

Inhalte EFT-Workshop

Tag 1

- Entstehung und Grundlagen von EFT
- EFT Grundtechnik
- Ablauf der Klopfsequenz
- Aspekte eines Problems herausfinden
- Psychische Umkehrung, Versteckter Nutzen, Selbstsabotage
- EFT-Techniken (Erzähl-, Film-, Entscheidungstechnik, ...)
- Klopfprotokoll

Tag 2

- Tägliche stärkende kinesiologische Übungen, Energy-Routine nach Donna Eden
- Arbeit mit Glaubenssätzen
- Verstrickungen mit belastenden inneren Bildern und Überzeugungen lösen
- Innere Kind Arbeit mit EFT
- EFT bei körperlichen Problemen
- Unbewusste Schuld lösen
- EFT mit Kindern