

Rezension

Peter Geißler (2025): Berührung in der Psychotherapie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. 374 S., € 39,00 (A)

Susanne Rabenstein¹

¹ Sigmund Freud Privatuniversität

Peter Geißler hat sich über die letzten Jahrzehnte einen Namen in der Community der (psychodynamisch ausgerichteten) Körperpsychotherapie gemacht. Aus seiner ursprünglichen bioenergetischen Verwurzelung heraus entwickelte er sich zum Mitbegründer (gemeinsam mit dem Individualpsychologen Günter Heisterkamp) der Analytischen Körperpsychotherapie, zum Veranstalter des Symposiums „Psychoanalyse und Körper“ und schließlich zu einem der eifrigsten unter den Autor*innen in der Landschaft der körperorientierten Psychotherapie. In dem vorliegenden Buch kulminiert Geißlers jahrelanges praktisches und wissenschaftliches Wirken zu diesem zentralen Thema: „Berührung in der Psychotherapie“.

Sein Anliegen ist es, die Wirkung (mitsamt der Einflussfaktoren) von Berührung in der Psychotherapie zu untersuchen – welche Heilungschancen, aber auch Risiken, damit einhergehen können. Auf diese Weise stellt sich Geißler wieder einmal der nun schon alten psychotherapeutisch-psychanalytisch polarisierenden Frage, inwieweit Körperinterventionen hilfreich bis hin zu retraumatisierend sein können. Dabei folgt er betont keinem missionarischen Anspruch, wie er eingangs klarstellt: „Einfache Antworten wird es in diesem Buch nicht geben, vielmehr werden immer weitere Fragen aufgeworfen: Was hat die körperliche Berührung überhaupt an sich, dass sie manches Mal Segen und in anderen Fällen Fluch sein kann?“ (S. 29).

Dem einleitenden Statement folgt sodann der philosophische Hintergrund von Berührung, ausgeführt von Mitautor Markus Angermayr. Ausgehend von einem „berührenden Selbst- und Weltverhältnis“ (S. 36) betrachtet er eine Phänomenologie der Berührung aus der Perspektive der Philosophie. Entlang der Analyse verschiedener Aspekte (wie Leibphänomenologie und Säuglingsforschung) arbeitet er Berührung als Erkenntnisweg heraus, der allerdings einer Ethik bedarf.

Peter Geißler schließt mit einem historischen Abriss an: Er veranschaulicht den Wandel körperlicher Berührung im Rahmen gesellschaftlicher, aber auch psychotherapiegeschichtlicher Entwicklungen, um sodann zur evolutionsbiologischen Sicht überzuleiten. Diese legt die zentrale Rolle von Berührung nicht nur – wie bekannt – im Sinn der sozialen Bindung und Kooperation nahe, sondern auch der Stressregulation und Entspannung, was bedeutsam für die Psychotherapie ist.

Der Mitautor Jochen Willerscheidt widmet sich einem weiteren für das Thema Berührung wichtigen Bereich der Grundlagenwissenschaften, indem er die Ergebnisse der Haptikforschung präsentiert. Unter der Differenzierung von taktiler und haptischer Wahrnehmung (nach Martin Grunwald) hebt Willerscheidt „die vielfältigen und überlebenswichtigen Funktionen von Berührungen in der frühen Kindheit“ (S. 93), beginnend im intrauterinen Erfahrungsraum – entgegen einer psychoanalytisch-erotischen Konnotation – hervor. Er versucht nachzuweisen, dass Berührungserfahrungen in den von dem Neurowissenschaftler Jaak Panksepp definierten basisemotionalen Bedürfnis- und Affekt-Systemen eine Einflussgröße bilden. Über diesen Weg kommt auch er zu dem offenbar bedeutsamen Konnex zwischen Berührung und Regulation.

