



PESSO BULLETIN

Aktuelles aus Theorie, Praxis, Aus- und Weiterbildung in PBSP

www.ch-eabp.ch

Nr. 7/8 Januar 2003

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

Wegen eines Engpasses in der Redaktion konnte Bulletin Nr. 7 nicht rechtzeitig erscheinen. Umso mehr freut es mich, Ihnen in der nun entstandenen Doppel-Ausgabe, die der Münchner PESSO-Szene gewidmet ist, einige spannende Neuigkeiten bekannt geben zu können.

Das Münchner Institut für Integrative Familientherapie hat im Frühjahr unter der Leitung von Albert PESSO und Lowijs Perquin erfolgreich den ersten dreijährigen Lehrgang in PBSP zum Abschluss gebracht und im Herbst 2002 schon mit einem zweiten Kurs (Seite 10) begonnen. Die PESSO-Therapeut/innen aus dem ersten Kurs arbeiten in einer regionalen Arbeitsgruppe zusammen und treten mit Informations-Veranstaltungen und einer eigenen Homepage an die Öffentlichkeit (Seite 18).

Im deutschsprachigen Raum arbeiten wir jetzt also in einer Art Dreieck (Nordwest, Südwest, Südost) zusammen.

Mit den Absolventen des Münchner Instituts erhalten vor allem die Paar- und Familientherapeuten unter uns Zuwachs,

Von der Dyade zur Triade

zu denen auch ich mich zähle. Es scheint sich ein neuer Schwerpunkt in der PESSO-Arbeit herauszubilden, nämlich die Anwendung von PBSP in der Arbeit mit Systemen. Die Beiträge von Barbara Fischer Bartelmann und mir über PBSP in der Paartherapie im heutigen POCKET SEMINAR sind als freudiger Willkommensgruss an alle Münchner Kollegin-

nen und Kollegen zu verstehen.

Erst recht höher schlägt mein Herz bei der dritten Nachricht: Barbara Fischer-Bartelmann - eine graduierte PESSO-Psychotherapeutin aus München und bei vielen von uns schon bekannt durch ihre Übersetzung von PBSP-Publikationen ins Deutsche - hat neu das Amt einer Redaktorin des PESSO BULLETIN übernommen. Ihrer mutigen und heiterfrischen Art entsprechend hat Barbara sogleich mit angepackt und schon diese Bulletin-Nummer kompetent und kraftvoll mitgestaltet. Ich erlebe die Zusammenarbeit als sehr anregend und angenehm.

Ich heisse Dich, Barbara, im Namen der Leserschaft und der PESSO-Vereinigung herzlich willkommen! Lesen Sie das Interview mit unserer neuen Redaktorin auf Seite 2.

Martin Dormann

INHALT

PESSO
POCKET
SEMINAR

TRAININGS und
WORKSHOPS
mit Albert PESSO

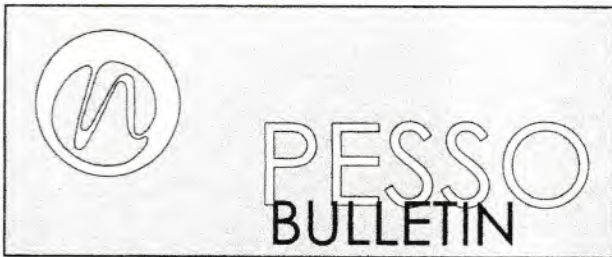
SCENE

BEILAGE für Mitglieder

ALBERT PESSO Erinnerung und Bewusstsein	3. Teil: Microtracking	3
MARTIN DORMANN Psychomotorische Inszenierungen in der Paartherapie		5
BARBARA FISCHER- BARTELMANN Imagotherapie und PBSP		16
Neue Trainings in PBSP in München, Prag und Osnabrück		10
Besondere Möglichkeiten, PBSP kennen zu lernen		12
Neue Redaktorin beim P E S S O BULLETIN		2
Nachwuchs jenseits des Schwarzwalds		18
Internationaler PBSP- Kongress 2005 in Minneapolis USA		20
Einladung zur MV vom 29. März 2003 in Basel , PESSO-Gruppen - Liste Basel/Freiburg		

PBSP (PESSO BOYDEN SYSTEM PSYCHOMOTOR)

auf deutsch **PESSO-PSYCHOTHERAPIE** ist eine von Albert Pessó und Diane Boyden Pessó begründete Methode der Psychotherapie und des emotionalen Wachstums.



Mitteilungsorgan der Pessó Vereinigung Schweiz/Deutschland PVSD

REDAKTION

Martin Dormann
Scherflingasse 3, CH 4051 Basel Tel. 0041- (0)61.271.71.14
eMail: dormann.psych@bluewin.ch

Barbara Fischer-Bartelmann,
Pater-Rupert-Mayer-Str. 9, D 85386 Eching
Tel. 0049- (0)89.319.40.70
eMail: Barbara.Fischer-Bartelmann@t-online.de

Websites

Die Homepage www.ch-eabp.ch der Europäischen Assoziation für Körperpsychotherapie EABP enthält die wesentlichen Angaben zur Pessó-Psychotherapie, zur Ausbildung und zur Pessó Vereinigung Schweiz/Deutschland. Auf der Homepage www.Pessó-Therapie.de finden Sie aktuelle Informationen hauptsächlich aus dem Raum München. Umfassend informiert die internationale Website www.pbsp.com über Pessó-Psychotherapie (in Englisch).

KONTAKT ZUR PESSO VEREINIGUNG SCHWEIZ/ DEUTSCHLAND PVSD

Anmeldung zur Mitgliedschaft (sFr. 50.- oder € 30.- pro Jahr), **Abonnemente PESSO BULLETIN** (sFr./ € 10.- pro Jahr), **Adressenverwaltung, Kasse:** Andreas Rhonheimer, Dorenbachstr.19, CH 4102 Binningen
Tel. 0041- (0)61. 421.02.04 Fax 0041- (0)61. 303.97.42
eMail: a.rhonheimer@bluewin.ch
Postkonto PVSD: 40-29719-5 Basel Bankkonto PVSD:
Nr. 3700 3000 Volksbank Freiburg, Bankleitzahl 680 900 00

Auskunft in Weiterbildungs- und Anerkennungsfällen, sowie Pessó-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 Patienteninformation und Patientenrechte: Rose Drescher Schwarz (Mitglied der Ethikkommission) Parkstr. 5, CH 4102 Binningen
Tel. u. Fax 0041- (0)61. 421.61.11

Therapieplatzvermittlung

Verzeichnis der Pessó-TherapeutInnen (Gruppen-, Paar- und Einzelpsychotherapie) siehe: www.Pessó-Therapie.de
Auskunft über freie Plätze in Pessó-Gruppen:
Raum Basel- Freiburg: M. Dormann (Adresse s.o.)
Raum München: L. Schrenker (www.Pessó-Therapie.de)
Raum Osnabrück: M. Bachg (Adresse s.S. 10)

Die vom Verein unterstützten **Trainings in PBSP** werden dezentral von verschiedenen Instituten in Deutschland und der Schweiz organisiert (s. Seite 9– 12). Zur Zeit laufen Trainings in München, Basel und Osnabrück, sowie in Prag. An neuen Trainings Interessierte können sich bei den Instituten auf eine Warteliste setzen lassen, um speziell informiert zu werden.

3 Fragen an Barbara Fischer-Bartelmann, neue Redaktorin des PESSO BULLETIN

P E S S O BULLETIN: Barbara, Was hast Du vor der Pessó-Ausbildung gemacht?

Barbara Fischer-Bartelmann: So viel Verschiedenes wie möglich. Studiert habe ich in München und Oxford Philosophie und Psychologie, mit den Schwerpunkten Tiefenpsychologie und Familienpsychologie/Familientherapie. Darüber hinaus habe ich im Studium Wert darauf gelegt, von so vielen Therapierichtungen wie möglich einen Eindruck zu bekommen, von behavioristischen Lerntheorien bis zur Hypnotherapie, von der Psychophysiologie bis zur Körpertherapie, von der Psychosomatik bis zur Gruppendynamik.

Als Therapieausbildung habe ich mich dann für die Familientherapie entschieden (bei Prof. Martin Kirschenbaum am Münchner Institut für Integrative Familientherapie), und das systemische Denken prägt meine Arbeit auch mit Einzelklienten. Seit 1991 habe ich eine eigene Praxis, bis zur Geburt meiner ältesten Tochter habe ich außerdem bei der Ehe-, Familien- und Lebensberatung in München gearbeitet und am Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie am Aufbau, in der Durchführung und als Supervisorin für EPL und KEK (Kommunikations-trainings für Paare) mitgewirkt.

Wie bist du zur Pessó-Therapie gekommen?

Barbara Fischer-Bartelmann: 1994/95 begleitete ich meinen Mann bei einem Auslandsjahr an der Harvard University in Boston/Cambridge und nahm die Gelegenheit wahr, bei den Pessós (deren Arbeit ich aus den Büchern von Tilmann Moser und Gus Napier kennen gelernt hatte) Workshops zu besuchen. Mit großer Dankbarkeit denke ich an Louisa Howe in Boston zurück: Auf amerikanisch unbürokratische Weise und in ihrer unvergleichlichen Großzügigkeit lud sie mich zunächst kostenlos als Rollenspielerin und, soweit es die Zeit erlaubte, auch als Klientin in ihre Therapiegruppe und dann auch in ihre Ausbildungsgruppe ein, so dass ich bei ihr die Arbeit in ersten Live-

Supervisionen erproben konnte. Glücklicherweise kam ja dann auch die Ausbildung in München zustande, die ich als Übersetzerin und Teilnehmerin erlebte.

