

# Konzentrierte Bewegungstherapie

Grundlagen und störungsspezifische Anwendung

Bearbeitet von  
Evelyn Schmidt

1. Auflage 2016. Taschenbuch. 406 S. Paperback  
ISBN 978 3 7945 3110 3  
Format (B x L): 16,5 x 24 cm  
Gewicht: 753 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beek-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# Vorwort zur 1. Auflage

Die Konzentrierte Bewegungstherapie ist ein seit vielen Jahren anerkanntes leiborientiertes psychotherapeutisches Verfahren. Ausgehend von aufmerksamem Wahrnehmen und Bewegen können Erlebens- und Verhaltensmuster deutlich werden. Emotionale Erfahrungen und Erinnerungen, die mit dem leiblichen Ausdrucks-geschehen verbunden sind, werden durch das konzentrierte Spüren angeregt und dadurch der bewussten Reflexion zugänglich. Das Verfahren hat seine Wurzeln in frühen körperorientierten Ansätzen der Psychotherapie etwa bei Groddeck, Heyer und Heyer-Grote sowie in der mit dem Namen von Elsa Gindler verbundenen Gymnastikarbeit. Durch Gertrud Heller, eine Schülerin Gindlers, lernte Helmuth Stolze den Wert der Spür- und Bewegungsarbeit kennen. Er verband die damals noch neuen Erfahrungen mit Haltung, Bewegung, Atem und spielerischer Gestaltung von Interaktionen mit seinem psychotherapeutischen Wissen und gab der Methode ihren Namen: *Konzentrierte Bewegungstherapie* (KBT). Ab 1959 stellte er sie zunächst mit Gertrud Heller, dann mit Miriam Goldberg bei den Lindauer Psychotherapietagen vor. Seither hat sich die Methode durch vielfältige therapeutische Erfahrungen mit unterschiedlichen Gruppen als Selbsterfahrungsmöglichkeit für Gesunde und körperorientierte Behandlung für Patienten entwickelt. Das Engagement von Ursula Kost, deren besonderes Anliegen es war, die Methode der Konzentrierten Bewegungstherapie lehr- und lernbar zu machen, führte 1977 zur Gründung des Deutschen Arbeitskreises für Konzentrierte Bewegungstherapie (DAKBT). In kollegialem Austausch und Diskussionen entstand eine Weiterbildungsordnung, die in den folgenden Jahren kontinuierlich weiterentwickelt wurde. Dies war immer ein gemeinsames Werk, in das unterschiedliche persönliche und theoretische Sicht-

weisen einfließen. Bedeutsam ist in diesem Zusammenhang, dass im DAKBT die unterschiedlichen Berufsgruppen eine gemeinsame Ausbildung durchlaufen. Krankengymnastinnen, Ärzte, Psychologinnen, Pädagogen, Krankenschwestern, Ergotherapeutinnen und Theologinnen u. a. wenden die Konzentrierte Bewegungstherapie in ihren jeweiligen Berufsfeldern an. Gleichzeitig ist aber auch ein eigenes Berufsbild entstanden. Konzentrierte Bewegungstherapie ist in vielen Fachkrankenhäusern und Rehabilitationkliniken für psychische und psychosomatische Erkrankungen ein anerkannter und integrierter Behandlungsbestandteil, der von ausgebildeten Therapeutinnen für Konzentrierte Bewegungstherapie durchgeführt wird. Die Lehrbeauftragten im DAKBT sind zuständig für die Durchführung der Weiterbildung und die Weiterentwicklung und Anpassung der Ausbildungsordnung an neue therapeutische Anforderungen und theoretische Erkenntnisse. Sie begannen im Herbst 1995 mit der Ausarbeitung des aktuellen Ausbildungscurriculums. In einem mehrjährigen Diskussionsprozess verständigten sie sich auf die in der Ausbildung wesentlichen Lehrinhalte. Was sollten zukünftige KBT-Therapeutinnen theoretisch und methodisch wissen, um sich in der Arbeit mit den Patienten zurechtzufinden. In diesem Zusammenhang entstand die Idee, dem seit 2001 gültigen Curriculum ein Lehrbuch folgen zu lassen. Etwa zwanzig Autorinnen und Autoren beteiligten sich an dem gemeinsamen Projekt. Dadurch können viele individuelle Sichtweisen und therapeutische Erfahrungen dargestellt werden; aber auch das allen gemeinsame Spezifische der Konzentrierten Bewegungstherapie wird deutlich. Die Ausführungen zeigen, wie KBT-Therapeutinnen denken, wie sie leib-seelische Phänomene verstehen und wie sie mit Pa-

tientinnen arbeiten. Das vorliegende Buch soll sowohl für die Weiterbildungskandidaten und -kandidatinnen als auch für Interessierte aus anderen therapeutischen Verfahren eine Orientierung und Anregung für die eigene Arbeit mit Patienten sein.

In den einzelnen Kapiteln gibt es eine Fülle von praktischen Beispielen. Das zeigt: KBT entsteht von Fall zu Fall. Es gibt keinen festgelegten Kanon von Übungen, sondern eine Vorgehensweise: achtsames Spüren, Wahrnehmen und Bewegen. Verbunden mit differenzierter Reflexion kann sich die Konzentrative Bewegungstherapie auf sehr unterschiedliche Erfordernisse und Nöte einstellen. Es ist ein Verfahren, das mit einfachen Mitteln arbeitet und sich in der Arbeit mit kranken wie gesunden Menschen immer wieder neu erfindet.

