

Den Zauber von PEP neurowissenschaftlich verstehen und boostern

Willkommen im PEPologischen Camp für poetische Zuversicht!

Kennst du das Gefühl? Ein Klient sitzt vor dir und bricht im Angesicht seiner Lage in Tränen aus. Im Grunde genommen bist du ein zuversichtlicher Mensch. Doch hier? Im Angesicht dieser seit jeher bestehenden Thematik an eine richtig gute, attraktive Lösung glauben?! Impossible!

Ich (Antonia) erinnere mich an mein erstes Depressionsseminar bei Michael. Dort erzählte er davon, was bei ihm im Inneren vorgeht, wenn er PEP macht und der Mensch vor ihm sehr belastet ist: "70 % meiner Aufmerksamkeit sind beim Aufrechterhalten von Zuversicht, 30% bei den PEP-Tools." "Gut zu wissen!", dachte ich mir damals. "Doch wie stelle ich das an – zuhause, allein in meiner kleinen Praxis? Wie kriert man diese Zuversicht?" Vielleicht hast du dir diese Frage auch schon einmal gestellt.

Mir fiel beim neurowissenschaftlichen Forschen zu PEP® eine Lösung in den Schoß. Diese Lösung lautet Wissen! Wissen darüber, warum sich emotionale Themen tatsächlich von Natur aus oft wahr und unveränderbar anfühlen. Wissen darüber, dass sie sich ändern können und was sie ganz praktisch dafür brauchen. Dieses Wissen zaubert zuversichtliche Augen. Und dieses Wissen hilft außerdem, die PEP®-Tools noch intuitiver und regelmäßiger anzuwenden, gerade in jenen Momenten, in denen es "brennt". **Denn wenn wir die Natur unbewusster emotionaler Erinnerungen verstanden haben, können wir gar nicht mehr anders als ihnen mit PEP zu begegnen.**

Diese Erinnerungen sind die automatisierten Gefühle und körperlichen Reaktionsmuster zu einem Kontext, Mensch, Ort, die in einem emotionalen oder gefährlichen Moment als adäquate Reaktion für die Zukunft gespeichert wurden. Diese Erinnerungen enthalten nicht unsere biographischen Geschichten, und doch erzählen sie eine Geschichte. Denn wenn sie aktiviert sind, spüren wir, was wir „damals“ gespürt haben! Wir spüren, was wir damals als „wahr“ empfunden haben. Das heißt: Unbewusste emotionale Erinnerungen speichern nicht alleine unsere automatisierten Emotionen, sondern unsere emotionalen „Wahrheiten“, unsere Annahmen über die Welt.

Die Herausforderung liegt darin, die unbewussten Themen sprachlich greifbar zu machen. An dieser Stelle kommt die Arbeit von Benni ins Spiel:

Ich (Benni) habe das systemische Erlebnisorchester in die Arbeit mit PEP® übersetzt. Im Erlebnisorchester können wir in der Sitzung selbst das körperlich-emotionale Erleben der Klient*innen aus dem Alltag erfahrbar machen, und zwar auf Grundlage neurowissenschaftlicher Erkenntnisse. **Wir übersetzen die subtilen Ebenen körperlichen Erlebens in eine greifbare Sprache und schaffen so die Basis für Veränderung.**

Wir freuen uns, euch im Rendezvous aus emotionaler Erinnerung und PEP im Erlebnisorchester zu begrüßen! Wie immer gibt es PEP®-Demos und PEP®-Arbeit in Kleingruppen. Dabei liegt der Fokus auf einem kreativen sprachlichen Erkunden emotional-körperlicher Schemata und dem Finden stimmiger Affirmationen. Es wird zudem ein Grundlagenwissen zu emotionaler Neuroplastizität vermittelt.

Antonia & Benni!

Die Referent*innen:

Antonia Pfeiffer, Dr. med., ist Ärztin und Wissenschaftlerin. Seitdem sie 2011 ihren ersten PEP-Kurs belegte, kann sie gar nicht genug kriegen: 2014-2021 promovierte sie an der medizinischen Hochschule Hannover (MHH) über die erste PEP-fMRT-Studie: »Emotionsregulation durch Klopftechniken – eine fMRT-Studie«. 2022 wurde ihr Buch „Emotionale Erinnerung – Klopfen als Schlüssel für Lösungen! Neurowissenschaftliche Wirkhypothesen der Klopftechniken“ im Carl-Auer-Verlag veröffentlicht. Als Ärztin arbeitet Antonia in eigener Praxis mit PEP und forscht im Insula-Institut für integrative Therapieforchung zu emotionalen Erinnerungen.

Benjamin Hinz ist Sprachwissenschaftler und arbeitet als systemischer Familien- und Hypnotherapeut. Vorwiegend arbeitet er mit seinem Konzept des Erlebnisorchesters – einer Adaption des Netzwerkmodells von Gunther Schmidt – sowie der PEP. In seiner Doktorarbeit an der Universität Bielefeld erforscht er Trancephänomene in Interaktionen und verbindet so interdisziplinär die Linguistik mit Hypnose und moderner Hirnforschung.