



Marienhospital Stuttgart
MEDIZIN LEBEN. MENSCH SEIN.

Konzentrierte Bewegungstherapie

Ambulantes Angebot am
Marienhospital Stuttgart



Eine Einrichtung der
Vinzenz von Paul
Kliniken

» Lernen, Gefühle zu begreifen

Über die Konzentrierte Bewegungstherapie

Die Konzentrierte Bewegungstherapie (kurz KBT) ist eine **körperorientierte psychotherapeutische Methode**. Sie bietet Raum und Zeit, sich in Bewegung und Ruhe wahrzunehmen. Gleichzeitig ermöglicht sie, das eigene Denken, Fühlen und Handeln in seinen wechselseitigen Beziehungen zu erkennen. Basis dafür sind entwicklungspsychologische, tiefenpsychologische und lerntheoretische Denkmodelle.

Die Methode arbeitet mit **Körper-, Material- und Raumwahrnehmung** sowie mit **Symbolen**. Dadurch lassen sich oft bis in die frühe Kindheit zurückreichende Erinnerungen beleben. Zudem werden unbewältigte Konflikte als körperlicher Ausdruck, Haltung und Verhalten spürbar. Insbesondere die Arbeit mit Symbolen fördert die Fähigkeit, bisher nicht fassbare Gefühle zu differenzieren und mitzuteilen. Somit gelingt es, die aktuelle Beziehung zu sich und anderen vor dem Hintergrund früherer Erfahrungen im wahrsten Sinne des Wortes zu begreifen.

Durch ein „Handeln auf Probe“ innerhalb der Therapie eröffnen sich Ihnen mithilfe der gewonnenen Erkenntnisse neue Möglichkeiten. Sie lernen, belastende und kränkende Erfahrungen zu betrachten, sie abzuwägen und sich von ihnen zu distanzieren. Ihr Selbstvertrauen und Ihre Handlungskompetenz werden so gestärkt. Dabei zeigen sich spielerisch neue, oft verblüffende Lösungswege.



Zielgruppe

Die konzentrierte Bewegungstherapie (KBT) richtet sich an Menschen, die sich in einer Lebenskrise befinden oder einer Erkrankung vorbeugen möchten. Auch für therapeutisch Tätige kommt sie infrage. Zum Beispiel, wenn diese an speziellen Aspekten des Körperdialogs im psychotherapeutischen Prozess interessiert sind oder einem Burn-out vorbeugen wollen.

Wichtige Kursdaten

- **KBT-Einzel** (60 Minuten/70 Euro): Hier bietet sich Ihnen die Möglichkeit, die vorhandenen Themen und Problemstellungen durch Wahrnehmen, Gestalten, Symbolisieren und Verbalisieren individuell zu bearbeiten. Einzelsitzungen finden nach Vereinbarung statt.
- **KBT-Gruppe** (90 Minuten/30 Euro): In der Gruppe können Sie sich selbst in Beziehung zu anderen Menschen erleben sowie eigenen Handlungsweisen und dem eigenen Erleben näherkommen. Gruppensitzungen finden immer mittwochs 13.00–14.30 Uhr statt.
- Die KBT-Methode eignet sich zur Nachsorge nach einem stationären Aufenthalt oder auch als Ergänzung zu einer Einzeltherapie.
- Eine Kostenermäßigung ist gegebenenfalls nach Absprache möglich.

» So erreichen Sie uns



Anfahrt mit Bus und Bahn

Ihr Ansprechpartner

Henrik Süß, KBT-Therapeut, Zilgrei-Lehrer, Zilgrei-Ausbilder, staatl. anerkannter Physiotherapeut
henrik.suess@vinzenz.de

Klinik für Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie
Marienhospital Stuttgart
Eierstraße 46 („Marienpark“), 70199 Stuttgart
Telefon: 0711 6489-8851

Weitere Informationen

www.marienhospital-stuttgart.de
www.facebook.com/MarienhospitalStuttgart
www.instagram.com/MarienhospitalStuttgart