

PBSP – Pessotherapie – Pess-Boydell-Therapie

PBSP-Veröffentlichungen in deutscher Sprache: (neueste zuerst)

Guggemos, D. & Feldt K. (2021). Feeling Seen als idealer Start einer Strategischen Jugendlichentherapie. Psychotherapie 25-1, S. 173-194

Michael Bachg, Eva Hille-Kluczewski, Stefanie Grüter (2016). Die Methode Feeling-Seen als familientherapeutischer Ansatz zur Förderung der Affektregulierung und des Beziehungsverhaltens bei Kindern und Jugendlichen. Psychotherapie 22-2, S. 143-178

Maria Schreiner (2019). „Wenn ich damals da gewesen wäre ...“ Tiefe emotionale Erfahrung als Kern der Selbsterfahrung in der Verhaltenstherapie-Ausbildung – ein Bericht aus der Praxis. Psychotherapie 24-2, S. 91-113

Florian Sedlacek, Serge K. D. Sulz (2019). Welchen Stellenwert hat Selbsterfahrung in der verhaltenstherapeutischen Aus- und Weiterbildung? Ergebnisse einer Online-Studie von Ärzten, Psychologen und (Sozial-)Pädagogen. Psychotherapie 24-2, S. 50-60 (Pesso-Strukturen in der Selbsterfahrung von Psychotherapeuten)

Günter Weier (2019). Körperverachtung, Geistvertreibung und die Notwendigkeit der Personwerdung in einer unendlichen leiblich-personalen Selbsterfahrung. Psychotherapie 24-2, S. 185-206

Leonhard Schrenker (2017). Empathie zwischen rationaler Distanz und emotionaler Konfluenz: Microtracking – der sichere methodische Weg der Pess-Therapie. Psychotherapie 22-2, S. 109-126

Leonhard Schrenker (2015). Die Bedeutung der therapeutischen Beziehungsebene in der Pess-Therapie (PBSP). Psychotherapie 20-2, S. 146-167

Sabine Löffler (2013). Die Entwicklung des Selbst. Reintegration und Stärkung von Selbstanteilen in der Pess-Therapie. Psychotherapie 18-2, S. 144-152

Leonhard Schrenker (2010). Die Behandlung traumatischer Störungen mit Pess-Therapie (PBSP). Psychotherapie 15-2, S. 279-297

Das aktuelle Buchprojekt: Bachg, M. & Sulz, S. (2022):

Pess-Therapie: Bühnen des Bewusstseins. Oder: Werden wer wir wirklich sind. Pess-Therapie (PBSP®) als ressourcenorientierter, neurobiologisch fundierter Ansatz der Körper-, Emotions- und Familientherapie.

Erinnerungen manipulieren gegenwärtige Wahrnehmung und dadurch gegenwärtiges Bewusstsein. Die Neurowissenschaftler Edelman und Tononi bezeichnen dieses Phänomen als erinnerte Gegenwart. Die in diesem Buch vorgestellten Prinzipien zeigen Wege auf, wie entwicklungs-traumatisierten Menschen in einem kontrollierten und körperorientierten psychotherapeutischen Vorgehen ein Gefühl der Sicherheit, Beruhigung und Hoffnung zurückgegeben werden kann. Es geht im Kern um die Kreation synthetischer beziehungsorientierter und körperbasierter Erinnerungen.

Ein aktueller Bericht über unsere PBSP-Aktivitäten:

Ich möchte berichten, was wir in München seit vielen Jahren machen und was in die Zukunft weist:

- PBSP-Training wie in allen anderen Ländern
- PBSP in die reguläre staatliche Psychotherapie-Ausbildung implementieren.

Einerseits versuchen wir, so viel Psychotherapeuten wie möglich für ein PBSP-Training zu interessieren. Andererseits bringen wir an vielen Stellen der Ausbildung und Fortbildung PBSP-Angebote ein:

Aktion 1: In unserer wissenschaftlichen Zeitschrift

Psychotherapy in Psychiatry, Psychosomatic Medicine and Clinical Psychology (only in German Language)

versuchen wir zu jedem Themenheft einen PBSP-Beitrag zu etablieren (z.B. therapeutische Beziehung, Empathie-Fähigkeit, Mentalisierung, Gruppentherapie, Traumatherapie, Selbsterfahrung, Persönlichkeitsstörungen, Paartherapie etc.)

