

# PESSO BULLETIN

Aktuelles aus Theorie, Praxis, Aus- und Weiterbildung in PBSP  
www.pbasp.com

Nr. 5 / Oktober 2001

## EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

Zu den neuen Trainings in Pesso Boyden System Psychomotor Therapie (PBSP) von Basel und Osnabrück (Bericht Seite 15, Ausschreibung Münchener Training Seite 8) haben sich wieder PsychotherapeutInnen verschiedenster Couleur, von PsychoanalytikerInnen über SystemtherapeutInnen bis zu kognitiven VerhaltenstherapeutInnen, zusammengefunden.

Der hohe Grad an therapeutischer Vorbildung ist ein weiteres Merkmal, das auffällt und als Hinweis genommen

werden darf, dass PBSP von den Teilnehmern jeweils auf sehr unterschiedliche Weise zu einem Bestandteil ihrer professionellen Identität gemacht wird. Es ist zu erwarten, dass nach der drei-

**PBSP als  
integrative Kraft**

jährigen Ausbildung wieder nur wenige AbsolventInnen sich als reine PessotherapeutInnen verstehen werden.

Das breite Interesse an den Ausbildungskursen von Albert PESSO und Lowijs

Perquin darf uns nicht darüber hinwegtäuschen, dass PBSP im deutschsprachigen Raum im Chor der reglementierten Ausbildungsangebote nur den Platz einer 'Zusatz-Stimme' einnimmt, die zwar gerne gehört wird, aber nicht als unentbehrlich dasteht. AusbildungskandidatInnen, die eine psychotherapeutische Grundausbildung brauchen, haben Mühe, die Bedeutung der PESSO-Therapie richtig einzuschätzen.

Mal ist unter 'zusätzlich' der grundlegende Beitrag von Albert und Diane PESSO zur Psychotherapie gemeint, ein neuer Ansatz, der die Psychotherapie an ihren Grundlagen verändert und eine integrative Wirkung zwischen Körper-  
(Fortsetzung s. nächste Seite)

## INHALT

PESSO  
POCKET  
SEMINAR

**Albert PESSO**  
**Grundlagen des menschlichen Bewusstseins 3**  
**Birger Gooss**  
**Eric Berne Meets Albert PESSO 5**

TRAININGS und  
WORKSHOPS  
mit Albert PESSO

**Beginn eines neuen Trainings 2002 in München 8**  
Supervisionstag für PessotherapeutInnen in Basel 7

SZENE

Aus dem PVSD Vorstand. Ein Stimmungsbild 16  
**Eindrücke eines Teilnehmers** aus dem 7. Basler Training in PBSP 15

BEILAGE

**Körper-Psychotherapie** Schweiz. Die wichtigsten Psychotherapieformen  
Broschüre des CH-EABP Schweiz. Verbandes für körperbezogene Psychotherapie

## P E S S O BULLETIN

Mitteilungsorgan der PESSO Vereinigung Schweiz/ Deutschland PVSD

### Redaktion

Martin Dormann  
Austr. 38, CH 4051 Basel  
Tel. 0041- (0)61- 271.71.14  
Email: dormann.psych@bluewin.ch

[www.ch-eabp.ch](http://www.ch-eabp.ch)

Die Website der Europäischen Assoziation für Körperpsychotherapie EABP enthält auch die wesentlichen Angaben zur Pessotherapie, zur Ausbildung und zur PESSO Vereinigung Schweiz/ Deutschland PVSD.

Die internationale Homepage [www.pbasp.com](http://www.pbasp.com) informiert umfassender über **Pesso Boyden System Psychomotor Therapy (PBSP)**.

### KONTAKT

zur PESSO Vereinigung Schweiz/ Deutschland PVSD

**Anmeldung zur Mitgliedschaft, Adressenverwaltung, Kasse, Abonnemente PESSO BULLETIN** (sFr. 10.- pro Jahr)

Andreas Rhonheimer  
Dorenbachstr.19  
CH 4102 Binningen  
Tel. 0041- (0)61- 421.02.04  
Email: a.rhonheimer@bluewin.ch  
Postkonto PVSD: 40-29719-5 Basel,  
Bankkonto Nr. 3700 3000  
Volksbank Freiburg, Bankleitzahl  
680 900 00

**Auskunft in Weiterbildungs- und Anerkennungsfragen, sowie PESSO- Literatur (Bestellung von Artikel- und Videokopien)**

Martin Howald  
Laufenstr. 82, CH 4053 Basel  
Tel. 0041- (0)61- 331.58.82  
Email: mhowald@nikko.ch

**Beratung in Sachen Patienten-Information und Patientenrechte**  
Rose Drescher Schwarz (Mitglied der Ethikkommission)

Parkstr. 5, CH 4102 Binningen  
Tel. u. Fax 0041- (0)61- 421.61.11

**Therapieplatzvermittlung** Raum  
Basel- Freiburg: Martin Dormann

(Fortsetzung EDITORIAL von S. 1)

psychotherapie und eher kognitiv operierenden Therapieformen (Psychoanalyse, systemische Therapie) entfalten kann. Mal ist eher eine 'zusätzliche Methode' gemeint, die auch auf der Grundlage eines andern Theoriegebäudes als dem psychomotorischen zur Anwendung kommen kann. Die Methode wird dann zum Einbezug der Körperebene in einer verbal orientierten Therapierichtung erlernt, oder auch „nur“ als vertiefte Auseinandersetzung des Therapeuten/ der Therapeutin mit sich selbst.

Um eine „Marktprüfung“ (beispielsweise Anerkennung durch die Charta für Psychotherapie, etc.) in der Schweiz und in Deutschland haben wir uns bisher wenig gekümmert. (Wie lange können wir uns diesen Luxus noch leisten?)

Der transaktionsanalytische Lehrgang zur Psychotherapie kann wahlweise mit Psychomotorischer Therapie nach Albert PESSO abgeschlossen werden. Geht die Entwicklung dahin, dass sich PBSP als integrativer Bestandteil geeigneter anderer Schulen weiterverbreitet, oder wird sich PBSP in der Zukunft auch in den deutschsprachigen Ländern zu einer eigenen Therapierichtung weiterentwickeln (müssen)?

Das P E S S O BULLETIN bringt heute sowohl einen Beitrag über eine integrierte Form von PBSP (mit Transaktionsanalyse) als auch einen Beitrag von Albert PESSO über Grundlagen von PBSP (entspricht seinem Vortrag in Basel vom 16. März 2001 1. Teil).

Redaktion P E S S O BULLETIN

## P E S S O P O C K E T S E M I N A R

eine Reihe von  
einführenden Beiträgen zur  
Pesso-Therapie und ihren  
Verbindungen zu  
andern Formen der  
Psychotherapie

### BISHER ERSCHIENEN

Martin DORMANN  
Bühnen des Bewusstseins. Wie sprachliche und Körper-Symbolisierung zusammenkommen. Nach

Albert PESSO  
Stages and Screens. Psychoanalysis Revisited. 1999

Martin J. HOWALD  
Psychomotorische Inszenierung und Psychoanalyse. Nach

Jim AMUNDSEN  
What PBSP can teach Psychoanalysis. 1998

Rose DRESCHER SCHWARZ  
Pessotherapie und Traumatherapie. Nach

Albert PESSO  
Abuse. 1986

Bearbeitungen wie Originalbeiträge sind gratis nachzubeziehen über die Emailadresse [dormann.psych@bluewin.ch](mailto:dormann.psych@bluewin.ch)

# Erinnerung und Bewusstsein

## Was sich vor dem geistigen Auge und „im geistigen Körper“ abspielt <sup>1)</sup>

Albert Pessó und Diane Boyden Pessó dürfen für sich in Anspruch nehmen, mit den von ihnen entwickelten körpertherapeutischen Methoden (besonders dem Microtracking) zu den entscheidenden emotionalen Grundlagen des Bewusstseins vorgedrungen zu sein, lange bevor neuere Ergebnisse der Hirnforschung aufgezeigt haben, in welcher hohen Masse eine (unbewusste) Gedächtnisleistung am Aufbau der Gegenwartswahrnehmung beteiligt ist, und welche unabdingbar wichtige Rolle der (emotional bewegte) Körper als Ort dieser Erinnerung beim Zustandekommen von Bewusstsein spielt. □ Der

Körper mit seinen Affektreaktionen (auch ganz minimalen) ist für die Pessós seit jeher der Schauplatz, auf dem der unbewusste Ein-Fluss von Vergangenheit ins Bewusstsein treten kann. Die psychomotorische Rekonstruktion bringt die Ursprünge der aktuellen Lebensverfassung zutage und bahnt schliesslich den Weg zu einer neuen, wesensgemässeren „Erinnerung“ (nachgeholten Grunderfahrung); diese wiederum verändert die Gegenwartswahrnehmung und erschliesst die wahren Seinsmöglichkeiten des Individuums.

