

Michael Bachg, Serge K. D. Sulz (Hg.)  
Bühnen des Bewusstseins – Die Pesso-Therapie

CIP-Medien

Michael Bachg, Serge K. D. Sulz (Hg.)

# **Bühnen des Bewusstseins – Die Pesso-Therapie**

**Anwendung, Entwicklung, Wirksamkeit**

Mit einem Geleitwort von Jürgen Kriz

Mit Beiträgen von Albert Pesso, Lowijs Perquin,  
Michael Bachg, Leonhard Schrenker, Stefanie Grüter,  
Eva Hille-Kluczewski und Serge K. D. Sulz

Psychozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Korrigierter Nachdruck der komplett überarbeiteten und erweiterten Neuauflage  
von Albert Pesso und Lowijs Perquin: *Die Bühnen des Bewusstseins Oder: Werden,  
wer wir wirklich sind. PBSP – ein ressourcenorientierter, neurobiologisch fundierter Ansatz  
der Körper-, Emotions- und Familientherapie* (2008, München: CIP-Medien)

© 2022 Psychosozial-Verlag, Gießen

E-Mail: [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form

(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)

ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert

oder unter Verwendung elektronischer Systeme

verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Paul Klee, *Gedanken in Gelb*, 1937

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-3140-2 (Print)

ISBN 978-3-8379-7827-8 (E-Book-PDF)

# Inhalt

<b>Geleitwort</b>	9
<b>Vorwort</b>	11
<b>Vorwort zur 1. Auflage</b>	15

## **A Die psychologische Basis**

Kapitel 1	
<b>Werden, wer wir wirklich sind</b>	19
Eine Einführung in die Pesso-Psychotherapie (Pesso Boyden System Psychomotor)	
<i>Albert Pesso</i>	

Kapitel 2	
<b>Die Bühnen des Bewusstseins</b>	43
<i>Albert Pesso</i>	

Kapitel 3	
<b>Die Saat der Hoffnung kultivieren</b>	59
<i>Albert Pesso</i>	

## **B Die psychotherapeutische Konzeption**

Kapitel 4	
<b>Über Vertrag und Motivation bei Pesso Boyden System Psychomotor</b>	87
<i>Albert Pesso</i>	

Kapitel 5	
<b>Microtracking in der Pesso-Therapie</b>	101
Brückenglied zwischen verbaler und körperorientierter Psychotherapie	
<i>Michael Bachg</i>	

## **C Die Anwendungsbereiche (Beispiele)**

Kapitel 6	
<b>Besondere Anwendungsmöglichkeiten der Pesso-Psychotherapie</b>	127
Omnipotenz und Limitierung in der Pesso-Psychotherapie	
<i>Lowijs Perquin</i>	

Kapitel 7	
<b>Die Behandlung der Folgen von sexuellem Missbrauch mit der Pesso-Psychotherapie</b>	157
<i>Lowijs Perquin &amp; Albert Pesso</i>	

Kapitel 8	
<b>Die Behandlung traumatischer Störungen mit Pesso-Therapie (PBSP®)</b>	191
<i>Leonhard Schrenker</i>	

Kapitel 9	
<b>Arbeit mit suizidalen Klienten</b>	235
<i>Albert Pesso</i>	

## **D Die neuen Entwicklungen**

Kapitel 10	
<b>Wie Löcher im Rollengefüge in der Vergangenheit mit den richtigen Leuten zur richtigen Zeit aufgefüllt werden können</b>	247
Ein neuer und überraschender Weg, um die Tür zum Glück in der Gegenwart zu öffnen	
<i>Albert Pesso</i>	

Kapitel 11	
<b>Kathleen – Beispiel einer Holes-in-Roles-Struktur</b>	303
Beschreibung und Wort-für-Wort-Transkript einer Struktur mit Kathleen (inklusive Anmerkungen von Kathleen zu ihrer Struktur und ihres Gedichtes)	
<i>Albert Pessa</i>	
Kapitel 12	
<b>Die Methode Feeling-Seen als familientherapeutischer Ansatz zur Förderung der Affektregulierung und des Beziehungsverhaltens bei Kindern und Jugendlichen</b>	379
Eine Einführung mit zwei Beispielen für die Integration in die Richtlinienverfahren Kognitive Verhaltenstherapie und tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie für Kinder und Jugendliche	
<i>Michael Bachg, Eva Hille-Kluczewski &amp; Stefanie Grüter</i>	
<b>E Evaluation und Forschung</b>	
Kapitel 13	
<b>Die Emotion-Tracking-Studie zur Wirksamkeit von PBSP®-Interventionen (Studie 1)</b>	421
<i>Serge K. D. Sulz</i>	
Kapitel 14	
<b>Zur Effektivität von PBSP®-Interventionen in der Verhaltenstherapie (Studie 2 und 3)</b>	453
Emotion Tracking als emotive Gesprächsführung	
<i>Serge K. D. Sulz</i>	
<b>Literatur</b>	485
<b>Ausbildungsmöglichkeiten und Verbände</b>	501
<b>Autorinnen und Autoren</b>	503



