

Die aktuelle Studienlage zu Wirkfaktoren der Konzentrativen Bewegungstherapie (KBT)

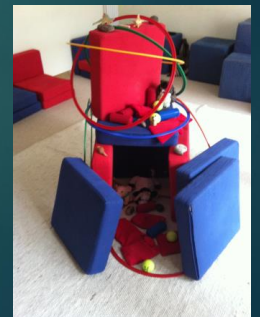
KARIN SCHREIBER-WILLNOW

DGPPN-Kongress 23. - 26.11.2022 Berlin



Konzentrativen Bewegungstherapie KBT

- ▶ KBT ist eine körperorientierte psychotherapeutische Methode. KBT gehört zum Standard im klinischen Setting, vorwiegend in der Gruppe.
- ▶ Wahrnehmen und Bewegen wird alleine, zu zweit oder mit der ganzen Gruppe erprobt, im Liegen, Sitzen, Stehen oder Gehen.
- ▶ Im anschließenden therapeutischen Gespräch werden die Erfahrungen versprachlicht und vertieft.



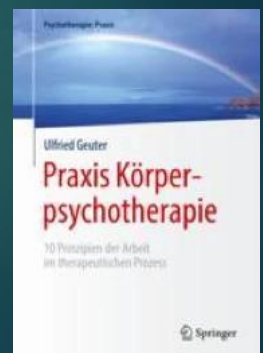
Wirkfaktoren in der Psychotherapie: es wird Unterschiedliches gemeint

- ▶ **Womit Therapeuten wirken** (z.B. durch eine wertschätzende und empathische Beziehung zum Patienten, durch therapeutisches Handeln, durch Anwendung unserer Praxisprinzipien)
- ▶ **Welche Bedingungen für therapeutische Veränderung notwendig sind** (z.B. eine positive Gruppenatmosphäre)
- ▶ **Welche Erfahrungen der Patient macht, die er als hilfreich erlebt** (z.B. sich aufgehoben fühlen in der Gruppe)
- ▶ **Was spezifisch auf etwas einwirkt, das der Patient verändern möchte** (z.B. durch Deutung oder durch leibliche Erfahrungen oder durch Exposition neue Einsichten zu gewinnen)

Wirkfaktoren in der Körperpsychotherapie

Ulfried Geuter (2019, S. 427) beschreibt die Stärken der Körperpsychotherapie:

- ▶ In der Körperpsychotherapie wird an der körperlich erlebten Beziehung zu sich selbst und zu bedeutsamen anderen gearbeitet.
- ▶ Emotionen werden über ihr körperliches Erleben reguliert.
- ▶ Die Sinne werden für neue Erfahrungen geöffnet.
- ▶ Körperlich vertieft empfundene Erfahrungen werden gebahnt.



Wirkfaktoren in der Konzentrativen Bewegungstherapie

Spezifische Elemente der KBT-Gruppentherapie, die als Wirkfaktoren verstanden werden können:

- ▶ Die KBT-Gruppe ermöglicht einen Zugang zum Körpererleben.
- ▶ Sie ermöglicht ein Gleiten durch die verschiedenen Arten der Symbolisierung (Körperwahrnehmung, Bewegung, Sprache). Das fördert die Mentalisierung.
- ▶ KBT eröffnet leibliche Erfahrungsräume (Spielräume), in denen sich unbewusste Konflikte inszenieren, die danach im therapeutischen Raum sprachlich bearbeitet werden können.
- ▶ Leibhaftige Erfahrungen in der Gruppe führen zu vertieftem Erleben und Erkennen.
- ▶ Kathartische Erfahrungen sind möglich.

(Karin Schreiber-Willnow 2017)



Studienergebnisse

Die Studienergebnisse bis etwa 2015 zur Prozess- und Ergebnissforschung der KBT lassen sich verkürzt so zusammenfassen:

- ▶ In der KBT-Gruppe bekommen erfolgreiche Patient*innen Zugang zum körperlichen Erleben und den eigenen Empfindungen, körperliches Wohlbefinden und Zuversicht nehmen zu, damit verbunden sind Lernerfahrungen und Einsichten.
- ▶ Aus Sicht der Patient*innen ist in der einzelnen Gruppenstunde bedeutsam, ob sie die Stunde für sich nutzen konnten (z.B. auf das Körpererleben fokussieren konnten), und wie die Qualität ihres körperbezogenen Selbsterlebens war.

