



DAS NERVENSYSTEM EINER GRUPPE

Menschlicher Körper und Gruppen als analog funktionierende Systeme

Mit Peter Bernhardt*, USA



Die System-Zentrierte-Therapie von Yvonne Agazarian ist zurzeit eine vielbeachtete neue Therapieform in den USA, die langsam aber sicher auch in Europa Fuss fasst. Systemdenken und Systeminterventionen sind ähnlich wie bei Interventionen im Körper, der in sich auch ein abgeschlossenes System ist. Peter Bernhardt spricht aus dieser Perspektive heraus vom Nervensystem einer Gruppe, das sich im Zusammenkommen von Menschen zeigt und das durch gezielte Interventionen auch reguliert werden kann. Kollektive Transformation ist dabei das Ziel.

Peter A. Levine kann als Begründer von "Somatic Experiencing" (SE) gleichzeitig auch als ein Pionier für den Einbezug des systemorientierten Denkens ins Feld der Körperpsycho- und der Traumatherapie gesehen werden. In seinem Ansatz benutzt er innere systemische Prozesse, um dem

ritäten bewusst zu werden und dank ihnen Kraftzentren zu verbinden. Die dadurch verbundene Energie wird für die Weiterentwicklung eines bestimmten Prozesses oder gar einer ganzen Gruppe genutzt.

Gruppen tragen in sich ein grosses Potenzial für Gesundheit, Kreativität und das Erreichen von kulturellen Veränderungen. Zu oft bleiben sie jedoch irgendwo in einem Sumpf stecken oder werden durch dysfunktionale Gruppendynamiken blockiert. Diese Gruppen bleiben im Überlebens-Modus stecken und finden es oft über lange Zeiträume enorm schwierig, sich vorwärts weiterzubewegen.

Der System-Zentrierte-Zugang nach Yvonne Agazarian hilft Gruppen dabei, sich von fixierten Gruppendynamiken zu lösen und stattdessen ein Umfeld von Exploration und Lernen zu schaffen. Dieses Seminar richtet sich an jene Menschen, die eine Gruppe als Kontext für eigenes Wachstum nutzen und mehr über das Wesen einer Gruppe lernen wollen. Es eignet sich insbesondere für Menschen in Führungspositionen oder solche, die dort mehr reinwachsen bzw. die Organisation, in der sie tätig sind, qualitativ verbessern möchten. Auch Personen, die mehr Werkzeuge für den Umgang mit sozialen Konflikten brauchen und mit Wünschen nach Veränderung durch die Welt gehen, werden hier tiefgehend genährt.

Gruppen müssen über den Zustand des Überlebenskampfes hinauskommen.

Nervensystem die Möglichkeit zu schaffen, sich selber von Traumata zu befreien, eine neue Balance zu finden und eine bleibende Flexibilität im Nervensystem zu erreichen. Die Integration von zwei kraftvollen Polaritäten namens Ressourcen- und Trauma-Vortex führt im SE zu diesen ermächtigenden Erlebnissen für schwer betroffene Menschen.

Yvonne Agazarian, die einen speziellen systemischen Zugang fürs Regulieren einer ganzen Gruppe entdeckte, zielt mit ihrer System-Zentrierten-Therapie darauf hin, mit Hilfe von systemischen Perspektiven und Interventionen Gruppen dabei zu helfen, sich herausfordernden Pola-

Datum

12. – 14. März 2010
(Freitag – Sonntag)

Kurszeiten

10.00 – 13.00 und
14.30 – 17.30 Uhr

Kosten Fr. 720.-

Ort

Polarity Bildungszentrum Schweiz, Zwingli-strasse 21, 8004 Zürich (12 Gehminuten vom Hauptbahnhof; Bus 31 bis Kanonengasse, Tram 8 bis Helvetiaplatz)

Sprache

Englisch (mit deutscher Übersetzung)

Zielgruppe

Menschen aus unterschiedlichen Bereichen der Gesellschaft, die Gruppen leiten oder sich für die Entwicklung von Gruppendynamiken interessieren.

