



Bausch, Karen

Sport- und Gymnastiklehrerin, Konzentrative
Bewegungstherapeutin und Fortbildungsbevollmächtigte
(DAKBT), Heilpraktikerin Psychotherapie, Aschaffenburg

Dr. Katrin Schneider: Frau Bausch, können Sie bitte den zukünftigen Teilnehmern der PPS-Fortbildungen etwas zu Ihrem beruflichen Hintergrund, zu Ihren Erfahrungen in der Bewegungstherapie sagen?

Karen Bausch

Ausgehend von meiner Begeisterung für Bewegung und Tanz absolvierte ich am Berufskolleg Waldenburg die Ausbildung zur staatlich anerkannten Sport- und Gymnastiklehrerin. Um gleich nach Abschluss der Ausbildung eine Stelle als Bewegungstherapeutin in einem Bezirkskrankenhaus in Mittelfranken anzunehmen. Dort kam ich mit den vielfältigsten psychiatrischen und psychischen Erkrankungen in Kontakt, arbeitete in den unterschiedlichsten Teilbereichen (Akutpsychiatrie, Sucht, Psychosomatik etc.) und konnte dadurch verschiedenste Erfahrungen sammeln.

Als Abteilungsleiterin merkte ich jedoch schnell, dass ich mit klassischen Sport- und Gymnastikangeboten an Grenzen stieß und beschloss daher, mich auf die Suche nach sinnvoller Ergänzung und Weiterentwicklung meiner bisherigen Arbeitsweise zu machen. Dabei entdeckte ich einerseits die „Konzentrative Bewegungstherapie“ (KBT), andererseits die Tanztherapie, die mich beide begeisterten und meine bisherige Arbeit wirkungsvoll bereicherten.

Diese körperpsychotherapeutischen Verfahren erwiesen sich als hilfreiche Erweiterung meiner Arbeitsweise in Richtung psychodynamisches und psychotherapeutisches Denken und Handeln in der Sport- und Bewegungstherapie. Es schlossen sich Tätigkeiten in der Klinik für Essstörungen München Harlaching und im Psychologischen Dienst des Blindeninstituts Nürnberg an.

Mit Erlangung der „Erlaubnis zur Ausübung der psychotherapeutischen Heilkunde“ wurde für mich, mit Eröffnung meiner „Praxis für körperorientierte Psychotherapie(HPG)“, ein zweites berufliches Standbein möglich.

Zusätzlich konnte ich, aufgrund meines zeitweisen Aufenthalts in Österreich, durch die Tätigkeit im „Sozialpsychiatrischen Dienst promente Tirol“ Erfahrungen sammeln, die ebenfalls im Rahmen soziotherapeutischer Sichtweisen und Angeboten in meine Arbeitsweise miteinfließen.

Derzeit bin ich als „Konzentrative Bewegungstherapeutin“ in der Klinik für Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin in Darmstadt tätig.

Dr. Katrin Schneider: Wie ist die Situation der Sport- und Bewegungstherapeuten an den Kliniken, wie sieht deren Alltag aus? Und was bedeutet das für die Behandlung der Patienten?

Karen Bausch

Sowohl im klinischen Setting, als auch in der ambulanten Praxis werden Sport- und Bewegungstherapeuten, ebenso wie Physio-, Ergo- und Mototherapeuten immer wieder mit den strukturellen Grenzen konfrontiert, möglichst viel Bewegung / Behandlung für möglichst viele Patienten in möglichst kurzer Zeit anzubieten. Dies korreliert oftmals mit dem eigenen Anspruch einer ganzheitlichen, über das Funktionelle hinaus, orientierten sport- und bewegungstherapeutischen Arbeit, ebenso wie mit dem Image des, stets gut gelaunten, „funktionierenden“, meist unterbezahlten Sport- und Bewegungstherapeuten.

Inzwischen jedoch können wir allmählich eine Trendwende beobachten. Auch im Fachbereich Psychiatrie, Psychosomatik und Sucht wird Bewegungstherapie mit psychisch Kranken zunehmend als dritter Baustein der Behandlung, neben Gesprächstherapie und medikamentöser Therapie, betrachtet. Es liegt eine Fülle von Studien vor, die den positiven Effekt von Sport, Bewegung, Achtsamkeit und Entspannung zur Prophylaxe und Therapie psychischer Erkrankungen belegt. So wurden ein angenehmer Wohlfühleffekt, angenehme Wachheit, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und Senkung des Schmerzempfindens ebenso evaluiert, wie Neubildung von Neuronen, Veränderung der Synapsenstruktur, Ausschüttung von Endorphinen und Beschleunigung des Transmittertransports, um nur einige positive Auswirkungen zu nennen.

Kurz gesagt: BEWEGUNG trägt signifikant zur Linderung der Symptome und Steigerung der Lebensqualität bei.

Dr. Katrin Schneider: Welchen Mehrwert ziehen die Teilnehmenden aus dieser umfangreichen Qualifizierung?

Karen Bausch

Wir Sport- und Bewegungstherapeuten wissen, aufgrund unserer hohen Qualifikation, um Intensität, Wirkung und Möglichkeiten eines körper- und bewegungstherapeutischen Ansatzes.

Andererseits entstehen gerade aus diesem direkten körpernahen Zugang oft schwierige Situationen, die psychosomatisches und psychotherapeutisches Verständnis erfordern.

Das in Bezug setzen des körperlich Erlebten zur aktuellen Lebenssituation des Patienten, die verbale Aufarbeitung im Sinne einer ganzheitlichen Betrachtung, der Umgang mit aufkommenden Emotionen, wie z. B. Aggression, Widerstand, Abwehr, Trauer, und die Reflexion des eigenen Therapeutenverhalten kommen dabei bisher wenig zum Tragen.

So spielt die sport- und bewegungstherapeutische Arbeit im therapeutischen Prozess eine äußerst wichtige Rolle, der Sport- und Bewegungstherapeut im therapeutischen Team meist eine untergeordnete.

Genau hier setzt die qualifizierende Weiterbildung zum Sport- und BewegungstherapeutIn „PPS“ an.

Es werden unter anderem:

- Grundlagen von Psychiatrie, Psychosomatik und Psychopathologie vermittelt.
- Tiefenpsychologische Ansätze und theoretische Säulen erläutert.
- Ein, um psychodynamische und psychosoziale Aspekte erweitertes, sport- und bewegungstherapeutisches Vorgehen dargestellt.
- Eine Methodenvielfalt vorgestellt, wie z. B. Körperwahrnehmung, Körperbildarbeit, Konzentrative Bewegungstherapie, Tanztherapie, Skillstraining, MBSR, Entspannung, Stressmanagement u.a.
- Indikationsspezifische Angebote z.B. bei Depression, Essstörungen, chronischen Schmerzsyndromen, Angststörungen, Traumafolgestörungen, psychischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter u.a. aufgezeigt.
- Fachspezifische Kommunikation und Gesprächsführung vermittelt, auch um eine klare Darstellung der sport- und bewegungstherapeutischen Arbeit im Team zu ermöglichen.
- Ferner beinhaltet die Weiterbildung die Zusatzqualifikation zur/zum **Zertifizierten KursleiterIn für Entspannungsverfahren**

Vielen Dank für Ihre Zeit, Frau Bausch.