(Karin Schreiber-Willnow 2016)



Aktuelle Studien zu Wirkfaktoren in der KBT-Gruppe

Entwicklung des Therapiebeurteilungsfragebogens für KBT-Gruppen
TBF-KBT-G durch die Forschungsgruppe des DAKBT

- ▶ Itempool
- ▶ Expertenbefragung
- ▶ Studie 2018: 6-Skalenversion (Covariablen: Alter, Einrichtung, Geschlecht, Dauer Behandlung)
- ▶ Studie 2020: 4-Skalenversion und NUGE (Nebenwirkungen) und NEQ und Retest-Reliabilität
- ▶ Studie 2022: 4-Skalenversion bestätigt (und prognostische Bedeutung der ersten Stunden untersucht)

Studie 2022 (Münster): Anwendung des TBF-KBT-G in einer Anorexie-Studie

Wirkfaktoren-Studie 2018:

320 Patient*innen (68% Frauen) aus 11 psychosomatischen und psychiatrischen Kliniken wurden zu ihrer KBT-Gruppenbehandlung befragt. Durchschnittlich 13 Sitzungen, Alter 45 Jahre.

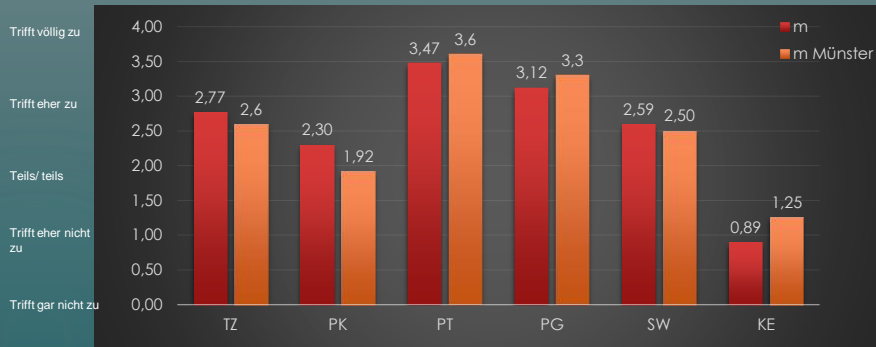
- ▶ Die explorative Faktorenanalyse reduzierte die Items des TBF-KBT-G von 69 auf 24.
- ▶ Es fanden sich 6 Faktoren, 3 methodenspezifische und drei methodenübergreifende.



Therapiebeurteilungsbogen KBT

Mittelwerte. Multizentrische Studie 2018*: N=320

Anorexie-Studie Universität Münster 2022**: N=52



*:Klaus-Peter Seidler, Swantje Grützmaier, Alexandra Epner, Karin Schreiber-Willnow: Development of an evaluation questionnaire for concentrative movement therapy. Poster bei der SPR-Tagung Amsterdam 2018

**Anke W. Dalhoff & Ida Wessing: Intervention zur Behandlung von Körperbildstörungen bei jugendlicher Anorexia Nervosa auf Basis der Konzentrativen Bewegungstherapie. Tagung der DGKJP 2022 Magdeburg

TBF 1: therapeutischer Zugang zu sich selbst anhand der KBT-Methode (TZ)

TBF 2: positive körperbezogene Erfahrungen und Effekte (PK)

TBF 3: positive Erfahrungen mit der Therapeutin bzw. dem Therapeuten (PT)

TBF 4: positive Gruppenatmosphäre (PG)

TBF 5: Erleben von vermehrter Selbstwirksamkeit (SW)

TBF 6: keine therapeutischen Erfahrungen und Effekte mit der KBT (KE)

Wirkfaktoren-Studie 2018: Einfluss von Geschlecht, Alter, Einrichtung und Behandlungsdauer

- ▶ Frauen waren zufriedener mit der/dem Therapeuten, sie hatten einen besseren Zugang zur KBT und seltener keine therapeutischen Erfahrungen als Männer.
- ▶ Es zeigte sich kein Zusammenhang mit dem Alter der Patient*innen.
- ▶ Es fanden sich keine Unterschiede für Psychosomatik und Psychiatrie.
- ▶ Je mehr Therapiestunden, desto weniger werden fehlende therapeutische Erfahrungen/Effekte angegeben.