□ Wir beginnen in dieser Ausgabe mit dem Abdruck eines Vortrages, den Al im März vor einem breiten Publikum von Psychotherapie-Interessierten in Basel gehalten hat. Gerade die etwas vereinfachte Darstellung des PBSP Therapiesystems regt zu neuen Gedankengängen an.

□ **Übersetzung von Marc WALTHER.** Fortsetzung folgt im nächsten Bulletin. Red.

### Erschliessung neuer therapeutischer Wege

Dieses Thema kommt genau zur richtigen Zeit. Die traditionelle Psychotherapie ist bereit, die Wege zu erforschen, die sich durch den Einbezug der Körpererfahrung und der emotionalen Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers für die Heilung von emotionalen Problemen eröffnen.

Heute möchte ich Ihnen einige Theorien, Techniken und Vorgehensweisen in der Arbeit mit dem Körper vorstellen, die wir in der Pessó Boyden System Psychomotor Therapy allgemein zur Verfügung haben. Kurz zusammengefasst werde ich über folgendes sprechen:

Wir haben eine Technik entwickelt, die es den Klienten<sup>2)</sup> erlaubt, die Organisation ihres Bewusstseins

von Grund auf zu erforschen. Sie lernen, jenen Erinnerungen auf die Spur zu kommen, welche den Ursprung ihrer heutigen Wahrnehmungsgewohnheiten, Gefühle und Verhaltensmuster bilden.

### Emotionen im Alltag und in der Therapie

Wenn Erinnerungen aus der Vergangenheit wieder lebendig werden, werden auch die zugehörige Emotionen wieder wachgerufen; sie machen sich im Körper als emotional aufgeladene Zustände bemerkbar. Die affektiven Aufladungen sind Vorläufer von emotionalem Ausdruck. Der zugrundeliegende Gefühlsausdruck ist oft in unbewusster Weise unterdrückt und bleibt im Körper gebunden. Der psychologisch ungeschulte Beobachter betrachtet diese schwer zu deutenden Zustände als Zeichen einer Fehlreaktion. Die Betroffenen ►

<sup>1)</sup> Die englische Originalfassung **Memory and Consciousness: In the Mind's Eye, in the Mind's Body** ist auf der Homepage [www.pbsp.com](http://www.pbsp.com) zu finden.

<sup>2)</sup> Bitte lesen Sie immer dazu Klientin, Therapeutin, etc.

(Fortsetzung von Seite 3)

selbst empfinden im Zusammenhang mit diesen unangenehmen Gefühlen oft ein physisches Unwohlsein und möchten die Störung mit Hilfe aller zur Verfügung stehenden Mitteln, z.B. Massage, Medikamenten oder sogar Chirurgie, los werden.

Der Weg, den *wir* verfolgen, besteht darin, den Klienten eine „virtuelle Arena“ anzubieten, in der sie die Möglichkeit erhalten, diese körpergebundenen Gefühle in einer sorgfältig gestalteten Erfahrung zum Ausdruck zu bringen und Befriedigung zu erleben. Dies wird durch das Aufstellen von Szenen möglich, in denen sich andere Gruppenmitglieder als Rollenspieler zur Verfügung stellen. Sie treten mit dem Protagonisten in visuelle, motorische, taktile und verbale *Interaktion*, und zwar exakt so, wie sie in der emotionalen Handlungsbereitschaft des Protagonisten antizipiert (und stehen geblieben) war. Diese Technik wird „Akkommodation“ genannt und führt beim Protagonisten nicht nur zur Verminderung des körperlichen Unbehagens, sondern auch zu einem entspannteren und als angenehm empfundenen Zustand. Der Klient wird gegenüber möglichen befriedigenden Ereignissen und Anreizen offener, ja sogar erwartungsvoll.

Wir glauben, dass die in unserem Gedächtnis gespeicherten realen Erfahrungen - auch solche, die von Defiziten geprägt sind - unsere Wahrnehmung der Gegenwart beeinflussen. Von dort aus beschreiten wir mit den Klienten einen Weg, auf dem wir ihnen die Mittel zur Verfügung stellen, mit denen sie sich interaktive, im Therapie-Setting gestaltete, Erlebnisse schaffen, durch die sie zu neuen, symbolischen und den ursprünglichen Mangel behebenden Erinnerungen kommen. Bei dieser heilenden Interaktion bleibt natürlich nichts dem Zufall überlassen. Es braucht dabei eine ähnliche Präzision und Kontrolle, wie sie wohl bei heikler Hirnchirurgie nötig ist. Es ist uns dabei wichtig, unsere differenziert ausgestaltete Technik zur Verfügung zu haben, welche die Klienten dabei unterstützt, ihr ganzes Selbst beim Zustandekommen dieser neuen symbolischen Erinnerung einzubringen. Dabei versuchen wir nicht die realen Erinnerungen zu verändern; diese bleiben ein Zeugnis dafür, was wirklich geschah. Vielmehr scheinen die neuen symbolischen Erinnerungen dem Klienten zu ermöglichen, besser zu verstehen, was in der Vergangenheit geschah und erfolgreicher damit zurecht zu kommen.

Wir hören von den Klienten, dass sie sich in die Lage versetzt fühlen, die Gegenwart vollständiger und intensiver wahrnehmen und dass sie sich besser fühlen,

wenn sie die Welt durch die „Brille“ dieser neuen, ihnen besser entsprechenden, symbolischen Erinnerungen betrachten. Sie sagen auch, dass diese Erfahrungen zu ihrer psychischen Entwicklung und Individuation beitragen.

### Ohne Emotionen kein Bewusstsein

Gleich zu Beginn: die kartesianische Dualität (Seelisches versus Körperliches) ist unbrauchbar. Die neue Gehirnforschung macht dies völlig klar. Körper und Geist sind eins. Neurologische Untersuchungen zeigen, dass unser Bewusstsein und unsere Gedanken aus Wahrnehmungen und Informationen erwachsen, die während interaktiven Erfahrungen vom Körper ausgehen. Antonio *Damasio* stellt klar fest, dass unser Bewusstsein aus dem „*Fühlen was geschieht*“ entsteht. Der Originaltitel seines letzten Buches „*The Feeling of What Happens*“ spricht davon.

Während wir aufwachsen, lehren uns die Erfahrungen, welche wir in unserem Körper bei den

### Implizites Gedächtnis

- Unbewusst (automatisch) abrufbares Gedächtnis von Bewegungs-/ Verhaltensmustern
  - Öffnen einer Tür, Radfahren, Autofahren
- Unbewusste emotionale Erinnerungen
  - aufbewahrt in Körperzuständen, Bewegungsimpulsen, etc.

Begegnungen mit dem Rest der Welt machen, wie wir in dieser Welt zurecht kommen können. Diese

### Explizites Gedächtnis

- Bewusst abrufbare Erinnerungen an emotional und bedeutsam erlebte Ereignisse
  - ‚rites de passages‘ und andere als Meilenstein erlebte Momente
  - gefährliche Situationen
  - Episoden, die grosses Vergnügen bereiteten
  - Erkenntnisse darüber, wie die Welt ist

körperbezogenen Erfahrungen sind die Quelle unseres *expliziten* und unseres *impliziten Gedächtnisses* und

(Fortsetzung auf Seite 14)

# Eric Berne Meets Al Pesso

## Hilfen aus der transaktionsanalytischen Theorie für die Pesso-Arbeit

Als Han Sarolea uns im zweiten oder dritten Trainingsjahr sagte, es brauche halt so seine sieben bis acht Jahre, bis man verstünde, worum es wirklich geht, hatte das nicht nur den - beabsichtigten - tröstenden Effekt, sondern auch etwas Erschreckendes, wenn nicht gar Abschreckendes. Jede/r der/die „da-bei“ geblieben ist, also kontinuierlich Pesso-Therapie anwendet, hat schmerzlich erfahren, wie recht Han hatte: die Pesso-Arbeit war (und ist) schwierig zu erlernen. Holle Burger schiebt in ihrem 1995 in Rastede gehaltenen Vortrag: „Off erschien Al der Gruppe als eine Art Magier...“. Dass so viele, trotz mehrjähriger und abgeschlossener Ausbildung, aufgegeben haben, das Gelehrte in die tägliche Praxis einzubringen, hat sicher wesentlich auch mit dieser

Problematik zu tun.

Das Gegenteil von „Magier“/ „magisch“/„Zauber“ ist das Durchsichtige, Erleuchtende, Schritt für Schritt Nachvollziehbare. Eine von diesen Qualitäten gekennzeichnete Theorie hätte mir damals den Lernprozess sehr erleichtert. Ich will deshalb nachfolgend den Versuch machen, wichtige Elemente der Pesso-Arbeit mit der transaktionsanalytischen Theorie zu verknüpfen, um so die komplexen Prozesse durchsichtiger und nachvollziehbarer darzustellen. Mag auch etwas vom Zauber schwinden, wird es doch leichter lehr- und lernbar. Wegen des begrenzten Rahmens werde ich mich hier darauf beschränken, beispielhaft das Persönlichkeits-Modell der Transaktionsanalyse mit der Pesso-Arbeit zu verknüpfen.