Dazu passend erläutern Markus Böckle und Peter Cubasch die Idiopraxie, die Selbstberührung in der Psychotherapie, ebenfalls ein Mittel der Selbstregulation und Wahrnehmung des eigenen Körpers. Die Selbstberührung, so unterstreichen die Autoren, „förderst die Integration von Leib und Psyche“ (S. 126), ohne die „psychotherapeutische Berührungsproblematik“ in der Interaktion aufzuwerfen.

Peter Geißler ergänzt die Erkenntnisse der Grundlagenforschung mit Studien zu (sozialer) Berührung sowie zu frühkindlichen Berührungsmustern, was ihn zur Verbindung zwischen Regression und Berührung führt. Den ersten Teil des Buches „Grundlagen und Perspektiven“ rundet der Autor mit der abschließenden Diskussion ab, ob die Theorie der ursprünglichen Verführung von Laplanche angesichts der erörterten Erkenntnisse noch Bestand hat.

Im zweiten Teil des Buches, „Körperliche Berührung in der Selbsterfahrung und der Psychotherapie Erwachsener“ wendet sich der Autor den Bezügen zur psychotherapeutischen Praxis zu. Hinsichtlich dessen gelingt es Geißler, einen weiten Bogen über das Praxisfeld zu spannen, wobei er viele Detailaspekte schriftlich „durcharbeitet“ und dadurch der Komplexität des Themas gerecht wird. Dabei reflektiert er beispielsweise einzelne Therapieaspekte im Vergleich zwischen Berührungs- und anderen therapeutischen Interventionen, genauso wie technische Gesichtspunkte als auch die Unterschiede zwischen Einzel- und Gruppensetting.

Auf das Arbeiten in den jeweiligen Settings geht er ausführlich ein und unterlegt seine Ausführungen mit Fallbeispielen. So zeichnet er mit Interventionen und Erfahrungen mit Patient*innen ein differenziertes Bild vom therapeutischen Arbeiten mit Berührung, das den Leser*innen eine konkrete Vorstellung davon ermöglicht, wie auch ein Verständnis für die Verbindung von Praxis zu Theorie und Forschung. Zum Schluss präsentiert Geißler einen ersten Entwurf für Berührungsleitlinien als Orientierungshilfe für professionelle Psychotherapeut*innen.

Der dritte und letzte Teil wird wieder von Jochen Willerscheidt als Mitautor zum Thema „Körperliche Berührung in der Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen“ gestaltet. Auch er liefert einen klinischen Beitrag mit Fallvignetten und Orientierungslien für den Einsatz von Berührung in der psychodynamischen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie.

Fazit: Mit „Berührung in der Psychotherapie“ hat Peter Geißler ein äußerst lesenswertes Buch für interessierte „Neulinge“ als auch erfahrene (psychodynamisch) körperorientiert arbeitende Therapeut*innen vorgelegt. Und wieder einmal hat er sich als einer der „Berührungs-Pioniere“ der Psychotherapie, der bereits viele Jahre umfangreich zum Thema publiziert hat, als offener Geist erwiesen, der immer den Dialog zu den Nachbardisziplinen sucht. Durch diesen Wissenszuwachs – hier insbesondere durch die Erkenntnisse der Grundlagenforschung – überzeugt der Autor, ohne ein Plädoyer zu halten. Vielmehr ist es die tiefgehende Auseinandersetzung, die eben implizit – im Verzicht auf einen missionscharakter – in dieser neugierig forschenden Herangehensweise die*den Leser*in erreicht.

Autorin

Mag. phil. Dr. pth. Susanne Rabenstein

Schlüsselgasse 20/202

1080 Wien

Email: susanne.rabenstein@gmx.at

Tel. 0043 (0) 699 19 44 37 50

Studium der Germanistik, Publizistik und Kommunikationswissenschaft an der Universität Wien, Studium der Psychotherapiwissenschaft an der Sigmund-Freud-Privatuniversität Wien, Psychotherapieausbildung zur Individualpsychologin, Lehranalytikerin, Supervisorin, Univ.-Lektorin und Stv. Leiterin des Fachspezifikums Individualpsychologie an der Sigmund Freud-Privatuniversität Wien, Psychotherapeutin in freier Praxis.