Studie 2020: Wirkungen und Nebenwirkungen von KBT-Gruppen.

N=251, 64% Frauen, 46 Jahre, 11 Gruppentermine

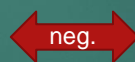
- ▶ In der Faktorenanalyse des TBF-KBT-G luden 18 Items auf 4 Skalen, die interne Konsistenz war genügend gut.
- ▶ Die Ergebnisse blieben bei einem Re-Test nach 28 Tagen stabil.
- ▶ Es fanden sich keine Hinweise, dass KBT-Gruppen besondere Nebenwirkungen haben im Vergleich zu anderen stationären Gruppentherapien.

Klaus-Peter Seidler et. al 2020

Studie 2020: Vergleich von Wirkfaktoren und Nebenwirkungen*

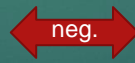
Die diskriminatorische Validität wurde mit dem „Fragebogen zu Nebenwirkungen in der Gruppentherapie und Unerwünschten GruppenErfahrungen“ **NUGE 24**** geprüft: Drei der vier Skalen korrelierten moderat negativ ($r > 0,30$) mit der inhaltlich entsprechenden Skala des NUGE24:

NUGE 1 (Belastung durch Mitpatienten)
NUGE 3 (Belastung durch Gruppe)



TBF 4 (positive Gruppenatmosphäre)

NUGE 2 (Belastung durch Therapeuten)



TBF 3 (positive Erfahrung mit Therapeuten)

NUGE 4 (persönliche Überforderung)



TBF 1 (Therapeutischer Zugang zu sich durch die KBT)

**Bernhard Strauß, A. Drobinskaja 2018

*Klaus-Peter Seidler et. al 2020

Therapiebeurteilungsfragebogen für KBT-Gruppen (TBF-KBT-G), 18 Items

Skala 1: Therapeutischer Zugang zu sich selbst an Hand der KBT-Methode	Skala 2: Positive körperbezogene Erfahrungen und Effekte	Skala 3: Positive Erfahrungen mit der Therapeutin/ dem Therapeuten	Skala 4: positive Gruppenatmosphäre
<p>13 Was ich in der KBT erfahren und erlebt habe, hat mir geholfen mich besser zu verstehen.</p> <p>3 Was wir in der KBT gemacht haben, ließ mich oft unberührt.</p> <p>5 Die Erfahrungen, die ich mit meinem Körper in der KBT gemacht habe, haben mich angeregt, über mich nachzudenken.</p> <p>.....</p>	<p>12 Durch die KBT fühle ich mich in meinem Körper mehr zu Hause.</p> <p>1 Durch die KBT kann ich mich jetzt besser entspannen.</p> <p>6 Aufgrund der KBT kann ich nun meinen Körper besser so annehmen, wie er ist.</p> <p>16 In den Gruppenstunden mit der KBT hat sich mein Körpergefühl oft positiv verändert.</p>	<p>11 Die Therapeutin / der Therapeut war ermutigend.</p> <p>2 Die Therapeutin / der Therapeut wahrte eine gute Balance, einerseits Gruppenmitglieder zu unterstützen und andererseits auch mal herauszufordern.</p> <p>7 In der Beziehung zur Therapeutin / zum Therapeuten habe ich mich wohl gefühlt.</p>	<p>4 Die Gruppe konnte mit Konflikten untereinander konstruktiv umgehen.</p> <p>8 In der KBT habe ich das Gefühl von Gemeinsamkeit erlebt.</p> <p>14 Ich fühlte mich in der KBT von den Gruppenmitgliedern verstanden und angenommen.</p>

