

Die Methodenvielfalt entdeckt den Körper

Christina Stalder ist international zertifizierte PBSP®-Therapeutin (Pesso-Boyden-System-Psychomotor) und -Trainerin. Im kommenden Herbst und im nächsten Jahr bietet sie bei bcb eine körpereinbeziehende Weiterbildung an. Dabei wird erarbeitet und selber erfahren, wie der Körper und die Körperwahrnehmungen in die psychosoziale Arbeit einbezogen werden können. Ursula Blatti hat die Gelegenheit genutzt, Christina einige Fragen zu stellen.

Christina, worin siehst du die Chance, den Körper in einen Beratungsprozess einzubeziehen?

Sowohl das biblische wie auch das humanistische Menschenbild gehen von einer ganzheitlichen Sicht des Menschen aus. Wenn wir auf dieser Grundlage Psychosoziale Beratung anbieten, muss der Körper miteinbezogen werden. Der Einbezug des Körpers in den Beratungsprozess erweitert die persönliche Kompetenz und Perspektive der Beratungsperson, da die Körperwahrnehmung eine zusätzliche Informationsquelle für das beraterische Handeln ist und die kognitiven Überlegungen ergänzt und befruchtet.

Pesso-Therapie - um was geht es da? Kannst du uns kurz erklären, was diese Therapieform ist und wie sie wirkt?

Wir alle benötigen passende Interaktionen mit Menschen, um ein zufriedenes Leben führen zu können. Die PBSP will für die unpassenden Antworten auf Bedürfnisse (Defizite, Traumata etc.) in der Vergangenheit eine neue Erfahrung anbieten, die durch gewisse Techniken so aufgenommen werden kann, als wäre sie damals gemacht worden. Sie wird im Gehirn abgespeichert, so dass sie in Zukunft als zusätzliche Erfahrung zur Verfügung steht.

Im Herbst bietest du einen Weiterbildungstag an. Was erwartet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an diesem Tag?

Es werden Körperübungen unter Anleitung durchgeführt, die einen direkten therapeutischen Effekt haben, verständliche und wertvolle Instrumente für die Selbstdiagnose sind und zum Teil in die Beratungsarbeit integriert werden können.

Du hast eine umfangreiche PBSP®-Ausbildung absolviert. Ich nehme nicht an, dass die Teilnehmenden nach einem kurzen Kurs versierte Pesso-Anwender sind. Was nehmen die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer konkret aus dieser Weiterbildung mit in ihren Beratungsalltag?

Die PBSP ist ein therapeutisches Verfahren und es werden daraus einzelne Techniken ausgewählt, welche in die Beratung eingebaut werden können. Insbesondere liegt der Schwerpunkt auf der Schulung der eigenen Körperwahrnehmung, um diese dann im Beratungsgespräch nutzbar einfließen zu lassen.

Was motiviert dich, dein Wissen als PBSP®-Therapeutin an Beraterinnen und Berater weiterzugeben?

Der Einbezug des Körpers ist ergänzend und kann - wenn richtig angewandt - Beratungsprozesse begünstigen. Ich bin überzeugt von dieser Methode, welche eine optimistische Sichtweise über den Menschen vertritt und das methodische Repertoire sinnvoll erweitert.

bcb lehrt verschiedene Methoden und Ansätze - dein Plädoyer für den Einbezug des Körpers:

Die ganzheitliche Sicht auf den Menschen wird erst mit dem Einbezug des Körpers glaubwürdig.

Danke, Christina, für die Beantwortung dieser Fragen.