



# EFT Newsletter 11/10

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](mailto:kontakt@eft-benesch.de).

---

## Zum Zurücklehnen

»Das Leben ist ein Experiment. Je mehr Experimente du machst, umso besser.«      Ralph Waldo Emerson

Kommt ein Teddybär zum Psychiater und legt sich auf die Couch. Der Psychiater fragt: »Was ist denn Ihr Problem?« Der Teddy antwortet betrübt: »Alle wollen mich immer nur auf den Arm nehmen!«

---

## Aktuelles

### Neue Gruppen zur Vertiefung der EFT-Fähigkeiten

- **»Supervision« statt »Professional«:** Ich werde ab 2011 (der erste Termin ist bereits am 15./16. Januar) statt dem sechstägigen »EFT-Professional« Wochenendkurse als »EFT-Supervision« anbieten. Dies wird in vierteljährlichem Turnus stattfinden, so dass Interessierte je nach Bedarf kontinuierliche Unterstützung und Vertiefung erhalten können. Dies betrifft vor allem jene, die EFT beruflich anwenden, da sich ja daraus immer wieder neue Frage- und Problemstellungen sowie Konfrontationen mit eigenen »blinden Flecken« ergeben können. Diese Kurse werden dann auch vom EFT-D.A.CH. als Supervision anerkannt.
- **»Filmtechnik« bzw. »Erlebnistechnik«:** Neu im Programm biete ich zudem speziell für die Bearbeitung und Verarbeitung von belastenden Erlebnissen (einschließlich Traumata) Wochenendkurse in der variantenreichen Anwendung der »Filmtechnik« bzw. »Erlebnistechnik« an. Die praktische Erfahrung zeigt, dass diese äußerst wirkungsvolle Technik – so einfach sie ist – einer vertieften Darstellung und Einübung bedarf, um eine optimale, sichere und sanfte Anwendung auch bei komplexeren und »heißeren« Themen zu erzielen.

### In eigener Sache

Wer mir Mails in den letzten Wochen geschickt und keine Antwort erhalten hat, möge diese doch noch einmal senden. Mir sind alle Mails verlorengegangen. Eines morgens waren sie aus dem Mailprogramm verschwunden (gilt für Mails bis zum 29.10.).

### Erinnerung

Der nächste Wohlstands-Folgetag ist am 27. November.

## Sollten Heilpflanzen weiterhin frei erhältlich sein?

In den letzten Tagen habe ich verschiedene Mails erhalten, die darauf hinweisen, dass in der EU die allgemeine Verwendung von Heilpflanzen stark eingeschränkt werden soll. Hier eine Mail mit Angabe entsprechender Links, wer sich hier noch informieren und dann aktiv werden möchte:

*»Liebe Freunde, Bekannte, Verwandte, Kollegen,  
ich bitte um Eure Mithilfe und Euer Verständnis, falls Ihr diesen Aufruf ›schon wieder‹ erhaltet :)  
Viele Millionen Bürger verwenden derzeit Arzneimittel aus dem Schoß von Mutter Natur, weil sie auf die sanfte und meist nebenwirkungsfreie und seit Jahrtausenden bewährte Medizin vertrauen. Mir ist nicht bekannt geworden, dass die Anwendung von Naturheilmitteln wirklich zu einer nennenswerten Anzahl von Problemfällen geführt hätte.  
Nun will man EU-weit ab April 2011 den Verkauf von Heilpflanzen reglementieren (THMPD - Traditional Herbal Medical Product Directive).  
Die dazu aufgestellten Regeln werden in der Praxis dazu führen, dass die meisten Heilkräuter vom Gesundheitsmarkt verbannt werden.  
Fast alle chinesischen und ayurvedischen Heilpflanzen und ein guter Teil der europäischen Heilpflanzen sollen mithilfe dieses Gesetzes verboten und aus dem Handel genommen werden.  
Die Pharmaindustrie würde damit die Naturheilkunde außer Gefecht setzen und könnte diesen wachsenden Markt für sich übernehmen.  
Wir können noch Einfluss nehmen, um das zu verhindern.  
Im Interesse von uns allen bitte ich Euch, die Petition zu unterschreiben und die Nachricht an Eure Freunde und Kollegen weiter zu leiten.  
Es werden 50.000 Unterschriften gebraucht, und es fehlen noch ca. 30.000.  
Aber ich bin zuversichtlich, dass wir gemeinsam auch diese Hürde erfolgreich nehmen.  
Achtung: Stichtag ist bereits der 11.11.10. Es ist also keine Zeit zu verlieren. Los geht's!  
Man muss sich auf der Seite des deutschen Bundestags registrieren:*