Therapiebeurteilungsfragebogen für KBT-Gruppen (TBF-KBT-G), 18 Items

Skala 1: Therapeutischer Zugang zu sich selbst an Hand der KBT-Methode	Skala 2: Positive körperbezogene Erfahrungen und Effekte	Skala 3: Positive Erfahrungen mit der Therapeutin/ dem Therapeuten	Skala 4: positive Gruppenatmosphäre
<p>9 In der KBT habe ich über die Beschäftigung mit Gegenständen Neues über mich erfahren.</p> <p>10 Mit dem, was ich in der KBT körperlich erlebt habe, konnte ich meist nichts anfangen.</p> <p>15 Insgesamt gesehen konnte ich nur wenig von der KBT profitieren.</p> <p>18 Die KBT hat mir geholfen, mich selbst deutlicher wahrzunehmen und zu spüren.</p>		<p>17 Die Therapeutin / der Therapeut hat in einer guten Art auch schwierige Dinge angesprochen.</p>	

Studie 2022: Zusammenhang von Therapieanfangsphase und –beurteilung

N=155, 76% Frauen, 44 Jahre, 12 Sitzungen

- ▶ Die vier Skalen des Fragebogens mit 18 Items blieben in der erneuten Faktorenanalyse stabil.
- ▶ Die Therapiebeurteilung am Ende (TBF-KBT-G) korreliert mit dem Stundenerleben* (SB-KBT;) und dem Erleben von therapeutischen Prozessen in der Gruppe** (FEPiG) in der Therapieanfangsphase.

**Eva Vogel et al 2016 *Klaus-Peter Seidler et al. 2013

Münster- Studie 2023

Körperpsychotherapeutische stationäre Gruppentherapie für jugendliche Patientinnen mit Anorexia Nervosa.

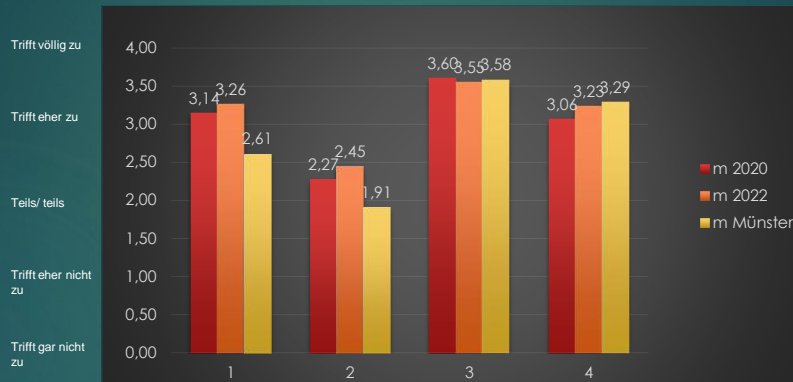
- ▶ N=52 Alter 15,3J., Gewicht bei Aufnahme 42,7kg, bei Entlassung 51,6kg
- ▶ Durchschnittlich 11,1 KBT-Sitzungen
- ▶ Hauptdiagnosen: F50.00 71%, F50.01 21%, F50.1 8%
- ▶ Teil- Fragestellung: wie beurteilen die Patientinnen die KBT-Gruppentherapie?

Lea Anna Graute, Ida Wessing, Anke Dalhoff:
Körperpsychotherapeutische Gruppentherapie für jugendliche Patientinnen mit Anorexia nervosa. Erste Ergebnisse zu Therapiebeurteilung und Körpermaßschätzungen. Psychotherapie 2023. published online: 4. April 2023. <https://doi.org/10.1007/s00278-023-00655-9>

Therapiebeurteilungsbogen TBF-KBT-G

Mittelwerte

Studie 2020*: N=251; Studie 2022**: N=155; Studie Münster 2023***: N=52



TBF 1: therapeutischer Zugang zu sich selbst anhand der KBT-Methode (TZ)
 TBF 2: positive körperbezogene Erfahrungen und Effekte (PK)
 TBF 3: positive Erfahrungen mit der Therapeutin (PT)
 TBF 4: positive Gruppenatmosphäre (PG)

* Klaus-Peter Seidler, Swantje Grützmaker, Alexandra Epner, Karin Schreiber-Willnow: Reliability and Validity of the Evaluation Questionnaire for Concentrative Movement Therapy. Poster bei der SPR-Tagung Heidelberg 2021

** Klaus-Peter Seidler: „Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne...“ – die prognostische Bedeutung der Therapieanfangsphase in der KBT-Gruppentherapie. Vortrag bei der Jahrestagung des DAKBT Okt. 2022

