

Thomas Fellmann

Rezension von: Geuter, U. (2026). Wege zum Körper



Psychotherapie-Wissenschaft

16. Jahrgang, Nr. 2, 2026, Seite 63–64

DOI: 10.30820/1664-9583-2026-2-63

Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft

eISSN 1664-9591

16. Jahrgang Heft 2/2026

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2026-2>

info@psychotherapie-wissenschaft.info

www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Herausgeberverein der Zeitschrift

Psychotherapie-Wissenschaft

Peter Schulthess

Zanggerweg 33

CH-8006 Zürich

Mobile + 41 76 559 19 20

E-Mail: peter.schulthess@psychotherapie-wissenschaft.info

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano

Lea-Sophie Richter, Zürich

Mario Schlegel, Zürich

Peter Schulthess, Zürich

Nataliya Tereshchenko, Zürich/Wien

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Walltorstr. 10

D-35390 Gießen

+49 6421 96 99 78 26

info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:

anzeigen@psychosozial-verlag.de

Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.

Gönnermitglieder des Herausgebervereins

wenden sich bitte direkt an die Redaktion:

redaktion@psychotherapie-wissenschaft.info

Datenbanken

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft wird regelmäßig
in der Abstract-Datenbank PsycInfo der American Psycho-
logical Association (APA), im Directory of Open Journals
(DOAJ) und in den Publikationsdatenbanken PSYINDEX und
PsychArchives des Leibniz-Institut für Psychologie/Leibniz
Institute for Psychology (ZPID) erfasst.



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Buchbesprechungen

Geuter, U. (2026). *Wege zum Körper. Schriften zur Körperpsychotherapie*. Psychosozial-Verlag, 364 S., 61.90 CHF, 44.90 EUR, ISBN: 978-3-8379-3484-7

Psychotherapie-Wissenschaft 16 (2) 2026 63–64

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2026-2-63>

Ulfried Geuter ist aktuell einer der renommiertesten Vertreter der Körperpsychotherapie im deutschen Sprachraum. Viele Leser werden ihn als Autor kennen der beiden Bände *Körperpsychotherapie. Grundriss einer Theorie für die klinische Praxis* (2023, 2. Aufl.) und *Praxis Körperpsychotherapie* (2019), beide bei Springer erschienen. Sie gelten bereits heute als Standardwerke der Körperpsychotherapie.

Das vorliegende Buch in Form eines Sammelbands umfasst insgesamt 15 Kapitel. 13 hatte der Autor zwischen 1996 und 2023 bereits an anderer Stelle veröffentlicht. Die einzelnen Kapitel stehen für sich selbst. Man kann als Leser seinen eigenen Interessen folgen. Das Buch wird den Neuling auf dem Gebiet der Körperpsychotherapie motivieren, sich weiter mit dem Körper in der Psychotherapie zu beschäftigen. Der erfahrene Körperpsychotherapeut wird Neues erfahren. Geuter verfügt über ein enzyklopädisches Wissen. Seine ausführlich zitierte Literatur ist bereits für sich genommen ein wertvoller Schatz und verweist bei den verschiedenen Themen in die Tiefe. Er ist ein begabter Schreiber, seine Sprache ist eingängig und seine Texte lesen sich leicht. Behandeln die Kapitel Themen in abgeschlossener Form, erzeugt deren Reihenfolge eine gewisse Dramaturgie. Der Titel des Bandes *Wege zum Körper* ist mehrdeutig. Er nimmt den Leser gewissermaßen auf eine Reise mit. Es wird die Entstehungsgeschichte der Körperpsychotherapie in mehreren Kapiteln dargestellt, in sich ändernder Perspektive einer Spirale ähnelnd, die sich weiter hochdreht. Bis zu Kapitel 7 beschreibt Geuter mehrfach, dass die Körperpsychotherapie drei Traditionen in sich vereinigt. Die neoreichianische, die den Körper als Charakterpanzer sieht, und die darin fixierte Abwehr; die zweite, die auf Elsa Gindler und Reformgymnastik Anfang des 20. Jahrhunderts zurückgeht, bei der es um das körperliche Wahrnehmen, das Spüren und das Sich-nach-innen-Wenden geht; schliesslich die dritte, die beziehungsorientierte, die sich auf Ferenczi beruft.

Seine historische Versiertheit zeigt sich in Kapitel 4 über die Hintergründe zur Person des Psychotherapeuten Graf Dürkheim, dem Begründer der Initiatischen Leibtherapie. Geuter belegt, dass dieser mit dem Naziregime eng kollaboriert und sich nach dem Krieg nicht davon distanziert hat.

