

Klopf die Sorgen weg!



Eike Grzonka
Heilpraktikerin für
Psychotherapie

Psychotherapie • Coaching • Paartherapie

Seit einigen Jahren sorgt in der Psychologie eine körperorientierte Technik für Aufmerksamkeit, die unter dem Begriff „Klopfen“ bekannt wurde. Sie geht auf die sogenannte „Energetische Psychologie“ zurück und hat sich als ausgesprochen wirksame und nützliche Selbsthilfe erwiesen. Mittlerweile spielen Klopftechniken in Therapie und Coaching eine immer größere Rolle.

„Klopfen“ ist leicht zu erlernen und beruht auf einem einfachen Prinzip:

Während man gerade Stress, Leistungsdruck, Ängste, Ärger, Lampenfieber, Hilflosigkeit oder andere unangenehme Gefühle empfindet, „beklopft“ man bestimmte Akupunkturpunkte. Dieses Vorgehen führt meist recht schnell dazu, dass unser Gehirn in einen Zustand größerer Lösungskompetenz gelangt.

Leistungsblockaden, Prüfungsängste und andere belastende und unangenehme Gefühle lassen sich so bei den meisten Menschen gut auflösen. Gleichzeitig dient es zur Entspannung und fördert das Wohlbefinden.

In einem Vortrag möchte ich Ihnen diese Methode und ihre Möglichkeiten vorstellen. Durch Demonstrationen, Übungen und Fallbeispiele gebe ich Ihnen Einblick in die Technik.

Erleben Sie wie schnell und wirksam das „Klopfen“ im Alltag sein kann.

Eike Grzonka

Kaiserstr.48a

42781 Haan

Telefon: 02129 – 3457937

Email: info@eike-grzonka.de

www.eike-grzonka.de