Aktion 2: auf psychiatrischen und psychosomatischen Kongressen (DGPPN und DGPM) bieten wir ein Symposium an, in dem ein PBSP-Beitrag vorgetragen wird. Und wir bieten PBSP-Workshops an, die zwei Stunden bis zwei Tage dauern.

Aktion 3: Die Psychotherapie-Ausbildung ist in Deutschland sehr reglementiert. Jeder Psychotherapeut muss ein wissenschaftlich anerkanntes Verfahren lernen und eine Prüfung ablegen. Derzeit sind Psychoanalyse, Psychodynamische Psychotherapie, Verhaltenstherapie und Systemische Therapie (letzteres nur für Erwachsene) anerkannt. Wer nur PBSP gelernt hat, darf in Deutschland keine Psychotherapie ausüben. Er muss eines der anderen Psychotherapie-Verfahren beherrschen und in der Praxis anwenden. Er darf nur einige Sitzungen oder nur ein Teil seiner Therapiesitzungen mit PBSP arbeiten.

Wir haben in der Ärztlichen Weiterbildung und in der Ausbildung von Psychologen einzelne **PBSP-Techniken in Workshops angeboten:** Microtracking, ideale Eltern, Holes in Roles, Limitierung. Auf diese Weise werden immer mehr Psychotherapeuten immer mehr PBSP anwenden -nicht als Ganzes, aber an vielen Stellen ihrer Therapien. PBSP ist nicht mehr fremd, sondern wird vertraut.

Ein beachtlicher Prozentsatz von Psychotherapeuten, die sich in Ausbildung befinden, haben einen PBSP-Gruppenleiter in ihrer Selbsterfahrungsgruppe (150 Stunden), der mit ihnen PBSP-Strukturen macht. Auf diese Weise erhält jeder Teilnehmer im Lauf seiner Ausbildung sechs eigene Strukturen und nimmt teil an fast 50 Strukturen anderer Teilnehmer.

Aktion 4: Wir führen kleine **empirische Studien** durch, in denen wir die Wirksamkeit der PBSP-Techniken prüfen. Diese sind allerdings nicht doppelblind und haben keine Kontrollgruppen.

Aktion 5: Neben dem eher informellen Einsatz von PBSP-Techniken und Strategien adaptieren wir diese an die jeweilige Psychotherapie-Verfahren, so dass **PBSP-Elemente offizieller und fester Bestandteil der regulären Ausbildung werden.**

Wer zum Beispiel die Mentalization Based Behavior Therapy (MB-VT) lernt, lernt in einem der sieben Module „Emotion Tracking“ als adaptiertes Microtracking. Die Module sind:

- Attachment and therapeutic relationship
- Implicit Working Model Bowlby and the new Allowance giving Life rule

- Mindfulness and Acceptance
- Emotion Tracking as first step of Mentalization
- Metakognition and Theory of Mind as basis of Mentalization
- Development from the Affect- to the Cognitive Stage: affect regulation and self efficiency
- Development from the Cognitive to the Empathy-Stage: The step to empathy and compassion

Aktion 6: Förderung von **Buch-Veröffentlichungen** über PBSP, z.B.

Sulz et al: Die Psychotherapie entdeckt den Körper. CIP-Medien-Verlag

Pesso & Perquin: Bühnen des Bewusstseins. CIP-Medien-Verlag

Noichl: Pessotherapie für alle. Psychosozial-Verlag

Diese Übersicht kann von meiner Webseite heruntergeladen werden:

Ich freue mich über Rückmeldungen

sergesulz@icloud.com

Mit freundlichem Gruß Serge Sulz

München, am 29.7.2021

Diesen Bericht können Sie in englischer Sprach downloaden:

[PBSP: What we have been doing in Munich \(Germany\) for many years](#)

EUPEHS

European Psychotherapy, Education and Human Sciences GmbH — 2021