In Kapitel 8 legt Geuter dar, dass sich nach seinem Verständnis die Körperpsychotherapie nicht als Weiterführung einer tiefenpsychologischen Methode begreift. Sie hat sich vielmehr davon emanzipiert. Sie ist als eigenständige Richtung mit eigenem Profil zu verstehen, die der humanistischen Psychotherapie zuzurechnen ist. Diese Position unterlegt er in den Kapiteln 6–8. Für ihn haben die Säuglings- und Bindungsforschung sowie neurowissenschaftliche Resultate, z. B. die Entdeckung der Spiegelneuronen, und die Resultate der Emotionsforschung den körperbezogenen Ansatz objektivieren können. Diese Ergebnisse haben das bereits klinisch vorbestehende Wissen und die Praxeologie der Körperpsychotherapie legitimiert. Insbesondere ist für Geuter George Downings Theorie der affektmotorischen Schemata wertvoll. Das Verständnis von Embodiment, wie Geuter in Kapitel 7 darlegt, stellt das Fundament dar für seinen erfahrungszentrierten Ansatz. Die im Hier und Jetzt entstehende Therapiesituation zwischen Patient und Therapeut ist zum einen eine Co-Kreation zwischen beiden und beruht zum anderen auf einer zwischen Körper und Geist untrennbaren, holistischen Erfahrung. In Kapitel 8 stellt er das Selbsterleben ins Zentrum der Psychotherapie und fasst dies als ein zutiefst körperliches Erleben auf, bestehend aus extero-, proprio- und interozeptiver Wahrnehmung. Der Leser erhält dadurch Einsicht in seinen eigenen Prozess, den der Autor im Verlauf der Jahre gemacht hat. Mehrfach kommentiert Geuter das damals Geschriebene in Fussnoten selbstkritisch aus heutiger Sicht. Das macht ihn sympathisch und gleichzeitig zeugt es von seinem wachen Geist.

In weiteren Kapiteln wendet er sich klinisch-praktischen Fragen zu und unterlegt sie jeweils mit kurzen Fallgeschichten. In Kapitel 11 führt er sein Verständnis von der Arbeit mit Emotionen aus, wie bei blockierter oder fehlender emotionaler Anspannung, bzw. bei zu heftiger emotionaler Anspannung, vorzugehen ist. In Kapitel 12 beleuchtet er den Stellenwert eines achtsamkeitsorientierten Ansatzes, bzw. deren Art der Interventionen, und wie dieser in eine erlebniszentrierte Körperpsychotherapie einfließen kann. In Kapitel 13 gibt er einen hervorragenden Kurzüberblick über die verschiedenen Formen von Traumata und Traumafolgestörungen, wie sich diese auf das Körpererleben auswirken und welche Möglichkeiten des körperpsychotherapeutischen Zugangs bestehen. Er integriert dabei verschiedene Ansätze, wie Somatic Experiencing nach Levine, die Screen-Technik und EMDR. Geuter hebt die Wichtigkeit der Beachtung der drei Phasen hervor von Stabilisierung, schonender Konfrontation, die kontrolliert und begrenzt erfolgen muss, und der dritten Phase, in der das Erlebte reflektiert, verstanden und eingeordnet werden muss. Im klinischen Beispiel zeigt er, wie er das EMDR-Standardprotokoll auf einen körperorientierten Ansatz abwandelt.

Kritisch äussert sich Geuter zu Porges Vagaltheorie. Einerseits würdigt er dessen klinische Anschaulichkeit mit den drei unterscheidbaren Reaktionen auf Bedrohung: Aktivierung des Bindungssystems, der Flucht oder des Kampfs und bei Überwältigung mit Immobilisierung. Er hebt aber hervor, dass die bei vielen Psychotherapeuten verbreitete und beliebte Überzeugung einer neurowissenschaftlichen Evidenz, von Porges vertreten, nicht haltbar ist. Weder neuroanatomische noch neurophysiologische Untersuchungen bestätigen Porges Behauptungen, dass eine eindeutige Zuordnung psychischer Zustände zu bestimmter Nerventätigkeit belegbar ist.

Im 15. Kapitel fasst er seinen erlebniszentrierten körperpsychotherapeutischen Ansatz zusammen, der keiner der aktuell bestehenden körperpsychotherapeutischen Schulen zuzuordnen ist. Diesen hat er in seinem 2019 publizierten Buch detailliert dargestellt. Es sind allgemeingültige, insgesamt 10 Prinzipien der klinischen Praxis. Sie legen dar, was mit körperorientierten Mitteln bewirkt werden kann.

Das Buch ist für eine breite Leserschaft mit unterschiedlichen Vorkenntnissen bereichernd und lesenswert, auch wenn man nicht immer der gleichen Meinung sein muss. In Kapitel 9 geht Geuter der Frage nach, ob das Konzept der Lebensenergie für die Körperpsychotherapie klinisch sinnvoll ist, und begründet ausführlich seine Position, dass darauf verzichtet werden kann. Was vermissen wir in diesem Band? In der Körperpsychotherapie ist die Frage nach dem Wesen der Aggression zentral. Bei Lowen etwa nimmt sie einen zentralen Stellenwert ein: Er vertritt die Auffassung, dass sie etwas Gesundes ist, der besseren Abgrenzung und Selbstbehauptung dient und dass die Erfahrung des Grounding hier hilfreich ist. Im gesamten Band wird Aggression dagegen nur an einer Stelle erwähnt – Reich bewertet sie, ebenso wie Lowen, als positiv. Es fehlt eine fundierte Auseinandersetzung mit dem Thema, auch mit der Frage, ob es eine primäre Aggression gibt, die bei Fehlleitung destruktiv werden kann. In diesem Fall wird der Körper zum Werkzeug der Destruktion.