Von Anfang an faszinierte mich, dass ich in PBSP vieles von dem wieder fand, was ich an einzelnen Stärken der verschiedenen Therapierichtungen kennen gelernt hatte. Diese waren jedoch in einen neuen, umfassenden Kontext gesetzt und versehen mit einer mich erstmals befriedigenden, plausiblen und vor allem auch erlernbaren Antwort auf die Frage, wie denn nun die Heilung psychischen Leidens anzustreben sei. Beinahe alle der anrührenden und therapeutisch wirksamen



Momente, die ich zuvor in Live-Demonstrationen verschiedenster Therapiemethoden oder in der Selbsterfahrung erlebt hatte, erschienen mir im Nachhinein im Lichte der Pessso-Psychotherapie wie Antidote-Szenen, die natürlich nie so genannt und entwickelt worden

waren, aber oft auf die eine oder andere Weise die Erfahrung einer ersehnten Interaktion mit einem in der Regel nur implizit definierten Gegenüber beinhalteten.

Wenn dem so ist, so sagte ich mir, wenn ich hier eine Methode finde, die mir ganz konkrete Hilfsmittel an die Hand gibt, diese Momente gezielt herzustellen und klar kognitiv einzubetten; Hilfsmittel noch dazu, die diesen Prozess nicht von dem intuitiven Genius eines charismatischen Therapeuten abhängig machen sondern ihn in Übaren Einzelschritten entwickeln, dann ist dies zum ersten Mal eine Methode, die ich als die „meine“ anstrebe, mit der ich mich identifizieren kann.

Was ist deine Vision für die Pessso-Therapie?

Barbara Fischer-Bartelmann: So sehr ich es als eine Empfehlung auffasse, dass verschiedenste Therapierichtungen ihre jeweiligen Stärken in der Pessso-Therapie fortgeschrieben sehen, und so oft ich auch in der Praxis andere Methoden mit der Pessso-Arbeit integriere, so wünsche ich mir doch, dass PBSP als die einzigartige Methode anerkannt wird, die sie von ihrer Entwicklungsgeschichte und Methodik her (ungeachtet all dessen, was sie beispielsweise auch der Tiefenpsychologie verdankt) ja schließlich ist. Ich hoffe, dass sie sich weiter verbreiten wird und dass es uns auf lange Sicht gelingt - ähnlich wie es in den Niederlanden bereits der Fall ist - die Anerkennung der Pessso-Psychotherapie als eigenständige etablierte Psychotherapierichtung zu erreichen.

P E S S O B U L L E T I N 7/8 2003

ALBERT PESSO

ERINNERUNG UND BEWUSSTSEIN

WAS SICH VOR DEM GEISTIGEN AUGE UND „IM GEISTIGEN KÖRPER“ ABSPIELT ¹⁾

3. TEIL: MICROTRACKING

Microtracking und Wahre Szene

Wie können wir herausfinden, welche Erinnerungen dafür verantwortlich sind, dass unsere gegenwärtigen Erfahrungen und Handlungen verzerrt und unterminiert werden, auf dass wir sorgfältig und möglichst entsprechend hierzu neue, symbolische Erinnerungen konstruieren können? Neue Erinnerungen, die - hätte es sie tatsächlich gegeben - die Grundlage für eine besser lebbare und befriedigendere Existenz geboten hätten? Mit Hilfe eines Prozesses, den wir *Microtracking* (Mikro-Spuren-Verfolgen) nennen, helfen wir unseren Klienten, dies herauszufinden. In diesem Prozess bilden wir den Fluss des gegenwärtigen Bewusstseins minutiös ab.

Das *gegenwärtige Bewusstsein* besteht einerseits aus dem, was wir gerade wahrnehmen, andererseits daraus, wie wir darauf reagieren bzw. was wir dazu empfinden, und drittens aus den Gedanken, welche während des Wahrnehmens und Reagierens entstehen.

In der Methode des *Microtracking* achten wir auf das blitzschnelle Spiel des emotionalen Ausdrucks, der in jedem Moment auf dem Gesicht der Klientin aufscheint. Er ändert sich in Reaktion auf schnell wechselnde affektive

(Fortsetzung auf Seite 4)

¹⁾ Die englische Originalfassung **Memory and Consciousness: In the Mind's Eye, in the Mind's Body** ist auf der Website www.pbsp.com zu finden. © für die Graphiken by A. Pessso.

(Fortsetzung von Seite 3)



Zustände, die mit dem gegenwärtigen Bewusstsein der Klientin in Zusammenhang stehen. Um es etwas technisch auszudrücken, und um EDELMANS Ausdruck zu benutzen: Möglicherweise blicken wir dabei auf die gefühlsmässige Antwort (des Organismus) auf die „Wiedereintrittsschleife“ (*reentrant-loop*) zwischen Wahrnehmung und Handlung.

Zeugen-Figur bildet Emotionen ab

Um der Klientin zu helfen, sich ihrer eigenen Emotionen besser bewusst zu werden und den jeweiligen Kontext zu diesen Emotionen kennen zu lernen, benutzen wir die Idee einer *Zeugen-Figur*. Diese Figur wird, nachdem sie eingeführt worden ist, Aussagen machen wie: „Ich sehe, wie angsterfüllt du bist, wenn du über die Situation im Büro sprichst“. Solche Aussagen werden vom *Zeugen* nur nach dem ausdrücklichen Einverständnis der Klientin gemacht. Sie allein bestimmt ihren genauen Inhalt und kann sie als gültig erklären.

Die Worte für die Zeugenaussagen werden vom Therapeuten formuliert, nicht vom Rollenspieler. Man braucht hierzu nämlich große Sensibilität und Übung. Erstens muss man das genau richtige einzelne Wort finden, das die Emotion auf dem Gesicht der Klientin korrekt benennt, zweitens gleichzeitig genau und ohne Umformulierung die Worte der Klientin erinnern und wiedergeben, die sie gebrauchte, als sie über den Kontext sprach, welcher diese Emotionen auslöste. Schließlich kann die *Zeugenfigur* diese genauen Worte nochmals für die Klientin aussprechen.

Eine exakte Zeugenaussage hat einen erkennbaren Effekt. Die Klientin nickt in wissender Übereinstimmung mit der Wahrheit der Aussage und schaut den Therapeuten mit einem Gefühl zunehmenden Vertrauens an.

Stimmen und Figuren bilden Gedanken ab

Oft macht die Klientin auch eine wertende Aussage wie: „Bei einem solchen Chef sollte man besser vorsichtig und auf der Hut sein!“ (was ein gutes Beispiel ist für eine deklarative Erinnerung). Ein solcher Satz wird durch eine weitere *hypothetische Figur* - in unserem Fall könnte man sie eine „warnende Figur“ nennen - der Klientin (nach ihrem vorherigen Einverständnis) vorgesagt. Die Benennung der Figur hängt vom Kern des präsentierten Gedankens ab.

Stimmen (Figuren) werden benutzt, um die Gedanken der Klientin zu verfolgen und diese danach an die Klientin zurückzugeben, so als wären es Befehle. Tatsächlich reagieren wir auf solche Gedanken und Ideen, die aus unserer Erinnerung hervor treten, als wären sie die richtigen Vorgaben zum Überleben in einer Welt, wie wir sie sehen. In Wirklichkeit sind sie aus Interaktionen entstanden, die uns solch negativ gefärbte Wahrheiten über das Leben gelehrt haben.

Effekte des Microtracking

Wenn das *Microtracking* genau und erfolgreich ist, stärkt es das Bewusstsein der Klientin über ihren psychischen Prozess, während sie gleichzeitig im Prozess selbst drin bleibt. Diesen Effekt nennen wir „den Piloten der Klientin stärken“.

Im Verlauf des *Microtracking* wächst der Einblick der Klientin in ihre inneren Prozesse und eine grundsätzliche Veränderung tritt ein. Die Interaktionen mit der *Zeugenfigur* und den *Stimmen* finden zwar auf der Ebene des *Hier-und-jetzt* im Therapieraum statt, zunehmend dängen sich aber Assoziationen auf, indem die Klientin auf Ähnlichkeiten zwischen dem gegenwärtig Erlebten und plötzlich auftretenden Erinnerungen aus dem *Dort-und-damals* der Vergangenheit aufmerksam wird.

Die Historische Szene

Vielleicht beginnt die Klientin plötzlich sehr lebhaft von ihrem Vater zu erzählen und berichtet von einer als ähnlich unangenehm erlebten Episode, welche sie mit ihm erlebt hat. Wir gehen davon aus, dass sie jetzt nicht nur den Raum mit ihren Augen wahrnimmt, sondern gleichzeitig den Vater im Geiste vor sich sieht. Und nach DAMASIO bringt jedes Bewusstsein auch ein Gefühl hervor. Hier werden ihr nun ihre Erinnerungen an den Vater bewusst und sie hat starke Gefühle. Diese Gefühle beziehen sich aber nicht auf das *Hier-und-jetzt* des Therapieraumes, sondern auf das *Dort-und-damals* der Vergangenheit.

