Er empfiehlt hier gewisse Schutz- oder Vorsorgemaßnahmen zu treffen, da eine gedeihliche Arbeit am Veränderungsprozess nur möglich sei, wenn eine Beruhigung eingetreten ist und nicht ständig mit Eskalation gerechnet werden muss.

Bei Suizidalität könne der Therapeut die Partner einen Vertrag miteinander schließen lassen über die Hilfemaßnahmen bei Akutwerdung der Suizidalität.

Bei stattgefundenener und /oder drohender Gewalt könne der Therapeut den (potenziellen) Täter für die Dauer der Therapie auf einen Gewaltverzicht verpflichten.

Bei Untreue sei am Anfang der Therapie auszuhandeln, wie damit umgegangen werden solle. Das kann vom vorläufigen vollständigen Verzicht auf den Außenkontakt über eine für den Partner erträgliche Reduzierung des Kontakts bis zur Aufrechterhaltung der Außenbeziehung reichen. In letzterem Falle sei dann in der Regel notwendig, dass die beiden Partner vorübergehend zueinander auf größere räumliche Distanz gingen.

Der Zeitpunkt zur Übernahme fürsorglicher Verantwortung setzt bei Jellouschek sicherlich früher ein als bei den meisten systemischen Paartherapeuten. An einem Punkt wird aber jeder Therapeut seine neutrale Position verlassen und die Position sozialer Kontrolle einnehmen. Eine ähnliche (fürsorgliche) Vorgehensweise empfiehlt er bei Trennungswunsch. Gar nicht so selten verberge sich hinter einer Paartherapie, dass einer der Partner zur Trennung bereits entschlossen sei und nur in Beratung mitkomme, weil er sich nicht traut, es so deutlich zu sagen. Nach Jellouschek braucht Paartherapie ein gemeinsames Anliegen. Wenn einer der beiden der Beziehung keine Chance mehr gebe, sei eine Trennungsberatung oder Mediation sinnvoll. Eine Paartherapie sei nur sinnvoll, wenn beide Partner, auch der Trennungswillige, der Beziehung noch eine Chance geben. Um das sicherzustellen, schlägt er ein *Moratorium* vor: Beide sichern sich zu, in der Zeit der Paartherapie keine endgültige Entscheidung zu treffen. Auch damit wird man sicherlich nicht verhindern können, dass einer der Partner die Beziehung innerlich schon gekündigt hat und dennoch an der Paartherapie teilnimmt. Aber allein das explizite Eingehen auf diesen Gesichtspunkt nimmt dem inneren Kündiger so etwas wie seine Unschuld und trägt zu einer gewissen Klarheit bei.

Hans Jellouscheks Buch „Die Paartherapie“ bereitet großes Lesevergnügen. Die Therapiegeschichte eines Paares, die sich durch den Text hindurch zieht, macht Paartherapie sehr anschaulich. Und es ist so geschrieben, dass es sich dem Lesen nicht entgehen stellt.

Rolf Heinzmann

### **Yvonne MAURER: Der ganzheitliche Ansatz in der Psychotherapie.**

Wien, New York 1999 und 2006 (Springer)

Es hätte ein hilfreiches Buch werden können, würde es nicht so vollmundig mehr beanspruchen. Im Klappentext stolpert man bereits über merkwürdige Sätze. Auszug: *Im ganzheitlichen Ansatz wird die Wichtigkeit des Körpers noch stärker betont als im zugrunde liegenden gestalttherapeutischen Ansatz. Ganzheit bedeutet eine Erweiterung der traditionellen Konzepte.* Soll man gnädig darüber weg lesen? Nein, denn der Blödsinn scheint gewollt. Also, nur das größte Missverständnis angesprochen: Die Gestalttherapie ist ein so genannt ganzheitlicher Ansatz, der sich, wie alle Metaansätze, weiterentwickeln muss. Und dass der Begriff Ganzheit eine Erweiterung traditioneller Konzepte (was soll das sein? Ist etwa gemeint, traditioneller Konzepte der Medizin?) im Auge hat, hätte man vielleicht 1960 noch als Referenz betonen können, ist aber aus heutiger Sicht so bedeutsam, als würde jemand darauf hinweisen, dass sich Kulturen unterscheiden.

Der Ganzheitsbegriff ist selbstverständlich umfassend, was sonst, (siehe Gestalttheorie und Systemtheorie) und umfassender als die Psychosomatik in ihren Anfängen beschrieben hat. Und nun? Man wird nach solcher Einstimmung nicht gerade neugieriger und durch das Lesen nicht umgestimmt. Deshalb an dieser Stelle auch nur ein knapper Kommentar zum Buch:

Implizierter Bezugspunkt der Arbeit Yvonne Maurers ist der Kontext der (psychosomatischen) Medizin. Mit dieser Blickrichtung im Hinterkopf wird verständlich, dass sie um einen komplexen Ganzheitsbegriff bemüht ist. Nur, dass die Medizin mit den Dimensionen der Psyche und des Sozialen bis in die Gegenwart erhebliche Probleme hat, ist ein abgegriffener Sachverhalt. Man muss sich deshalb nicht mehr daran abarbeiten, es sei denn man ringt mit seiner medizinischen Identität.

Maurer bezieht sich auf ein anthropologisches Metamodell, welches 6 Dimensionen umfasst, drei (Biophysik – Soziales – Psychologisches) hätten es, wie bei den gängigen systemischen Modellen üblich, auch getan. Aber gut, einen gewissen Hang zum Überadditiven ist man aus der Ecke der integrativen Ansätze gewohnt. Die Autorin blättert ihre Sicht des Körpertherapeutischen systematisch auf, wobei sie tiefenpsychologische Entwicklungsaspekte und gestalttherapeutische Kontaktaspekte verknüpft und, nicht

sehr einleuchtend bezüglich des Themas, sich viel mit paartherapeutischen Fragen beschäftigt.

Mir persönlich argumentiert sie zu ich – bezogen, vielleicht fällt ihr deshalb nicht auf, dass ihr Eklektizismus nicht besonders originell ist, man alles schon mal irgendwo gelesen hat und derartige Zusammenführungen verschiedener Quellen genau das ist, was jeder Praktiker mehr oder minder für sich beansprucht. Ärgerlich wird das Buch, das sich wie ein Lehrbuch geriert, am Schluss, wenn sie ihre körpertherapeutische Ausbildung anpreist. Du lieber Himmel, was hat sich der Verlag bei dieser kostenlosen Akquise eigentlich gedacht? Solche unverhohlenen Werbedarstellungen entsprechen normalerweise nicht der Linie des Hauses.

Eine insgesamt bescheidenere Darstellung hätte das Buch zur brauchbaren Zusammenfassung machen können. Von der Sprache und der Selbstdarstellung her sollte es aber wohl mehr sein. So nervt das Ganze ganzheitlich recht schnell und man möchte immer weniger über inhaltliche Fehler und willkürliche Setzungen hinwegsehen. Die Summe der Leseerfahrung ist wirklich was anderes als einige gute Kapitel.

Detlef Klöckner