Geuters Horizont ist breit und tief; entsprechend gründlich recherchiert er. Als inhaltlicher Fehler fällt einzig auf, dass er behauptet, dass die Gesichtsmuskulatur vom Nervus vagus als Teil des Parasympathikus innerviert bzw. aktiviert wird. Das ist ein von Porges behauptetes Postulat. Anatomisch ist das unzutreffend. Es ist der Nervus facialis mit seinen speziell-viszeromotorischen Fasern, die für die Innervation der gesamten Gesichtsmuskulatur verantwortlich sind. Sie sind nicht Teil des Parasympathikus. Hier sitzt Geuter Porges auf. Porges postuliert eine funktionelle/regulatorische Kopplungshypothese verschiedener Hirnnerven. Der Nervus facialis bewegt jedoch selbst die Muskeln – der Vagus «spricht» nur mit benachbarten Hirnstammzentren.

Die Lektüre bereichert und regt zur Vertiefung einzelner Themen an. Das Buch ist uneingeschränkt empfehlenswert.

Thomas Fellmann

Stöckli, P. (2026). *Autismus, Trauma und Bindung. Neue Wege zu Regulation und Verbindung*. Kohlhammer, 269 S., 55.90 CHF/46.80 CHF, 39.– EUR, ISBN: 978-3-17-046437-7

Psychotherapie-Wissenschaft 16 (2) 2026 64–65

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2026-2-64>

Philippe Stöckli legt ein Buch vor, das die Therapie von Menschen im Autismus-Spektrum verändern und befruchten wird. Er reflektiert die wechselseitigen Wirkungen von Autismus, Trauma und Bindung. Das Buch hat einen gut strukturierten Aufbau. Der Autor zeigt zu Beginn auf, dass es bisher kein klares Autismus-Konzept gibt, und fordert ein solches ein. Dieses Buch soll einen Beitrag dazu leisten. So referiert er das bisherige Autismus-Verständnis und die vorliegenden Theorien. Autismus wurde als unveränderliche genetische Disposition verstanden und die Therapie zielte auf Akzeptanz dieses unabänderlichen Andersseins und auf Training von sozialen Kompetenzen oder Energiemanagement. Dann erläutert der Autor den Zusammenhang von Autismus und Trauma, Trauma und Stress sowie Autismus und frühkindliche Bindungsentwicklung, worauf er ein Vier-Komponenten-Modell entwickelt, das die Basis für ein integratives Behandlungsmodell liefert. Der Einbezug von Behandlungsansätzen aus der Traumatherapie bietet neue Entwicklungschancen auch für Autismus-PatientInnen.

Stöckli integriert Erkenntnisse aus der Psychotraumatologie, der Bindungstheorie, der Stressforschung und der Neurobiologie. Die Fülle rezipierter Literatur aus all diesen Gebieten ist beeindruckend. Auf diese Weise ersetzt er die bisherigen Symptomkategorien durch eine funktionale Kategorisierung, die auf vier zugrundeliegenden Pathomechanismen beruht. Der therapeutische Ansatz berücksichtigt Aspekte wie Informationsintegration, Regulation, Stress und Trauma, Bindung und Körper (Verbindung nach innen und aussen) sowie Kompensations- und Kontrollstrategien.

Die genetische Komponente kann mit Psychotherapie nicht therapiert werden, sie gilt es anzunehmen. Im Bereich der Stress- und Trauma-, der Bindungs- und der Kompensationskomponente eröffnen sich jedoch viele Möglichkeiten, psychotherapeutisch Veränderungen und Wachstum zu fördern. Viele Menschen im ASS-Spektrum haben Traumatisierungen erlebt. Diese gilt es zu behandeln. So berücksichtigt Stöcklis Behandlungsmodell die Herstellung von Sicherheit und Ernst-genommen-Sein als Voraussetzung einer Therapie sowie eine Förderung der Innenorientierung durch Achtsamkeit auf eigene Körperwahrnehmungen. Dann gilt es, eine sichere Bindung zu fördern. Akzeptanzorientierte Elemente wollen mit einer therapeutischen Haltung, wie sie den humanistischen Therapieformen eigen ist (bedingungslose Wertschätzung, Authentizität, Empathie), die Scham des Andersseins reduzieren. Aus traumaorientierten Verfahren ist bekannt,