

Mehr Selbstvertrauen mit PEP



Claudia A. Reinicke / Michael Bohne
Klopfen mit Kindern
Gemeinsam mit PEP gegen Stress
und für mehr Selbstvertrauen
Anleitung für Erwachsene
158 Seiten, Gb, 2019
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-8497-0303-5
Auch als **eBook**

Über das Buch



Claudia A. Reinicke / Michael Bohne
Klopfen mit Kindern
Gemeinsam mit PEP gegen Stress
und für mehr Selbstvertrauen
Anleitung für Erwachsene
158 Seiten, Gb, 2019
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-8497-0303-5
Auch als **eBook**

Das Leben mit Kindern birgt mitunter Probleme, die sich hartnäckig gegenüber allen Lösungsversuchen zeigen. „Schreibabys“, Geschwisterstreit, Ängste, ADHS oder schlechte Noten können die ganze Familie zur Verzweiflung bringen.

Der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie Michael Bohne hat eine emotionale Selbsthilfetechnik entwickelt, die hilft, solche Probleme zu bewältigen. Die Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie, kurz PEP, ist leicht zu erlernen und beruht auf einem einfachen Prinzip: Während man gerade Stress, Leistungsdruck, Ängste, Ärger, Hilflosigkeit oder andere unangenehme Gefühle empfindet, „beklopft“ man einzelne Akupunkturpunkte. Verstärkt wird die Wirkung durch das Aussprechen von Sätzen, die die Selbstakzeptanz verbessern sowie Anerkennung und Wertschätzung ausdrücken.

Claudia Reinicke hat das Klopfen mit PEP für die therapeutische Arbeit mit Kindern adaptiert. Das Buch liefert Erwachsenen das nötige Hintergrundwissen, um Kindern in einer schwierigen Situation angemessen helfen zu können. In einzelnen Kapiteln gibt die Autorin praktische Klopf-Anleitungen zu verschiedenen kritischen Themen. Neben den Eltern können auch Pädagogen, Ärzte und Therapeuten Kinder beim Klopfen anleiten oder auch das Klopfen für sie übernehmen.

Ergänzend dazu: „Klopfen mit Kindern – Das Vorlese-Buch“ von Stefanie Kirschbaum und Michael Bohne.

Ich bestelle:

Ex. _____ € (D) 24,95/€ (A) 25,70
Klopfen mit Kindern – Elternbuch ISBN 978-3-8497-0303-5

Ex. _____ € (D) 24,95/€ (A) 25,70
Klopfen für Kinder – Vorlese-Buch ISBN 978-3-8497-0306-6

Ich bin an weiteren Informationen per eMail interessiert

Ja, ich möchte den **Carl-Auer Newsletter** abonnieren.
 Ja, ich möchte aktuelle **Buchempfehlungen** erhalten.

Name _____

Straße _____

Ort _____

E-Mail _____

Unterschrift/Datum _____

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstr. 14
69115 Heidelberg

Bei Bestellungen über www.carl-auer.de
liefern wir deutschlandweit portofrei.

 **Carl-Auer Verlag**
www.carl-auer.de

Über die Autoren



Claudia A. Reinicke, Dipl.-Psych.; verhaltenstherapeutische Psychotherapeutin; Zusatzqualifikationen: Hypnotherapie, Entspannungsfahrten, Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie (PEP), Cooperation-Trainer, Coaching. 1988–1991 Mitarbeit in der Hochbegabtenforschung an der Universität Tübingen; 1992 Forschungsdiplomarbeit über Gedächtnisfähigkeit bei ADHS-Kindern; seit 1993 in Dresden tätig in eigener Praxis mit Schwerpunkt ADHS; Fortbildungen für Lehrer und Ärzte zu den Themen ADHS, Stressbewältigung und Selbstfürsorge. Seit 2000 Fortbildnerin für Psychotherapeuten.



Michael Bohne, Dr. med., Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, ist einer der bedeutendsten Vertreter der Klopftechniken in Deutschland. Er hat diese entmystifiziert, prozessorientiert weiterentwickelt und mit psychodynamisch-hypnosystemischem Wissen kombiniert. Daraus ist eine neue Interventionsarchitektur Namens PEP entstanden. Er ist Autor und Herausgeber zahlreicher Bücher über Auftrittsoptimierung, Klopftechniken und PEP und begleitet Forschungsprojekte zu Klopftechniken und PEP.

Unsere Empfehlung:



Stefanie Kirschbaum
Michael Bohne
Klopfen für Kinder
Das Vorlese-Buch
141 Seiten, Gb, 2019
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-8497-0306-6

Aus dem Vorwort

Nachdem ich schon über zehn Jahre als Verhaltenstherapeutin mit Kindern gearbeitet hatte – zu Themen wie ADHS, Schul-schwierigkeiten, Angststörungen oder schwierigen Familien-verhältnissen –, merkte ich, dass mir trotz des systemischen Blicks und des multimodalen Ansatzes in meinem therapeutischen Repertoire etwas fehlte. Dieser Eindruck änderte sich auch noch nicht, als ich mein Repertoire um folgende Elemente erweiterte: Hypnose, lösungsorientierte Kommunikation und das Einbeziehen des Umfelds – Familie, Kindergarten, Schule etc. – in die Behandlung. Irgendwie kam mir der Bezug zum Körper zu kurz.

