



EFT-Newsletter 10/15

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an diesem Newsletter, der Sie über die EFT-Klopfmethode informieren will. Er gibt Ihnen hilfreiche Anregungen zur Anwendung und stellt sich Ihren Fragen zu dieser Technik. Weiterhin gibt es aktuelle Hinweise zu meinen Veranstaltungen.

Sie sind eingeladen,

- über Ihre Erfahrungen mit EFT zu berichten, die ich an dieser Stelle veröffentliche.
- Fragen zu EFT zu stellen, die hier dargestellt und beantwortet werden.
- Fallberichte aus Ihren EFT-Anwendungen zu schildern.

Schicken Sie Ihre Beiträge an kontakt@eft-benesch.de.

Zum Zurücklehnen

»Es kommt immer etwas Gutes, auch wenn es weh tut.«

von mir in einem Kurs zum Klopfen

Wettervoraussage

wurde mir zugesandt

Zwei Indianer gehen zu ihrem Medizinmann und fragen ihn wie der Winter wird. Der hat selbst keinen Schimmer, wirft aber ein paar Steine in die Luft und sagt: »Es wird ein kalter Winter.« Die Indianer gehen also Holz sammeln, um sich auf den Winter vorzubereiten.

Am nächsten Tag kommen wieder einige Indianer und fragen ihn erneut, wie der Winter wird. Er wirft wieder die Steine in die Luft und sagt: »Es wird ein kalter Winter.« Die Indianer gehen auch in den Wald und sammeln noch mehr Holz.

Die nächsten Tage kommen weitere Indianer von anderen Stämmen, und fragen ihn wie der Winter wird. Jedes Mal wirft er die Steine und sagt: »Es wird ein kalter Winter.«

Nach einer Woche überlegt er sich, ob das auch stimmt, was er da erzählt. Deshalb ruft er beim Wetteramt an und fragt, wie der Winter wird. Dort bekommt er zur Antwort: »Es wird ein kalter Winter!«

Der Medizinmann fragt: »Sicher?«

Das Wetteramt antwortet: »Ja klar, wir haben untrügliche Zeichen.«

»Und welche?«, fragt der Medizinmann. Das Wetteramt antwortet:

»Die Indianer sammeln Holz wie die Verrückten.«

Aktuelles

Die Allergie-Buchreihe ist komplett

Mittlerweile ist Teil 2 von »Befreit von Allergie mit der EFT-Klopfakupressur« erschienen, der als Ergänzung zu Teil 1 das Zusammenspiel von EFT mit dem kinesiologischen Muskeltesten bei der Bearbeitung von »Allergien« zum Inhalt hat. Das Buch ist erhältlich über den Buchhandel oder direkt von uns über den benesda-Verlag (www.benesda-verlag.de).



Demo-Personen gesucht

Für den Supervisionskurs am 11./12. Oktober in München-Puchheim suche ich noch Demopersonen (etwa 1 Stunde) für physische und emotionale Themen.. Bitte bei mir melden unter kontakt@eft-benesch.de.

Hinweis-Dauerbrenner

EFT-Übungstreffs

Wer EFT-Levelkurse absolviert hat, soll möglichst viel üben - eigene Probleme angehen, aber dann - bei Interesse - sich auch an Themen anderer Personen wagen. So finden Sie auf meiner Website www.eft-benesch.de unter der Rubrik »[Info/EFT-Übungstreffs](#)« Anlaufstellen im deutschsprachigen Raum, die in ihrer Region solche Treffen anbieten, um miteinander zu üben, Erfahrungen auszutauschen und so die EFT-Fertigkeiten zu erweitern. Schauen Sie also mal rein, wenn Sie mit anderen üben wollen, die Liste wird stetig aktualisiert und erweitert. Wer als Koordinierungsstelle einer solchen Übungsgruppe in seiner Region fungieren will, soll mir schreiben, damit ich sie/ihn in meine Website aufnehmen kann. Mindestvoraussetzung für die Aufnahme in die Liste als Übungstreffanbieter/in ist der absolvierte EFT-Level 2.

Wichtige Anmerkung: Ich bitte darum, mitzuhelfen, diese Liste aktuell zu halten, indem mir z.B. Änderungen in den Kontaktdaten oder auch das Aufhören als Anbieter mitgeteilt werden.