---

<https://epetitionen.bundestag.de/index.php?action=petition;sa=details;petition=14032>

---

*und die Petition dann unterzeichnen - es dauert nicht lange !*

*Hier noch ein Link mit sehr guten Infos dazu.*

<http://www.gesundheitlicheaufklaerung.de/eu-richtlinie-thmpd-das-aus-fur-heilpflanzen-und-naturheilmittel>

*DANKE!!!*

*Liebe Grüße«*

---

## Hinweis-Dauerbrenner

### »EFT D.A.CH. – Fachverband der EFT-Trainer/innen & EFT-Anwender/innen«

Informationen zu Satzung des Verbandes, sowie Mitgliedsanträge und weitere Informationen zum Verband und zu EFT finden Sie unter: [www.eft-dach.org](http://www.eft-dach.org).

### EFT-Übungsgruppen

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](http://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.

### **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](http://www.eft-kinder.de) als EFT-Anbieter eintragen lassen. Wenden Sie sich in diesem Falle an mich unter [praxis@eft-kinder.de](mailto:praxis@eft-kinder.de).

---

## **Anregungen**

### **Auch ein Traum ist das Klopfen wert – sogar im Traum**

Träume gehören, wie alle »realen« Erlebnisse, ebenso in die Kategorie von gelebten Begebenheiten, die beklopft werden können. Wichtig ist hierbei nicht, was da an Inhalten selbst geschieht, es muss also nichts mental verstanden und erklärt werden, sondern entscheidend ist lediglich das Befinden, wenn Sie sich wieder an den Traum erinnern bzw. Sie noch im Traum sind. Nutzen Sie das Klopfen eines Traumes, um wichtige Themen in Ihnen zu lösen.

- Gehen also nach dem Traum in die restlichen Traumspuren so gut es geht (vielleicht weil Sie sich Notizen davon gemacht hatten), und achten Sie auf noch auftretendes Unwohlsein, das Sie wie ein normales Klopfthema angehen, z.B.: »Auch wenn ich diese Beklemmung in meiner Brust verspüre, wenn ich mich wieder daran erinnere, wie ich falle und falle und es nicht aufhört ...«
- Oder denken Sie daran, gleich nach dem Erwachen oder sogar noch im Halbschlaf das Klopfen auf Ihr Traumbefinden anzuwenden. Hier hilft auch das »mentale Klopfen«.
- Oder, wie es eine Klientin von mir beschrieb, die das Klopfen bereits in sich verinnerlicht hat: In einem Traum erlebt sie, »wie alle anderen in Sicherheit sind, nur ich selbst nicht. Dies wollte ich aber nicht. und drücke den Resetknopf. Aber erneut ist es nicht zufriedenstellend, ich will einen anderen Ausgang. **Also habe ich im Traum geklopft!**

Es gibt viele Möglichkeiten und Gelegenheiten des Traumklopfens. Nutzen Sie die günstige Gelegenheit während oder nach dem Traum. Dadurch werden Albträumen oder sich wiederholenden belastenden Träumen sehr schnell der Garaus gemacht und wichtige, verborgene Themen gemildert oder gar aufgelöst.