Der Therapeut kann dies wahrnehmen und etwa sagen: „Da du an den Vater denkst und so stark auf diese Vorstellung reagierst, wäre dies vielleicht der richtige Moment, jemanden aus der Gruppe zu bitten, die Rolle dieses Teils deines Vaters zu übernehmen, damit er auf der virtuellen Bühne des *Dort-und-damals* der Vergangenheit dargestellt werden kann“. Somit haben wir beide *Bühnen* zur gleichen Zeit im Spiel. Natürlich ist die Klientin immer noch im Raum mit dem Therapeuten, der *Zeugenfigur*, den *Stimmen* und mit dem Rest der Gruppe im *Hier-und-jetzt* anwesend, aber ein Teil ihrer Psyche ist beschäftigt mit dem *Dort-und-damals* der Vergangenheit, und dies kann im Rollenspiel externalisiert, illustriert und dargestellt werden.

Albert PESSO

(Übersetzt von Barbara Fischer-Bartelmann und Catherine und Marc Waither)

Fortsetzung folgt im nächsten P E S S O BULLETIN

MARTIN DORMANN

PBSP IN DER PAARTHERAPIE

ÜBER DIE SYSTEMISCHE KOMPETENZ DES KÖRPERS

□ In diesem Beitrag wird gezeigt, dass die von Albert und Diane Pesso entwickelten körperpsychotherapeutischen Methoden (Teile und Abwandlungen davon) sich nahtlos und systematisch in allen Phasen einer Paartherapie integrieren lassen. Sie werden auch komplexen Aufgaben gerecht und entfalten eine erstaunliche system-verändernde Wirkung.

□ Die brisante Wirkung von **PSYCHOMOTORISCHER SZENEN-ARBEIT IM SYSTEMISCHEN RAUM** liegt darin begründet, dass die nahe Beziehung Schauplatz unbewusst re-inszenierter individueller Leidensgeschichten und Lösungsversuche ist, die sich auf den seelischen Werdegang der Persönlichkeit als ganzer beziehen. Diese unbewussten Inszenierungen können dank der Erinnerungsfähigkeit und Interaktionskundigkeit des Körpers nach Pesso identifiziert und bearbeitet werden. In den so genannten *Wahren Szenen* nehmen sie äusserlich Gestalt an. *Wahre Szene* und *Idealpartner-Szene* beider Partner zusammen ergeben eine komplette Veranschaulichung des massgebenden beziehungs-dynamischen (zirkulären) Prozesses, der die Beziehung emotional ausmacht und aufrechterhält.

□ Durch die Psychomotorische Inszenierung wird der für PBSP¹ charakteristische Bewusstwerdungsprozess mitten in die lebendige Beziehung hineingetragen und dient dort der Klärung, Entflechtung und Entwicklung der Beziehung und auch der therapeutischen Triade. Dasselbe szenische Vorgehen verschafft andererseits dem einzelnen Protagonisten² im therapeutischen System den nötigen Raum, um das in die erwachsene Beziehung hineingetragene individuelle Entwicklungs-Anliegen an der Wurzel zu erkennen und einer wirklichen Lösung zuzuführen.

Knowing me knowing you -
That's the best I can do
Abba

SICH SELBST SEIN KÖNNEN IN DER INTIMEN BEZIEHUNG

Der Mensch sein zu dürfen, der man ist, und dafür geliebt zu werden, ist der Inbegriff von Glückseligkeit. Der Anspruch, sich selbst zu bleiben in der Beziehung, bildet ein gesundes Fundament für die erwachsene Beziehung (vgl. Phase III). Sich noch nicht so recht zu kennen und durch eine ideal erscheinende Paarbeziehung sich selbst werden zu sollen, ist ein Unterfangen, das mehr Probleme schafft als löst. In der Verliebtheit fühlt man sich wie neugeboren, und zwar voller in seinem *Wahren Wesen*. Die Möglichkeit, in der nahen Beziehung viele emotionale Bedürfnisse befriedigen zu können, verleitet viele Menschen dazu, die Partnerbeziehung unbewusst als ein seelisches Zuhause zu nehmen, das lebensgeschichtlich verhinderte eigene Seinsmöglichkeiten auf die Welt bringt.

Die Partner-Beziehung ist mit dieser Aufgabe jedoch heillos überfordert. Ihr Scheitern haut in eine vorgegebene Kerbe: man fühlt sich zurückversetzt in die seelisch verwundende geschichtliche Situation, in der die elterliche Liebe an dem Punkt aufhörte, an dem man mit dem betreffenden *Grund-Bedürfnis* hereinkam und - um sich selbst bleiben zu können - darauf angewiesen war, dass es richtig beantwortet wird.

UNGLÜCKLICHSEIN IN DER BEZIEHUNG

Wenn die Enttäuschung über die zu Ende gegangene Verliebtheit diese Tiefen erreicht, klinkt sich das Drama der geschichtlich misslungenen Selbstwerdung in die erwachsene Beziehung ein und bestimmt dort das Verhalten und das Gefühlsleben der Person stark. Der

(Fortsetzung Seite 6)

¹ *Pesso Boyden System Psychomotor Therapie* oder *Pesso-Psychotherapie*

² Bitte lesen Sie immer dazu die weibliche Form ‚Therapeutin‘, ‚Protagonistin‘, etc.

(Fortsetzung von Seite 5)

von der Liebe und vom Leben ausgeschlossene Teil des Selbst schafft eine Einsamkeit in der nahen Beziehung, die deren Wesen zuwiderläuft. Um die Liebe sicherzustellen, greift man auf die Kindheitsrollen (*old map*) zurück, welche den Verlust des Selbst perpetuieren und das Dasein erneut auf einem *falschen Selbst* begründen³. Ein diffuser Groll zieht sich durch die Beziehung, weil man den Partner nie richtig aus der Rolle des Vermittlers eines glücklichen Daseins entlassen hat. Das ungelöste Kindheitsdilemma kristallisiert sich in einem jeweils spezifischen Bereich des funktionalen oder des intimeren Zusammenseins mit dem Partner⁴.

Die Hilfe suchende Paarbeziehung trägt die **Hoffnungen und Befürchtungen aus dem gescheiterten Selbstfindungsversuch von zwei Menschen** in sich - aktuell geschürt durch belastende oder entlastende neue Momente in der familiären Entwicklung, und verschärft durch eine Beziehungsdynamik, in der die Intimpartner einander gegenseitig gerade im Kern ihres Selbstseins bedrohen.

INSZENIERENDE PSYCHOTHERAPIE

Hier kann PBSP als inszenierende Körperpsychotherapie und Trauma-Therapie der System-Erkundung, -Entflechtung und -Weiterentwicklung grosse Dienste leisten: Sie hat die Instrumente, um die in der Beziehung stattfindende Regression zu nutzen, den missglückten Selbstheilungs-Versuch aus der Beziehung herauszulösen und doch noch zum Gelingen zu bringen, sodass die erwachsene Beziehung von dieser Aufgabe befreit wird.

Die hier beschriebene Form von Pessu-Paartherapie⁵ erstreckt sich über alle **5 Phasen** einer gewöhnlichen Paartherapie. In Anlehnung an Carol GAMMER⁶ unterscheide ich

I ERRICHTUNG DES THERAPEUTISCHEN SYSTEMS

Durch Psychomotorische Inszenierungen lässt sich die unbewusste Regie des Unglücklichseins in Erfahrung bringen und die Richtung der echten Zukunftsperspektive definieren.

II PHASE DER SYMPTOMAUFÖSUNG

Psychomotorische Inszenierungen erlauben das Verlassen bisher eingenommener emotionaler Rollen und die Entwicklung eines neuen Selbstverständnisses. Den Symptomen wird dadurch der interaktionelle Boden entzogen.

III REORGANISATION DER FAMILIENSUBSYSTEME

Neubegründung der Paarbeziehung auf den wirklichen Persönlichkeiten

IV MANN UND FRAU IN EINER INTIMEN VERTRAUENSBEZIEHUNG

Zum *Wahren Selbst* zurückfinden am Ursprung

V INTEGRATION

Begegnung zweier „neuer“ Menschen

³ Die besonders entwickelten Stärken des einen Partners können bei der Partnerwahl eine Rolle spielen, indem sie dem andern Partner Sicherheit gegen das Eingeholtwerden durch negative Kindheitsschicksale versprechen. Ein Nachlassen in diesen Stärken bedroht den zweiten Partner, und beide fühlen sich wechselseitig zur Rückkehr in die Kindheitsrolle gezwungen.

⁴ Auch an die Familiengründung knüpft sich der mehr oder weniger eingestandene Wunsch, „Familie noch einmal ganz anders erleben zu können“ als zu Zeiten, in denen die Herkunftsfamilie einem nicht gab, was man zur Entfaltung gebraucht hätte. Die Ausübung der Elternrolle schliesslich thematisiert dauernd, wie Mutter und Vater durch verschiedene Altersstufen hindurch das seelische Gelingen eines Kindes ermöglichen. Defizite in der eigenen Kindheitserfahrung machen sich erneut bemerkbar.