Kinder-Anwender-Liste

Wer speziell EFT auch bei Kindern anwendet und für die Arbeit mit Kindern qualifiziert ist, kann sich auf meiner Website www.eft-kinder.de als EFT-Anbieter eintragen lassen. Wenden Sie sich in diesem Falle an mich unter praxis@eft-kinder.de. Gerne höre ich von Klopfergebnissen und Klopfenerlebnissen mit Kindern aus Ihrer Praxis.

Wichtige Anmerkung: Ich bitte darum, mitzuhelfen, diese Liste aktuell zu halten, indem mir Änderungen der Kontaktdaten oder auch das Einstellen der Tätigkeit mitgeteilt wird.

Anregungen

Aber sie wollen nicht klopfen

Es ist immer wieder erstaunlich (und wiederum doch nicht), dass trotz Klopfserfolgen das Klopfen nicht weiter verfolgt und eingestellt wird. So hatte ich vor Kurzem wieder einen Fall, bei dem eine Frau mittleren Alters ein schmerzhaftes Knie (mit der Diagnose Arthrose und der Aussicht auf eine Operation) beklopft hatte. Nach nur wenigen Klopfdurchgängen versuchte sie vergebens anhand von verschiedensten Bewegungen und Belastungen und mit ungläubigen Blicken den Schmerz wieder zu erzeugen. Sie zeigte verständlicherweise Zweifel, dass dies überhaupt sein könne, was wir auch beklopften. Und ich wies sie darauf hin, dass gerade diese Zweifel ein ernstzunehmender Klopfaspekt ist, der weiterer Bearbeitung bedarf, und dass wir nicht wissen können, ob dieser Erfolg anhaltender Natur ist. Aber sie habe ja erfahren, dass sie etwas in positiver Weise verändern könne, und dass sie bei neuerlichem Auftreten weiter klopfen könne.

Als ich sie am Abend noch einmal traf, konnte ich erfahren, dass sie schmerzfrei geblieben sei. Am darauffolgenden Abenden erfuhr ich dann, dass die Schmerzen wieder vorhanden seien - sie kam aber nicht mehr zum Klopfen, obwohl das Klopfen für sie kostenlos war.

Dies ist kein Einzelfall, sondern Erfahrung in meiner Praxis und in den Praxen anderer Klopfanwender. Aber dies hat durchaus nachvollziehbare Gründe.

Diese plötzliche Veränderung oder Aussicht auf tatsächliche Befreiung von oft jahrzehntelangem Leiden bringt das mit dem Leiden erreichte Gleichgewicht und auch das erlernte Weltbild in Gefahr. Das System reagiert mit Abwehrtendenzen:

«So einfach kann es nicht sein«, »so schnell geht es nicht, da lüge ich mir nur in die Tasche und werde wieder enttäuscht, wenn ich da irgendeine Hoffnung oder Erwartung habe«, das kommt sowieso wieder, denn ich habe es ja immer wieder erfahren, dass alles nichts gefruchtet hat«, »es ist wieder da, ich habe es ja gewusst, auch das Klopfen hilft nichts, wie alles andere, das ich versucht habe« ... »Dieses Klopfen ist doch lächerlich - an sich klopfen und daherreden, so ein Blödsinn, da mache ich mich nur lächerlich« ...

Und nicht zuletzt: Man hat sein Leben darauf ausgerichtet mit all seinen Einschränkungen, aber auch Vorteilen (Rücksicht, Beachtung etc. = sekundärer Krankheitsgewinn). »Was kommt dann, wenn ich es nicht mehr habe? Kann ich da überhaupt noch bestehen? Ist da überhaupt noch jemand für mich da? ...«

All dieses und anderes wären wichtige Klopfthemen, wenn man »am Ball bleiben«, also weiterhin klopfen würde. Und Erfolge werden sich einstellen, wenn man nicht »in diese Falle geht«, wenn man diesen Mut zur Veränderung hat und die nötige Ausdauer zeigt. Dies wünsche ich Ihnen, damit Sie die Befreiungen erreichen, die sie haben wollen.

Gerne höre ich von Ihren Erfahrungen und Ihren Anregungen und Fragen.

Fallgeschichten / Berichte

Das Herz ist wieder gut (Erfahrungsbericht einer Klopfanwenderin):

»... Zuerst mein Vater: Er ist jetzt fast 80 und hatte die letzten Jahre immer mehr Probleme mit seinem Herzen, das immer schwächer wurde. Nachdem er aber jeden Tag, seit ich ihn kenne, mit seinem Hund unterwegs ist, immer eine Stunde am Morgen und eine am Abend, ist er sonst sehr gesund und hat sich damit auch immer wieder hinübergerettet.