- Und nicht zuletzt profitieren unsere Kinder davon. Sollten diese in der Nacht erschreckt und gepeiniget oder unruhig im Halbschlaf noch im Traum festhängen oder gar wach in Ängsten sich befinden, schafft das Klopfen rasche Abhilfe, so dass das betreffende Kind wieder in einen entspannten Schlaf fallen kann. Zudem kommen dadurch auch Ängste vor dem Schlafen bzw. dem Einschlafen gar nicht erst zum Erscheinen.

Handelt es sich um ein noch sehr kleines Kind, halten Sie einfach das Kind in Ihren Armen, beklopfen den Rücken entlang der beiden Seiten der Wirbelsäule des Kindes und sprechen beruhigend auf das Kind ein, z.B.: »Dieser Schrecken, diese Unruhe (oder was auch immer Sie wahrnehmen können) in dir, du bist meine Beste (mein Bester) und alles ist wieder gut, du bist in Sicherheit ...«

Bei einem älteren Kind verfahren Sie ähnlich oder nehmen dessen Hand und beklopfen die Finger, während das Kind im Halbschlaf in Bett liegt. Sollte sich das Kind am Morgen an den Traum erinnern, lassen Sie sich den Traum erzählen und klopfen mit dem Kind (Sie an sich und das Kind an sich bzw. nur Sie an sich, wenn das Kind selbst nicht klopfen will, während es von dem Traum berichtet = Tell the story technique).

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

---

## Fallgeschichten / Berichte

### Schulter Schmerzen als »Rucksackerlebnis«

Bericht über eine EFT-Sitzung vom Mai 2010 von Doris Benesch

Frau Renate R. (Name geändert), 63 Jahre, kam zu mir wegen starker und immer wiederkehrender Schulterschmerzen mit Verspannung hauptsächlich auf der rechten Seite.

Zunächst begannen wir damit, die Art der Schmerzen zu klopfen mit: »Auch wenn ich diese ziehenden und stechenden Schmerzen in meiner linken Schulter habe«, sowie ihre psychische Einstellung dazu mit »die mich schier wahnsinnig machen und wo ich keine Hoffnung auf Besserung mehr sehe« und dem akzeptierenden und positiven Informationsanteil »ich akzeptiere mich so, wie ich bin, und lasse den Schmerz los und schicke Entspannung dorthin«.

Nachdem sich nach mehreren Runden mit leichten Abwandlungen des Satzes nur jeweils minimale Verbesserungen einstellten, baute ich noch eine bildliche Metapher in den Satz ein, die mir intuitiv in den Sinn kam.

Der Satz hieß in etwa: »Auch wenn ich diese ziehenden und stechenden Schmerzen in meiner linken Schulter habe, vielleicht weil ich schon sehr, sehr lange einen sehr schweren Rucksack auf meinem Rücken trage mit weiß Gott was für Sachen drin, die ich vielleicht gar nicht mehr brauche, ich bin o.k., und vielleicht gebe ich mir die Chance, etwas aus dem Rucksack herauszuwerfen, zumindest das, was ich nicht mehr brauche.«

Am Ende der 1. Runde sagte Frau R. plötzlich, ihr sei im Moment eine Erinnerung gekommen. Es gab da eine äußerst schwierige und schlimme Situation vor vielen Jahren, die irgendwie mit einer Trennung von ihrem Sohn zusammenhing und wo sie sich am Boden liegen sieht vor lauter Verzweiflung. Ich fragte sie, ob sie jetzt gerade auch diese Verzweiflung spüren würde, wenn sie auf dieses Bild schaut, wo sie am Boden lag, und sie meinte, ja. Die Einwertung ergab eine 7-8. Wir klopfen: »Auch wenn ich diese starke Verzweiflung spüre, wenn ich darauf schaue, wie ich da am Boden liege wegen dieser schlimmen Situation, ich bin o.k. und gebe mir die Chance, diese Verzweiflung, die ich jetzt noch in mir trage, aufzulösen.« Nach zwei Runden Klopfen war die Verzweiflung auf eine Drei gesunken.

