

Vorwort

Nachdem ich schon über zehn Jahre als Verhaltenstherapeutin mit Kindern gearbeitet hatte – zu Themen wie ADHS, Schulschwierigkeiten, Angststörungen oder schwierigen Familienverhältnissen –, merkte ich, dass mir trotz des systemischen Blicks und des multimodalen Ansatzes in meinem therapeutischen Repertoire etwas fehlte. Dieser Eindruck änderte sich auch noch nicht, als ich mein Repertoire um folgende Elemente erweiterte: Hypnose, lösungsorientierte Kommunikation und das Einbeziehen des

Umfelds – Familie, Kindergarten, Schule etc. – in die Behandlung. Irgendwie kam mir der Bezug zum Körper zu kurz.

Vom therapeutischen »Klopfen« hatte ich schon gehört, hatte aber Vorbehalte. Zum einen vertrat sich der Gedanke, an einem Patienten zu klopfen, nicht mit meiner Überzeugung, diesem lediglich dabei behilflich sein zu wollen, den eigenen Weg zu finden. Zum anderen schienen mir die Techniken zum Teil recht »schwammig«.

Dann stieß ich auf die Fortbildungen zur Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie (PEP) von Michael Bohne, deren Prinzipien mich schon nach den ersten beiden Kursen überzeugten: hier »klopfen« die Klienten selbst, es gab »Selbstakzeptanzübungen« und eine gut

strukturierte Vorgehensweise mit präzisen Erklärungen sowie eine humorvolle Leichtigkeit. Auf meine Frage, ob diese Technik auch mit Kindern funktioniere, antwortete Michael Bohne: »Bei Kindern funktioniert das noch besser und noch schneller, als bei Erwachsenen.« Ich legte eine Frage aus meinem Spezialgebiet nach, weil mir während des Seminars schon einige meiner ADHS-Klienten im Kopf herumgeisterten: »Denkst du, das klappt mit hyperaktiven Kindern?«, und bekam als Antwort: »Keine Ahnung, probier's mal aus!«

Kaum war ich wieder zu Hause, machte ich mich ans Werk – und war begeistert! Obwohl ich mit meinen hyperaktiven, lernschwierigen Klienten schon immer viel im Garten in Bewegung arbeitete und manche Übung auch einfach mal auf dem Trampolin durchführte,

hatte ich jetzt ein Handwerkszeug, mit dem sich die überschießenden Emotionen direkt und selbstwirksam beeinflussen ließen. Nicht nur ich selbst, auch die Kinder und deren Eltern waren über die Wirkung verblüfft. Und wir hatten und haben heute noch jede Menge Spaß bei den manchmal etwas komisch anmutenden Haltungen beim Klopfen. Die Frage, ob das Klopfen auch mit Kindern funktioniert, kann ich also eindeutig mit einem überzeugten »Ja!« beantworten.

In der Zwischenzeit waren acht Jahre vergangen, in denen ich diesen wunderbaren Zugang zur Selbstbestärkung praktizierte und mich dabei immer wieder glücklich schätzte, meinen Klienten diese Technik zur Selbsthilfe an die Hand geben zu können: Müttern mit Säuglingen, Kindergarten- und Schulkindern, Jugendlichen sowie Erwachsenen. Michael

Bohne berichtete ich immer wieder begeistert über die Anwendung von PEP mit meiner Klientel, als er mich eines Tages informierte, dass eine Autorin für ein Buch zum Klopfen mit Kindern gesucht werde. Wir einigten uns schnell auf das gemeinsame Vorgehen: Ich schreibe das Buch auf der Grundlage meines Erfahrungsschatzes, er als Vater der PEP-Technik die Einleitung.

Das nun vorliegende Anwender-Buch Klopfen mit Kindern erklärt die Klopftechnik und die Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie und gibt zusätzlich hilfreiche Ideen zu einzelnen Themen, Symptomen und Problemen.

Das erste Kapitel beschreibt ausführlich die Klopftechnik und die Technik der Selbstakzeptanz am Beispiel des Umgangs mit