



PEP® ist für KlientInnen eine gute emotionale Selbsthilfetechnik.

## TEILNEHMER/INNEN

TeilnehmerInnen sind gut ausgebildete PsychotherapeutInnen, TraumatherapeutInnen und -beraterInnen, Coaches, ÄrztInnen, SpezialtherapeutInnen (z.B. LogopädInnen, Hebammen, Fachkrankenschwestern Psychosomatik/ Psychiatrie, etc.) und HeilpraktikerInnen, die auf dem Boden anerkannter und innovativer Methoden nach neuen und hilfreichen Methoden Ausschau halten.

## TERMINE UND KOSTEN

Die Kurse PEP® I-III beinhalten je 22 U-Stunden und können sowohl einzeln gebucht und besucht werden, als auch in Kombination. Das Zertifikat wird nach PEP® III ausgestellt. Alle Ausbildungsorte, Kosten und Anmeldebedingungen siehe Anmeldebogen und [www.dr-michael-bohne.de](http://www.dr-michael-bohne.de)

## DR. MED. MICHAEL BOHNE

Als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und an wissenssoziologischen Fragen interessierter Arzt war es mir ein Anliegen, die Klopftechniken zu entmystifizieren und prozessorientiert weiterzuentwickeln.

Darüber hinaus war es mir wichtig, sie mit psychodynamischem und hypnosystemischem Wissen zu kombinieren, woraus eine neue Interventionsarchitektur namens PEP entstanden ist. Ferner schien es mir unabdingbar die Klopftechniken und auch PEP wissenschaftlich zu untersuchen, deshalb unterstütze und initiiere ich Forschungsprojekte u. a. mittels fMRT zu den Klopftechniken und zu PEP u.a. an der Medizinische Hochschule Hannover (MHH), wo wir die drei weltweit ersten fMRT Studien der Welt zum Klopfen und zu PEP durchgeführt haben.

## LITERATURTIPPS

Bohne, M., M. Ohler, G. Schmidt, B. Trenkle (Hrsg., 2016): **Reden reicht nicht.** Carl Auer Verlag, 2016

Bohne, M.: **Bitte klopfen!** (Arabisch/Deutsch) Carl-Auer Verlag, 2018

Bohne, M.: **Feng Shui gegen das Gerümpel im Kopf.** Rowohlt Verlag, 2018

Bohne, M., S. Ebersberger (Hrsg.): **Synergien nutzen mit PEP.** Carl Auer Verlag, 2019

Bohne, M., S. Ebersberger: **Der Selbstwert Generator** Im Handumdrehen zu einem starken Selbstwert. Carl-Auer Verlag, 2019

Bohne, M.: **Psychotherapie und Coaching mit PEP.** Carl Auer Verlag, 2021

Bohne, M.: **Klopfen gegen Lampenfieber.** Rowohlt Verlag, 2019

Bohne, M.: **Bitte klopfen!** Anleitung zur emotionalen Selbsthilfe. Carl-Auer Verlag, 2019

Bohne, M., S. Ebersberger: **Selbstwert. Einfach. Stark.** Der Selbstwert Generator für junge Menschen. Carl-Auer Verlag, 2020

Bohne, M., S. Ebersberger: **PEP-Tools für Therapie, Coaching und Pädagogik** Interventionen und Arbeitsmaterialien zur Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie. Carl-Auer Verlag, 2022

Pfeiffer, A.: **Emotionale Erinnerung – Klopfen als Schlüssel für Lösungen** Neurowissenschaftliche Wirkhypothesen der Klopftechniken. Carl-Auer Verlag, 2022

Reinicke, C. A., M. Bohne: **Klopfen mit Kindern.** Carl-Auer Verlag, 2019

Kirschbaum, S., M. Bohne: **Klopfen für Kinder.** Carl-Auer Verlag, 2019

Bohne, M., S. Ebersberger: **Entwicklung empowern mit PEP** Prozess- und embodimentfokussiert arbeiten mit Kindern und Jugendlichen. Carl-Auer Verlag, 2022

## KONTAKT

Dr. med. Michael Bohne

Tiedgestraße 5  
30175 Hannover  
Tel.: (+49) 511 / 811 20 702  
Fax: (+49) 511 / 85 64 518

[post@dr-michael-bohne.de](mailto:post@dr-michael-bohne.de)  
[www.dr-michael-bohne.de](http://www.dr-michael-bohne.de)



# PEP®

## KLOPFEN FÜR PROFIS

Michael Bohne *live auf*  
**You Tube**  
»Michael Bohne«  
eingeben und anschauen...

## PROZESS- UND EMBODIMENTFOKUSSIERT PSYCHOLOGIE

## WEIT MEHR ALS KLOPFEN.

Gefühle bestehen zu einem großen Teil aus Körperwahrnehmungen. Deshalb erscheint es nur logisch, den Körper bei der Veränderung parafunktionaler Emotionen mit einzubeziehen.