Weiter klopfen wir: »Auch wenn ich noch immer etwas von dieser Verzweiflung habe, wenn ich auf dieses innere Bild schaue, ich bin o.k. und mache mir bewusst, es ist schon lange vorbei. und ich habe es überstanden, es ist schon gelebt und existiert nur noch als Erinnerung in meinem Kopf. Ich gebe mir die Chance, diese Verzweiflungs-Erinnerung jetzt zu löschen.«

Nach zwei Klopfunden, atmete Frau R. spontan sehr tief ein und aus. Ich bat sie nochmals auf das Bild zu schauen, wo sie sich am Boden liegend sah. Sie sagte, sie sei jetzt aufgestanden, aus diesem Zimmer gegangen und habe sich auf eine Bank im Freien in der Sonne gesetzt.

Ich fragte sie, wie sich das jetzt anfühlte. Sie meinte: »Gut, aber unbequem, weil der Rucksack noch auf dem Rücken hockt. Außerdem fühle ich mich irgendwie einsam.« Ich ließ mir von ihr beschreiben, wie sich das Einsamkeitsgefühl anfühlte, und klopfte daraufhin mit ihr: »Auch wenn ich dieses Einsamkeitsgefühl in mir habe, das sich anfühlt wie eine große Leere in mir, ich bin o.k. und gebe mir die Chance, diese Leere zu akzeptieren, einfach dasein zu lassen, und ich lasse mich überraschen, was geschieht.« Schon nach einer halben Klopfsequenz sagte mir Frau R., dass die Leere sich jetzt irgendwie voller anfühlen würde, so als wäre da etwas aufgetaucht, was sich gut anfühlte.

Ich bat sie, nochmals auf sich zu schauen, wie sie auf der Bank sitzt, und darauf zu achten, ob sich etwas verändert hätte. Sie schloss die Augen für einen Moment und lächelte. Dann sagte sie: »Der Rucksack steht jetzt neben mir auf der Bank.«

Ich fragte Frau R., wie sich das anfühlte. Sie meinte, er würde sie trotzdem noch stören, und wir klopfen nur die Sequenz mit: »Dieser störende Rucksack da neben mir . . . und ich gebe mir die Chance eine gute Lösung zu finden . . . usw.« Nach einer Runde meinte sie nur: »Da sind große Steine drin und die passen viel besser hier an den Rand des Weges, wo die Bank steht. Ich leere den Rucksack jetzt aus und ordne die Steine schön am Wegrand an. So hat jeder was Gutes davon. Ich bin meine Steine los, und

die anderen können sich an der schönen Wegbegrenzung freuen.« Sie war sichtlich erleichtert über diese Lösung.

Ich ließ sie nochmals auf das »Bank-Bild« schauen, und sie meinte, jetzt würde sie einfach dasitzen und die Sonne genießen. Auf meine Nachfrage, wie es mit dem Einsamkeitsgefühl jetzt sei, meinte sie: »Nein, ich fühle mich jetzt eher angefüllt mit der warmen Sonne und richtig gut und entspannt.«

Ich klopfte mit ihr noch das positive Gefühl mit: »Auch wenn ich mich jetzt gut und entspannt und mit Sonne angefüllt fühle, ich bin o.k. und mache mir bewusst, auch dieses gute Gefühl kommt aus mir, ist Teil von mir, und ich gebe mir die Chance, es anzunehmen, und vielleicht darf es auch noch größer werden, indem ich meine Aufmerksamkeit darauf richte und es damit nähre.«

[Anmerkung: Das Positiv-Klopfen mache ich immer, wenn sich ein gutes Gefühl einstellt, da viele Menschen diese guten Gefühle nicht als ihre eigenen annehmen, weil sie sich vielleicht fremd anfühlen, da selten gefühlt. Hier ist es wichtig, klar zu machen, dass auch die guten Gefühle aus dem eigenen Inneren kommen und nicht von außen gemacht (oder womöglich noch vom Therapeuten gegeben) wurden.]

Nach dem Positiv-Klopfen fragte ich Frau R. natürlich noch nach den Schmerzen in der rechten Schulter. Die Schmerzen waren vollkommen weg und sind seither (also seit sechs Monaten) nicht mehr aufgetaucht!