### Das Persönlichkeits-Modell der Transaktionsanalyse - ein Überblick

Das transaktionsanalytische Persönlichkeits-Modell ist - ebenso wie das bekanntere psychoanalytische - ein Instanzen-Modell, das uns erlaubt, innere Widersprüche und Konflikte zu verstehen und zu benennen. Gemeinhin sind aus der älteren und insbesondere grob vereinfachenden populär-psychologischen Literatur (z.B. HARRIS „Ich bin o.k., Du bist o.k.“) lediglich die intrapsychischen Instanzen Eltern-Ich (EL), Erwachsenen-Ich (ER) und Kind-Ich (K) bekannt, die zudem

oft mit den von aussen wahrnehmbaren Oberflächen (interpersonalen, sozialen Ebene) wie z.B. „Fürsorgliches Eltern-Ich“ oder „Rebellisches Kind-Ich“ verwechselt und vermischt werden.

Der Begriff „Ich-Zustand“ für einen zusammengehörigen Komplex von Denken, Fühlen und Handeln (BERNE: „aspects of personality“) wurde zuerst von Paul FEDERN in die Psychologie eingeführt. Dieser erwähnte bereits, dass es im Grunde beliebig viele Ich-Zustände gebe/geben könne. Jede bedeutungsvolle Situation in meinem Leben ist verbunden mit

für diese Situation spezifischen kognitiven, emotionalen und psychomotorischen Erinnerungsspuren; dieser situationspezifische Komplex von Denken, Fühlen und Handeln bildet einen Ich-Zustand, der durch geeigneten Reiz jederzeit in meinem späteren Leben wiederbelebt werden kann.

1. Beispiel: Klaus hat seine erste heftige Verliebtheit 19-jährig während einer Spanienreise erlebt; er war mit seiner damaligen Urlaubsbekanntschaft Ursula zwei Wochen „auf Wolke sieben“. Vierzehn Jahre später kommt Klaus an einem Sommerabend an einem geöffneten Fenster vorbei, aus dem ihm spanische Musik und Paella-Duft entgegenströmen. Er ist in Begleitung seiner Kollegin Mara, die nach einer gemeinsam besuchten Fachveranstaltung teilweise denselben Heimweg hat. Die Reize spanische Musik + Paelladuft „beleben“ in Klaus den Ich-Zustand (Denken, Fühlen und Handeln) von damals vor 14 Jahren, als er so verliebt war. Die Bilder von damals sind deutlich vor seinem inneren Auge; er fühlt sich leicht und beschwingt und er spürt eine deutliche Strebung in seinem rechten Arm, ihn so um die Kollegin Mara zu legen, wie er das damals mit Ursula tat.

Der Ich-Zustand „Granada 1985“ hat gute Chancen, das weitere Geschehen unangemessen zu beeinflussen oder gar zu bestimmen, wenn Klaus' Erwachsenen-Ich (= Hier-und-jetzt-bezogenes Denken, Fühlen

(Fortsetzung auf Seite 6)

(Fortsetzung von Seite 5) und Handeln) nicht den Überblick und die Führung („Exekutive“) behält.

2. Beispiel: *Habe ich als Kind - wegen „Frechheit“ - massive körperliche Misshandlung durch einen älteren Nachbarn erfahren, der bevorzugt Lodenjanker und Tirolerhut trug, so werden Angst, Fluchtgedanken und körperliche Lähmung mein Erleben und Verhalten bestimmen, wenn zwanzig Jahre später zum Bewerbungsgespräch der Personalchef mit Lodenjanker und Tirolerhut erscheint. Mein Erwachsenen-Ich wird schlechte Chancen haben, gegen den massiv aktivierten alten (Kind-) Ich-Zustand die Führung zu behaupten.*

Sowohl „Granada 1985“ als auch „Misshandlung 9-jährig“ sind Komplexe von eigenem Denken, Fühlen und Handeln aus früheren Lebensabschnitten, sind somit definitionsgemäss Ich-Zustände der Kategorie „Kind-Ich“ („Archäopsyche“). Der Nachbar, der „Frechheit“ mit schwerer körperlicher Züchtigung ahndete, ist hingegen als Verinnerlichung/Introjekt ein „Eltern-Ich“ (=Denken, Fühlen und Handeln von wichtigen Personen meiner Lebensgeschichte) geworden. Die Gesamtheit derartiger Verinnerlichungen bilden die Kategorie Eltern-Ich (da von aussen hereingenommen auch: „Extero-psyche“).

Wie hoffentlich deutlich geworden ist, beschreiben wir mit „Ich-Zuständen“ im Struktur-Modell intrapsychische Strukturen und Konflikte. Konflikte bestehen nicht nur zwischen Ich-Zuständen unterschiedlicher Kategorie (meist Eltern-Ich versus

Kind-Ich = „Innerer Dialog“), sondern auch zwischen Ich-Zuständen derselben Kategorie. So dürfte der (verinnerlichte) Ich-Zustand „Mutters Denken Fühlen und Handeln im Streit“ oft konflikthaft zum (ebenfalls Eltern-) Ich-Zustand „Vaters Denken, Fühlen und Handeln im Streit“ erlebt werden. Ebenso wird der Kind-Ich-Zustand „2-jährig“ andere Gefühle und Lösungsstrategien zum aktuellen Ehekrach anbieten, als der Kind-Ich-Zustand „pubertär“.

### **Die True Scene, oder Guck mal, wer da spricht!**

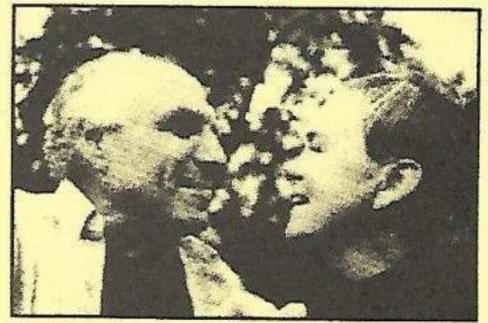
Entfaltet sich zu Beginn der Pessso-Arbeit (Al: „Stage of the apparent here-and-now“), oft gefördert durch die Funktion eines Zeugen/ einer Zeugin die „Wah-re Szene“ (*True Scene*), so hören wir zum Beispiel verbotende, mahnende oder auch ermutigende Stimmen, Stimmen, die zur Dissoziation raten, oder eine „Stimme der alten Wahrheit“. Transaktionsanalytisch könnten wir die Situation in folgendes Bild fassen: dem Erwachsenen-Ich stellt sich eine Situation, ein Konflikt, dem es sich nicht gleich gewachsen sieht; hilfreich melden sich themenrelevante Eltern-Ichs und Kind-Ichs mit ihren spezifischen (nützlichen bis obsoleten) Ratschlägen und Erfahrungen, Gefühlen und Körperimpulsen.

Dieses Bild gibt einige hilfreiche Anstösse. So wird zum Beispiel verständlich, warum der Protagonist manche Botschaften eindeutig als von aussen kommende „Stimmen“ wahrnimmt: die entwertende,

ermutigende oder verbotende Stimme wurde tatsächlich von aussen aufgenommen, verinnerlicht als Teil eines Eltern-Ich-Zustandes, und jetzt durch die Situation belebt (mit Energie besetzt). Bei anderen Sätzen hingegen widersprechen uns die Patienten: „Nein, das ist keine Stimme; das bin ich!“ Wir sind darüber weniger irritiert, wenn wir verstehen, dass es sich dabei tatsächlich um eine Quintessenz eigener Erfahrungen oder um eine selbstentwickelte (Über-) Lebensstrategie aus einem früheren Lebensabschnitt (Kind-Ich/Archäo-psyche) handelt. Wenn wir aus diesem Verstehen heraus die Protagonistin bestätigen: „Ja, das ist Deine eigene Erfahrung/Entscheidung! - Lass diesen Teil von Dir durch einen Rollenspieler darstellen, der sagt...“, dann fühlt sich die Klientin verstanden und verfährt gerne im vorgeschlagenen Sinne. Es handelt sich dabei sowohl um kondensierte alte Erfahrungen wie „Ich komme immer zu kurz“ oder „Ich bin irgendwie verkehrt“, als auch um frühe Introjekte, die - da vor der Ich-Du-Grenzbildung und in der Regel vorsprachlich verinnerlicht - nicht als von aussen kommend erkannt werden; z.B. „Am besten wäre, es gäbe mich nicht“ oder „Ich bin eine Last/zuviel“.