# Geleitwort

Der Ansatz von Albert Pesso zur Psychotherapie ist längst kein Geheimtipp mehr, sondern hat schulenübergreifend internationale Beachtung und Anerkennung gefunden. Es ist daher sehr begrüßenswert, dass auch im deutschen Sprachraum zentrale Texte aus dem mittlerweile vergriffenen *Büchlein des Bewusstseins* zusammen mit neuen und weiterführenden Beiträgen – besonders zur Kindertherapie und zur empirischen Forschung – wieder zugänglich sind. Eine sehr lohnende Lektüre und wertvolle Bereicherung von Theorie und Praxis in der Psychotherapie.

*Jürgen Kriz*



# Vorwort

Es ist uns eine Freude, dieses Werk in der Neuauflage einer möglichst breiten fachkundigen Leserschaft als Herausgeber zur Verfügung zu stellen. Es handelt sich um die umfassendste Sammlung der Schriften von Albert Pesso, ergänzt um grundlegende Arbeiten seines engsten Mitarbeiters Lowijs Perquin. Diese Schriften wurden im Lauf von mindestens 15 Jahren verfasst, wodurch die konzeptionelle und therapeutisch-praktische Weiterentwicklung von Albert Pesso sehr deutlich wird. Andererseits wird bewusst in Kauf genommen, dass die Kapitel immer wieder gleiche Themen beleuchten. Dies hat den Vorteil, dass jedes Kapitel für sich gelesen werden kann, ohne für das Verständnis auf das Wissen vorausgehender Kapitel zurückgreifen zu müssen. Trotzdem gibt es eine Systematik hinsichtlich einer Einteilung in theoretische Konzeption, Durchführung der Behandlung, wichtige Anwendungsbereiche, neue Entwicklungen sowie Evaluation und Forschung.

Weshalb ist die Veröffentlichung der Beiträge von Albert Pesso so wichtig? Es gibt »laute« und »leise« Pioniere der Psychotherapie. Es gibt aus der Wissenschaft abgeleitete und in die Wissenschaft hineinwirkende Ansätze. Es gibt einfache und komplexe Therapiekonzeptionen. Und es gibt Strömungen mit großer und kleiner Gefolgschaft. Albert Pesso war nicht laut, wirkte in die Wissenschaft hinein und hatte einen methodisch sehr komplexen und anspruchsvollen Therapieansatz entwickelt.

Die von ihm und seiner Frau Diane Boyden-Pesso entwickelte Behandlungsmethode Pesso Boyden System Psychomotor (PBSP®), kurz Pesso-Therapie oder Pesso-Psychotherapie, war ursprünglich eine Körpertherapie, die von der Einheit von Körper und Psyche ausgehend bestehende Körpererfahrungen zu Bewusstsein bringen und neue vermitteln sollte. Sie entwickelte sich zu einer psychodramatischen Methode weiter, die die in-

teraktionelle Szene im Rollenspiel nutzt, um Erinnerungen der Kindheit in großer emotionaler Dichte zutage kommen zu lassen. Vor allem ist sie eine ressourcenorientierte Methode, die auf einzigartige Weise Ressourcen nutzt und schafft, sodass ein starker Kontrast im Erleben der Patientinnen und Patienten erzeugt wird: Tiefster Schmerz und größte Ungerechtigkeit stehen unmittelbar erfahrenem Glück, Zufriedenheit und dem Erleben von Gerechtigkeit gegenüber. Keine andere Psychotherapiemethode hat so explizit und real im Moment erlebbar die therapeutisch notwendige korrigierende emotionale Erfahrung möglich machen können. Zuletzt ist sie eine Psychotherapie, die die neuen Erkenntnisse der Gehirn- und Gedächtnisforschung umfassend umsetzt, sodass sie zu Recht als neurobiologisch fundierte Psychotherapie bezeichnet wird. Und auch dies viel mehr als die bekannten Therapieformen.

