



Ein Miniworkshop – MEA-Klopftechnik



Foto Amaviael

Lernen Sie diese Technik des EFT (Technik der emotionalen Freiheit / Klopftechnik) als Selbsthilfemethode kennen.

MEA / EFT hat ihre Wurzeln in der Chinesischen Medizin und bezieht neben der sprachlich-kognitiven Ebene auch die körperlich-intuitive Ebene in die Behandlung von Blockaden ein. MEA ist eine Behandlungsform aus EFT (Emotional-Freedom-Techniques, Gary Craig) in Verbindung mit systemischer Beratung.

In diesem Miniworkshop lernen Sie die Grundelemente der „Klopftechnik“ kennen und können erste Erfahrungen damit machen. Sie erleben, wie MEA / EFT funktioniert, können die Klopftechnik als Entstressungs-oder Entspannungsmethode nutzen und die eigenen Kräfte und Ressourcen stärken. Entwickeln Sie einen gelasseneren Umgang mit Anforderungen.

Handelt es sich um tiefer liegende Themen, sollten diese im professionellen Kontext begleitet werden. Das gilt auch für Themenbereiche, die so vielschichtig und komplex sind, dass sie in Einzelsitzungen gehören. (u. a. Blockaden oder Gedankenmuster, die sie beeinträchtigen oder in ihrem Leben einschränken, wie ich traue mich nicht, öffentlich zu reden, ich habe Hemmungen Nein zu sagen, ich kann mich nicht durchsetzen, ich kann mich nicht entscheiden.....). **Wir behalten uns vor, darauf hinzuweisen.**

Sie müssen Ihr Thema in der Gruppe nicht direkt benennen, die Methode wirkt auch, wenn Sie sich nur mental mit Ihrem Problem verbinden.

Wann?

Einzeltermine oder Gruppentermine auf Anfrage

Ort:

Hof Miel, Voßhaarweg 11, 49536 Lienen www.hofmiel.de

Verbindliche Anmeldung unbedingt erforderlich über: **Tel. : 05483 - 72 14 76 oder info@hofmiel.de**

Praxis Freiraum Hofmiel
Lebensberatung Coaching Stressmanagement