Hilfreich ist die Betrachtung der *Wahren Szene* in Ich-Zuständen auch dann, wenn die Klientin von einer Übermacht negativer Botschaften/Figuren erdrückt zu werden droht, z.B. gelähmt verstummt. Wenn der Struktur-Leiterin bewusst ist, dass kein Eltern-Ich ausschliesslich hemmende oder destruktive

(Fortsetzung auf Seite 11)



TRAININGS und WORKSHOPS 2001– 2002 mit Albert PESSO  
in PESSO Boyden System Psychomotor Therapy (PBSP)

Basel

**PSYCHOTHERAPIE-SEMINARE BASEL**

**Seminare mit Albert PESSO**

<b>Mo 12. Nov. 2001</b>	Offener Workshop A
<b>Di 13.– Fr 16. Nov. 2001</b>	Training 7
<b>Sa 17. Nov. 2001</b>	Offener Workshop B
<b>Mo 11.– Di 12. März 2002</b>	Offener Workshop C
<b>Mi 13.– Sa 16. März 2002</b>	Training 7
<b>Sa abends 16. März 2002 und So 17. März 2002</b>	Weberbildungstag der PESSO Vereinigung
<b>Mi 15.– Do 16. Mai 2002</b>	Offener Workshop E
<b>Fr 17. Mai 2002</b>	Supervision für PESSO- therapeutInnen
<b>Sa 18.– So 19. Mai 2002</b>	Offener Workshop G
<b>Di 13.– Fr 16. Nov. 2002</b>	Training 7
<b>So 17. Nov. 2002</b>	Weberbildungstag der PESSO Vereinigung
<b>Mo 18.– Di 19. Nov. 2002</b>	Offener Workshop J

**Sekretariat für Workshops** Ursina Reimers, Blauenstr. 16  
CH 4144 Arlesheim  
Tel. 0041- (0)61.703.19.31

München

**MÜNCHENER  
INSTITUT FÜR  
INTEGRATIVE  
FAMILIEN-  
THERAPIE**

**Trauma-  
Seminar**

**1.– 2. Dez. 2001**

Das Psychomotorische Therapie-  
system in der Arbeit  
mit Traumatisierten.

Für alle, die mit  
Traumatisierten  
psychotherapeutisch  
arbeiten oder die  
die Arbeit von  
Albert PESSO näher  
kennenlernen  
wollen

**Information:**

Sybille von Bibra  
Inst. für Integrative  
Familientherapie ►

## München

### **MÜNCHENER INSTITUT FÜR INTEGRATIVE FAMILIENTHERAPIE**

#### **Neuer dreijähriger Lehrgang in PBSP**

Weiterbildungsprogramm in Körperpsychotherapie für Psychologen, Ärzte und andere Fachkräfte der psychosozialen Versorgung, besonders Paar- und FamilientherapeutInnen

unter der Leitung von **Albert Pesso und Lowijs Perquin**

3 voneinander unabhängige Ausbildungsjahre mit jeweils 3 Seminaren zu 4/5 Tagen, 2x 2 Tagen Selbsterfahrung zusätzlich Supervision und Vertiefung in Interventionsgruppen

**Sa 2.– So 3. März 2002**

**Einführungsseminar**

**23.– 27. Okt. 2002**

1. Trainingsseminar, mit Al

#### **Information und Anmeldung:**

Sybille von Bibra, Münchener Inst. für Integr. Familientherapie  
Hohenzollernplatz 8  
D– 80796 München  
Tel. 0049- (0)89– 30.72.46.37

### **MÜNCHENER GESELLSCHAFT FÜR BIOENERGE- TISCHE ANALYSE**

#### **Offenes Trainingspro- gramm in PBSP**

in Fortsetzungen organisiert.

Nächste

Seminare:

**Do 7.– So 10.3. 2002**

**Do 9.– So 12.5. 2002**

#### **Information und Anmeldung:**

Richard Hoffmann  
Winthistr. 12 RGB  
D– 80639 München  
T: 0049-(0)89-170.80.99  
Email:  
RHoffm6026@aol.com

#### **Paargruppe für Familien- therapeutInnen**

**2.-4.11. 2001**

#### **Information:**

Ulrich Kniep  
Neckarstr. 2  
D- 78727 Oberndorf

## Osnabrück

### **PBSP SEMINARE OSNABRÜCK**

#### **Dreijähriger Lehrgang in PBSP**

unter der Leitung von **Albert Pesso und Lowijs Perquin**

Fortsetzungs-  
seminare

für die zwei laufenden  
Trainings:

**Sa 27.– Do 29.11. 2001**

**Sa 4.– Do 7.5. 2002**

#### **Information und Anmeldung:**

Michael Bachg,  
Am Plessen 74,  
D- 49205 Hasbergen  
T: 0049-(0)5405/6580  
Email: Thole-  
Bachg@t-online.de

## Heidelberg

### **PBSP in HEIDELBERG**

### **Offener workshop**

**Di 26.- Do 28.2.  
2002**

#### **Information**

Manfred Henn  
Hofstatt 9  
D 79771 Klettgau  
T: 0049- 7742 5429  
Email:  
manfred@drhenn.

### **PBSP in PRAG Training in PBSP**

organisiert in  
Zusammenarbeit  
mit Lowijs Perquin  
und Martin  
Howald.

Nächstes Training:  
**18.-21. Nov. 2001**

#### **Information:**

Michael Vancura  
Riaps Chelcickeho 39  
T- Praha 3, 13000  
Tschechei

#### An das Münchner INSTITUT für INTEGRATIVE FAMILIENTHERAPIE

- Ich interessiere mich für das neue **PBSP Training** in München ab **23.- 27.10. 2002** und bestelle die Unterlagen
- Ich melde mich für das Einführungsseminar zum neuen PBSP Training vom **2.- 3. März 2002** an.
- Ich melde mich für das **Seminar über Traumatherapie** vom **1.- 2. Dez. 2001** an.

Name, Vorname

Titel

Adresse

Tel., Email. etc.

#### An das Sekretariat der PSYCHOTHERAPIE- SEMINARE BASEL

Ich melde mich für den

- Offenen *Workshop C* **11.-12.3. 2002** mit / ohne „Struktur“
- Offenen *Workshop E* **15.-16.5. 2002** mit / ohne „Struktur“
- Supervisionstag für Pesso-TherapeutInnen **17.5. 2002**
- Offenen *Workshop G* **18.-19.5 2002** mit / ohne „Struktur“
- Offenen *Workshop J* **18.-19.11. 2002** mit / ohne „Struktur“

an.

Name, Vorname, Titel

Adresse

Tel., Email, etc.

Datum und Unterschrift

#### An Michael Bachg, PBSP Seminare Osnabrück

- Ich interessiere mich für Trainings- und Workshop-Möglichkeiten in PBSP in Norddeutschland. Bitte schicken Sie mir Unterlagen.
- anderes Anliegen:

Name, Vorname, Titel

Adresse

Tel., Email, etc.

Datum und Unterschrift

**An das Münchner INSTITUT für  
INTEGRATIVE FAMILIENTHERAPIE**

Frau Sybille von Bibra  
**Hohenzollernplatz 8  
D- 80796 M ü n c h e n**

**PSYCHOTHERAPIE-SEMINARE BASEL**

**Sekretariat für Workshops**

Frau Ursina Reimers  
**Blauenstrasse 16  
CH 4144 Arlesheim**

**PBSP Seminare Osnabrück**

Herrn Michael Bachg  
**Am Plessen 74  
D- 49205 Hasbergen**

**Der Veranstaltungskalender  
für PBSP Trainings weltweit ist auf  
der Homepage [www.pbsp.com/  
calendar.htm](http://www.pbsp.com/calendar.htm) zu finden;  
die wichtigsten Kontaktstellen  
ausserhalb des  
deutschsprachigen Raumes:**

**für die USA und Brasilien:**

PBSP Office  
Strolling Woods  
Franklin NH 03235  
Tel. 001- 603- 934.55.48  
Email: pbsp1@aol.com

**für Belgien:**

Willy van Haver, KERN,  
Regentiestraat 17  
B 9100 Sint Niklaas  
Tel. 0032- 37- 77.45.96  
Email: kern.psych@skynet.be

**für Holland:**

Lowijs Perquin M.D.  
Frans Van Mierisstraat 95  
NL 1071 RN Amsterdam  
Tel. 0031- 20- 573.66.66  
Email: l.perquin@wxs.nl

**für Norwegen:**

Jon Sletvold  
Drammensveien 11 OH  
N- 0273 Oslo  
Tel. 0047- 61- 17.83.59

**für Dänemark:**

Goran Bergstrom  
Baekkelundsvej 53  
DK- 8240 Risskov  
Tel. 0045- 86- 17.74.69  
Email: gorb-inu@po.ia.dk

**Kontakt zur Pesso Vereinigung  
Schweiz/Deutschland PVSD  
Auskunft in Weiterbildungs- und  
Anerkennungsfragen,  
Literaturdienst:**

Martin Howald, Laufenstr. 82  
CH 4053 Basel Schweiz  
Tel. 0041- (0)61- 331.58.82  
Email: mhowald@nikko.ch

**Pesso Bulletin und Therapieplatz-  
Vermittlung**

Martin Dormann, Austr. 38  
CH 4051 Basel Schweiz  
Tel. 0041- (0)61- 271.71.14  
Email: dormann.psych@bluewin.  
ch

(Fortsetzung von Seite 6)  
Introjekte (Ich-Zustände) enthält, ebenso wie kein Kind nur negative Erfahrungen gemacht (Kind-Ich-Zustände gebildet) hat, dann gibt das Mut und Richtung, die positiven Ressourcen in der Klientin gezielt anzusprechen und damit die Sackgasse der übermächtigen Negativität zu überwinden.