⁵ DORMANN M.L. (1999) *Mouvement in Couple Therapy*. In: HOPE M.K. (Hsg.) *Proceedings of the 4th International Conference on PBSP Psychotherapy*. Oslo 87-116

Ein Modell mit vollständigen Pessu-Strukturen innerhalb der Paartherapie wurde von Augustus Y. NAPIER (1988) in *The Fragile Bond*, deutsch (1990) *Ich dachte meine Ehe sei gut*. Kreuz Verlag, entwickelt. Sie erfordert ein Therapeuten-Paar.

⁶ GAMMER C. (1983) Phasische Familientherapie. In: SCHNEIDER Kristine (Hsg.) *Familientherapie in der Sicht psychotherapeutischer Schulen*

⁷ Sie geben auch Verhaltensprogrammen und Hausaufgaben einen tieferen, persönlich motivierten Sinn.

⁸ BALINT M., ORNSTEIN H., BALINT E. (1973) *Fokalthherapie*. Suhrkamp

⁹ Vgl. die 4 Phasen im Aufbau einer *Struktur* nach CRANDELL J.S., RACHELSON J. (1996) *The Anatomy of a Structure*. In: CLARKE C.T. and MOTT R. *Proceedings of the 2nd Int. Conference on PBSP*. Atlanta 115-124

¹⁰ Im *therapeutischen System*, in dem sich die Paartherapie abspielt, bewahrt sich der Therapeut dem Paar gegenüber einen *Aussen-Standpunkt*, von dem aus er die Paarbeziehung überblickt (was vom Partner-Standort aus nicht möglich ist) und die Therapie leitet. Er baut zu jedem Mitglied einfühlsame Nähe auf (*Allparteilichkeit*), lässt sich aber in bestehende *Kommunikationsmuster* nicht hineinziehen, sondern versucht, die *Regeln kongruenter, direkter Kommunikation* zu etablieren. Die Art der Verstöße gegen diese Regeln geben dem Therapeuten Aufschluss über den *Aufbau des Systems* und Anlass zu weiteren Interventionen. *Psychomotorische Inszenierungen* arbeiten den im System etablierten unbewussten Inszenierungen konfrontativ aufdeckend und (in Phase II) eliminierend entgegen. Ihre destabilisierende Wirkung würde starken System-Widerstand hervorrufen, wenn nicht in einer kontinuierlichen Allianz mit den beiden *Piloten* im Innern des Systems vorgegangen würde.

Die Psychomotorischen Schritte sind im Rahmen der systemischen Arbeit als Stufen wachsenden Selbst-Bewusstseins zu erkennen. Einmal durchlebte Psychomotorische Szenen bleiben im Alltagsleben mit dem Partner wie auch in nachfolgenden Therapie-Sitzungen auffallend präsent. Sie entfalten eine nachhaltige bewusstseins-fördernde Wirkung und scheinen **das emotionale Rückgrat der systemischen Veränderung** zu bilden⁷.

Während der ersten drei Phasen, die in vielen Fällen ein in sich geschlossenes Ganzes bilden, könnte man das Psychomotorische Vorgehen auch als *fokaltherapeutisch*⁸ bezeichnen, denn es konzentriert sich auf die Bewusstwerdung und Integration jenes Selbst-Anteils, der sich in der aktuellen Beziehungsgeschichte als schmerzhaft vermisst anmeldet. Dementsprechend bewegt sich die Psychomotorische Arbeit mit dem Paar, gemessen an der individuellen Struktur-Arbeit in einer PESSO-Gruppe, am häufigsten im Bereich der *True scene*, mit kleinen Ausflügen in die *Historische Szene* und in die *heilende Antidote Szene*. Die *True scene* lässt die verwundeten Bereiche der Kindheitsgeschichte und die Erfahrung von neuen *Eltern-Figuren* nur aufscheinen. Dieser „Durchblick“ ist allerdings für die Beziehungsklärung von ausschlaggebender Bedeutung⁹.

EIN STÜCK AUF ZWEI BÜHNEN

Weitere Modifikationen ergeben sich aus den im System zu beachtenden Gleichgewichtsgesetzen¹⁰ und aus der Tatsache, dass im Prinzip immer zwei *Psychomotorische Bühnen* gleichzeitig im Raum bestehen, auf denen sich das Beziehungserleben von zwei Menschen simultan reflektiert. Im Paar-Setting sind die emotionalen Szenen des einzelnen als Bestandteil des beziehungs-schaffenden zirkulären Gesamtprozesses zu sehen, und der Systemtherapeut leitet die Entfaltung der Szenen im Raum so, dass sie diesen Prozess aufdecken und erfahrbar machen¹¹.

Trotz dieser scheinbar äusseren Veranlassung findet eine Psychomotorische Inszenierung aber nie ohne Beteiligung des *Piloten* (des Erfahrungen auswertenden und Lösungswege verfolgenden Teils des Ichs) statt. Die beiden *Piloten* erweisen sich als motivierte Mitarbeiter bei der Weiterentwicklung, sowohl der Persönlichkeit, wie auch der Beziehung.

Einschränkungen erfährt die Anwendung von PBSP in der Paarsitzung, ähnlich wie in der Einzelsitzung, durch das Fehlen von lebendigen Rollenspielern. Die Vergegenwärtigung von negativen Ausschnitten aus der Partner-Beziehung durch Objekte¹² bietet zwar keine Schwierigkeiten. Die *Figur des Negativpartners* kann nur zu gut - weil in der Realbeziehung sehr präsent - aus der anwesenden Partner-Beziehung entnommen werden. Auch die Ausgestaltung der *Idealpartner-Szene* wird durch die Anwesenheit des realen Partners indirekt unterstützt. Stimme, Gestik, Bewegung und Berührung können zum Teil vom Therapeuten ausgeliehen werden. Erfahrungen mit *Idealfiguren*, die *am Ursprung* da gewesen wären, sind schwieriger, zum Teil gar nicht, zu bewerkstelligen. Für die Klärung der Partner-Beziehung ist aber schon die äussere Dokumentation einer Erfahrungsmöglichkeit, die dem Protagonisten noch bevorsteht und schon immer zugestanden hätte, wichtig. Wenn die dazugehörigen Gefühle der Sehnsucht an die richtige Adresse gelangen können, folgt die weitere Lösungssuche dorthin nach.

Zur Phase IV nehme ich einige entsprechend motivierte Paare in einer **PESSO-Gruppe** zusammen. Dank der schon vorhandenen Sensibilisierung und Vertrauensbasis ist der Weg zu einer intensiven Auseinandersetzung mit den eigenen Ursprüngen dann sehr kurz. Phase V gestaltet sich oft als Followup-Sitzung nach einem Unterbruch oder als Therapieabschluss gleich nach Phase III.

(Continued on page 8)

¹¹ *Psychomotorische Szenen* lassen sich allerdings nur gestalten, wenn man sich im *Zentrum der Wahrheit* befindet, d.h. in Fühlung mit der emotionalen Bewegtheit des Körpers und mit der *possibility sphere* (willkommen heissenden Haltung des Therapeuten gegenüber den vom Leben ausgeklammerten Teilen des *Wahren Selbst*), welche die Hoffnung auf Lösung des Kindheitsdilemmas wach hält. Daran muss man denken, wenn man PBSP-Methoden im systemischen Bereich *assistierend* einsetzt.

¹² Geeignet sind formbare aber taillierte Sitzsäcke, denn sie haben ein Vorne und ein Hinten, können also eine Figur spielen, die zu- oder abgewandt ist, in einem bestimmten Winkel zur Seite steht, überwältigend nahe ist oder davonläuft. In der Rolle von *Negativen Figuren* können sie fast besser *akkomodieren* (von der Ablehnung durch den Protagonisten getroffen spielen), z.B. vom Sockel stürzen oder in hohem Bogen hinausfliegen, als lebendige Rollenspieler. (Das assistierende Mitwirken des Therapeuten bei der Entmachtung der *Negativfiguren* impliziert oft eine *Idealfigur*, deren Identität geklärt werden muss.) Die Säcke können auch gut die Anwesenheit einer *Idealen Figur* markieren, die dann allerdings erst durch die Assistenz des Therapeuten lebendig erfahrbar wird. Ich habe immer eine Auswahl von ihnen leer herumstehen, damit latent vorhandene Bedeutungen auch spontan auf sie überspringen, unsichtbar im System anwesende Figuren leicht sichtbare Gestalt annehmen können. Auch Decken, Kissen und andere Gegenstände liegen herum und werden häufig zu spontanen Selbst-Objekt-Kontakten herangezogen. Psychologische Bedeutung können auch räumliche Abgrenzungen wie eine vorspringende Nische, der Teppich in der Mitte oder die Tür zum Vorraum erhalten. Der Therapieraum muss genügend gross sein, um mehrere Szenen gleichzeitig zu fassen.

