



Mit PEP® gegen Flugangst

Jeder, der Flugangst schon mal erlebt hat kennt das: Gefühle wie Stress, Angst, Überforderung oder Hilflosigkeit kommen sofort auf, wenn man ein Flugzeug betritt oder sogar wenn man nur daran denkt, demnächst fliegen zu müssen. Diese Gefühle bestehen zu einem großen Teil aus Körperwahrnehmung. Man spürt sofort, wo diese Emotionen im Körper sitzen. Aus diesem Grund ist es nicht nur logisch, sondern auch hochwirksam, den Körper bei der Veränderung von parafunktionalen Emotionen miteinzubeziehen.

Dr. med. Michael Bohne ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und der Begründer der Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie (PEP®), die eine hochwirksame Möglichkeit bietet, bedrückende Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster zu verändern. PEP® beeinflusst neuronale Netzwerke mittels bifokal-multisensorischer Interventionen (BMSI).

In PEP® wird durch das Klopfen von bestimmten Punkten auf dem Handrücken und im Gesicht ein haptischer Stimulus gesetzt, der direkt auf das limbische System in unserem Gehirn wirkt.

In diesem Workshop lernen Sie, wie man PEP® selbst anwendet und haben so immer ein hochwirksames Werkzeug bei sich, damit Sie Ihren nächsten Flug genießen können!

Leitung: Mag. Ivana Gloger - Klinische- & Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie) und

Mag. Ulla Augl-Schatzl, MBA - Executive & Personal Coach, Psychologische Beraterin - beide zertifiziert nach der Fortbildung PEP®

Ort: Kraftwandler Executive & Personal Coaching, Sonnhubergasse 2, 4060 Leonding

Termine: 8. Oktober 2019 17:00-19:00 sowie 26. November 2019 17:00-19:00

Frequenz: Zwei aufeinanderfolgende Gruppentermine; individuelle Einzeltermine

Dauer: Pro Termin jeweils zwei Einheiten á 50 Minuten, Einzelcoaching max. 2 EH

Teilnehmer: Maximal 12 Personen

Konzept: Geschlossene Gruppe sowie individuelles Einzelcoaching

Kosten: € 450 pro Person

Methode: PEP® nach Dr. Michael Bohne

Anmeldung: office@kraftwandler.at

Weitere Informationen: Mag. Ivana Gloger [0680/3223622](tel:06803223622) und Mag. Ulla Augl-Schatzl, MBA [0668/8621848](tel:06688621848)

Anmeldefrist: 4. Oktober 2019

Stornobedingungen: Bis 4. Oktober 2019 kostenfrei stornierbar, danach werden 100% der Workshopkosten berechnet.