### Die Entwicklung zur Historischen Szene

Versieht der Protagonist in der *Wahren Szene* die Rollenspieler mit dem richtigen Platz, den richtigen Worten und dem richtigen Tonfall (entsprechend der „*Sta-ge of the Minds eye*“ [AI]), dann zeigt sich rasch, warum Eric Berne immer wieder betont hat, dass Ich-Zustände keine theoretischen Konstrukte sind, sondern Repräsentanten von „realen Personen mit Name und Adresse“. Die verbietenden, ermahnenden oder ermutigenden Stimmen werden erkannt als reale Personen der eigenen Geschichte (Eltern, Grosseltern, Nachbarn, usw.). Auch die Erfahrungs- und Entscheidungssätze (wie „Ich komme immer zu kurz“, als *Stimme der alten Wahrheit*: „Du kommst immer zu kurz!“) können als Schlussfolgerung in einer früheren Lebenssituation („Dort und damals“) erkannt und von der (Hier-und-jetzt-) Realität abgegrenzt werden.

Diesen Prozess nennen wir in der Transaktionsanalyse „*Enttrübungsarbeit*“. Als „*Trübung*“ ist das Verkennen historischer Realitäten als Hier-und-jetzt-Realität definiert: das Erwachsenen-Ich ist in seiner Funktion (Realitätswahrnehmung) getrübt

durch Eltern-Ich oder Kind-Ich-Inhalte. In diesem Sinne sind die klassischen Übertragungen Trübungen des Erwachsenen-Ichs durch Eltern-Ich-Inhalte (insbesondere die negativen Übertragungen) und z.B. Kind-Ich-Sehnsüchte (idealisierende Übertragung). Ebenso wie in der Psychoanalyse besteht ein wesentlicher Teil der therapeutischen Arbeit in der Transaktionsanalyse wie auch in der Pесо-Therapie in solcher „*Enttrübungsarbeit*“, an deren Ende Eltern-Ich-Inhalte und Kind-Ich-Überzeugungen bzw. — Reaktionen als nicht auf die jetzige Wirklichkeit bezogen erkannt werden können. Damit erst werden sie einer Distanzierung und Bearbeitung zugänglich.

### Regression oder keine Regression?

Spannend ist, was in der *Historischen Szene* (AI: „*Structure stage*“ oder „*Stage of the Historical Scene, there and then*“) energetisch passiert. Durch das Wiedereintauchen in die alte traumatische Szene (Die Transaktionsanalytikerin würde sagen „in die Skriptszene“) wird nicht selten so viel Energie im angesprochenen Kind-Ich-Zustand aktiviert, dass der Klient mit all seinen „*Fasern*“ ganz dort zu sein scheint. Vielleicht nur mühsam hält er die (willentlich plzierbare [Berne]) Freie Energie in seinem Erwachsenen-Ich und berichtet - trotz aller Bewegtheit situationsangemessen - über seine Innenwelt, genauer: über das was sein Kind-Ich gerade in der alten traumatischen Szene erlebt, denkt, fühlt, handeln möchte.

Mehrere Ich-Zustände sind also zugleich energie-besetzt und aktiv: z.B. ein vorwurfsvolles und vernichtendes Eltern-Ich, ein leidendes verängstigtes Kind-Ich, und das Erwachsenen-Ich, das die innere Wirklichkeit (aktivierte alte Szene) berichtend in die äussere Wirklichkeit (therapeutische Situation) einbringt. Solange das Erwachsenen-Ich mit genügend Freier Energie besetzt/aktiv ist, kann die Klientin sogar über extreme Notmassnahmen des Kind-Ichs (z.B. Dissoziation) situationsangemessen rapportieren: „Jetzt fühle ich gar nichts mehr!“ Auch wenn die Therapeutin eine Figur mit einem falschen Satz oder Tonfall „ausstattet“ (d.h. das Vorgeschlagene entspricht nicht dem im aktivierten Ich-Zustand gespeicherten Bild oder Text), wird das Erwachsenen-Ich des Klienten kooperativ korrigieren, z.B. „Nein, das sagt er nicht so! - er schaut nur streng, und ich weiss dann schon!“

Wie wir alle aus eigener Erfahrung wissen, kann es, wenn wir mit alten Kränkungen, Verletzungen oder Entbehrungen in Kontakt sind, recht mühsam sein, durch Willenskraft die Erwachsenen-Ich-Funktion (Berne: durch Plazieren der Freien Energie im ER) aufrecht zu erhalten. Wollen oder können wir das nicht mehr leisten, lassen wir uns ganz vom aktivierten Kind-Ich-Zustand (Denken, Fühlen und Handeln aus einer früheren Lebenssituation) bestimmen. Wir sind ganz „dort und damals“: der Rapport zur Therapeutin (äussere Realität) ist abgerissen und zum inneren Geschehen gibt es keine

(Fortsetzung auf Seite 12)

(Fortsetzung von Seite 11)  
 beobachtende, distanzierende Instanz mehr. Berne beschreibt das als: die Freie Energie wurde aus dem Erwachsenen-Ich abgezogen und ebenfalls im aktiven Kind-Ich-Zustand platziert (Maximum der ungebundenen + Freie Energie im K). Wir erleben dann unser - möglicherweise überhaupt nicht mehr situationsangemessenes - Verhalten als „ich-synton“, sind voll damit identifiziert.

Zur Verdeutlichung des Konzeptes noch ein kurzes Beispiel aus einem andern Bereich:

*Ein trockener Alkoholiker sitzt mit Kummer in einem Restaurant. Obwohl er grosse Lust hätte, den Kummer im Wein zu „ertränken“ (K-Strategie), bestimmt ihn sein Wissen um die Folgen eines Rückfalls in die Sucht dazu, Mineralwasser zu bestellen. (Exekutive und Freie Energie im Erwachsenen-Ich = ich-synton).*

*Eine Stunde später trifft ihn ein Freund beim zweiten Glas Wein; er erklärt auf das Befremden des Freundes: „Ich verstehe es ja selber nicht! - Ich kann wohl nicht anders!“ Die Exekutive ist nun im Kind-Ich (Bestellen und Trinken), die Freie Energie ist noch im Erwachsenen-Ich: das Trinken wird von Letzterem als „ich-dyston“, befremdlich erlebt. Wieder eine Stunde später erklärt unser Mann jedem, der es nicht wissen will, dass es gar keinen Grund gäbe, nicht zu trinken, und tut es auch zügig. Exekutive und Freie Energie sind beide jetzt im Kind-Ich; das Trinken wird als ich-synton erlebt, da keine kritische, distanzierende Instanz mit Energie besetzt ist.*

Al PESSO würde sagen: Der Pilotenstuhl ist nun leer - und es wohl dieser Zustand, den Al mit Regression bezeichnet. So verstanden stimmt es, dass auch in der Historischen Szene keine

Regression stattfindet. Andererseits: was Anderes als Regression ist es, wenn die Klientin intensiv in die alte Szene eingetaucht ist - selbst wenn sie darüber mit ihrem Erwachsenen-Ich korrekt informiert? Wir könnten es eine vom Erwachsenen-Ich der Klientin „kontrollierte Regression“ nennen, und damit sowohl dem Rechnung tragen, dass die Klientin zweifellos in die Dort-und-damals- Situation zurückgeht (regrediert), als auch der wichtigen Abgrenzung gegen die unkontrollierte (evtl. psychotische) Regression.

Im Hinblick auf diese manchmal drohende aber unerwünschte unkontrollierte Regression lohnt es sich, noch einen Blick auf die Funktion der Zeugin zu werfen. In der Wahren Szene stellt die Zeugin durch ihre Botschaft (z.B. „Ich sehe, wie traurig Du wirst, wenn Du an ... denkst“) einerseits dem Erwachsenen-Ich des Klienten (Al: dem *pilot*) die Information über unbewusste Körpersignale (Gefühle und Impulse) zur Verfügung (Al: „emotions dancing on the stage of our body“). Andererseits fördert die Zeugin durch ihre Botschaft den Zugang zu einem alten Ich-Zustand. Je genauer und treffender die Formulierung ist, desto „berührter“ ist der Klient: die ich-zustand-spezifische ruhende/„gebundene“ Energie wird zu aktiver/„ungebundener“ Energie. Der Affekt wird deutlicher, der Kontakt zur alten Szene (Al: *Screen of the minds eye*) enger.