(Fortsetzung von Seite 7)

Bei der nun folgenden, auswahlweisen Methodenbeschreibung geht es mir darum, einige **MERKMALE DER PSYCHOMOTORISCHEN INSZENIERUNGSWEISE** hervorzuheben, durch die sich PBSP wesentlich von andern Formen szenischer Darstellung in der Systemtherapie (z.B. Familien-Skulpturen) unterscheidet. In der PESSO-Arbeit wird der Körper mit seinen mimischen und gestischen Ausdrucks-Möglichkeiten nicht nur zur Charakterisierung der Beziehungen im System eingesetzt. Er ist auch nicht nur Ort und Mittel vertiefter Gefühlswahrnehmung und Selbstwahrnehmung (ein wichtiger Beitrag, in den sich die PESSO-Psychotherapie mit andern Körpertherapie-Methoden teilt). Die Psychomotorische Inszenierung findet auf einer besonderen Bühne statt, auf welcher der Körper mit der ihm eigenen anschaulichen **Symbolisierungsfähigkeit** ein gewichtiges Wort mitzureden hat:

PSYCHOMOTORISCHE INSZENIERUNGEN

- (1) entschlüsseln den Vorgang der Beziehungswahrnehmung noch während seines Stattfindens
- (2) machen dem Protagonisten den Anteil an leidvoller Selbst-Inszenierung bewusst, sowie die Lösungsmöglichkeiten, nach denen diese ruft
- (3) führen den beiden Partnern die emotional steuernden Momente ihrer Beziehung vor Augen und zeigen ihnen, wie sie die Regie zurückgewinnen können
- (4) führen über das Ausleben von Affekten zur Integration der unterdrückten Selbst-Anteile und damit zu einer Neuausrichtung in der Beziehung

(1) PSYCHOMOTORISCHE INSZENIERUNGEN REKONSTRUIEREN DIE BEZIEHUNGS-WAHRNEHMUNG

Der Körper ist in hohem Masse an der Erinnerungsarbeit beteiligt, die in den Aufbau der Gegenwartswahrnehmung ständig einfließt¹³. Albert und Diane PESSO haben durch die Entwicklung von Methoden wie *Microtracking* möglich gemacht, ihm bei dieser Erinnerungsarbeit sozusagen zuzuschauen: Die in die aktuelle Wahrnehmung eingewebte Vergangenheit lässt sich durch szenische Körperarbeit bewusst machen und bis zu jenen Grunderfahrungen (oder fehlenden Grunderfahrungen) zurückverfolgen, die am Entstehungsort der Persönlichkeit die Lebensweise (oder eben das Missglücken des vollen Daseins) begründet haben.

Die Rekonstruktion dieser körperlich gegenwärtigen Szenen, eben ihre Inszenierung als äussere, *Psychomotorische Szenen*, macht sie dem Protagonisten als **Bausteine seiner eigenen Wahrnehmung** bewusst. Der Körper vermag in weiteren Inszenierungen den Protagonisten auch in *Interaktionen* hineinzuführen, die für die offen gebliebenen Seins-Erwartungen (unterdrückten Wesens-Anteile) heilsam und daseins-begründend sind¹⁴.

DIE PARTNER-WAHRNEHMUNG DURCH DIE BERÜHMTE BRILLE

Die Beziehungs-Wahrnehmung ist ebenso geprägt von einem Raster aus vergangener Erfahrung wie andere Gegenwartswahrnehmung. Und weil es beim Paar ein zirkuläres (simultanes, gegenseitiges) Reagieren aufeinander und ein miteinander erworbenes Verhalten zueinander gibt, haben die Wiederholungen des Dort-und-damals viel Gelegenheit gehabt, sich in der realen Beziehung als feste Muster einzulagern. Hilfe sucht das Paar im Grunde dann, wenn für einen oder beide Partner die Wiederholung einer schmerzhaften Grundverfassung im Beziehungsleben auf unerträgliche Weise wieder wahr zu werden droht. Im symptomatischen Beziehungs-Zustand finden wir beide Partner mehr in ihrer *emotional wahren Szene* lebend als im Kontakt mit dem Realpartner.

(Fortsetzung auf Seite 13)

¹³ Der Anteil der Erinnerungsarbeit an der Gegenwarts-Wahrnehmung beträgt hirnpfysiologisch gesehen mehr als 95%, und die unbewusste Wahrnehmung der Empfindungen im eigenen Körper gegenüber dem im Hier-und-jetzt Wahrzunehmenden spielt dabei die massgebende Rolle.

¹⁴ Diese zweite Art der körperlichen Erinnerung (die sich auf der *symbolischen Bühne einer hypothetischen Vergangenheit* abspielt) entstammt nicht dem *biografischen*, sondern dem so genannten *genetischen Gedächtnis* der Person. PESSO sieht den Körper beseelt vom Drang, und in seiner emotionalen Bewegtheit eigentlich ständig damit beschäftigt, Interaktion zuwege zu bringen, welche (auch noch nachträglich) die passende Antwort auf Entfaltungsbedürfnisse wäre.

¹⁵ Virginia SATIR beobachtete bestimmte Körperhaltungen im Zusammenhang mit *inkongruenten Kommunikationsstilen* (*anklagend, nachgiebig, schulmeisterlich oder ausweichend*), bei denen die Emotionen im Dienst einer subtilen Kontrolle über den Partner stehen. Sie erkannte, dass diese Körperhaltungen mit Einbrüchen im Selbstwertgefühl zusammenhängen. SATIR V. (1972) *Peoplemaking*. Palo Alto. (deutsch) *Selbstwert und Kommunikation*. Piper

¹⁶ Vgl. A. PESSO Erinnerung und Bewusstsein (übers.) S. 3-4 in diesem Bulletin

(Fortsetzung von Seite 8)

Wir treffen mit der Psychomotorischen Inszenierung beim Paar auf die merkwürdige Situation, dass die *Wahren Szenen* lebendig vorinszeniert zutage liegen, der beklagte Zustand aber gleichzeitig zur Homeostase im System gebraucht und ständig erneuert wird. Unser Vorgehen gleicht an dieser Stelle einer paradoxen Intervention: **Wir entschlüsseln eine unbewusste Inszenierung mit einer bewussten.** Meistens wird der Pessso-Paartherapeut zunächst eine auf die Paar-Situation angepasste Form des *Microtracking* einsetzen, um die *Wahren Szenen* gewissermaßen aus ihrem fest in die Wirklichkeit eingegossenen Zustand zu lockern.

ZIRKULÄRES MICROTRACKING

Microtracking mit dem Paar zeichnet die vom Körper frei inszenierten, vom Paar selbst kaum beachteten, Gefühlsbewegungen nach, und nicht etwa die in der dramatischen äusseren Inszenierung zur Schau getragenen Gefühle¹⁵. Der Pessso-Therapeut nutzt die ihm vom Paar zugetragene Schiedsrichter-Rolle, um die beiden *Zeugenfiguren*¹⁶ einzuführen. Die Figur des *Zeugen* nach Pessso beachtet nicht die erzählten Gefühle, sondern jene, die sich von Moment zu Moment *kongruent* zum aktuell in der Triade Erlebten im Körper bemerkbar machen. Die „Kommentare“ des Körpers enthüllen eben das Vorhandensein einer emotionalen Szene auf der inneren Bühne.

Das *Microtracking* mit dem Paar bleibt nicht beim einzelnen Partner, sondern **bewegt sich auf der Körperebene entlang der zirkulären Paardynamik**, wechselt also von einem Piloten zum andern, je nachdem wie dessen Körper die Zuschaltung (das „Einschnappen“) seiner *Wahren Szene* signalisiert. Der Pessso-Therapeut wartet gar nicht erst ab, bis der zuhörende Partner sagt „darf ich jetzt auch einmal etwas sagen?!“ und dann im alten Muster zum Gegenschlag ausholt. Er (oder die *Zeugenfigur*) spricht ihn bei den aktuellen körper-kongruenten Gefühlen im *Hier-und-jetzt* an.

Zu den körperlichen Kommentaren kommen bestimmte kognitive hinzu, Sätze, nach denen der Protagonist sein Leben führt. In einer verbalen Inszenierung von *Stimmen* sagen sie ihm, als was er sich in der Beziehung zu verstehen hat, und was er dort zu tun oder zu lassen hat.

Die anwaltschaftlich auftretenden positiven *Stimmen* bringen die mit Füßen getretenen Grundrechte der Person zu Gehör. Der *Pilot* beginnt, Verletzungsmuster, betroffene Bereiche eigener Entfaltung und zugehörige Interaktionen zu erkennen und Zusammenhänge mit Erfahrungen in der Vergangenheit herzustellen.

Microtracking **holt das verlorene Selbst** dort **ab**, wo es sich - in der Beziehung zum Partner negativ reinszeniert - befindet. Mit dem Wahrgenommenwerden in der emotionalen Wahrheit beginnt ein erstes Loslassen der Opferrolle in der Beziehung zum Partner und ein erstes Herantasten an *Figuren*, die in Richtung einer Lösung des Kindheitsdilemmas weisen: *positive Fragment-Figuren*, z.B. in Gestalt eines schützenden *Idealen Therapeuten*, der zum *Negativen Aspekt des Partners* sagen soll „Hör auf mit Deinen geringschätzigen Bemerkungen!“

DIE SYSTEMISCHE WIRKUNG VON MICROTRACKING

lässt sich wie folgt zusammenfassen: *Microtracking*

- etabliert den Kontakt zu den körper-kongruenten Gefühlen
- bricht die angst-geprägt eingeschränkte Kommunikation auf, in der das Paar gefangen ist
- zerlegt den unlösbaren Konflikt des Paares in 2 lösbare emotionale Probleme + einen Entwicklungsschritt, der im System ansteht
- macht schrittweise die Wiederholung eines alten Lebensthemas bewusst, welches das eigene Verhalten in der Beziehung zum Partner bestimmt.
- lässt bewusst Ängste und Erwartungen bezüglich der *therapeutischen Triade* zu, um sie in ihren tieferen Ursprüngen zu orten, diagnostisch zu bewerten und um mögliche therapeutische Vorgehensweisen zu skizzieren.