Schlussendlich war es dann aber so, dass er immer wieder zusammenbrach, das letzte Mal in seinem Büro, wo zum Glück sein Sohn gerade anwesend war. Er wurde dann sofort mit der Rettung ins Krankenhaus eingeliefert, hatte beim Krankenhauseingang einen Herzstillstand und wurde in letzter Sekunde mit einer Spritze gerettet.

Er bekam einen Defibrillator eingesetzt und natürlich Herzmedikamente und wurde nach ca. zwei Wochen entlassen. Als er dann wieder mit seinen Schneeschuhen wandern war, hat der Defi angeschlagen und zwar so stark, dass er 80 % seiner Leistung verbraucht hat, und mein Vater ins Spital geflogen wurde. Dort wurde er nochmals neu eingestellt, und nach einer Woche durfte er nach Hause.

Ich habe dann geklopft für ihn (ohne dass er es wusste) - alles mögliche, zuerst den körperlichen Anteil, dass das Herz eben schwach ist, und dann aber auch seinen seelischen Anteil, da ich einiges aus seiner Kindheit weiss, und habe dieses Wissen als wahr angenommen und geklopft. Ich hab sicher nicht mehr als zwei Mal geklopft und es auch nicht forciert. Nach ca. einem Monat kam dann die Nachricht, dass sein Herz wieder 100prozentig in Ordnung ist und er eigentlich seinen Defibrillator nicht mehr braucht, so gut geht es ihm. Sie lassen ihn aber drinnen, nur zu seiner Sicherheit. Er hat sich auch sonst in seiner Art verändert, er ist viel zugänglicher, lustiger, entspannter.« *[Kommentar: Dieses Klopfen nennt man »Surrogatklopfen« oder »Stellvertreterklopfen«.]*

Gefühl der Überforderung ade (Bericht einer Klopfanwenderin)

Mir fiel neulich auf, dass ich mich immer irgendwie unwohl fühle, wenn ich viele Termine vor mir habe oder wichtige Treffen und Veranstaltungen in der Firma anstehen. Da ich als Event-

manager arbeite ist das weder hilfreich noch angenehm. Ich habe mich dann einmal darauf konzentriert, was das genau ist. Da kam „das Gefühl überfordert zu sein«. Ich hätte das spontan nie so benannt, denn überfordert an sich bin ich nicht, es läuft dann ja immer alles bestens. Aber gut, so kam die Info von innen, so habe ich es dann auch geklopft.

Zuerst kam nicht viel: »das Gefühl, latent überfordert zu sein ...« wurde beklopft und noch eine Runde und noch eine ... und dann kam plötzlich ganz, ganz viel Emotion. Es kam ein Bild aus meiner Ausbildungszeit, als ich noch zu Hause gewohnt habe. Im Winter, wenn es draußen kalt und dunkel war musste ich immer aus dem Haus und habe an der Hauptstrasse auf eine Kollegin gewartet, die mich dann im Auto mit zur Arbeit nahm. Und dieses Gefühl, in der Dunkelheit und Kälte aus dem gemütlichen Frühstückszimmer in diese dunkle, laute Welt zu gehen, die hat mich so überfordert, dass dann auch richtig Tränen kamen, und das sehr heftig. Ich habe dann weitergeklopft, bis es besser wurde und es mir wieder gut ging.

Und ich dachte mal wieder: »Ich glaub es nicht« ... ich kenne und praktiziere EFT seit Jahren, aber diese Zusammenhänge machen mich immer wieder baff.

Seitdem ist dieses schlechte Gefühl weg, ich sehe hektischen Tagen und Zeiten mit vielen Terminen entspannt entgegen. Und wenn sich das wieder ändern sollte, dann klopfe ich einfach weiter.

[Kommentar: So sollte es sein, sich auf das zu konzentrieren, was da ist, und sich durch das Klopfen führen lassen, so wie auch plötzlich dieses Gefühl und dann auch dieser Erlebnis-Zusammenhang »wie aus dem Nichts« aufgetaucht sind. Auch wenn sich diese positiven Ergebnisse eingestellt haben, gab es oder gibt es vielleicht noch tiefere Wurzeln für diese emotionale Erscheinung. »Gab«, weil es durch die Bearbeitung der emotionalen Ladung ausreichend gelöst wurde. »Gibt«, weil möglicherweise noch Restwurzeln vorhanden sind, die mit diesem Thema »warmes Zuhause und Verlust dieser Wärme« zu tun haben. Also noch weiter testen.]