Kursbedingungen

Die schriftliche Anmeldung mit nebenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr. 100.- an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Wenn eine Ersatzperson gestellt werden kann, entfallen diese Kosten. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

"Funktionelles Unter-Gruppieren" ist eine Methode aus diesem, auf klare Kommunikation ausgerichteten systemischen Ansatz, die einer Gruppe dabei hilft, bestehende oder auf natürliche Art entstehende Polaritäten schnell zu entdecken. Diese **Polaritäten erzeugen Reichtum und Ressourcen für eine Gruppe – aber sie können auch Konflikte auslösen und starre Verteidigungsformen triggern.**

Das funktionelle Unter-Gruppieren integriert Polaritäten in einem tolerierbaren Tempo – welches der Gruppe erlaubt, letztendlich ein höheres Niveau von Entwicklung und Integration zu erreichen. Das funktionelle Unter-Gruppieren arbeitet damit, dass sich Teilnehmende mit ähnlichen Erfahrungen gezielt verbinden und so ein Feld von interpersonaler und somatischer Resonanz kreieren. Dieses Feld hilft den Betroffenen, sich nicht abgesondert und alleine zu fühlen, sondern verbunden und getragen von anderen.

Indem die so entstandene Gruppe in sich wieder spezifische Untergruppen entdeckt, tauchen mit der Zeit bedeutsame Themen und Qualitäten auf, die mit dazu beitragen, die **Gruppe auf ein zunehmend höheres Niveau von spontaner Entwicklung und stetiger Transformation zu bringen.**

Funktionelles Unter-Gruppieren erlaubt es der Gruppe, eine Plattform zu finden, von der aus sie **verschiedene Entwicklungsstadien einer Gestaltbildung durchläuft.** Dazu gehören die **Autoritätsphase** (mit Unterstadien von Kampf, Flucht, Flucht vor Kampf und Themen bezüglich Autoritäten), die **Intimitätsphase** (mit Unterstadien von Verzauberung

und Entzauberung, Ernüchterung) und die **Arbeitsphase** (in welcher wir die Herausforderung angehen, mit voller Lebensenergie Arbeit und Leben zu meistern).

Auf diesem Entwicklungsweg wird jede Gruppe ganz natürlich Momente erleben, wo blockierende oder hinderliche Kräfte sich zeigen – wie das Hängenbleiben im Kopf, Angst, Spannung oder Frustration. **Der Kursleiter wird wertvolle Werkzeuge präsentieren, wie solche Blockaden wieder gelöst werden können – damit die Gruppe in ihrem Prozess weitergehen und zu einem Ort der Abrundung kommen kann.**

Es geht ums Kreieren von optimierten Bedingungen für die menschliche Weiterentwicklung.

**Peter Bernhardt arbeitet seit 30 Jahren als stark körperbezogener Therapeut. Er studierte unter anderem bei Charles Kelly (Radix), David Boadella (Prä-Biosynthese), Lillimor Johnsen, Lisbeth Marcher (Bodydynamische Analyse), Marianne Bentzen, Peter A. Levine (Somatic Experiencing) und Dick Olney. Er war Präsident der Amerikanischen Vereinigung für Körperpsychotherapie und hat*

eine grosse Erfahrung als Lehrer und Autor im Bereich Körper und Therapie. Zudem schloss er ein Leitungs- und Moderationstraining an der „Stanford Business School“ ab und studierte die letzten zehn Jahre lang mit Yvonne Agazarian und Susan Gantt die systemzentrierte Methode der Psychotherapie für Gruppen und der Organisationsentwicklung. Er lebt in Berkeley, Kalifornien, und leitet internationale Kurse und Trainings. Seine eigene Arbeit nennt er "Systems Oriented" – mehr Informationen dazu sind unter www.peterbernhardt.com erhältlich.



ANMELDETALEN: Ich melde mich hiermit gemäss den vorne genannten Bedingungen verbindlich an für die Weiterbildung «Das Nervensystem einer Gruppe» mit Peter Bernhardt vom 12. – 14. März 2010:

Name Vorname

Strasse PLZ/Ort

Beruf Telefon

E-Mail Fax

Ort/Datum Unterschrift

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie, Zwinglistrasse 21, 8004 Zürich
oder faxen an: 044 218 80 89 • Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.ch • www.polarity.ch