

Workshop „Die Kunst des Reframens“

Die ko-kreative Entwicklung passender und individuell stimmiger Affirmationen gemeinsam mit unseren KlientInnen stellt vermutlich die größte Herausforderung in der Arbeit mit PEP, aber auch in der gesamten psychotherapeutischen Arbeit dar. Dies liegt nicht zuletzt daran, dass man bei dieser Arbeit quasi kunsthandwerklich mit Sprache umgeht. Um gute Kraftsätze entwickeln zu können, braucht es vor allem ein gutes Händchen im Reframen. Wollen wir das Potential von PEP voll ausschöpfen, so lohnt es sich als PEP-AnwenderIn seine persönliche Kunsthfertigkeit im Reframen ständig zu verbessern.

Wir brauchen diese sowohl als Haltung der grundsätzlichen Ressourcenorientierung als auch als Handwerkszeug, um die PEP-Tools sprachlich vollendet umsetzen zu können. Bei der Arbeit mit PEP geht es um einen raschen Wechsel von blockierenden Gedanken, Gefühlen und einseitigen Perspektiven. Je höher die sprachliche Kreativität der PEP-AnwenderInnen entwickelt ist, umso schneller können unsere Klienten, Kunden oder Patienten einen Perspektivwechsel mit Leichtigkeit erreichen und neue Lösungsoptionen entwickeln. Idealerweise werden auch sprachliche Bilder, sog. Metaphern genutzt, um möglichst viele Sinne anzusprechen und die Lösungsfindung auf allen Ebenen zu verankern. Wunderbar wirksame Affirmationen sind oft das Ergebnis überzeugender Reframings und finden sich in „Lunchpaketen“ wieder.

Dieser Workshop ist eine Art „Basis-Trainingslager“ für PEPologen, die die Kunst des Reframens systematisch erlernen und trainieren möchten. Anhand von zahlreichen Übungen werden sowohl die Haltung als auch die sprachlichen Muster geschult und anschließend in der Anwendung der bekannten PEP-Tools umgesetzt. Wie alle PEP-Seminare bietet auch dieser Workshop gute Gelegenheiten, an eigenen Themen zu arbeiten und sich persönlich weiterzuentwickeln – wie gewohnt mit Leichtigkeit und Humor!

Meine Motivation für diesen Workshop:

Sowohl durch meine Arbeit mit Unternehmen als auch als Psychotherapeutin bin ich der tiefsten Überzeugung, dass nichts so effektiv und nachhaltig eine Konfliktlösung befördern kann, wie ein überzeugender Perspektivwechsel. Gerade als PEPologen können wir die Potentiale, die darin stecken nutzen und in Chancen verwandeln.

Dipl.-Psych. Luitgard Mager-Prenner ist Psychologische Psychotherapeutin und arbeitet nach langjähriger Leitung einer Beratungsstelle seit 2002 in eigener Praxis überwiegend als Mediatorin, Supervisorin und Coach. Seit vielen Jahren gibt sie ihren Erfahrungsschatz im Umgang mit intra- und interpersonellen Konflikten in Fortbildungen sehr gerne weiter.