



ROOS COACHING

EFT – EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES

Bei EFT werden vom Coach mit den Fingern bestimmte Punkte des Körpers in einer bestimmten Reihenfolge geklopft. Dabei stimmen sie sich auf ein bestehendes Problem bzw. Symptom ein, und formulieren Sätze, die sich auf dieses Problem bzw. Symptom beziehen. Das Einstimmen auf das Problem stellt den Kontakt zu der betreffenden Störung im Energiesystem her. Dadurch erst wird es möglich, durch manuelles Klopfen auf die Meridianpunkte, Energie in die Meridianbahnen zu schicken und das Energiesystem hinsichtlich dieses Problems wieder auszubalancieren bzw. zu harmonisieren. Das Ergebnis ist in vielen Fällen augenblicklich wahrzunehmen: Das seelische oder körperliche Unwohlsein zeigt sich nur noch in geringer Ausprägung bzw. hat sich aufgelöst. EFT wird auch als energetische Psychologie bezeichnet. Für meine Coaching-tätigkeit ist EFT in mancher Hinsicht eine gute Ergänzung.

Ich benutze EFT als Integrationsinstrument um ein Coaching abzuschliessen. Dadurch ist es möglich, die emotionalen und mentalen Prozesse aus dem Coaching gezielt auf der physischen Ebene anzuregen.

Fortsetzung auf der 2. Seite -->



ROOS COACHING

In Sitzungen, in denen ich gleich von Beginn weg nur mit EFT arbeite, wende ich meine Coachingfähigkeiten an, um auf den Kern des Problems zu kommen. So wird EFT um vieles effektiver. Denn nur wenn die Ursache eines Themas geklopft wird, ist die Wirkung nachhaltig genug, damit sich ein Problem ganz auflösen kann.

KONTAKT

Christoph Roos, Seidenstrasse 1
8853 Lachen, +41 79 220 55 92
www.roos-coaching.ch, info@roos-coaching.ch