

KBT-Therapeuten fördern bei ihren Klienten Weiterentwicklung, Stabilisierung und Handlungsbereitschaft

„Unter den körpertherapeutischen Methoden zählt die Konzentrierte Bewegungstherapie zu den bestqualifizierten Vorgehensweisen“ – diese Einstufung des Fachpsychiaters Prof. Dr. med. Bauer darf als direkte Wertschätzung der intensiven Weiterbildung verstanden werden, wie sie innerhalb des Fachverbands DAKBT praktiziert wird.

KBT-Therapeuten gelingt es besonders gut, einen „therapeutischen Spielraum“ so zu gestalten, dass die Patienten einen bewussteren Umgang mit dem eigenen Körper, sich selbst und Anderen entwickeln können. Dies haben Untersuchungen festgestellt, die auch begründen können, warum dem so ist: So seien KBT-Therapeuten aufgrund verstärkter Selbstwahrnehmung langfristig zufriedener als andere Therapeuten. KBT-Therapeuten seien auch intensiver davon überzeugt, dass ihre Arbeit hilft. Zu dieser Haltung gelangen die KBT-Therapeuten aufgrund ihrer intensiven Weiterbildung.

Als körperorientierte psychotherapeutische Therapie, die gründlich beforscht wird, legt die „Konzentrierte Bewegungstherapie“ großen Wert auf fundierte und hochqualifizierte Weiterbildung. Systematisch wird diese seit 1975 betrieben. In ihrer heutigen Form beruht sie auf der seit 1997 geltenden Weiterbildungsordnung und dem 2001 beschlossenen Curriculum. Nachdem die Weiterbildungsordnung durch unterschiedliche berufspolitische Zielvorstellungen mehrfach verändert wurde, hat der DAKBT durch die aktuelle Neufassung einen verbindlichen, inhaltlichen und formalen Rahmen geschaffen.

KBT ist eine Methode, die berufsbegleitend erlernt wird. Sie wird weiterbildend auf Grundlage eines erlernten Berufes, etwa aus den Bereichen Medizin (Ärztinnen und Ärzte, Physiotherapie, Ergotherapie, Pflegeberufe, u.a.), Psychologie, Pädagogik und Theologie vermittelt. Während der gesamten Weiterbildung können die Weiterbildungskandidaten weiterhin ihrer Berufstätigkeit nachgehen. Im Durchschnitt dauert eine Weiterbildung vier bis fünf Jahre.

Inhaltlich gliedert sich die KBT-Weiterbildung in drei größere Abschnitte, die sich jedoch gelegentlich auch überschneiden: Nach einem formalisierten Zulassungsverfahren nehmen die Ausbildungskandidaten im ersten Teil an einer Selbsterfahrungsgruppe teil, die 240 Stunden in fester Zusammensetzung läuft, und absolvieren zusätzlich 40 Selbsterfahrungs-Einzelstunden. Dieser Teil endet mit einem Zwischenkolloquium, in dem die Kandidaten eine persönliche Bilanz seiner bisherigen Selbsterfahrung zieht sowie seine Entscheidung für die Weiterbildung nochmals überprüft.

Inhalte des zweiten Teils sind Seminare zu Methodik und zu Theorie. Es geht dabei um eine KBT-spezifische Vermittlung von Grundlagen der Konzentrativen Bewegungstherapie wie z.B. Entwicklungspsychologie, Symbolbildung, oder Lehre vom Körper und Anatomie, sowie um die Vermittlung von störungsspezifischen Anwendungsmöglichkeiten der KBT.

Der dritte Teil der Weiterbildung befasst sich mit der praktischen Anwendung der KBT auf verschiedenen Stufen: Die Weiterbildungskandidaten nehmen als Beobachter an Selbsterfahrungsgruppen teil, die von erfahrenen KBT-Therapeuten geleitet werden; als nächstes arbeiten die Weiterbildungskandidaten intensiv co-therapeutisch; schließlich arbeiten sie selbständig mit eigenen Gruppen bzw. mit Einzelpersonen, jedoch unter Supervision von Lehrtherapeuten.

Am Ende der Weiterbildung steht eine Prüfung, die wiederum aus drei Teilen besteht: einer Prüfungsarbeit, in der ein KBT-Prozess geschildert wird, der von dem Weiterbildungskandidaten selbst geleitet wurde; einer praktischen Prüfung, in der im Beisein von zwei Prüfern eine Selbsterfahrungsgruppe geleitet wird und schließlich eine theoretische Prüfung in Form eines Kolloquiums.

Der erfolgreiche Abschluss der Prüfung wird durch ein Zertifikat bescheinigt, das rechtlich jedoch nicht zur Ausübung ambulanten Psychotherapie berechtigt; hierzu bedarf es entweder eines entsprechenden Grundberufes oder einer Prüfung als Heilpraktiker für Psychotherapie. Da die KBT eine hervorragende Lernmethode ist, wird sie auch außerhalb des therapeutischen Bereichs in Beratungsstellen, in der Erwachsenenbildung, sowie mit Kindern und älteren Menschen im Rahmen von Selbsterfahrung eingesetzt.