Vom therapeutischen »Klopfen« hatte ich schon gehört, hatte aber Vorbehalte. Zum einen vertrat sich der Gedanke, an einem Patienten zu klopfen, nicht mit meiner Überzeugung, diesem lediglich dabei behilflich sein zu wollen, den eigenen Weg zu finden. Zum anderen schienen mir die Techniken zum Teil recht »schwammig«.

Dann stieß ich auf die Fortbildungen zur Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie (PEP) von Michael Bohne, deren Prinzipien mich schon nach den ersten beiden Kursen überzeugten: hier »klopfen« die Klienten selbst, es gab »Selbstakzeptanzübungen« und eine gut strukturierte Vorgehensweise mit präzisen Erklärungen sowie eine humorvolle Leichtigkeit. Auf meine Frage, ob diese Technik auch mit Kindern funktioniere, antwortete Michael Bohne: »Bei Kindern funktioniert das noch besser und noch schneller, als bei Erwachsenen.« Ich legte eine Frage aus meinem Spezialgebiet nach, weil mir während des Seminars schon einige meiner ADHS-Klienten im Kopf herumgeisterten: »Denkst du, das klappt mit hyperaktiven Kindern?«, und bekam als Antwort: »Keine Ahnung, probier's mal aus!«

Kaum war ich wieder zu Hause, machte ich mich ans Werk – und war begeistert! Obwohl ich mit meinen hyperaktiven, lernschwierigen Klienten schon immer viel im Garten in Bewegung arbeitete und manche Übung auch einfach mal auf dem Trampolin durchführte, hatte ich jetzt ein Handwerkszeug, mit dem sich die überschießenden Emotionen direkt und selbstwirksam beeinflussen ließen. Nicht nur ich selbst, auch die Kinder und deren Eltern waren über die Wirkung verblüfft. Und wir hatten und haben heute noch jede Menge Spaß bei den manchmal etwas komisch anmutenden Haltungen beim Klopfen. Die Frage, ob das Klopfen auch mit Kindern funktioniert, kann ich also eindeutig mit einem überzeugten »Ja!« beantworten.

Stimmen zum Buch

»Ein wunderbares Selbsthilfebuch von unschätzbarem Wert für Eltern, Kinder und Therapeuten. Die Klopftechnik PEP wird sehr anschaulich, wirklich kinderleicht verständlich, humorvoll und alltagstauglich beschrieben.«
Monika Weber-Lambert

»Den Alltag mit Kindern mit mehr Leichtigkeit meistern: Dazu finden Eltern in diesem Buch neue, spannende Ideen für Herangehensweisen. Claudia Reinicke beschreibt sehr detailliert, wie Eltern mit PEP ihre ganz eigenen, individuellen Stärken hervorheben und noch nicht ausgeschöpfte Potenziale bei sich und ihren Kindern wecken können. PEP nach Dr. Michael Bohne ist eine wunderbare Methode, die Eltern an ihre Kinder weitergeben können, um mehr Leichtigkeit in den Familienalltag zu bringen.«

Josephin Lorenz, Praxis Wandelstern, Hannover

»Dieses Buch ist ein gelungenes Selbsthilfe-Tool für Eltern und ihre Kinder zu vielen verschiedenen Alltagsthemen mit leicht umsetzbaren Anleitungen.«

Ulla Engelhardt, integr. Lerntherapeutin (Fil)

»Es ist Claudia Reinicke hervorragend gelungen, die Grundlage von PEP mit Herz und Leichtigkeit auf den Kinderbereich zu übertragen. Als Kindertherapeutin und PEP-Anwenderin finde ich in diesem Buch viele Anregungen, wie ich Kinder und Eltern zum Klopfen einladen, gemeinsam mit ihnen üben und ihnen diese sehr überzeugende Selbsthilfemethode in den Alltag mitgeben kann.«

Norma Michel, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Dresden

»Klopfen mit Kindern: ist ein sehr empfehlenswertes Buch, wenn es um emotionalen Stress von Kindern geht. Claudia Reinicke und Michael Bohne schaffen es, auf leichte und humorvolle Weise zu vermitteln, wie man Kinder mit PEP unterstützen kann. Das Buch ist so eingängig geschrieben, dass man schon während der Lektüre damit loslegen kann.

Das Buch hat viele weitere Pluspunkte: tolle Fallbeispiele, direkt anwendbare Selbstbestätigungssätze und eindeutige Abbildungen. Mir persönlich gefallen Ratgeber-Bücher besonders gut, wenn ich hinterher nicht nur schlauer bin, sondern mich außerdem gut unterhalten fühle. Das ist hier definitiv der Fall!«

Stefanie Kirschbaum