**Heuschnupfen ade** (Bericht nach einer Live-Demonstration in einem Allergiekurs)

»Lieber Horst, ich wollte Dir mal eine kurze Rückmeldung geben: Letzten Sommer [2009] habe ich bei Dir im Institut von Dr. Wyss (CH) ein Allergieseminar besucht. Du hast mit mir dort eine »Demoanwendung« zum Thema Heuschnupfen gemacht. Nun ist es ja Herbst [2010] und sind die Heuschnupfen-Tage vorbei. Es ging mir diesbezüglich wunderbar in dieser Saison. Normalerweise starteten meine Beschwerden bereits im Februar (Hasel **WAR** mein grösster Feind!). Dieses Jahr sollen ja diese Pollen anscheinend sehr aggressiv gewesen sein. Ich habe davon praktisch nichts gespürt. Auch in der späteren Jahreszeit, als die Gräser (auch die **WAREN** auf meinem Allergieprogramm drauf) aktuell wurden, fühlte ich höchstens ein leichtes Kitzeln in der Nase und im Gaumen [Kommentar: Diese letzten akuten Erinnerungsspuren sogleich mit dem Klopfen angehen, um auch diese Reste an Informationen aus dem System zu beseitigen]. Ich hatte nie tränende Augen, häufiges Niesen, tiefende Nase. Bin wirklich glücklich damit, Herzlichen Dank nochmals für Deine Unterstützung! Liebe Grüsse«

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!**

---

## Aktuelles aus unserer Praxis

Näheres zu den Kursen und weitere Termine **für das Jahr 2010/2011** am Ende des Newsletters bzw. unter [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de).

### EFT-TRAINING UND AUSBILDUNG

#### ► Level 1

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-1-Kurs**: Samstag/Sonntag **04./05. Dezember 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.
- **Mit Doris Benesch: Level-1-Kurs in Lindau:** Samstag/Sonntag **28./29. Mai 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr). Informationen und Anmeldung unter Email: [kontakt@praxis-doris-benesch.de](mailto:kontakt@praxis-doris-benesch.de).
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-1-Kurs** am Freitag/Samstag **01./02. April 2011**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: [bildungshaus@kloster-neustift.it](mailto:bildungshaus@kloster-neustift.it).

## ► Level 2

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-2-Kurs:** Samstag/Sonntag **19./20. Februar 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-2-Kurs** am Freitag/Samstag **21./22. Januar 2011**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.

## ► Level 3

- **Bei mir:** Der nächste **Level-3-Kurs:** Samstag/Sonntag **11./12. Dezember 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-3-Kurs** am Freitag/Samstag **03./04. Juni 2011**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.

Es lohnt sich sicherlich, diesen Kurs öfters zu besuchen, da mit jedem weiteren Level-3-Kurs immer neue Themen angesprochen und EFT-Fertigkeiten weiter vertieft werden können. Für Wiederholer gibt es einen Preisnachlass von Euro 70,-.

## NEU

### ► EFT-Supervision

- **Bei mir:** Der nächste **Supervisionskurs:** Samstag/Sonntag **15./16. Januar 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

## NEU

### ► Filmtechnik

- **Bei mir:** Der nächste **Kurs »Filmtechnik«:** Samstag/Sonntag **26./27. März 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

## EFT-SPEZIALSEMINARE

Diese Seminare dienen dazu, EFT-Kenntnisse auf bestimmten Problemfeldern zu erlangen, bereits bestehende Kenntnisse zu vertiefen, Möglichkeiten zur Spezialisierung zu schaffen und eigene spezifische Probleme noch intensiver anzugehen. Siehe hierzu auch meine Website [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de).

### ► Nächste Kurse »Frei von Allergie mit EFT«

- **Bei mir** (München-Solln) am Samstag, **29. Januar 2011** (am Folgetag der Kurs: »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr.
- **Herzogenbuchsee** (Schweiz) am Samstag, **20. August 2011** (am Folgetag der Kurs: »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr. Informationen und Anmeldung bei: Reto Wyss, Schweizerisches Zentrum für EFT und Energiepsychologie, Email: info@emofree.ch.