Die Kapitel im ersten Teil widmen sich den für die bewegungstherapeutische Arbeit grundlegenden Denkmodellen. Anemone Carl und ich zeigen, wie sich Bewegungs- und Ausdrucksgechehen auf dem Hintergrund analytischer und entwicklungspsychologischer Modelle verstehen lässt.

Die Konzentrative Bewegungstherapie ist eine phänomenologische Methode, die das therapeutische Geschehen, wie es sich unmittelbar in Ausdruck, Bewegung, Haltung und Verhalten zeigt, durch eine genaue Beschreibung zu erfassen sucht. Von da aus lassen sich dann Bezüge zur Lebenssituation oder Biografie herstellen, Bewegungen und Szenen erhalten symbolische Bedeutung. Helmuth Stolze entwickelte in einer seiner letzten Schriften exemplarisch die Zusammenhänge. Der im Dezember 2004 verstorbene Pionier der KBT kann die Veröffentlichung leider nicht mehr erleben.

Noch neu ist die Beschäftigung von KBT-Therapeutinnen mit den Neurowissenschaften, die unser Verständnis von Psychotherapie durch neue Aspekte beeinflussen wird. Eine Einschätzung des aktuellen Kenntnisstands und seiner Bedeutung für die Psychotherapie übernahm Ralph Blunk.

Die empirische Überprüfung und Erforschung der Arbeitsweise der KBT ist seit vielen Jahren

ein Anliegen der Forschungsgruppe im DAKBT. Karin Schreiber-Willnow versteht Forschung als notwendige begleitende Reflexion der Arbeit und stellt dar, wie die therapeutische Arbeit durch die Forschung bereichert werden kann.

Die Methode der KBT lässt sich sicher am ehesten am eigenen Leib erfahren. Von daher enthält die Ausbildung einen hohen Anteil an Selbsterfahrung. Diese Erfahrungen sind individuell und an den je besonderen Moment der Erfahrung gebunden. Gleichwohl lassen sich die wichtigsten methodischen Elemente wie die Arbeit mit Haltung und Bewegung, Berührung, Sinneswahrnehmung, Umgang mit Gegenständen, Spiel, Umgang mit Raum und Zeit zusammenfassend beschreiben und die Möglichkeiten ihres Einsatzes in bestimmten therapeutischen Situationen reflektieren. Einen Überblick über die methodischen Grundelemente geben die Autorinnen: Waltraut Betker, Barbara Bayerl, Christine Möller, Brigitte Eulenpesch, Ulrike Schmitz, Katrin Damhorst, Heidi Lechler und Renate Schwarze.

Das Hauptanliegen des Buches ist die Beschreibung und Reflexion der therapeutischen Arbeit. Viele Kolleginnen und Kollegen arbeiten in psychosomatischen Kliniken und in psychiatrischen Einrichtungen. In ihren Praxen behandeln sie oft Menschen mit strukturellen Störungen und/oder psychosomatischen Erkrankungen.

Renate Schwarze und Anemone Carl schildern das Vorgehen in der Einzel- und Gruppenbehandlung.

Anschließend werden Behandlungswege bei verschiedenen Krankheitsbildern vorgestellt. Die KBT hat sich bei der Behandlung unterschiedlicher Erkrankungen bewährt. Sie ist vor allem für Patienten hilfreich, bei denen der Bezug zum Selbst und zum anderen eingeschränkt ist, die Schwierigkeiten beim Umgang mit ihren Gefühlen und der eigenen Leiblichkeit haben. Die Autorinnen beschreiben in ihren Kapiteln zunächst die leib-seelischen Phänomene, die sich in der Behandlung zeigen, die leibliche Verfassung, den Zugang zu eigenen Gefühlen und

Leiberleben, die Beziehungsgestaltung ihrer Patientinnen und Patienten. Sie erläutern dann ihre theoretischen Überlegungen. Dabei benutzen sie vor allem psychoanalytische Modelle der psychischen Dynamik, der Entwicklung und des Verständnisses der therapeutischen Beziehung und der Krankheitslehre, aber auch Erkenntnisse aus den jeweiligen Fachgebieten. Anschließend schildern sie detailliert und anhand von vielen Fallbeispielen und Behandlungssequenzen ihr Vorgehen. Elvira Braun, Christine Breitenborn, Birgit Kluck-Puttendörfer, Heidi Lechler, Ulrike Schmitz, Barbara Bayerl, Brigitte Eulenesch und Anita Franz geben diesen aufschlussreichen Einblick in die Arbeitsweise der KBT in der therapeutischen Praxis. Margit Eberl zeigt, wie die Methode der KBT wirkungsvoll in der therapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden kann. Die supervisorische Arbeit mit KBT in therapeutischen Zusammenhängen stellt Anita Franz vor.

KBT wird nicht nur in der Psychotherapie eingesetzt; sie bereichert auch Beratungen und Ausbildungssituationen. Degenhard Offergeld zeigt, wie KBT als Selbsterfahrung in der pädagogischen Ausbildung genutzt wird.

Als Herausgeberin hatte ich die Aufgabe, das gemeinsame Buchprojekt zu koordinieren. Ich bedanke mich bei allen beteiligten Autorinnen und Autoren für ihre Bereitschaft, ihre in langjähriger Praxis gesammelten Erfahrungen zu beschreiben und einem interessierten Publikum zur Verfügung zu stellen. Ich danke ebenso den im Hintergrund mitwirkenden Kolleginnen für Rat und Ermutigung und dem Vorstand des DAKBT, der das Projekt unterstützt hat, Frank Damhorst, Linda Leopold-Lackner und besonders Anke Dalhoff für ihre guten Ideen im richtigen Moment.

Meckenheim,  
im Februar 2006

**Evelyn Schmidt**