(2) DAS WIEDERGEFUNDENE SELBST

Die *Inszenierung der Wahren Szene* zeichnet den Verlust des Selbst nach, wie er sich in der Partner-Beziehung wiederholt hat und emotionale Wirklichkeit geworden ist. Der betreffende Ausschnitt in der Beziehung kann vom Körper genau identifiziert und als Interaktion zwischen dem Protagonisten und einem Rollenspieler oder einem Symbol in Szene gesetzt werden. Der *Negative Aspekt des Partners* erscheint dadurch wie eine eigene Person im gleichen Raum mit dem realen Partner.

Bild 2 gibt einen Eindruck davon, wie eng das Verhalten in der realen Beziehung mit den **unsichtbaren Beziehungs-Partnern** verknüpft ist, die durch die Inszenierung enthüllt werden.

Die Inszenierung der *Wahren Szene* ist eine **Grundintervention**, die in verschiedenen Akzentuierungen je nach Phase Licht und Bewegung in verschiedene Bereiche des Beziehungs-Geschehens hineinbringt.

(Fortsetzung Seite 14)

BARBARA FISCHER- BARTELMANN

IMAGO-THERAPIE UND PBSP

UNBEWUßTE DYNAMIK DER PARTNERWAHL

Ein interessanter Ansatzpunkt für einen Brückenschlag zwischen Pessotherapie und Paartherapie ist die Imago Relationship Therapy von Harville HENDRIX. Im Zentrum seines Ansatzes steht das Verständnis von Paarbeziehungen als Ressource für emotionale Heilung und spirituelle Entwicklung. Das von ihm gegründete „Institute for Relationship Therapy“ bietet zusammen mit vielen hundert Paartherapeut/ innen Workshops für Singles und Paare an, die in den gesamten USA verbreitet stattfinden.

GEMEINSAMKEITEN IN DEN GRUNDANNAHMEN

Harville HENDRIX geht wie Albert PESSO von der Grundannahme aus, dass sich bei der Steuerung unseres Verhaltens wahrgenommene Gegenwart und erinnerte Vergangenheit miteinander mischen. „Unmet needs don't go away“¹, einer der Kernsätze von PBSP, entspricht eng HENDRIX' Grundannahme, dass bei der Partnerwahl der unbewusste Versuch bestimmend ist, Kindheitswunden zu heilen. In einem Versuch der ersatzweisen Befriedigung von Grundbedürfnissen, wie PESSO es nennen würde, wird eine ganz bestimmte Konstellation von Eigenschaften (definiert in dem inneren Urbild der so genannten „Imago“) im Partner gesucht und sorgt dafür, dass man sich in einen bestimmten Menschen (-Typ) verliebt.

PARTNERWAHL ALS WURZEL DER PAARDYNAMIK: DIE „IMAGO“

Mit diesem Partnerprofil erklärt HENDRIX sowohl das spezielle Anzogen sein in der Verliebtheitsphase als auch die besondere Gereiztheit und Verwundbarkeit in konflikthaften Zeiten der Beziehung: Oft sind es ja dieselben Eigenarten des Partners, die zunächst als besonders interessant und bereichernd, dann aber als störend und belastend wahrgenommen werden. Warum dies so ist, wird in der Imago-Therapie sehr plausibel gemacht und soll unten detaillierter dargestellt werden.

Können in der Therapie die entsprechenden Erwartungen beider Partner bewusst gemacht und in ihrer spezifischen Verschränkung miteinander deutlich werden,

ergibt sich ein sehr vollständiges und tiefes Bild der Beziehungsdynamik, das sowohl vom systemischen Blickpunkt der Homöostase als auch vom analytischen Konzept der Kollusion her verstehbar ist. Es bildet eine hervorragende Grundlage, um Veränderungsschritte

BESTANDTEILE DER IMAGO

- Positive Eigenschaften der primären Bezugspersonen
- Negative Eigenschaften der primären Bezugspersonen
- „Verlorenes Selbst“ (durch Sozialisation unterdrückt)
- Verleugnetes Selbst (negative Anteile des „falschen Selbst“)

in ihrer jeweiligen subjektiven Bedeutsamkeit als auch in ihrer gegenseitigen Bedingtheit zu verstehen. So wie in der Passung der beiden Imagos die Wurzel von Verliebtheit wie Krise steckt, so ist darin auch der Schlüssel zu einer tieferen, reiferen Liebe und aufeinander bezogenen Persönlichkeitsentwicklung zu finden.

IMAGO UND BEZIEHUNGSERFAHRUNGEN MIT DEN ELTERN

Was sind denn nun die bestimmenden Bestandteile der „Imago“, so wie HENDRIX sie vorstellt? Ihre Wurzeln hat sie in den Kindheitserfahrungen mit unseren engs-

¹ „Unbefriedigte Bedürfnisse verschwinden nicht“

ten Bezugspersonen (i.d.R. Eltern). Wir verlieben uns in jemand, der vor allem viele für uns essentielle positive wie negative Eigenschaften mit diesen Bezugspersonen gemeinsam hat. Treffen wir auf einen solchen Partner, so werden die alten Gefühle von Zuneigung und Abhängigkeit, vor allem aber auch die alten Sehnsüchte und unerfüllten Bedürfnisse wieder aktiviert – zunächst in der Hoffnung, diesmal zu einer befriedigenden Lösung dieser unerledigten Themen zu gelangen, daher das Gefühl der Vertrautheit und Verliebtheit. Solange die Idealisierung anhält und auch nicht allzu oft enttäuscht wird, da noch beide bestrebt sind,

„Partnerschaftsvertrag“ trägt zunächst zur Attraktivität des Partners und zu unserem Gefühl des Angezogen-seins bei, hat aber ebenso wie die oben dargestellten Übertragungsphänomene das Potential in sich, ins Gegenteil umzuschlagen: Wären die dem Partner delegierten Eigenschaften in unserer inneren Dynamik nicht als negativ, unerlaubt, gefährlich beurteilt, so hätten wir keinen Grund, sie nicht in uns selbst zu integrieren. Die negativen Über-Ich-haften Urteile, die ursprünglich intrapsychisch zur Unterdrückung dieser Selbstanteile führten, können in der Paarbeziehung nun interpsychisch zu gegenseitigen Verurteilungen

PARTNERASPEKTE UND HISTORISCHE SZENE

- Positive Aspekte der Elternfiguren
- Negative Aspekte der Elternfiguren
- Traumpartner
- Positive Partialfiguren
- Ideale Elternfiguren

UNINTEGRIERTE ANTEILE IN DER WAHREN SZENE

- Kritische Stimmen
- Verbiefende Stimmen
- Warnende Stimmen
- Stimmen der negativen Vorhersage
- Stimmen der Abspaltung

den Partner für sich zu gewinnen und ihm zu gefallen, scheint sich diese Erwartung auch zu erfüllen: Endlich gelingt es uns, von jemand, der den Eltern gleicht, doch noch das zu erhalten, was wir von ihnen erhofften aber nicht bekamen. Je mehr aber das anfängliche Bemühen nachlässt und dahinter der Wunsch Raum greift, ohne Anpassungsbemühungen so angenommen zu sein, wie man wirklich ist, desto mehr Enttäuschungen geschehen. Diese erneuten Frustrationen der kindlichen unerfüllten Bedürfnisse sind aber besonders schwer zu ertragen, weil sie genau in die Wunde der alten Verletzungen treffen und auf diese Weise auch die dazugehörigen starken negativen Gefühle und die alten kindlichen Bewältigungsweisen dieser Emotionen wieder wachrufen. Hierin liegt der Grund, dass gerade diejenige Person, in die wir uns verliebt hatten, auch in der Lage ist bzw. es gar nicht vermeiden kann, uns besonders tief zu treffen und zu besonders irrationalen Verhaltensweisen zu provozieren.

und Schuldzuweisungen werden im Bestreben, die „unerlaubten“ Anteile nun im Partner zu unterdrücken. Zusätzlich richten sich diese Vorwürfe noch auf einen weiteren Teil, der zur Imago gehört: auf die verleugneten negativen Anteile des falschen Selbst, also die Schattenseiten der von uns angenommenen Persona (häufig den verletzenden Anteilen der Eltern ähnlich). Auch diese spielen bei der Partnerwahl eine Rolle und werden im Partner ausgewählt, auf ihn projiziert oder in ihm provoziert.

