

Michael Bohne (Hrsg.)

# **Klopfen mit PEP**

Prozess- und Embodiment-  
fokussierte Psychologie  
in Therapie und Coaching

Vierte, überarbeitete  
und erweiterte Auflage 2019

# Inhalt

<b>Besonderer Hinweis</b> . . . . .	8
<b>Geleitwort von Peter Fürstenau</b> . . . . .	9
<b>Geleitwort von Klaus D. Hüllemann</b> . . . . .	11
<b>Vorwort zur ersten Auflage</b> . . . . .	13
<b>Vorwort zur zweiten, aktualisierten und erweiterten Auflage</b> . . . . .	21
<b>Vorwort zur vierten, überarbeiteten und erweiterten Auflage</b> . . . . .	23

## Teil I: Vom energetischen Paradigma zur Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie (PEP) . . . . . 25

*Michael Bohne*

I. <i>Es war einmal im alten China, oder: Once upon a time in America ...</i> Historische Wurzeln der Klopftechniken . . . . .	26
2. Die Energetische Psychologie – eine kollektive Hypnotisierung? . . . . .	30
3. Die Säkularisierung der Klopftechniken und die Wiedereinschaltung des eigenen Gehirns . . . . .	33
4. <i>PEP – Von der Zusatztechnik zur Methode</i> . . . . .	34
5. <i>Stören Sie mich bitte nicht, ich behandle Sie gerade lege artis –</i> Prozessorientierte Grundhaltung . . . . .	36
6. <i>Von der Unmöglichkeit, alles zu berücksichtigen:</i> Komplexitätsreduktion und Simplicity – Oder: die binokulare (zweiäugige) Brille . . . . .	38
7. <i>Mögen Sie es maßgeschneidert oder lieber von der Stange?</i> Prozessorientierte Intervention . . . . .	43
8. <i>Nehmen Sie Haltung an – oder doch lieber lockern?</i> Auch die innere Haltung des Therapeuten und Coaches prägt den Prozess . . . . .	50
9. <i>Lösungsmittel für rigide Über-Ich-Strukturen und</i> <i>Bedeutsamkeitseskalationen –</i> Humor und Leichtigkeit . . . . .	51
10. <i>Der Körper ist die Bühne für Gefühle –</i> Verstörung para-/dysfunktionaler Emotionen durch Selbstbeklopfen von Körperpunkten . . . . .	53
11. <i>Ein Friedensangebot an sich selbst – Von der Selbstakzeptanz-</i> <i>übung bei para-/dysfunktionalen Kognitionen und Beziehungs-</i> <i>mustern zur Selbstbestätigungsübung</i> . . . . .	57
12. Die besten Konservierungsmittel für seelisches Leid: <i>Die »Big-Five«-Lösungsblockaden</i> . . . . .	59

13.	<i>Anklage gegen sich selbst und andere – Spezialfall Vorwürfe</i>	69
14.	<i>Beim Klienten spielt die Musik – Prozessfokussierte Diagnostik mittels PEP</i>	71
15.	<i>Was man über die Wirkung munkelt – Wirkhypothesen und Forschungsergebnisse</i>	82
16.	<i>Was muss ich als Klient meinem Therapeuten erzählen, damit wir klopfen oder es lassen? Indikation – Kontraindikation</i>	95
17.	<i>Vorsicht, PEP! Die Arbeit könnte leichtfallen und (wieder) Spaß machen – Psychohygiene und Prophylaxe gegen Burn-out und sekundäre Traumatisierung</i>	97
18.	<i>Wie geht'n das nun? Praktischer Teil: PEP als Selbsthilfetechnik</i>	100
19.	<i>Wo geht's hin? Die Zukunft der Klopftechniken</i>	129

## **Teil II: Integrationsbeispiele: PEP als integrative Zusatztechnik bei verschiedenen Indikationen und in verschiedenen Settings** 133

### **Trauma:**

1.	Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie zur Behandlung von posttraumatischen Belastungen und Traumafolgestörungen	134
	<i>Dirk Wehrsig</i>	
2.	Klopfen bei komplexen Traumafolgestörungen	147
	<i>Claudia Wilhelm-Gößling</i>	
3.	Energetische Psychotherapie bei Doppeldiagnose Substanzabhängigkeit und komplexe Traumafolgestörung; eine Studie	161
	<i>Roseline Brinkman</i>	
4.	Wege zur Verarbeitung belastender Geburtserlebnisse mit PEP und Hypnose	171
	<i>Margarita Klein</i>	

### **Ängste:**

5.	Klopfen bei sozialen Ängsten	183
	<i>Christine Carels</i>	
6.	PEP und das moderne Paniksyndrom	190
	<i>Diane Koehler</i>	

7. Mit Klopfen der Höhenangst begegnen ..... 199  
*Astrid Polanz-Burgstaller*
8. Hypnose mit PEP beim Zahnarzt ..... 205  
*Georg Dünzl*

### **Psychosomatik:**

9. Klopfen bei (chronischen) Schmerzen ..... 211  
*Uta Kronshage*
10. PEP kombiniert mit psychodynamischem  
Denken und Ego-State-Therapie ..... 224  
*Maria Steiner Fahrni*
11. Klopfen bei Schlafstörungen: »Schlaf gut« ..... 234  
*Gudrun Klein*

### **Coaching:**

12. PEP als Coaching-Tool für berufliche Veränderungen ..... 239  
*Roswitha M. Gschwandtner*
13. PEP im Coaching mit Arbeitssuchenden ..... 249  
*Karin Schwenk*
14. PEP im Sportcoaching ..... 262  
*Markus Bauer*
15. Klopfen mit PEP in der beruflichen Eingliederung ..... 272  
*Kurt Fischer, Michael Haller und Luigi Berini*

## **Teil III: PEP und die anderen ..... 283**

- PEP als Orientierungshilfe und Zusatzverfahren bei  
unterschiedlichen Therapie-, Coaching- und Trainingsmethoden ... 284  
*Dirk Wehrsig*

- Literatur ..... 312**  
**Über die Autoren ..... 321**  
**Über den Herausgeber ..... 324**