

16. Februar | 04. September 2023

EFT – Emotional Freedom Techniques (Basiskurs)

Möchtest Du die einfache Selbsthilfemethode EFT (Klopfakupressur) in einem Tagesseminar erleben und erfahren, wie Du sie für Dich selbst im Alltag anwenden kannst? EFT öffnet Dir die Tür zu einer neuen Welt, in welcher es in der Tat möglich ist, innerhalb weniger Minuten belastende Gefühle, negative Gedanken und Stress bedingte körperliche Probleme selbst zu behandeln.



Kursinhalt

- Entstehungsgeschichte von EFT
- EFT Erkenntnispostulat
- EFT Grundrezept und dessen Modifizierung
- Skalieren und Testen von Belastungen
- Problemaspekte
- Spezifisches Arbeiten mit EFT
- Was, wenn EFT nicht zu wirken scheint?
- Transfer in den Alltag
- Beharrlichkeit und Gründlichkeit in der EFT Arbeit
- EFT mit Körpersymptomen, negativen Erinnerungen

Kursziel

Die Teilnehmenden

- verfügen über erste persönliche Erfolgserlebnisse hinsichtlich der Wirkung von EFT
- wissen, wie sie das «EFT-Grundrezept» bei emotionalen und körperlichen Beschwerden und Stresssymptomen im Alltag erfolgreich an sich selbst anwenden können

Dozentin

Mellina Zimmermann

Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 20 Teilnehmer

Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Donnerstag, 16. Februar 2023

📅 Montag, 04. September 2023

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👥 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00

👥 Nichtmitglieder CHF 255.00

👜 Mitbringen: Schreibmaterial