► **»Systemisches Integrieren«** am Samstag/Sonntag **13./14. November 2010** (9.30 Uhr bis 18 Uhr und 10 Uhr bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.

### ► Der nächste Basis-Kurs »Thema Geld – Lust auf Wohlstand«

**Freitag 08. bis Sonntag 10. April 2010** (17 bis 21 Uhr, 10 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / Nähe München.

### ► Der nächste Folgetag »Thema Geld – Lust auf Wohlstand«

**Samstag, 27. November 2010** (9.30 bis 18 Uhr) in München-Solln. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Basis-Kurs.

### ► Der nächste Kurs »Frei von spezifischen Ängsten und Phobien«

**Samstag/Sonntag 29./30. Oktober** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

## WEITERES

**Sie können auch selbst EFT-Gruppen und EFT-Kurse organisieren**, auch für ganz spezielle Themen und Inhalte, und mich als Gruppen- bzw. Kursleiter einladen. Treten Sie hierzu in Kontakt mit mir.

---

### Die EFT-Kinderecke

#### Aus der Welt der Kinder

»Am liebsten esse ich Milchreis mit Apfelkompott.«

#### Eigene Klopfwelt bei Kindern

»Liebe Frau Benesch, ... In der Arbeit hatte ich einige sehr erfreuliche Klopfresultate mit den Kindern.

- Ein Kind mit einer massiven Ticstörung hatte einen aggressiven Ausbruch, ließ sich klopfen und wurde dabei sehr entspannt. Das Kind, das zuvor unter ihm gelitten hatte, schaute völlig überrascht zu und fand plötzlich an, das Kind mitzuklopfen, als es erkannte, in welcher Not dieser Junge war, und dass die aggressive Handlung nicht böswillig gemeint gewesen war. Danach entwickelte sich ein sehr liebevoller Spielkontakt zwischen den beiden.
- In einem anderen Fall erzählte mir eine Mutter, dass ihr Sohn sich endlich getraut hat, auf die Kletterwand zu steigen. Als sie ihn fragt, warum er das jetzt kann, erzählt er, dass ich ihm »Mutmacherpunkte« gezeigt habe, die man klopfen muss. Er hatte die genauen Punkte allerdings vergessen und sich einfach überall geklopft. Auch so hat EFT funktioniert.

Ich bin sehr froh, dass ich EFT entdeckt habe und ich durch Sie und Ihren Mann so positive Unterstützung bekomme.«

**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.**

#### Die nächsten Kurse »Anwendung von EFT bei Kindern«

- **Bei mir** (München-Solln) am Sonntag, **30. Januar 2011** (am Vortag der Kurs: »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr.
- **Herzogenbuchsee** (Schweiz) am Samstag, **21. August 2011** (am Vortag der Kurs: »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr. Informationen und Anmeldung bei: Reto Wyss, Schweizerisches Zentrum für EFT und Energiepsychologie, Email: [info@emofree.ch](mailto:info@emofree.ch).

**Sie können selbst Vorträge und Kurse organisieren** und mich als Referenten bzw. Kursleiter einladen. Treten Sie hierzu in Kontakt mit mir.

---

### 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** schicken Sie mir bitte eine Meldung per Email oder eine Notiz via Website [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de), Rubrik »Newsletter«.
- 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, Neidensteiner Straße 11 a, 81243 München, Tel: 089-37488928, newsletter@eft-benesch.de, www.eft-benesch.de, www.eft-kinder.de

## DER AUTOR

**Horst Benesch**, Heilpraktiker (Psychotherapie), ausgebildet in verschiedenen Verfahren der humanistischen Psychotherapie, EFT-Therapeut, EFT-Trainer, Seminarleiter, Wohlstandscoach, Buchautor. Praxis in München.

München im November 2010