

Vorwort

Als Helmuth Stolze im Jahr 1958 die Konzentратive Bewegungstherapie (KBT) auf der Lindauer Psychotherapiwoche vorstellte, hielt er ausdrücklich fest, dass diese Bezeichnung vorläufigen Charakter habe: »Es ist aber zur Zeit noch nicht möglich, einen wirklich zutreffenden Namen anzubieten« (Stolze, 1984, S. 15). In einer Fußnote führte er weiter aus, wie schwierig es sei, einen geeigneten Namen dafür zu finden, was gemeint sei und was dabei getan werde. Seine Vorschläge waren »(körper-)erspürende Bewegungstherapie« – »erspürte Bewegung als Therapie« oder »Behandlung durch erspürte Bewegung« – »konzentrativen (oder: meditative) Bewegungs-Sinn-Therapie« – »Bewegungs-Besinnungs-Therapie« – »ganzheitliche Bewegungstherapie«. Auch Generationen nach ihm ringen Therapeut*innen um Worte, wenn sie erklären wollen, was die KBT denn nun sei. Helmuth Stolze hätte wahrscheinlich ein Lächeln für sie und würde meinen: »KBT ist immer anders!«

Auch wenn Helmuth Stolze eine wichtige Persönlichkeit in der Entwicklung der Therapiemethode war, ist die KBT nicht die Schöpfung oder Erfindung einer einzelnen Person, sondern entstand im kreativen Zusammenwirken vieler Menschen, die alle auf einzigartige Weise ihren Beitrag leisteten. Am Beginn stand nicht die Idee, eine perfekt ausformulierte Theorie zu verfassen, sondern im Mittelpunkt stand die gelebte Praxis des gemeinsamen Spürens, Wahrnehmens und Forschens im Sinne Elsa Gindlers. Die ersten KBT-Therapeut*innen waren von der Hoffnung inspiriert, neue Wege zu finden, um Menschen mit psychischen Erkrankungen helfen zu können. Dabei entdeckten sie, dass diese Methode auch für die persönliche Lebensgestaltung eine unglaubliche Bereicherung war.

Seitdem sind wir einige Schritte gegangen. Die Therapiemethode selbst ist auf dem Weg und entwickelt sich weiter. Aktuelle Theorien und For-

schungsfelder, wie die Gedächtnisforschung und die neuroaffektiven Wissenschaften, bestätigen die theoretische Basis der KBT und helfen uns, die Wirkmechanismen zunehmend besser zu verstehen. Neue Arbeitsfelder entwickeln sich, zum Teil aufgrund aktueller Herausforderungen, wie etwa die Tele-KBT oder durch das auf dem Weg sein von KBT-Therapeut*innen, die neue Tätigkeitsfelder betreten, wie beispielsweise in der Psychoonkologie oder in der Gartentherapie.

Der Vielfalt der KBT präsentiert sich in diesem Buch auch in der Vielfalt der Beiträge: Wir danken unseren Kolleginnen und Kollegen, die bereit waren, aus ihrem Erfahrungsschatz zu berichten und Beiträge für dieses Buch zu verfassen. Es freut uns, dass KBT-Therapeut*innen aus Österreich und aus Deutschland sich mit uns auf dieses Ringen nach Worten eingelassen haben. Uns verbindet die Begeisterung für unsere gemeinsame Methode, ihre Arbeitsweise und der Wunsch, sie voranzubringen. Viel mehr könnte gesagt und ausführlicher zur Sprache kommen. Uns ist bewusst, dass dieses Buch nur einen ganz kleinen Ausschnitt dessen abbildet, was die KBT in ihrem reichen Erfahrungsschatz anbietet. Es stellt einen Schritt des ›Auf dem Weg seins‹ der KBT dar, ein wertschätzendes und dankbares Besinnen auf die starken und verzweigten Wurzeln, ein Verknüpfen mit aktuellen Themen der wissenschaftlichen Forschung und ein Einblick in die gelebte KBT-Praxis.

Auch wenn Elsa Gindler es ganz bewusst abgelehnt hat, ihre Arbeit als Therapie zu bezeichnen, so war es ihr doch immer ein Anliegen, Veränderungen in der Selbstwahrnehmung und im körperlichen Verhalten bei ihren Schüler*innen anzustoßen.

Sich so wach und gelassen verhalten können, dass man nicht bloß erlebt, sondern überprüfen kann, herausfinden, was und wodurch etwas nicht in Ordnung ist, und versuchen zu entdecken, was geschehen muss, damit etwas geordneter verläuft, kann eine Aufgabe werden, die für unser Leben ausreicht. (Ludwig, 2002, S. 138)

In diesem Sinne: Werden wir erfahrbereit!

Maria Stippler-Korp & Silvia Schüller Galambos
Innsbruck, im September 2022

Literatur

- Ludwig, S. (2002). Elsa Gindler – von ihrem Leben und Wirken. Hamburg: Christians.
- Stolze, H. (1984). Psychotherapeutische Aspekte einer Konzentrativen Bewegungstherapie 1958. In H. Stolze, Die Konzentrativen Bewegungstherapie. Grundlagen und Erfahrungen (S. 16–27). Berlin: Mensch und Leben.