PEP® ist eine achtsamkeitsbasierte, die Selbstwirksamkeit aktivierende Zusatztechnik, die sich gut in die allgemeine Psychotherapie, ins Coaching, in die Stressmedizin, in die psychosomatische Grundversorgung und in die Traumatherapie integrieren lässt.

Mit PEP® lassen sich parafunktionale Emotionen vergleichsweise leicht und schnell und trotzdem anhaltend verändern.

In der PEP® werden parafunktionale Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster durch eine Verstärkung neuronaler Netzwerke mittels bifokal-multisensorischer Interventionen (BMSI) verändert.

## SELBSTBEZIEHUNG VERBESSERN!

Die Selbstbeziehung wird konsequent durch Selbstakzeptanzübungen verbessert, was erfahrungsgemäß auch zu einer Steigerung des Selbstwertgefühls und der Resilienz führt. Für TherapeutenInnen hat sich PEP® als selbstfürsorglicher Schutz vor Burn-out und sekundärer Traumatisierung bewährt.

Durch die Integration von PEP® in die bekannten Behandlungsmethoden ergeben sich trotz der ungewöhnlichen Veränderungsgeschwindigkeit erstaunlich tief greifende Wirkungen.

## HUMOR INTEGRIEREN!

Ein wesentlicher Faktor zur Steigerung der Wirksamkeit und zur Verbesserung der Psychohygiene der TherapeutenInnen und Coaches ist die Integration von wertschätzendem Humor und Leichtigkeit - auch bei so genannten „schweren Themen“.

## PEP TUT THERAPEUTEN UND COACHES GUT!

Auch deshalb haben in nur 14 Jahren über 4000 ÄrztInnen, PsychotherapeutenInnen und Coaches die Fortbildung besucht.

*„Man kann Leichtigkeit,  
Zuversicht und Humor gar nicht  
ernst genug nehmen.“*

Michael Bohne

*„Einfachheit ist die höchste  
Stufe der Vollendung.“*

Leonardo da Vinci

*„Die beste Arznei  
für den Menschen  
ist der Mensch.“*  
Paracelsus

## LEHRINHALTE

### Im Grundkurs PEP® I werden folgende Themen behandelt:

- Konsequente Analyse und Behandlung parafunktionaler Emotionen und parafunktionaler Beziehungsmuster und der sich daraus ergebenden Kognitionen
- Prozessfokussierung und stimmige Integration des Klopfens und der Selbstakzeptanzstrategien
- Binokulare diagnostische Brille der PEP® und ihr neurobiologischer Bezug
- Vorstellung verschiedener Wirkhypothesen
- Diagnostiktest, um die häufigsten Gründe für Stagnationen von therapeutischen Prozessen aufzufinden (Big Five Lösungsblockaden)
- Therapeutische Strategien zur Transformation der Big Five Lösungsblockaden
- Ressourcenstärkung und Resilienzsteigerung mit PEP®
- Grundlagen und historischen Wurzeln
- Demos und Kleingruppenübungen

### Im Aufbaukurs PEP® II wird das Gelernte vertieft und erweitert:

- Meisterschaft im Auffinden psychodynamisch-systemischer Blockaden (Big Five Lösungsblockaden)
- Der Kognitions-Kongruenz-Test (KKT), ein Test vor- und unbewusster psychodynamisch wirksamer Lösungsblockaden und deren Transformation
- Ressourcenstärkung und Resilienzsteigerung mit PEP®
- Raum für Supervisionsanliegen / Demos / Kleingruppenarbeit

### Im Abschlusskurs PEP® III wird das Gelernte weiter vertieft und erweitert:

- Selbstwerttraining mittels PEP®
- PEP® in Gruppen
- Spielerische Integration von Leichtigkeit und Humor
- Ressourcenstärkung und Resilienzsteigerung mit PEP®
- Raum für Supervisionsanliegen / Demos / Kleingruppenarbeit
- Zertifikat

## WAS SONST NOCH ZÄHLT

- Die Fortbildungen finden an schönen Orten (Hannover, Weggis am Vierwaldstätter See, Wien) und in schönen Seminarräumen statt.
- Sie können an eigenen Anliegen arbeiten und somit aktiv Ihre Gesundheit, Stimmung und Kompetenz verbessern, was bei den Teilnehmern oft zu einer Zunahme der persönlichen und beruflichen Erfüllung und des Erfolgs führt.
- Sie erlernen mit PEP® eine schnell wirksame Technik, mit der Sie für Selbstzähler attraktiver werden.
- Die Kurse werden von den Ärztekammern mit **26 CME Punkten** je Kurs zertifiziert.