



Carpe Diem

# Klopfen mit PEP® - Selbstwerttraining- ein Workshop mit Mag. Ivana Gloger und Mag. Ulla Augl-Schatzl, MBA

## Warum Klopfen und warum mit PEP®?

Gefühle wie Stress, Angst, Überforderung oder Hilflosigkeit 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.

**Dieser Workshop baut auf Teil I und II auf und widmet sich dem Thema Selbstwert!**

**Leitung:** Mag. Ivana Gloger - Klinische- & Gesundheitspsychologin, Ernährungspsychologin und Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie) und Mag. Ulla Augl-Schatzl, MBA - Executive & Personal Coach, Psychologische BeraterIn - beide in Fortbildung PEP® (nach Dr. Bohne).

**Ort:** Praxis Linz oder Leonding, wird noch bekanntgegeben

**Termin:** 11. Dezember 2019 17:00-19:00

**Frequenz:** Einmaliger Termin

**Dauer:** Zwei Einheiten á 50 Minuten

**Teilnehmer:** Maximal 12 Personen

**Gruppenform:** Geschlossen, danach ist eine individuelle Einzelberatung (kostenpflichtig) möglich.

**Kosten:** € 65 pro Person

**Methode:** PEP® Prozess-und Embodimentfokussierte Psychologie nach Dr. Michael Bohne

**Anmeldung** und weitere Informationen bei Frau Mag. Ivana Gloger 0680/3223622 unter Mag. Ulla Augl-Schatzl, MBA unter 0668/8621848.

**Anmeldefrist:** 2. Dezember 2019

**Stornobedingungen:** Bis 2. Dezember 2019 kostenfrei stornierbar, ab 3. Dezember werden 50% der Workshopkosten und ab 10. Dezember 2019 werden 100% der Workshopkosten berechnet.