In der Historischen Szene kommt eine weitere, oft entscheidende Funktion hinzu: die Therapeutin richtet sich mit

ihren Fragen und Vorschlägen an das Erwachsenen-Ich der Klientin; sie unterstützt damit jedesmal, dass die Klientin die Freie Energie im Erwachsenen-Ich hält - und realitätsbezogen antwortet. Auch die Zeugin spricht mit ihrer Intervention das - vielleicht nur mühsam noch mit Energie besetzt Erwachsenen-Ich der Klientin an; die Rückfrage der Therapeutin: „Stimmt das so?“ tut ein Weiteres im gleichen Sinne. Ist der Klient länger im alten Material allein gelassen (d.h. keine ER-orientierte Intervention von Therapeutin oder Zeuge), dann können Verlust der Energiebesetzung des Erwachsenen-Ichs, volle Identifikation mit dem Kind-Ich-Zustand, und unkontrollierte Regression die baldige Folge sein. Droht ein Entgleiten der Situation in diesem Sinne, versuchen erfahrene TherapeutInnen „automatisch“, mit engeren, kurzen und klaren Interventionen das Erwachsenen-Ich des Klienten so deutlich zu stimulieren, dass die ER-ER-Ebene nicht zusammenbricht.

### Die Ideale Szene

Besonders beeindruckend ist das Geschehen schliesslich in der „Idealen“ Szene (Al: *Stage of the virtual symbolic scene*): Tief beeindruckt oder sogar überwältigt von der hier und jetzt im Raum rekonstruierten alten Szene ist der Klient auch in Kontakt mit dem damals oft noch unerschütteten Wissen oder Ahnen um das „Richtige“ - wie es richtig/gut wäre. Dieses Wissen/Ahnen erschliesst sich erst, wenn der Klient ganz „dort und damals“ ist - und unterscheidet sich damit

grundsätzlich von den kognitiv erdachten Alternativen, die uns das Erwachsenen-Ich der Klienten anbietet, wenn wir die Wende zur *Idealen Szene* zu früh einleiten.

Das Erwachsenen-Ich gibt diese Information an die Therapeutin weiter; diese macht Vorschläge (z.B. Aufstellen von - spezifisch zu definierenden - *Idealen Eltern Figuren*), die sie mit dem Erwachsenen-Ich der Klientin solange abgleicht, bis das äussere Bild (=Akkommodation durch die Rollenspieler) genau dem inneren Bild (= Kind-Ich) des Klienten entspricht. Das Kind-Ich weiss auch, welche Sätze es hören will: das Erwachsenen-Ich

gibt die genaue Anweisung an die Therapeutin, diese gibt die genaue Anweisung an die Rollenspieler, letztere tun/sagen genau das, was ihnen aufgetragen wurde, und das Kind-Ich der Klientin erlebt dankbar und tiefberührt die Sätze und Berührungen (Al: *Screen of the as-if-body in the mind*) — völlig unbeeinträchtigt durch die Tatsache, dass das eigene Erwachsenen-Ich zu all dem die detaillierte Anweisung gegeben hat.

Eine überzeugendere und zugleich anrührendere Darstellung psychischer Instanzen kann ich mir nicht vorstellen.

### Birger GOOSS

ist Arzt und Lehrtherapeut der Deutschen Gesellschaft für Transaktionsanalyse DGTA. Er leitet die Freiburger Seminare für Transaktionsanalyse und lebt mit Holle Burger Gooss in Freiburg. Er ist Graduierter Pessotherapeut und ein wichtiges Gründungsmitglied der Pesso Vereinigung PVSD, deren Geschäftsführer er viele Jahre lang war.

### 3 Fragen an Birger Gooss

### EINANDER BESSER KENNENLERNEN

**P E S S O BULLETIN:** Birger, in welchem Zusammenhang hast Du erstmals von Al und Diane gehört?

**Birger Gooss:** Ich war 1983 auf Anregung von Martin Howald in einem Einführungsworkshop mit Al und Diane Pesso, der damals im Guggel in Therwil stattfand. Ich habe mich dann gleich für die komplette Weiterbildung mit Abschluss (1991) entschieden.

**P E S S O BULLETIN:** Welcher Hintergrund hat Dich gerade diese Verbindung von T.A. und Pesso-Körpertherapie ausbauen lassen?

**Birger Gooss:** Zum einen erschien mir die von den Pessos vorgestellte Gruppenpsychotherapie - nach viel Unzufriedenheit mit zuvor praktizierten Varianten von Gruppentherapie - wie die Quadratur des Kreises: intensive tiefenpsychologische Arbeit eines Gruppenmitgliedes und (statt oder) Einbezug der andern Gruppenmitglieder. Zum andern erschien mir die Pesso-Struktur wie eine ideale Weiterentwicklung der transaktionsanalytischen Skriptarbeit durch Einbezug von Körper und szenischer Darstellung; mein Stosseufzer nach dem Einführungs-Workshop: „Mein Gott, warum ist nie ein Transaktionsanalytiker auf diese Ideen gekommen!?“ Heute ist mir klar, dass ein Psycho-Professional wohl nie so konsequent körperbezogen gedacht und konzeptualisiert hätte wie Al.

**P E S S O BULLETIN:** Wie sehen Deine Zukunftspläne und Träume aus?

**Birger Gooss:** Der eine Traum ist, dass sich die europäische Pesso-Szene in den nächsten Jahren aus Lähmung, Übertragungen und falschen Rücksichtnahmen emanzipiert, aufblüht und entfaltet, und die Freude darüber und daran als und Dianes Alter besinnt.

Der andere Traum ist, dass es mir/ uns (=Holle und mir) gelingt, die Pesso-Arbeit als wichtige und wertvolle Bereicherung in die transaktionsanalytische Weiterbildung einzuführen.

Der Anfang ist schon gemacht: im Entwurf für das neue Psychotherapie-Curriculum der Deutschen Gesellschaft für Transaktionsanalyse (DGTA) ist die Pesso-Therapie bereits als „ergänzendes Verfahren“ genannt und anerkannt.

(Fortsetzung von Seite 4)

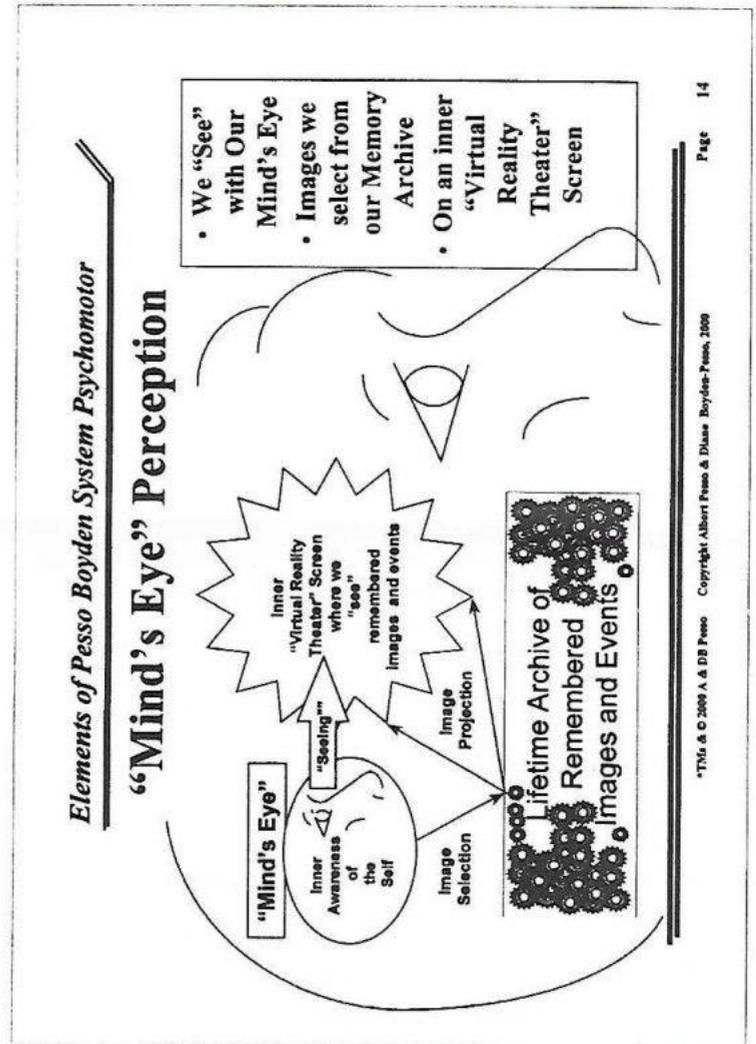
gleichzeitig auch eine Chronik davon, wie wir bisher in der Welt gelebt haben. Sie sind die Basis unserer Gedanken und Überzeugungen, wie in dieser Welt zu leben ist.

