

## Workshop: „Horch mal, wer da klopft“ – PEP mit Ego-States, ein starkes Duo

Aus der Perspektive der Ego-State-Therapie besteht die Persönlichkeit aus verschiedenen Ich-Zuständen, die im Laufe des Lebens entstanden sind, um Entwicklungsaufgaben zu meistern. Jeder Ich-Zustand ist organisiert in einem spezifischen Erfahrungs- und Verhaltenssystem. Das kann in der Gegenwart parafunktional für die Weiterentwicklung des Gesamtsystems sein. Der Workshop zeigt, wie extrem hilfreich es sein kann, Thematiken dort mit PEP zu behandeln, wo sie entstanden sind. Modifizierte PEP-Tools werden spielerisch mit Ego-State-Methoden kombiniert. Integrativ-systemisch und konsequent am Phänomen und Prozess orientiert ermöglicht gerade diese Kombination einen leichten Zugang auch zu schwierigen Themen. Affekte mit hoher Ladung, Scham- und Schuldgefühle können präzise und systematisch erstaunlich schnell in den Prozess gebracht werden. Dabei nimmt die PEP-eigene therapeutische Haltung mit Leichtigkeit, Zuversicht und Humor, gepaart mit unabdingbarer Wertschätzung gegenüber dem Gesamtsystem eine wesentliche Rolle ein.

Workshop mit theoretischem Input, Live Demos und Übungseinheiten. Ego-State-Vorkenntnisse sind wünschenswert aber keine Vorbedingung.

Die Referentin **Anke Nottelmann** ist Diplom Psychologin und arbeitet seit knapp 30 Jahren in eigener Praxis mit dem Schwerpunkt der Behandlung von schweren Traumafolgen. Sie ist Lehrtherapeutin für Systemische Traumatherapie und Supervisorin (DGSF). Sie verfolgt einen potentialorientierten, integrativ-systemischen psychotherapeutischen Ansatz.

Anke Nottelmann ist Autorin des Kapitels „PEP als wirksame Bereicherung bei komplexen Traumafolgen“ in dem Buch „Synergien nutzen mit PEP“ im Carl Auer Verlag.