Der Ansatz der »Holes in Roles« schließlich ist die vollständige Einbeziehung systemischen Verständnisses der Familie und ihrer zum Teil generationenübergreifenden, krank machenden Geschichte. Es geht dabei nicht nur um die bekannte Parentifizierung, sondern auch um die im Sinne der Gestaltpsychologie immanente Tendenz, eine unvollständige Gestalt zu einer guten Gestalt zu machen – unter lebenslangem Verzicht auf individuelle Bedürfnisse und Rechte.

Auch wenn die Ausbildung sehr anspruchsvoll ist und die Psychotherapiemethode drei Jahre intensiven Lernens erfordert, wächst die Zahl der Therapeutinnen und Therapeuten, die sich diese Kunst aneignen, Jahr für Jahr und das Gedankengut Albert Pessos und Diane Boyden-Pessos nimmt stetig Einfluss auf unser psychotherapeutisches Denken und Handeln.

## **Übergabe der Herausgeberschaft**

Unbemerkt von der Öffentlichkeit starb am 19. Mai 2016 in Boston im Alter von 86 Jahren ein großer Mann. Albert Pesso war ein Gründer, etwas ganz Neues schaffend. Er war ein Lotse und Vorbild, in eine gute Richtung weisend. Und er war ein Humanist. Er glich in vielem Sigmund Freud, Carl Rogers und Viktor Frankl.

Mit Freud verbindet ihn, dass er etwas völlig Neues kreierte, die Psyche von Grund auf neu erfasste – mit einem psychodynamischen Verständnis. Mit Carl Rogers verbindet ihn sein Humanismus – ganz dem Menschen zugewandt, der sich nicht an den Strebungen der Zeit orientiert, sondern

einer inneren Wahrheit folgend eine zugleich berührende und erkenntnisreiche Klarheit des Menschseins deutlich werden lässt, die unsere globale Realität heute so dringend braucht. Und mit Viktor Frankl hat er gemeinsam, dass das Wegweisende nicht erst durch Worte erfolgt, sondern durch seine Haltung.

Sein langjähriger Mitarbeiter und Co-Leiter der PBSP®-Ausbildungen Lowijs Perquin starb mit 66 Jahren wenige Monate später, am 16. Oktober 2016. Er hatte Diane Boyden-Pesso schon seit mehr als zehn Jahren als beständiger Dialogpartner abgelöst. Alle Weiterentwicklungen der PBSP® ab 2000 oder früher waren das Ergebnis ihrer Dialoge. Als Ausbilder und Trainer ergänzten sie sich auf ganz besondere Weise. So wurden Albert Pessos Ideen realisierbar und die Therapie erlernbar.

Ihre Hauptaktivitäten fanden in Deutschland statt. Insofern war es auch natürlich, dass beide der Einladung von Serge K. D. Sulz folgten, ein Buch für den deutschen Sprachraum herauszugeben, das dann 2008 erscheinen konnte.

Barbara Fischer-Bartelmann hatte mit Serge Sulz zusammen die deutsche Redaktion dieser ersten Auflage inne. Von Beginn ihrer Ausbildung in den USA 1994 bis zu Albert Pessos und Lowijs Perquins Tod 2016 begleitete sie deren Trainings kontinuierlich als Übersetzerin, Assistentin und schließlich Vertreterin und international anerkannte und gefragte Traineein und Vortragende. So suchten und suchen auch sehr erfahrene Therapeuten und Trainer gern den fachlichen Austausch mit ihr. In enger Abstimmung mit Lowijs Perquin sorgte sie für autorisierte deutsche Versionen aller essenziellen Lehrtexte wie »Slides« (das verbindliche Lehrmaterial für die gesamte Ausbildung), *Handbuch therapeutischer Übungen* und die deutsche Erstveröffentlichung der Manuskripte »Werden wer wir wirklich sind« und »Bühnen des Bewusstseins« im *Pesso-Bulletin*. Damit prägte sie die auch in diesem Buch verwendeten deutschen PBSP®-Fachbegriffe und -Sprache, sorgte für eine einheitliche und getreue Wiedergabe der Konzepte und machte zahlreichen deutschsprachigen PESSO-Therapeuten die Methode überhaupt erst zugänglich und verständlich. Sie brachte dabei nicht nur ihre für die PESSO-Arbeit wertvolle systemische Psychotherapie-Ausbildung und Qualifikationen in Didaktik und Erwachsenenbildung mit, sondern auch eine präzise philosophisch-wissenschaftliche Denk- und Sprechweise, die Albert PESSO sehr entgegen kam und die er gerne in seiner weiteren Theorieentwicklung aufgriff. Auch als langjährige Redakteurin des *Pesso-Bulletins*, Vorstands- und Ehrenmitglied der deutsch-schweize-