Unsere linke Hirnhälfte ist so organisiert, dass sie automatisch Sprachelemente zur Verfügung stellt, um uns und anderen zu berichten, was wir im Körper fühlten, was unsere Augen sahen und wie wir mit unserem ganzen Wesen die Welt erfuhren. Die erlebten Interaktionen, die unser Leben prägen und unsere Gedanken dazu sind also in neuralen Schaltkreisen gespeichert, die Gehirn *und Körper* einschliessen. Sie bilden den Inhalt unserer bedeutendsten Erinnerungen.

Und hier kommt nun der zentrale Punkt: die Neurowissenschaft lehrt uns, dass dies, was wir als Gegenwartsbewusstsein erleben weitgehend auf einer *Gedächtnisleistung* beruht und durch diese „Erinnerungen“ auch gesteuert wird. Deshalb spricht der Nobelpreisträger Gerald EDELMAN in seinem letzten Buch „A Universe of Consciousness“ (ein Universum des Bewusstseins) auch konsequent von „der erinnerten Gegenwart“, wenn er das *Bewusstsein* meint.

### Unsere aktuelle Lebensweise: doch gesteuert von Erinnerung?

Wenn wir also Probleme haben in unserem aktuellen Leben, sodass die Gegenwart, uns erbärmlich erscheint, und die Zukunft noch schlimmer, dann kann es sehr wohl sein, dass die eigentliche Störung in etwas liegt, was in der Vergangenheit in unser Leben hereinkam, bzw. ausfiel. Wir erfahren dann die Wirkung dieser problematischen Vergangenheit so, als ob diese Vergangenheitserfahrung immer noch gegenwärtig wäre. Freud hatte diese Tatsache schon lange erkannt. Nun bestätigt aber auch die Neurowissenschaft, dass das Bewusstsein in der Tat neural von der *Erinnerung* abhängig ist und die Vergangenheit uns deshalb bei der Erfahrung der Gegenwart so übel mitspielen kann. Es ist klar, dass das Gedächtnis eine wichtige Rolle in der Organisation und der Gesamtheit unserer Gegenwarts-wahrnehmung spielt. Man kann sogar sagen, dass die Erinnerung unserer vergangenen Handlungen und Wahrnehmungen ausmachen was wir *sind*.



**Im nächsten P E S S O BULLETIN mehr über die Selbstwahrnehmung vor dem „inneren Auge“ und dem „inneren Körper“ sowie über die Verknüpfung der biographischen Erinnerungsfunktion mit dem „genetischen Gedächtnis“**

## Eindrücke von der ersten Trainingswoche der 7. Pesso-Psychotherapie-Weiterbildung in Basel

Von Diethelm Chinnow

Erstmal ging es in den Keller, genauer ins Souterrain (Laufenstrasse); ein längerer Gang, Kaffeemaschine, etliche Türen links, etliche Bistrotische rechts, drauf liegen Hörnchen und Schokoherzen zur Begrüssung. Durch die Tür am Ende des Ganges betritt man mit Blick auf einen Hinterhofgarten den Übungsraum: Sitzsäcke, Kissen, einfach, nichts Gestyltes. Vor jedem Sitz ein ansehnlicher Stapel Ringhefte; sie entpuppen sich als Einführungen, Curricula, Handbücher...

Einige Teilnehmerinnen und Teilnehmer kennen sich, die übliche Runde folgt, Informationen werden gegeben, der Trainer, Lowijs Perquin, stellt sich und das Tagesprogramm vor, und dann geht's auch schon los.

Die fünf Grundbedürfnisse werden angesprochen, der Behandlungsaufbau, die Rolle des Therapeuten als *following guide* ... Im 'circle of gestures' werden erste eigene Erfahrungen gemacht. Welche Körperempfindungen, Gedanken, Erinnerungen habe ich in der Mitte des Kreises, wenn die anderen für mich vier unterschiedlichen Positionen von Nähe und Distanz einnehmen? Dann das Erlebnis einer ersten *Struktur*.

Abends zuhause, bin ich müde und zufrieden und denke, dass ich vieles gehört, besser: bekommen habe, und ein gutes Gefühl stellt sich ein. 'Doch, es war richtig, mich für dieses Trainings anzumelden'. Und noch etwas taucht auf: da ist die Vorstellung, von einem Menschen und Therapeuten

kraftvoll, klar und sehr respektvoll in eine Methode eingeführt zu werden, deren Reichtum ich mehr ahne als kenne. Es ist wie wenn etwas vom Kopf auf die Füsse gestellt wird. Eine hohe Transparenz, ein deutliches Bemühen, offenzulegen, zu zeigen, weiterzugeben, nichts im Geheimen zu lassen. Dabei zeigt sich auch eine mitunter verwirrende Vielschichtigkeit.

Dann die *Ideale Eltern*- Übung: gibt schon eine Ahnung von einer der Kern-Erfahrungen in der Pesso-Therapie. Interessierte wählen sich eine Ideale Mutter und einen Idealen Vater, haben 10 Minuten Zeit, sie und sich mit ihnen zu platzieren: stehend, sitzend oder liegend den Körperkontakt herzustellen und sie anzuweisen, das zu tun oder zu sagen, was aus heutiger Sicht damals als Kind hätte erlebt werden sollen. Und alle, die die Gelegenheit nutzten, konnten offensichtlich eine Spur aufnehmen, sie zurückverfolgen, bekommen Zugang zu Gefühlen und äusserten sie. Das zu sehen, war sehr berührend. Es hat auch die Beziehung zu den Mitgliedern der Gruppe vertieft.

Und so ging es weiter, insgesamt 4 Tage. Anfangs war da die Vorstellung, es möge noch etliche Tage so weitergehen, dann, am Mittag des 4. Tages, unerwartet plötzlich der Gedanke 'so jetzt reicht es'. Auch vom Guten kann man zuviel bekommen, vorübergehend. Und: es ist eine erfreuliche Aussicht, mit der Gruppe im Herbst in die 2. Trainingswoche einzusteigen.

### Psychotherapie- Seminare Basel

Laufenstr. 82 CH 4053 Basel  
Tel. 0041- (0)61- 331.58.82

#### Einführung in die Pesso- Psychotherapie

- Sa 24. November 2001  
- Sa 15. Dezember 2001  
Leitung: Martin J. Howald

### Odenwald-Institut

Trommstr. 25  
D- 69483 Wald- Michelbach  
Tel. 0049- (0)6207/ 605-0

#### Unsere Körper-Geschichte neu und heilsam erleben. Eine Einführung in die Pesso- Psychotherapie

17.-19. Mai 2002  
Leitung: Sybille Reiche-  
Wetzel

### Neue Vertreterin von PBSP im Par- lament von Basel-Stadt

Wir freuen uns über die Wahl von **Christine D'Souza** (37, SP) in den Grossen Rat des Kantons Basel-Stadt. Wir wünschen Dir, liebe Christine, viel Erfolg in Deinem Kampf für mehr Menschlichkeit in allen Bereichen.

### Graduierung

**Michael Bachg** hat, ohne es uns mitzuteilen, schon vor einem Jahr die Graduierung zum Pesso-Psychotherapeuten bestanden. Wir gratulieren Dir. Michael nimmt auch an der internationalen Supervisoren-Ausbildung in PBSP in Amsterdam teil.

Liebe Mitglieder und zugewandte Menschen,

Seit März 2001 liegen die Geschehnisse der Pessobewegung Schweiz/ Deutschland PVSD - wie schon dem Protokoll der Jahresversammlung zu entnehmen war - in den Händen von Veronika Stäheli, Rose Drescher Schwarz, Doris Wehri, Andreas Rhonheimer und Martin Dormann.

Der Platz (*mindestens einer*), auf dem wir gerne jemanden aus Deutschland gesehen hätten, ist leider noch unbesetzt. Der Vorstand hat die Befugnis, noch ein oder mehrere Vereinsmitglieder (gern auch Ausbildungsteilnehmer) in den Vorstand aufzunehmen. Für die Mitarbeit am PESSO BULLETIN suchen wir noch jemanden mit entsprechendem fachlichem Interesse und Freude an Public Relations. Martin wäre froh um die Mithilfe eines zweiten Redaktors oder einer Redaktorin.

Von Vorteil ist bei diesen Jobs ein Internetanschluss, da die Zusammen-

arbeit im Vorstand sich zu einem erheblichen Teil über dieses Medium abspielt. Zudem schmilzt auf diese Weise die örtliche Distanz zwischen Vorstandsmitgliedern, sagen wir mal in Norddeutschland München und Basel, auf Null zusammen.