Die Ruhe ist wieder da (Bericht einer Klopfanwenderin)

Der Klient ist Musiker und hat am Wochenende ein mehrstündiges Open Air-Konzert vor einem sehr großen Publikum mit einer neuen Band. Der erste gemeinsame Auftritt, und er musste in kürzester Zeit viele Songs lernen. Die Sache stresst ihn sehr. Er hat Angst, dass er die Texte vergisst, aber noch viel schlimmer ist die Angst, dass die Stimme die Belastung nicht aushält und versagt. Während er das alles erzählt, klopfen wir schon, um den Klopf-Ablauf zu üben. Es gibt die Angst, dass die Stimme versagt. Die ist bei einer Sechs. Ich frage, ob er die Angst im Körper spüren kann. Ja, die sitzt im unteren Hals. Hat Sie eine Farbe oder Form? Ja, sie ist rund und dunkel, irgendwie blau/rot/grün - alles, was man mit Schwarz mischen kann. Und hat die Größe eines Tischtennisballes. Wir klopfen diesen dunklen, dunklen bedrohlichen Kreis im unteren Hals, den er spürt, wenn er an das Konzert und die Verantwortung als Sänger denkt. Wir klopfen die Verantwortung und die vielen Gäste. Tiefes Atmen! Was hat sich verändert? Der Kreis ist kleiner, wie ein 2 Cent-Stück und ganz orange. Wir klopfen diesen orangenen Kreis.

(Ich merke, dass es ihm schwerfällt die Augen offen zu haben. Schlage vor, die Augen zu schließen und die Punkte nach Gefühl zu klopfen -die Klopfroutine hat er schon gut drauf - und ich gehe einfach mit. Das macht er sofort und fühlt sich damit viel wohler, kann besser spüren.)

Auch dieser orangene Kreis verändert sich nach drei Durchgängen und wird klein, hellgrün und ist nur noch so groß wie ein 1 Cent-Stück. Auch das nehmen wir wieder, das hellgrüne, kleine, centstückgroße Angstgefühl im unteren Hals.

Das ändert sich dann zu einer fluffigen, weiss-hellgelben Wolke die sich dann in einen Nebel-schwaden verändert. Immer alles im unteren Hals.

Der Nebel reagiert auf den Atem, lässt sich bewegen, also auch vom Klienten selbst beeinflussen. Plötzlich sagt er, dass das ja gar nicht mehr bedrohlich wäre, eher schön und leicht. Das klopfen wir, dass es auch leicht gehen darf und schön sein kann. Da ist plötzlich das Gefühl im Hals weg. *[Kommentar: Dieses Vorgehen ist »Klopfen mit Metaphern«; siehe u.a. auch meinen Newsletter 10/10]*

Ich sage ihm, er soll da ganz genau hinspüren, wie es sich anfühlt und ob wirklich alle weg ist. Ja, es wird ganz warm, er legt die Hand auf den Hals ... alles weg. Es fühlt sich gut an. Ich bitte ihn, das gute Gefühl zu genießen, es aufzusaugen und abzuspeichern. Das tut er ganz ausgiebig und mit Freude. Ich frage noch einmal nach dem Auftritt, den Gästen, der Stimme ... ob sich noch Stress zeigt. Nein, alles weg. Wir gehen jetzt den Tag des Konzertes durch: das Aufstehen, Vorbereiten, Hinfahren, Soundcheck, etc. Das ist super, er sagt, er freue sich auf das Konzert, hätte jetzt richtig, richtig Lust darauf. Auch das lasse ich ihn weiter klopfen, was er lange und ausführlich macht.

Der Klient ist nun sehr entspannt, aber auch schlapp. Er freut sich sehr über das gute Gefühl und meint, er fühle sich wie ein Goldkehlchen. Ich zeige ihm noch, wie er in der Öffentlichkeit klopfen kann, wenn z.B. kurz vor dem Konzert Stress aufkommen sollte. Er will sich nach dem Konzert melden.

Ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit EFT und Ihre EFT-Fälle (erfolgreiche bis weniger erfolgreiche) könnten hier stehen. Dies ermutigt auch andere, sich an EFT zu versuchen. **Schreiben Sie, damit dieser Newsletter eine Fundgrube und Hilfe für andere EFT-Anwender sein kann und bleibt!**

Die EFT-Kinderecke

Aus der Kinderwelt

Johannes weiß: »Wenn Jungs groß sind, dürfen sie arbeiten, Auto fahren und Bier trinken.«

Surrogatklopfen für ein Kind

Johannes, sechs Jahre alt, zeigte nach Aussagen seiner Mutter seit einiger Zeit ein sehr problematisches Verhalten: Er war aggressiv, aufsässig, wollte nicht mehr gehorchen, lehnte sie ab, wenn sie ihn beruhigen wollte ... Johannes wollte auch keine Hilfe, so dass die Mutter alleine zu mir kam. Zunächst beklopfen wir den Stress der Mutter, ihre Hilflosigkeit (sie wusste sich nicht mehr zu helfen), wenn sie an ihren Sohn und sein Verhalten dachte. Viele Tränen flossen, weil sie nicht mehr an ihn herankam und befürchtete, dass »sie ihn verlieren könnte«. Das Klopfen beruhigte sie zusehends. Ich bestärkte sie darin, weiterhin mit Vertrauen auf ihren Sohn zu schauen, er wohl eine schwierige Zeit durchmachen würde.

Nachdem die Mutter wieder stabil und positiv war, fragte ich sie, ob es da eine schwierige Situation geben würde, ob etwas vorgefallen sei. Sie berichtete, dass sie bislang mit ihrem Sohn alleine gelebt habe, bis sie jetzt einen neuen Partner gefunden habe. Sie habe ihn auch Johannes bereits vorgestellt, aber Johannes wollte davon nichts wissen und sei sprachlos auf sein Zimmer gegangen. Irgendwie scheine er diese neue Situation nicht annehmen zu können. Ich führte die Mutter in das Surrogatklopfen ein und regte an, dass wir dies gemeinsam für ihren Sohn durchführen könnten.

So saßen wir da, stimmten uns auf Johannes ein und griffen das offensichtliche Verhalten von ihm für den Beginn des Klopfens u.a. auf mit: »Auch wenn du jetzt so aggressiv bist, nichts mehr annehmen willst ..., bist du dennoch mein Johannes ...«. Dies klopfen wir eine ganze Weile, bis andere Sätze entstanden: »Auch wenn du es nicht akzeptieren kannst, dass da plötzlich jetzt eine andere Person in die Familie kommt ...«, »Auch wenn du nicht akzeptie-

ren kannst, dass Mama Aufmerksamkeit auch einer anderen Person gibt ...« Dies wechselte dann plötzlich über in ein Gefühl, das die Mutter in Johannes wahrzunehmen schien: »Auch wenn du Angst hast, dass ich dich nicht mehr beachten könnte ... dass ich diesen neuen Partner dir vorziehen könnte ... dass du dann ganz alleine bist ...« Bei diesen Worten musste die Mutter weinen, ihr schien etwas Bedeutsames klar geworden zu sein. Während sie ohne Worte diesen Schmerz beklopfte, blieb sie ganz versunken in Kontakt mit ihrem Sohn, bis sie äußerte: »Auch wenn du Angst hast, dass du jetzt auch noch die Mama verlierst, wo du schon den Vater verloren hast und dann ganz alleine wärst, von allen verlassen und verraten ... und mich jetzt wegschubst und ablehnst, damit es dir nicht so weh tut ...« Tränen traten erneut aus ihren Augen. Wir klopfen diesen wichtigen Aspekt ziemlich lange, bis die Mutter mit einem tiefen Atemzug wieder zu sich kam. Sie blickte mich verwundert an, denn irgendwie hatte sie jetzt etwas Wichtiges vom Innenleben ihres Sohnes lebhaft erfahren. Sie selbst hatte ganz die Trennung von ihrem Mann verdrängt, die auch für sie sehr schmerzhaft verlaufen war, und hatte dabei ganz vergessen, dass auch ihr Sohn darunter gelitten haben könnte. »Aber es war so Vieles auf die Reihe zu bekommen, alleine mit einem kleinen Kind.« Sie schaute nun mit mehr Verständnis auf ihren Sohn und dennoch war jetzt auch so etwas wie Schuldgefühle, dass sie ihm nicht genug gegeben hat, dass sie nun auch noch einen neuen Partner an ihrer Seite hat. Nachdem wir diese Aspekte beklopft haben und sie wieder ruhiger geworden war, fühlte sie sich stark genug, sich ihrem Johannes zu stellen.

