

Rezensionen von Buchtips.net

Michael Bohne, Sabine Ebersberger: Synergien Nutzen mit PEP

Buchinfos

Verlag: [Carl-Auer Verlag](#) ([weitere Bücher von diesem Verlag zeigen](#))
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-8497-0305-9 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 34,95 Euro (Stand: 29. September 2022)

Integrativer Ansatz mit vielfachen Komponenten

Seien es Traumafolgen und damit Traumatherapie (Ego-State), seien es Bindungsstörungen und damit Instrumente für eine "sichere Bindung" (gerade in Bezug auf Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft), sei es der Bereich der kognitiven Verhaltenstherapie oder vielfache systemische Ansätze oder auch die humanistische Psychotherapie mit einem Schwerpunkte auf den personenzentrierten Ansatz Carl Rogers oder die "modernen" Ableger NLP, Ressourcenorientierte Therapie, Transaktionsanalyse und einiges mehr, unter "PEP" vereinigen so gut wie alle aktuell als hilfreich angesehen psychotherapeutischen Ansätze.

Was nun nicht heißt, dass der im Bereich Tätige noch 3-10 Ausbildungen zu absolvieren hätte, wohl aber den Blick über den eigenen Tellerrand hinaus zu schärfen, zu akzeptieren, dass neben den "klassischen Methoden" der eher verbalen Formen von Psychotherapie von diesen über (zu) lange Zeit die Einbeziehung der körperlichen Ebene nicht genügend gewürdigt wurde und somit die Einbeziehung körperlicher Erlebniswelten notwendiger Bestandteil einer ganzheitlichen Psychotherapie und schlichtweg einer möglichst kompetenten Hilfe zu sein hat.

Diese Erkenntnisse konzeptionell im Rahmen von PEP zu integrieren und damit den psychotherapeutischen Prozess zu weiten, ist nicht nur eine zusätzliche Ergänzung zu tradierten Therapiemethoden, sondern, das wird im Lauf der Lektüre der gut zu verstehenden Darlegungen aus den verschiedenen psychotherapeutischen Schulen heraus klar, sollte elementarer Bestandteil einer umfassenden "seelischen Behandlung" sein. Wobei es von besonderem Wert für den Leser ist, dass die einzelnen "Integrationen" und Querverbindungen zu etablierten Psychotherapieformen mit vielfachen praktischen Fallbeispielen illustriert werden, die umgehend die theoretischen Gedanken und gewohnten Abläufe mit effektiven Instrumenten und Methoden ergänzen.

Die "Klopft Techniken" von PEP und die verschiedenen "Selbstakzeptanz-Äußerungen" werden dabei in der gelungenen, dennoch knappen und komprimierten Einleitung, von Michael Bohne dargelegt. Dieser erste Teil des Werkes dient als Grundlage für den gesamten Sammelband. Eine sorgfältige Lektüre lohnt hier um so mehr, als dass in den einzelnen Beiträgen der verschiedenen psychotherapeutischen Richtungen auf die Grundtechniken von PEP nur mehr am Rande eingegangen wird.

Was somit als Ergänzung oder Zusatzmethode sich langsam als "Klopft Technik" entwickelte, stellt im aktuellen Stand der Diskussion eher eine Art "Wirksamkeitskatalysator" dar, der in vielfachen psychotherapeutischen Methoden mit eingesetzt werden kann und sollte, aber durchaus im Sinne der Resilienzstärkung und des Aufbaus von Selbstwert eigenständig auch wirksam ist.

Was sich durch alle Beiträge in diesem Werk hindurchzieht und dem Leser verdeutlicht, wie vielfältig die am Ende in der Ausführung einfache Methode sich inzwischen darstellt. Eine anregende, Ressentiments abbauende und überaus breite Lektüre.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[20. November 2019]