Unsere Live-Sitzungen verlaufen in

Der VORSTAND hat  
das Wort...

ein Stimmungsbild



einer angeregten Stimmung. Wir erleben es als Herausforderung, zu wissen, dass Albert Pessobewegung durch Veränderungen in seinem Leben physisch in Europa weniger in Erscheinung treten wird, was von unserer Vereinigung eine aktivere Mitgestaltung der PBSP-Bewegung erfordert.

Manchmal fragen wir uns, ob es uns gelingen wird, das schweizerisch / deutsche PBSP-Schiff durch den bewegten Ozean der Therapierichtungen in einen sichereren Hafen zu steuern, der die Begegnung mit einer Vielzahl von Crews aus andern Orten ermöglichen wird. Mut macht uns ein versierter Segler, der neuerdings Ehrenmitglied unserer Vereinigung ist.<sup>1</sup>

Veronika und Martin

<sup>1</sup> Lowijs Perquin erschien im holländischen Fernsehen nicht nur als einer der Hauptträger der holländischen Pessobewegung Psychotherapie-Ausbildung, sondern als erfahrener Seefahrer.

### Derzeitige Schwerpunkte unserer Aktivitäten

- Sorgen für genügend Interventions- und Supervisionsmöglichkeiten zur Förderung von Zertifizierungen
- Begleitung der laufenden Trainings und Überlegungen zur Sicherstellung von Trainings in der Zukunft
- Verbesserung der Zusammenarbeit im deutschsprachigen Raum
- Verbesserung der Information und Pflege des Kontakts zu einem erweiterten Interessentenkreis und zu benachbarten Ausbildungsrichtungen

# An einer Wende des Lebens

Interview mit Albert Pessó vom 19. März 2001 in Basel

Während ich im Hotel den Speisesaal betrete, sitzt Al mutterseelenallein der Wand entlang an einem Tisch mit Blick auf den Rhein und löffelt seine Suppe. Einsamkeit? Seine Augen leuchten sanft wie immer, aber er erzählt von einer enormen Müdigkeit am letzten Tag eines zweimonatigen Lehrprogramms quer durch Europa. Er freut sich auf den Rückflug am nächsten Morgen, auch wenn ihn dieser schon am Tag darauf an den nächsten Einsatzort (Kongress über Psychisches Trauma in Boston) bringen wird. Am Tag dazwischen wird er vom Direktor einer renommierten Bank mit deren Firmen-Jet in Boston abgeholt und nach New York geflogen, weil der Mann einige wichtige Dinge mit ihm besprechen müsse. Al lacht. Ich denke zuerst, es folge ein Witz über ungewohnte Geldanlagesorgen, aber Al lacht aus einem viel spontaneren Grund: „Es handelt sich um einen Coaching-Auftrag, bei dem ich mehr als doppelt soviel verdiene wie mit den Trainings“, strahlt Al in kindlicher Freude. Bei meiner ersten Frage zuckt Al wie unter einem Schlag zusammen. Aber er erzählt gern. Inzwischen haben sich Al und Diane zu einem Neubeginn in Strolling Woods entschlossen und freuen sich auf ein ganz modernes Haus. Es zieht sie nicht mehr so stark nach New York.

Die Fragen stellte **Martin Dormann**.

## **P E S S O BULLETIN: Was hat der Brand von Strolling Woods in Deinem Leben verändert?**

**Al:** Durch die Zerstörung, die der Brand angerichtet hat, findet ein Abschnitt meines Lebens ein unerwartetes Ende, der 1961 begonnen hat, als Diane und ich vom Tanz zur Psychotherapie wechselten und unser Lebenswerk aufgebaut haben, mit 7 Monaten Reisen jedes Jahr.

Persönlich hat mir das Ausmass des Schmerzes zutiefst etwas angetan. Der Verlust ist anders als wenn man eine geliebte Person verliert: Vorstellungen und innere Programme, die mit dem geplanten Durcharbeiten der aufbewahrten Materialien verbunden waren, wurden mit ein Raub der Flammen. Eine Zeit, die vor der Tür zu stehen schien, die Vorfreude

auf eine Arbeit, die mir sehr am Herzen liegt, musste sterben.

## **PB: Hat Dich das Desaster persönlich verändert?**

**Al:** Zu erleben, dass ich einen Schmerz solchen Ausmasses überleben konnte, gab mir ein tiefes Vertrauen in meine Widerstandskraft und Elastizität und machte mich demütig und bescheiden; eine Bescheidenheit, die mich reich gemacht hat. Ich habe realisiert, wie kostbar bestimmte Gegenstände sein können, zum Beispiel Fotos von Diane und mir, von unserer Familie als die Kinder klein waren, von unserer eigenen Jugendzeit. Der Verlust dieser Bilder beraubt mich ein Stück weit der Möglichkeit, mich mit mir und meinen

(Fortsetzung auf Seite 18)

(Fortsetzung von Seite 17)

Nächsten mit zärtlichen und liebevollen Gefühlen verbunden zu fühlen. Dieser Verlust tut sehr weh und macht mich traurig. Das schöne, geräumige Haus selbst, in das ich so gerne heimkam, hatte für mich mit all seinen Besonderheiten eine Qualität von Liebesswürdigkeit (sweetness) fast wie ein Mensch. Und diese Person, die ich so sehr geliebt habe, lebt jetzt nicht mehr.

Andererseits fühle ich auch Erleichterung: Von so vielen durch die Jahre angesammelten Dingen, die nicht kostbar sind, fühle ich mich wie von einer Bürde befreit. Wir hatten ja geplant, von Strolling Woods wegzuziehen, aber irgendwie schoben wir es auf. Wegen des Brandes muss nun die nächste Phase ohne Aufschub in Angriff genommen werden. Es ist spannend, die Möglichkeiten zu ergreifen, die sonst noch Jahre hätten auf sich warten lassen. Nachdem der Schock durchlebt ist, spüre ich, wie der Schicksalsschlag und der Verlust mich auch gestählt haben, und wie der Trauerprozess mich stärker gemacht hat und bereit in die Zukunft zu schauen. Ich spüre viel neue Energie.

#### **P E S S O BULLETIN: Was sind Deine Pläne?**

**AI:** Wir befassen uns mit dem Aufbau eines neuen Hauses, in dem wir leben möchten, bevor wir nach New York umziehen. Um weniger reisen zu müssen, halten wir Ausschau nach Möglichkeiten von elektronischer Konferenzschaltung für Training, Supervision und sogar Therapie. Die europäischen und amerikanischen Seminarveranstalter haben zugesagt, dass wir für unsere wissenschaftliche Arbeit die Videos aus ihren Archiven benutzen dürfen.

#### **PB: Wann wird Dein Buch über Hoffnung erscheinen?**

**AI:** Über dieses Thema habe ich in den Achtzigerjahren viel geschrieben. Ein Beitrag ist noch im Web. Das Buch muss aber langsam heranreifen, weil viele neue Erkenntnisse dazugekommen sind. Ein weiteres Langzeit-

projekt ist die Vollendung des mit dem Psychoanalytischen Institut von Boston vorbereiteten Buches über PBSP und Psychoanalyse.

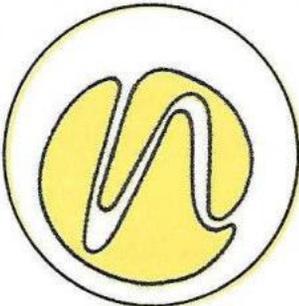
Ein Buch, das in der nächsten Zeit erscheinen wird, ist jenes von Maggie SCARF über Traumatherapie, das drei Kapitel über PBSP enthalten wird, die schon fertig geschrieben sind.

#### **PB: Werden die regionalen Pessio-Organisationen mehr Bedeutung bekommen, wenn Du weniger reisen möchtest?**

**AI:** Die regionalen Organisationen haben eine wichtige Bedeutung als Träger des Ausbildungsangebotes und als Informationsquelle für die professionelle Gemeinschaft wie auch für Klientenkreis einer Region. Die Pessio-Therapeuten der entsprechenden Region können dort gegenseitige Unterstützung finden, um miteinander zur Aufrechterhaltung der Standards und für weitere Aktivitäten zusammenzuarbeiten.

Ich schätze die regionalen Vereinigungen auch sehr als Plattform, über die ich die Gemeinschaft erreichen und Pläne und Aktivitäten direkt besprechen kann. Besonders wertvoll ist mir der Kontakt mit Personen, mit denen ich schon über so viele Jahre zusammengearbeitet habe und an deren weiteren beruflichen Entwicklung ich gerne teilhabe teilhabe.

**Nächste Ausgabe  
des**



P E S S O

BULLETIN

Nr. 6 Januar 2002

mit Rose DRESCHER  
SCHWARZ:

PBSP und Babytherapie

Redaktionsschluss: 4. Januar 2001