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 eignet sich für Menschen, die

- sich selbst besser verstehen und persönlich weiterentwickeln möchten,
- belastende Lebensereignisse oder Traumafolgen bearbeiten möchten,
- den PBSP®-Ansatz kennenlernen oder vertiefen möchten,
- als teilnehmende Beobachterin oder teilnehmender Beobachter die Gruppenarbeit erleben möchten.

Auch Paare sind herzlich willkommen.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Fähigkeit, zwischen innerem Erleben bzw. symbolischen Bildern und der äußeren Realität sicher unterscheiden zu können.

Die Pesso-Therapie (PBSP®) ist ein körper- und erfahrungsorientierter Ansatz der Gruppenarbeit, der von Albert 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 wurden. Diese positiven Erfahrungen schaffen neue innere Landkarten des Fühlens und Handelns und damit mehr Stimmigkeit in aktuellen Situationen und Beziehungen.

DR. NICOLE WERNER

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

ROLAND NIEMER

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

TERMINE

Daten: 14. & 15. November 2026
16. & 17. Januar 2027

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

Ort: Rüchligweg 101, CH-4125 Riehen

Kosten pro Workshop: 225 CHF/ 240 €

Anmeldung & Info:
dialog@die-entfalter.com
Nicole (CH): +41 76 430 94 88
Roland (D): +49 176 70 81 83 97

Hintergrund und Wirkweise des PBSP® -Ansatzes

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.

Die Pesso-Therapie (PBSP® – Pesso Boyden System Psychomotor) ist heute eine international anerkannte Methode der körper- und erlebnisorientierten Psychotherapie. Sie unterstützt Menschen dabei, belastende Erfahrungen zu verarbeiten, Traumafolgen zu lindern und neue, stärkende innere Erfahrungen zu entwickeln.

Im Mittelpunkt stehen grundlegende menschliche Bedürfnisse wie Platz, Nahrung, Unterstützung, Schutz und gesunde Grenzen. Wurden diese Bedürfnisse in der Kindheit nicht ausreichend erfüllt oder wurden Menschen durch belastende oder traumatische Erfahrungen geprägt, kann dies das Erleben, Fühlen und Handeln bis ins Erwachsenenalter beeinflussen. In einer sogenannten *Struktur* werden fehlende oder verletzende Beziehungserfahrungen in einem geschützten, symbolischen Rahmen neu gestaltet. So können korrigierende emotionale Erfahrungen entstehen, die tief verankert werden und neue Perspektiven sowie Handlungsmöglichkeiten eröffnen.

Ein weiterer Schwerpunkt der PBSP®-Arbeit ist die Auseinandersetzung mit übernommenen Familienrollen (Holes in Roles). Wenn Kinder früh Verantwortung übernehmen mussten, die eigentlich Erwachsenen zukam, können diese belastenden Rollenmuster erkannt und schrittweise verändert werden.