

Einladung zum Ostschweizer Regio-Impuls bso

PEP – prozessorientierte und embodimentfokussierte Psychologie

nach Dr. Michael Bohne



PEP ist eine psychotherapeutische Behandlungstechnik, die bei parafunktionalen Emotionen (Auftrittsangst, Stress in Konflikten usw.) die Selbstwirksamkeit aktiviert und auf eine verbesserte Selbstbeziehung abzielt. Dabei wird eine Kombination von psychodynamischen, systemischen und verhaltenstherapeutischen Strategien genutzt. Im Vordergrund steht die von der Akupressur abgeleitete Klopftechnik, die hilft, Emotionen zu regulieren.

Andreas Baer, unser Referent an diesem Abend, wird uns die vier Methodenbereiche von PEP vorstellen und durch ein paar praktische Übungen führen.

Datum	6. Juni 2024
Zeiten	Eintreffen: ab 17:30h Impuls: 18h – 19:30h Apéro: Im Anschluss an den Impuls laden wir zum Verweilen und Geniessen ein.
Ort	Auszeitraum, Schillerstrasse 1, 9000 St. Gallen
Referent	Andreas Baer ist Pädagoge mit einem Masterstudium in Bildungsinnovation und Weiterbildungen in Mediation und Notfallpsychologie. Er ist seit 13 Jahren in der Schulaufsicht tätig und langjähriges Mitglied des Schulischen Kriseninterventionsteams des Kantons Thurgau. Daneben verfügt er über 45 Jahre Erfahrung mit japanischen Kampfkünsten.
Anmeldung	Der Regio-Impuls ist sowohl für bso-Mitglieder als auch Nicht-Mitglieder offen und wird als 1.5h Weiterbildung bestätigt. Anmeldungen bis zum 30.5.2024 über folgenden Link
Unkostenbeitrag	bso-Mitglieder: CHF 20; Nicht-bso-Mitglieder: CHF 30. Zahlbar direkt an der Veranstaltung, in bar oder via Twint.

Wir freuen uns auf einen inspirierenden Anlass und anregende Begegnungen.

Catherine De Clercq Susanne Schweri Patrik Neff