IMAGO UND UNINTEGRIERTE PERSÖNLICHKEITSANTEILE

Eine besondere Rolle spielen als Bestandteil der Imago zusätzlich diejenigen Seiten unserer Persönlichkeit, die wir im Laufe unserer Sozialisation unterdrückt und durch die Maske eines „falschen Selbst“ ersetzt haben. Diese unterdrückten Anteile, das ungelebte, „verlorene Selbst“ wird als Ergänzung des unbewusst empfundenen Mangels oder Vakuums im Partner gesucht, auf ihn projiziert oder delegiert: Er soll oder darf das leben, was wir selbst nicht verwirklicht haben, und in der Identifikation damit finden wir indirekt einen Weg, diese Anteile unserer selbst nun doch noch lebendig werden zu lassen, wenn auch in Stellvertretung durch den Partner. Auch dieser unbewusste

THERAPEUTISCHE STRATEGIE DER IMAGO-THERAPIE

Es lohnt sich, HENDRIX' Methode der Paartherapie nachzulesen – er arbeitet mit Imaginationsübungen und Selbstreflexionsblättern zur Bewusstmachung der jeweiligen Imagos und mit hierarchisierten Verhaltensänderungen bzw. Paarverträgen zur Veränderung der tatsächlichen Interaktionen. Die Besonderheit seines Ansatzes liegt darin, dass er auf der Basis der Imago eine heilende Beziehung herzustellen anstrebt, in der die Befriedigung kindlicher Bedürfnisse des Partners und die Integration abgespaltener eigener Persönlichkeitsanteile so ineinander verwoben wird, dass Geber wie Empfänger davon profitieren. Im gegenseitigen Einverständnis kann sowohl kontrollierte Regression als auch schrittweise Progression stattfinden, und sich gegenseitig motivieren und ermöglichen. Die Imago kann so verstanden und umgesetzt von der Konfliktquelle zur Ressource werden, da sie genau diejenigen Partner miteinander verbindet, wo diese Schritte in genau dieser Gegenseitigkeit und Verwobenheit möglich sind und tatsächlich eine Heilung der Kindheitswunden – sowohl der unerfüllten Bedürfnisse als auch der ungelebten Anteile – in der Paarbeziehung stattfinden kann.

(Fortsetzung Seite 18)

(Fortsetzung von Seite 17)

PBSP UND IMAGO-THERAPIE IM VERGLEICH

Die therapeutische Strategie der Pesso-Therapie ist eine andere. Zwar stimmen die Ziele überein, namentlich die Befriedigung von Entwicklungsbedürfnissen einerseits und die Integration von ungelebten Persönlichkeitsanteilen und die Realisierung des persönlichen Potentials andererseits. Aus der Sicht von PBSP würde aber als problematisch angesehen, dass in der Imago-Therapie die Partner sozusagen dazu ermutigt werden, füreinander die Rolle Idealer Eltern zu spielen, und dass die Befriedigung der Bedürfnisse auf realer und nicht auf symbolischer Ebene geschieht, also insbesondere nicht in der zugehörigen Altersstufe und nicht im Rahmen der passenden Verwandtschaftsbeziehung, wie dies in der Heilenden Szene einer Struktur geschieht. Diese Kritik wird in gewissem Ausmaß dadurch abgemildert, dass das Eingehen auf die entwicklungs-geschichtlich bedingten Wünsche des Partners im Bewusstsein dieser Motivation und im Verständnis für ihre subjektive Bedeutsamkeit geschieht und dass somit implizit eine Art symbolischer Ebene in die Paarbeziehung eingeführt wird. Die Methodik der Pesso-Psychotherapie tut dies jedoch klarer und direkter und ist insgesamt eher dazu geeignet, die Paarbeziehung von Übertragungen und Projektionen zu entlasten, anstatt sie als "Bühne" zu benutzen².

Dennoch werden viele der dargestellten Zusammenhänge einer Pesso-Therapeutin vertraut vorkommen. Sie bringen viele Einzelphänomene, denen wir in Strukturen begegnen, in einen systematischen Zusammenhang. Diagnose, Genese und Perspektive für Paarkonflikte werden von der Imago-Therapie in ein umfassendes Modell zusammengefasst auf der Basis einer theoretischen Grundorientierung, die mit der Pesso-Therapie gut integrierbar ist und einen Verständnisrahmen für die Bedeutung einzelner Strukturen für die Paardynamik bieten kann. Andererseits erlaubt uns die Strukturarbeit, einzelne Aspekte der Imago noch differenzierter sichtbar zu machen und zu benennen, was im letzten Teil dieses Artikels geschehen soll.

Barbara FISCHER-BARTELMANN

HENDRIX, Harville: *Getting The Love You Want: A Guide For Couples*. New York 1988

HENDRIX, Harville: *Keeping The Love You Find: A Guide For Singles*. New York 1992

Die Fortsetzung dieses Beitrages folgt in einer der nächsten Ausgaben des PESSO BULLETIN.



² Ein sehr ähnliches Ergebnis bringt ein Vergleich von psychoanalytischer Behandlungstechnik und der Arbeit mit Pesso-Strukturen: Viele der Phänomene sind ähnlich (Nutzung der Dynamik von Übertragung, Projektion etc., Bewusstmachung, Verfolgung der genetischen Wurzeln, heilende Beziehungserfahrung), jedoch wird in PBSP die therapeutische Beziehung von all diesen Phänomenen entlastet und die „Bühne“ der Struktur dafür eingeführt.

Nachwuchs jenseits des Schwarzwalds

Die meisten wissen es schon: Die Pesso-Familie hat ein neues Familienmitglied bekommen. Die beiden Erzeuger, Sybille von Bibra und André Denis, konnten das

Münchner Institut für Integrative Familientherapie als Leihmutter gewinnen, und obwohl nach

Szene

jedem Schwangerschaftsdrittel wieder ein Abgang befürchtet wurde, ist das Kind unter der fachkundigen Begleitung von Al Pesso und Lowijs Perquin nun doch ausgetragen worden und im Herbst 2001 entbunden worden. Seine Namen lauten: Gabriele Algrim, Gisela Bärnreuther-Blaschke, Egon Bernstein, Sybille von Bibra, Dieter Blaschke, Dr. Wolfgang Brinkmann, André Denis, Gabrielle Diebold-Safian, Thomas Elsen, Barbara Fischer-Bartelmann, Sieglinde Gabriel, Lili Herzog, Sighilde Kehren, Dr. Ulrich Kniep, Heidi Ramesh, Hubert Schnurr, Leonhard Schrenker und Irmgard Stihl. Bereits mit Graduierung abgeschlossen haben Barbara Fischer-Bartelmann und Ulrich Kniep.

Wie das bei Babys so ist, ist das Kind fast ausschließlich mit seiner Nahrungszufuhr beschäftigt. Das betraf zunächst einmal die geistige Nahrung. Da sich die englischsprachigen Lehrbücher für einige Teilnehmer als beinahe unverdaulich herausstellten, hat Barbara Al's Slides und Lowijs' Manual für die Übungen übersetzt. In der Hoffnung, dass dies auch den fachlichen Austausch durch eine möglichst einheitliche theoretische Sprache erleichtern wird, hat sich Lowijs die Mühe gemacht, die Übersetzung bis in jedes einzelne Wort durchzusehen und zu autorisieren. Die deutschen Slides und Manuale werden in den derzeit im deutschsprachigen Raum laufenden Ausbildungsgruppen verwendet und stehen selbstverständlich auch den TeilnehmerInnen früherer Trainings zur Verfügung (sich an B. Fischer Bartelmann wenden, in der Schweiz an M. Howald, Adressen siehe S. 2).

Das nächste Grundbedürfnis war es, einerseits Klienten für unsere Gruppen zu finden (während der Ausbildung ist es nur drei Teilnehmern gelungen, eine eigene Pesso-Gruppe zum Laufen zu bringen), und andererseits genügend Teilnehmer für neue Ausbildungskurse zu werben. Im Anschluss an die Ausbildung haben daher Leonhard, Barbara, Heidi, Gabriele, Gisela und Dieter eine kleine Arbeitsgruppe gebildet, deren Ziel zur Zeit vor allem die Öffentlichkeitsarbeit ist.

Im April hat Leonhard seine Kontakte zum Institut für Klinische Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität als Veranstalter und zu verschiedenen Werbeträgern (dem Landesverbänden des BVVP e.V. (Bundesverband der Vertragspsychotherapeuten) Bayern und der Vereinigung der Kassenpsychotherapeuten e.V.) für die Organisation eines Vortragsabends genutzt. Im Rahmen des Münchener Instituts für Traumatherapie referierte Lowijs Perquin über Pesso-Therapie und Trauma und stellte die Arbeit in einer Live Demonstration vor. Es kamen weit über zweihundert Interessierte, vor allem TherapeutInnen, und das Echo war durchaus sehr positiv. Vom 23.-27 Oktober 2002 konnte bereits das erste Training des neuen dreijährigen Münchner Ausbildungskurses in PBSP stattfinden. Die nächsten Trainingstage sind 30. Januar bis 2. Februar 2003 (Unter bestimmten Bedingungen kann man noch eintreten! Siehe Seite 8)

Leonhard ist außerdem zur Zeit dabei, unter der Adresse www.Pesso-Therapie.de eine Homepage aufzubauen. Wir möchten dort einerseits deutschsprachige Informationen zur Pesso-Therapie zur Verfügung stellen, vor allem auch einzelne Artikel zum Herunterladen, ähnlich der internationalen PBSP-Homepage. Andererseits soll die deutsche Homepage für Pesso-TherapeutInnen als Plattform dienen, auf der sie ihre Gruppen anbieten können. Alle InteressentInnen sind herzlich eingeladen, sich daran zu beteiligen (an L.Schrenker@t-online.de wenden). Ein Gaphiker ist dabei, ein Logo hierfür und für eventuelle Veröffentlichungen zu entwerfen.

