



Workshop Pesso-Boyden (PBSP®)

Persönliche
Entfaltung durch
Selbsterfahrung
in der Gruppe
nach Pesso-Boyden
mit
Nicole Werner &
Roland Niemer



» WERDE, WER DU
WIRKLICH BIST. «

Albert Pesso

Der Workshop bietet die Möglichkeit:

- mittels einer eigenen, persönlichen Arbeit (Struktur) in der Gruppe befriedigende, heilsame Reaktionen auf eigene Grundbedürfnisse zu erleben.
- ohne eigene Struktur teilzunehmen. Durch das emotionale Miterleben von heilenden Strukturen anderer können auch bei Zuschauer:innen "Mitnahmeeffekte" entstehen.
- durch die Übernahme einer Rolle innerhalb einer Struktur eine tiefgreifende Erfahrung von Bedeutsamkeit zu machen.
- mittels Körper- und Wahrnehmungsübungen aus dem PBSP® eigene Grundbedürfnisse weiter zu erforschen.



Die Pesso-Therapie (PBSP®) ist ein körper- und erfahrungs-orientierter Ansatz der Gruppenarbeit, der von Al Pesso und Diane Boyden Pesso in den USA entwickelt wurde und heute international angewendet wird. Im Zentrum steht das Erleben von befriedigenden Interaktionen, in denen grundlegende Bedürfnisse erfüllt werden, die in frühen Lebensphasen oft nicht ausreichend beantwortet worden sind. Diese positiven Erfahrungen schaffen neue innere Landkarten des Fühlens und Handelns und damit mehr Stimmigkeit in aktuellen Situationen und Beziehungen.

Hintergrund und Wirkweise des PBSP® -Ansatzes

Einführung

Entwickelt wurde PBSP® (Pesso Boyden System Psychomotor) seit 1961 von Albert Pesso und Diane Boyden Pesso in den USA. Beide waren ursprünglich Trainer:innen für modernen Ausdruckstanz.

Während ihrer Trainings beobachteten sie bei einigen ihrer Schüler:innen, dass diese trotz perfekter Technik die Emotionen des Tanzes nicht zum Publikum transportieren konnten. Sie stellten daraus einen engen Bezug zwischen körperlichem Ausdruck und emotionalem Erleben her. P

Grundbedürfnisse

PBSP® geht davon aus, dass jedes Kind in sich ein tiefes Wissen trägt, was es für seine optimale Entwicklung im Kontakt braucht. Hierzu gehören ganz wesentlich unsere Grundbedürfnisse nach Platz, Nahrung, Schutz, Unterstützung und Begrenzung. Werden diese Grundbedürfnisse in unserer frühen Entwicklung sowohl körperlich-emotional als auch symbolisch in ausreichender Weise befriedigt (sie finden eine „Passform“), erfahren wir sie und ihren Ausdruck als legitimen und selbstverständlichen Teil unseres Seins.

Wir lernen dadurch auch in unserem späteren Leben gut für uns zu sorgen und unsere Beziehungen in befriedigender Weise zu gestalten.

Werden diese Grundbedürfnisse nicht befriedigt oder verletzt, stossen wir in unserem späteren Leben an Grenzen oder erleben innere Nöte, welche die Entfaltung unseres wahren Selbst behindern.

Selbsterfahrung und Struktur-Arbeit im Gruppensetting

In Einzelarbeit in der Gruppe, einer sogenannten Struktur, wird mit Inszenierungen gearbeitet, die es auf einzigartige Weise ermöglichen, unerfüllte Bedürfnisse aus der frühen Kindheit symbolisch zu befriedigen. Hierdurch können neue, stimmige Erfahrungen entstehen, die als alternative Erinnerungen verankert werden können. Auf diese Weise werden neue Möglichkeiten zur eigenen Lebenseinstellung, zum eigenen Verhalten und zur Beziehungsgestaltung eröffnet.

Wenn Kinder Aufgaben oder Verantwortungen im Familiensystem übernommen und damit unagemessene Rollen („holes in roles“) übernommen haben, so kann dies im Rahmen des PBSP®-Ansatzes behutsam sichtbar und neu geordnet werden.

DR. NICOLE WERNER

- Pesso Practitioner
- Führungs- & Entwicklungscoach
- Prozessbegleiterin
- Mediatorin & Klärungshelferin



ROLAND NIEMER

- Pesso Practitioner
- Psychodramatherapeut
- Team- und Führungscoach
- Mediator & Klärungshelfer



TERMINE

Daten: 27. & 28. Juni 2026
31. Oktober & 1. November 2026

Zeiten: jeweils Samstag 13:00 - 19:00 Uhr
und Sonntag 9:00-17:00 Uhr

Ort: Rüchligweg 101, CH-4125 Riehen

Kosten pro Workshop: 195 CHF/ 210 €

Anmeldung & Info:

dialog@die-entfalter.com

Nicole (CH): +41 76 430 94 88

Roland (D): +49 176 70 81 83 97