

EFT Emotional Freedom Techniques Akupressur-Klopfmethode

Belastende Gefühle und Gedanken auflösen

Körperliche Beschwerden lindern

Dieser 1 Tages-Kurs eignet sich für

- Erwachsene zur Selbsthilfe
- Eltern und Tierhalter*innen zur Anwendung bei ihren Schützlingen
- Therapeut*innen, welche die Methode in ihre Arbeit einbeziehen wollen

Samstag, 23. August 2025

Samstag, 8. November 2025

9:00 - 17:30 Uhr, 7 Kursstunden

210.- inklusive umfassendem Handbuch

Anmeldung erforderlich, Teilnehmerzahl beschränkt

EFT ist eine Methode der energetischen Psychologie.

Sie basiert auf einer einfachen Erkenntnis: Belastende Emotionen können sich im Nerven- und Energiesystem festsetzen und körperliche Symptome hervorrufen oder nachteilige Verhaltensweisen auslösen.

Durch sanftes Klopfen auf bestimmte Akupunkturpunkte, begleitet von passenden Worten oder inneren Bildern, werden diese Störungen und Blockaden gelöst. Ergänzend kommen gezielte Augenbewegungen zum Einsatz, die verschiedene Gehirnareale aktivieren und den Prozess vertiefen.

Lernziele und Themen

- Einführung in die EFT-Grundlagen
- Kennen der EFT-Punkte und -Techniken
- Demonstrationen des EFT-Ablaufs beobachten
- Üben der Methode an sich selbst und mit anderen Kursteilnehmenden

Erfüllt die Weiterbildungskriterien von EMR und ASCA