Zukunftsmusik

Auch wenn wir unsere beschränkten zeitlichen und persönlichen Ressourcen im Moment auf diese unmittelbaren Bedürfnisse verwenden, gehen unsere Ideen noch ein Stück darüber hinaus: Um die Pesso-Methode in Fachkreisen bekannter zu machen, streben wir mittelfristig eine Veröffentlichung in einer psychotherapeutischen Fachzeitschrift und/oder in Psychologie Heute an. Nach dem großen Erfolg des Vortragsabends denken wir außerdem daran, diese Art Angebot mit AI oder Lowijs zu wiederholen bzw. zu einem etwas größeren Workshop oder Symposium mit verschiedenen Arbeitsgruppen auszubauen, so dass mehr TeilnehmerInnen eigene Erfahrungen beispielsweise mit einzelnen Übungen oder auch Strukturen machen können.

Die Homepage wäre zusätzlich ausbaubar zu einer Quelle für Pesso-TherapeutInnen mit herunterladbaren Arbeits- und Werbematerialien und einer Sammlung von im Bulletin bereits erschienenen Artikeln. Für interessierte KlientInnen könnte eine Liste aller in PBSP ausgebildeten Therapeuten interessant sein, mit Informationen darüber, wer aktuell Gruppen oder Workshops anbietet bzw. wer diese Art Arbeit in seine Einzel- oder Paartherapie integriert.

Und wenn wir mal im Lotto gewinnen dann können wir uns auch die Münchner Mieten für ein Pesso-Institut leisten! Die Leihmutter, die uns so dankenswerterweise ausgetragen hat, wird ja nicht in alle Ewigkeit weitere Ausbildungskurse organisieren, irgendwann werden wir auch einmal auf eigenen Füßen stehen müssen!
Barbara Fischer-Bartelmann

Prag

Die Ausbildungsgruppe in Prag, seit 4 Jahren mit 24 Teilnehmer/innen, alles erfahrenen Therapeut/innen zwischen 34 und 50 Jahren, ist nun bereit, Mini- und ganze Strukturen, dazu Exercises-Gruppen zu leiten. Eine Teilnehmerin ist nach Kanada abgesprungen, liebeshalber (Heirat), will aber in den USA fertig machen. Die andern bereiten sich auf die grosse "Evaluation" im August 2003 vor. Den letzten Trainingworkshops im März werden Iman Baardman (nun als Trainer - Gratulation !) und Martin Howald (als Supervisor) leiten. Im Herbst 2003 wird (mit 30 Anwärter/innen!) in Prag ein neues, **zweites Trainingsprogramm** beginnen. mjh

Neuer Supervisor

Wir gratulieren **Martin Howald** in Basel herzlich zur vollendeten Graduierung als Supervisor für Pesso-Psychotherapie.

Osnabrück

Michael Bachg hat sich in ein neues Gebiet vorgewagt und ist in Parchim mit seinem zweitägigen Einführungs-Workshop in PBSP bei den **FamilietherapeutInnen** der Beratungsstellen der Erzdiözese **Hamburg** auf reges Interesse gestossen (über 30 Teilnehmer).

Mehrere Einführungsveranstaltungen, auch mit AI, folgen im Mai in Osnabrück (siehe Seite 12). Das nächste - **dritte** -

Hast Du Freude an internationalen Kontakten und an der Organisation von Workshops? Die Pesso-Vereinigung sucht als Nachfolger/in von Martin Howald eine verantwortungsfreudige Person für die in Basel stattfindenden Workshops in PBSP, eventuell kombiniert mit der Organisation der PBSB Trainings. Interessent/innen kontaktieren eines der Vorstandsmitglieder.

Trainingsprogramm steht vor der Tür und wird diesen Herbst oder im Frühjahr 2004 starten. Der erste Ausbildungskurs von Osnabrück schliesst im Mai dieses Jahres ab.

Freiburg

Sybille Reiche Wetzels und Christel Wagner haben PBSP dem Team der Kinder- und Familietherapeutischen Ambulanz am Psychologischen Institut der Universität Frei-

burg (Leitung Helmut Wetzels) vorgestellt. Sybille wird als Folge davon zusammen mit Helmut beim Freiburger Familietherapeutischen Arbeitskreis (einem Ausbildungsinstitut in Familientherapie) gastieren (s.S.13).



Strolling Woods

Al und Diane Pessa lassen zum neuen Jahr wiederum alle Leserinnen und Leser des PESSO BULLETIN herzlich grüssen. Ihr internationaler Newsletter wird demnächst erscheinen. Er wird diesmal von ihrer Tochter Tia Pessa Powell redigiert.

Und gleich nochmals Grüsse, nämlich aus

Amsterdam

Unsere Pessa-Kolleginnen und Kollegen in Holland feiern dieses Jahr das 25-jährige Bestehen ihrer *Vereniging voor Pessa-psychotherapie*. Wie Henny SLEGH, ihr neuer Präsident, uns schreibt, sind eine ganze Anzahl Veranstaltungen geplant, zu denen wir zum Teil auch eingeladen sind. Im Januar treffen sie sich zu einem Weekend auf einer Insel, um miteinander über ihre Zukunft, die Herausforderungen des Gesundheitswesens und über Psychotherapie-Forschung zu sprechen.

Im Mai (12-13 oder 13-14) 2003 wird in Amsterdam ein zweitägiger Workshop stattfinden, der bewusst international gestaltet und zu einem **Europäischen Mini-Kongress** werden soll.

Vormerken sollten wir uns auch den 20. Juni 2003, um den offiziellen Empfang und die anschliessende **Party** in Amsterdam, zu der wir alle eingeladen sind, nicht zu verpassen.

Minneapolis MN (USA)

The 5th International PBSP Congress is scheduled to take place June 9th -13th, **2005** in Minneapolis, MN, USA, with pre-conference workshops June 8th. Proposals for workshops, papers, etc. can be sent to: Kathryn Power-O'Brien, 8608 34th Ave., New Hope MN 55427 and by Email to: jamundsen@mn.rr.com, the Conference Chairperson. Der Psychoanalytiker Jim Amundsen ist Koordinator der North Central Psychomotor Society (NCPS) in Minneapolis, Minnesota und bei uns bekannt durch seine Beiträge über Psychoanalyse und Pessa-Psychotherapie.

Prag

In Zusammenhang mit dem Prager Ausbildungskurs in Pessa-Psychotherapie hat Al Kontakt aufgenommen mit Dr. Jiri HORACEK, Professor an der Karlsuniversität, einem Experten in der Arbeit mit FMRI (Functional Resonance Imaging). Diese Methode erlaubt, die Aktivität spezifischer Gehirnteile bei wachen Versuchspersonen zu beobachten und soll in einem **Forschungsprogramm zur Traumatherapie** mit Hilfe von PBSP zur Anwendung kommen. Ein alter Traum von Al nähert sich damit seiner Verwirklichung: auf neurophysiologischer Ebene zu erforschen, was im Fortgang einer Struktur geschieht. Insbesondere hofft er, überprüfen zu können, in welcher Weise Körper

wahrnehmung, Gedächtnis- und emotionale Zentren bei der therapeutischen Arbeit aktiviert werden und ob sich die Behauptung erhärten lässt, dass in der Antidot- oder Heilenden Szene synthetische Erinnerungen konstruiert werden.

PBSP als Management-Training

Ein neues Anwendungsgebiet von PBSP scheint sich im Bereich von Management-Trainings aufzutun. Ein Artikel von Albert PESSO zu diesem Thema ist erschienen im Newsletter volume 11 der United States Association for Body Psychotherapy (siehe www.pbbsp.com). Sowohl Al als auch Lowijs PERQUIN bieten in diesem Bereich inzwischen regelmäßig Struktur-Workshops an, Al hat sogar erste positive Erfahrungen damit gemacht, per Videokonferenz Strukturen im Einzelsitzung zu leiten. In London gibt es einen ersten Ausbildungskurs speziell für Management-Berater. Auch Liesbeth de BOOR nutzt die Konzepte der Pessaotherapie, insbesondere die Theorie der Grundbedürfnisse und Entwicklungsaufgaben, bei der Beratung von Firmen zur Gestaltung ihrer Unternehmenskultur.

Abgesehen von den besonderen Rücksichten, die die Zusammensetzung einer Pessa-Gruppe in diesem Anwendungsbereich erfordert, scheint sich die Gestaltung der Workshops nicht wesentlich von der üblichen Strukturarbeit zu unterscheiden. Die Teilnehmer profitieren offenbar besonders vom Microtracking und vom besseren Verständnis der psychologischen Bedürfnisse und ihrer Bedeutung auch im Arbeitsleben und betonen den Kontrast dieser Klienten- und Ressourcenorientierten Arbeit zu in den USA sonst üblichen Managementseminaren, wo per äußerer Verordnung diagnostizierte Defizite "repariert" werden sollen.

Das PESSO BULLETIN wird darauf zurückkommen

Lesen Sie im nächsten



Nr. 9 September 2003

Almuth ROTH-BILZ

Pessa-Einzelspsychotherapie

Redaktionsschluss: 5. August 2003