**Bewegende Momente**

Die Plochinger Heilpädagogin Claudia Binzer bietet eine körperorientierte Therapie an

Von Norbert Krauss
**Plochingen** – Den eigenen Körper aufmerksam zu „erspüren“ – das kann helfen, sich seiner Gefühle bewusst zu werden und seelische Probleme zu lösen. Eine Anleitung dazu gibt die Konzentrative Bewegungstherapie (KBT). Die Heilpädagogin Claudia Binzer wendet diese Methode in ihrer Psychologisch-heilpädagogischen Praxis an, die sie seit2003 gemeinsam mit ihrem Mann Michael Binzer in Plochingen betreibt.
Vor dem Betreten des Therapieraums müssen die Schuhe ausgezogen werden. In dem hellen, freundlichen Raum hängen Seile, kleineSandsäcke, Stoffpuppen und andere Gegenstände, die zur Therapie verwendet werden können. Der Fußboden ist mit bunten Teppichen ausgelegt. In dieser wohligen, entspannten Atmosphäre sollen Besucher ihre Kreativität entfalten.
Im Jahre 2005 hat Claudia Binzer das Zertifikat in der Konzentrativen Bewegungstherapie erworben und ist jetzt als Heilpraktikerin auf dem Gebiet der Psychotherapie tätig. Seit dieser Ausbildung arbeitet die Diplom-Heilpädagogin auch in der entwicklungspsychologischen Beratung. Binzer: „Ein besonderes Anliegen ist es mir, Frauen zu helfen, die ihr erstes Kind bekommen und mit ihrer neuen Rolle überfordert sind. Denn die Mütter können ihren Säuglingen nur dann eine sichere Basis bieten, wenn sie sich selbst in ihrer Haut wohl fühlen. Sie entsprechen nicht immer den Erwartungen, die sie selbst oder andere an sie stellen. Festgefahrene Haltungen und falsche Erwartungen können durch das Erproben neuer Wege mit der KBT verändert werden. Durch eine differenziertere Wahrnehmung für sich selbst finden diese Mütter auch Antworten auf die Signale ihrer Kinder. Das ermöglicht Persönlichkeitsentwicklung für beide.“

**Körper drückt Gefühle aus** Viele Menschen können ihre Probleme nur sehr schlecht artikulieren– sei es weil sie im Reden ungeübt sind oder weil ihnen gar nicht bewusst ist, was sie belastet. Die Konzentrative Bewegungstherapie geht davon aus, dass sich alle tief greifenden Erfahrungen eines Menschen auch in dessen „Körperbild“ niederschlagen, in der inneren Vorstellung vom eigenen Körper. Körperhaltung, Bewegungen und Auftreten geben dem Therapeuten unmittelbar über das seelische Befinden Auskunft.
 Umgekehrt – die zweite Grundidee der KBT – lässt sich über die Arbeit mit dem Körper die Psyche therapeutisch beeinflussen. Die Bezeichnung „konzentrativ“ soll ausdrücken: Hier gilt es, sich mit allen Sinnenauf das Wahrnehmen des eigenen Körpers einzulassen. So beginnt eine Therapiestunde häufig mit der Aufforderung, den Raum zu durchschreiten. Dabei soll der Patient den eigenen Bewegungen nachspüren, auf die Atmung achten und darauf, welche Gefühle er gerade empfindet. Claudia Binzer verwendet in ihren Stunden bestimmte Gegenstände wie Bälle, Holzstäbe, Seile, Tücher oder Puppen. Diese Objektesind zum einen Quellen für neue Spürerfahrungen. Die Materialien können aber auch symbolische Funktion übernehmen. Der geschützte therapeutische Raum bietet die Möglichkeit, fixierte Haltungen abzubauen und neue Wege und Spielräume zu entwickeln und zu erproben.
Die Heilpädagogin nennt drei Schwerpunkte ihrer Arbeit: ein spezielles Angebot in Verbindung mit der KBT; Unterstützung für Mütter, damit sie mit schwierigen Kindern besser als bisher zurecht kommen; Angebote für Menschen, die sich nach dem Aufenthalt in einer psychosomatischen Klinik wieder im Alltag zurechtfinden möchten. Binzer ist es außerdem wichtig, mit den Klinikärzten zusammen zu arbeiten, die beispielsweise Patientinnen mit Essstörungen behandeln.
Die KBT ermögliche einen geschützten Raum, in dem sich die Menschen langsam stabilisieren könnten, um wieder im Alltag Fuß zu fassen. Die KBT biete zudem auffälligen Kindern eine Bühne dafür, ihre Stärken zu entwickeln.
Claudia Binzer berichtet von guten Therapie-Erfolgen bereits nacheinem halben Jahr. Bei der KBT, die bei der Traumatherapie sehr gut bewertet werde, dauere es länger. Ziel sei in jedem Fall, die Selbstregulation wieder herzustellen. Zu den Kosten: Bei einer entsprechenden Zusatzversicherung kann die KBT in Absprache mit der Krankenkasse abgerechnet werden.

**KBT**
Die Konzentrative Bewegungstherapie (KBT) ist eine körperorientierte psychotherapeutische Methode, die in psychosomatischen Kliniken einen hohen Stellenwert genießt. Sowohl in Einzel-als auch in Gruppensitzungen kommt sie zum Einsatz.
Seelische Konflikte spiegeln sich in Haltung, Bewegung und Verhalten wider. Jede Situation ruft ihren eigenen körperlichen Ausdruck hervor. Kinder beispielsweise hüpfen vor Freude, Erwachsene bekommen in Prüfungssituationen schweißnasse Hände. Der Leib ist also immer auch Teil dieses Geschehens.
Die KBT hat als Ziel, ähnlich wie bei einer Fremdsprache, die ureigene, doch anfänglich befremdende Körpersprache zu erlernen. Der durch die Fremdsprache geschaffene neue Handlungsspielraum wird somit wahrnehmbar, Handlungsalternativen werden greifbar.
Im Beisein des Therapeuten entsteht ein Erfahrungsraum, der die Beziehung zu sich selbst und zu seiner Umwelt neuen Perspektiven unterwirft. In Umbruchssituationen beispielsweise kommen bisherige Haltungen auf den Prüfstand. Neue Positionen können entstehen und ausprobiert werden: „Wie geht es mir dann damit?“