*** Lea Anna Graute, Ida Wessing, Anke Dalhoff: Körperpsychotherapeutische Gruppentherapie für jugendliche Patientinnen mit Anorexia nervosa. Erste Ergebnisse zu Therapiebeurteilung und Körpermaßeinschätzungen. Psychotherapie 2023, published online: 4. April 2023.
<https://doi.org/10.1007/s00278-023-00655-9>

Stundenbogen zur KBT in der Gruppenbehandlung (SB-KBT-G)

- ▶ 10 Items (Selbsteinschätzung)
- ▶ 5-stufige Skalierung: 0 = trifft gar nicht zu.....4 = trifft völlig zu
- ▶ Vorlage am Ende einer Therapie-Stunde

- ▶ Skala 1: positives vs. Negatives körperbezogenes Selbsterleben
 Beispiel-Item: *Heute konnte ich meinen Körper so annehmen, wie er ist, mit all seinen Stärken und Schwächen.*
- ▶ Skala 2: gelungenes vs. Mislungenes Nutzenkönnen der Therapiestunde
 Beispiel-Item: *Heute habe ich nicht Besonderes im Körper gespürt.*

Seidler et al. 2013

Fragebogen zum Erleben von therapeutischen Prozessen in der Gruppe (FEPiG)

- ▶ Hier 24 von 30 Items (Selbsteinschätzung) verwendet
- ▶ 5-stufige Skalierung: 0 = trifft gar nicht zu.....4 = trifft vollig zu
- ▶ Vorlage am Ende einer Therapie-Stunde

- ▶ Skala 1: Interpersonales Lernen Skala 2: Gruppenkohäsion
- ▶ (Skala 3: Ziele und Aufgaben) Skala 4: Katharsis
- ▶ Skala 5: Bindung zu Therapeuten Skala 6: Problemaktualisierung

Eva Vogel et al., 2016

Studie 2022: Zusammenhang von Therapieanfangsphase und -beurteilung

- ▶ Wenn Patienten in der Anfangsphase die KBT-Gruppe gut für sich nutzen können, so gewinnen sie insgesamt einen therapeutischen Zugang durch die KBT-Methode ($r=0.58^{**}$).
- ▶ Wenn Patienten in der Anfangsphase die KBT-Gruppe gut für sich nutzen können, erfahren sie positive körperbezogene Effekte ($r=0.45^{**}$)
- ▶ Die Qualität des Körpererlebens am Anfang hat keinen Einfluss darauf, ob sie einen positiven Zugang zu ihrem Körper gewinnen.

Studie 2022: Zusammenhang von Therapieanfangsphase und –beurteilung

Die Skalen des Fragebogens zum Erleben von therapeutischen Prozessen in der Gruppe (FEPiG) korrelieren mit dem Therapiebeurteilungsbogen KBT (TBF-KBT-G).

FEPiG 1: Interpersonales Lernen
FEPiG 6: Problemaktualisierung



TBF 1 Therapeutischer Zugang zu sich durch die KBT

FEPiG 2: Gruppenkohäsion
FEPiG 4: Katharsis



TBF 4 positive Gruppenatmosphäre

FEPiG 5: Bindung zu Therapeuten



TBF 3 positive Erfahrung mit Therapeuten

*

Noch in Auswertung

KBT bezogene und allgemeine Wirkfaktoren sind z.T. miteinander verwoben:

- ▶ Das „Nutzenkönnen“ von KBT-Angeboten in der Gruppenstunde ist Vehikel für „interpersonales Lernen“ und „Problemaktualisierung“, wodurch Patient*innen ein therapeutischer Zugang zu sich selbst ermöglicht wird.

Take home Botschaft

- ▶ Die Förderung des Körper- und Selbsterlebens durch die Konzentrierte Bewegungstherapie kann als verfahrensspezifischer Wirkfaktor verstanden werden.
- ▶ Um wirksam zu werden, braucht es eine positive therapeutische Beziehung und Gruppenatmosphäre.
- ▶ Vergleichende Untersuchungen mit anderen Körperpsychotherapien stehen noch aus.

Vielen Dank!



Für Rückfragen: schreibwil@netcologne.de

Rückfragen zur KBT: www.dakbt.de