Als Hausaufgabe sollte sie weiter eigene akute Gefühle klopfen, um für sich selbst immer stärker und klarer zu werden, und soweit erforderlich das Surrogatklopfen fortsetzen, um die Belastungen in Johannes zu entspannen. Das Angebot für weitere Sitzungen nahm sie nicht in Anspruch, da sich - wie es sich rasch zeigte - das Verhalten von Johannes deutlich verbesserte und er sogar auch schon mit dem neuen Partner erste Annäherungen zuließ.

Schreiben Sie mir Ihre Erfahrungen und Anregungen beim Klopfen mit Kindern, damit diese Beiträge viele weitere Menschen anregen, das Klopfen auch bei Kindern zu wagen.

Wichtige Hinweise

EFT ist kein Allheilmittel, obgleich die EFT-Anwendung bislang in zahlreichen Problembereichen zu erstaunlichen Erfolgen geführt hat. Diese Ergebnisse sind zudem nicht wissenschaftlich gesichert, sondern basieren weitgehend auf Berichten von beruflichen und privaten EFT-Anwendern. Zwar gibt es bereits erste Studien über EFT mit Hinweisen auf die Wirksamkeit in bestimmten Bereichen, doch sind noch mehr Studien nötig, um gesicherte Aussagen machen zu können.

Die EFT-Klopfakupressur ersetzt bei bestehenden Beschwerden keinen Besuch bei Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Therapeuten. Eine sichere fachliche Diagnose muss einer gewählten Selbstbehandlung stets vorangehen! Es wird ausdrücklich davon abgeraten, irgendwelche Medikation von sich aus abzusetzen. Dies muss immer mit dem behandelnden Arzt oder Heilpraktiker abgesprochen werden. Am besten führen Sie EFT - wo nötig - parallel zur medizinischen oder auch psychotherapeutischen Behandlung durch.

Bislang sind dem Verfasser keine Nebenwirkungen bekannt, doch kann für den Einzelfall dies natürlich nicht ausgeschlossen werden. Insofern ist es wichtig, dass Sie die volle Verantwortung in körperlicher wie in psychischer Hinsicht übernehmen, wenn Sie diese Methode anwenden. Eine Verantwortung von meiner Seite wird hier ausdrücklich ausgeschlossen.

Und immer daran denken: Versuchen Sie sich nicht an etwas, das Sie überfordern könnte!

Anmelden und Abmelden dieses Newsletters

Wichtiger Versandhinweis

Ich versende diesen Newsletter nur an Abonnenten oder an Interessenten, die mit mir in Kontakt getreten sind.

- Für eine Anmeldung, Abmeldung oder Änderung Ihrer Email-Adresse bitte eine Meldung per Email oder eine Notiz via Website an www.eft-benesch.de, Rubrik »Newsletter« senden.
- Ich versichere, dass Ihre Email-Adresse und weitere Angaben streng vertraulich behandelt und an Dritte nicht weitergegeben werden.

Impressum

Dieser Newsletter wird herausgegeben von Horst Benesch, Am Walkweiher 16a, 86875 Waal, Tel: 0151-58124102

www.eft-benesch.de, www.eft-kinder.de

Der Autor

Horst Benesch, Heilpraktiker (Psychotherapie), ausgebildet in verschiedenen Verfahren der humanistischen Psychotherapie, EFT-Therapeut, Trainer für EFT, Seminarleiter, Wohlstands- und Erfolgscoach, Buchautor. Praxis in München.

Waal im Oktober 2015

Kursprogramm 2015/2016

Ergänzungen und nähere Informationen zu den Kursen siehe www.eft-benesch.de

Kosten, wenn nicht anders angegeben :

- **Röhrmoos (85244):** Zweitageskurse € 320,-, Eintageskurse € 200,- (bei Anmeldung früher als 3 Wochen vor Beginn € 290,- bzw. € 180,-) (jew. inkl. Kaffeepausen u. Mittagessen)
- **München:** Zweitageskurse € 290,- (bzw. € 260,-), Eintageskurse € 180,- (bzw. € 160,-) (jeweils inkl. Kaffeepausen)
- **Zeit:** Eintageskurse 9.30 bis 18.00 Uhr, Zweitageskurse Sa 9.30 bis 18.00 Uhr, So 10.00 bis 17.00 Uhr

----- EFT-TRAINING LEVEL 1 -----

(2-tägiger Basiskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 28./29.11.2015, 27./28.02., 25./26.06. oder 26./27.11.2016

Ort: **Salzburg**

Datum: 21./22.11.2015 oder 05./06.03.2016

Anmeldung und Info: Renate Kitzmantel, Email: kitzmantel@eftsalzburg.at

Ort: **Vahrn bei Brixen (Südtirol)**

Datum: 15./16.04. oder 21./22.10.2016

Anmeldung und Infor: Magdalena Faltner, Email: magdalena.faltner@kloster-neustift.it

Ort: **Regensburg**

Datum: 23./24.04.2016

Anmeldung und Infor: christianebombhard@googlemail.com, Tel.: 0941-567953

----- EFT-TRAINING LEVEL 2 -----

(2-tägiger Aufbaukurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 17./18.10.2015, 09./10.04. oder 15./16.10.2016

Ort: **Salzburg**

Datum: 16./17.01. oder 18./19.06.2016

Anmeldung und Info: siehe bei Level 1

Ort: **Regensburg**

Datum: 24./25.09.2016

Anmeldung und Infor: siehe bei Level 1

----- EFT-TRAINING LEVEL 3 -----

(2-tägiger Intensivierungskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 05./06.12.2015 oder 03./04.12.2016

----- EFT-SUPERVISION -----

(2-tägiger Intensivierungskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 10./11.10.2015 oder 11./12.06.2016

----- EFT-SPEZIALKURSE -----

Für diese Kurse sind EFT-Grundkenntnisse erforderlich

► EFT bei belastenden Erlebnissen (Trauma)

(2-tägiger Intensivierungskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 20./21.02.2016

► Frei von Phobien u. spezifischen Ängsten

(2-tägiger Intensivierungskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 30.04./01.05.2016

► Arbeit mit Glaubenssätzen und Sprache

(1-tägiger Übungskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 24.10.2015 oder 29.10.2016

► Strukturierung komplexer Themen

(1-tägiger Übungskurs mit Teilnahmezertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 25.10.2015 oder 30.10.2016

► Gesunde Kinder mit EFT

Ort: **Vahrn bei Brixen (Südtirol)**

Datum: 06.02.2016

Anmeldung und Infor: siehe bei Level 1

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 13.03.2016

Ort: **Herzogenbuchsee (Schweiz)**

Datum: 05.06.2016

Anmeldung und Info: Reto Wyss, Schweizer. Zentrum für EFT und Energiepsychologie, Email: info@emofree.ch

► Frei von Allergien mit EFT

Ort: **Vahrn bei Brixen (Südtirol)**

Datum: 05.02.2016

Anmeldung und Info: siehe bei Level 1

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 12.03.2016

Ort: **Herzogenbuchsee (Schweiz)**

Datum: 04.06.2016

Anmeldung und Info: siehe »Gesunde Kinder mit EFT«

----- EFT ERWEITERNDE KURSE -----

Für diese Kurse sind EFT-Grundkenntnisse erforderlich

► Systemisches Integrieren

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 23./24.07.2016

► »Lust auf Wohlstand und Erfolg«

Basiskurs

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 14./15.11.2015 oder 12./13.11.2016

Folgetage

Ort: **Puchheim**

Datum: 09.07.2016

-- Intensive Selbsterfahrungskurse --

Für diese Kurse sind EFT-Grundkenntnisse erforderlich

► »EFT-Intensiv«

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 22.-24.01. oder 15.-17.07.2016

Kosten: € 550,-

AUSBILDUNG ZUM PROFESSIONAL IN EFT-

Informationen zu dieser Ausbildung siehe extra Flyer oder meine Website www.eft-benesch.de/professional.php

Horst Benesch, Heilpraktiker (Psychotherapie), EFT-Trainer, EFT-Therapeut, Wohlstands- und Erfolgscoach

Praxis: Bodenehrstraße 20 · 81373 München

Büro: Am Walkweiher 16a · 86875 Waal · Tel.: 0151 / 581 241 02

E-Mail: kontakt@eft-benesch.de · www.eft-benesch.de · www.eft-kinder.de