

Klopf Dich Frei! Mehr Lebensfreude und Vitalität durch EFT

Stress bestimmt zunehmend unseren Alltag.
Nicht nur im Job, sondern auch in vielen anderen Lebensbereichen stehen wir unter Strom.

Die Weltgesundheitsorganisation sieht Stress als eines der größten Gesundheitsrisiken des 21. Jahrhunderts.
Wir brauchen einen gesundheitsförderlichen Umgang mit Belastungen, damit uns Stress und Stressempfinden nicht krank machen.

Mitarbeiter in Unternehmen profitieren von einer neuen beruflichen Schlüsselqualifikation:
Der „**Stresskompetenz**“ - die Fähigkeit, im Alltag und Berufsleben auftauchende Belastungen selbst abzubauen verringert emotionalen und körperlichen Stress. Größeres Wohlbefinden und gesteigerte Leistungsfähigkeit sind die direkte Wirkung und machen den Weg frei zu mehr Erfolg!

Modernes Gesundheitsmanagement bedeutet:

- eine gesunde Stressbalance zu schaffen,
- Ausfallzeiten vorzubeugen und zu verringern,
- die Qualität der Zusammenarbeit zu verbessern,
- die Energie bei Ihnen, in Teams und somit in der gesamten Firma auf eine höhere Ebene zu bringen und
- das Potential ihres Teamgeistes zu stärken.

Eine einfache, sanfte aber verblüffend wirkungsvolle Methode um dies zu erreichen nennt sich

EFT – Emotional Freedom Techniques.

In nur wenigen Minuten ist es damit möglich belastende Gefühle, negative Gedanken, und stress-bedingte körperliche Probleme zu behandeln. Da die EFT-Grundtechnik sehr einfach erlernbar ist, eignet sie sich ausgezeichnet auch zur Selbstanwendung.

EFT zielt direkt auf die Hauptursache von Belastungsstress: die akut vorhandenen Überforderungsgefühle und die daraus resultierende Energielosigkeit. Das Ergebnis einer EFT Anwendung: größere Klarheit, mehr Energie und mehr Lebensfreude.



EFT verbindet das Wissen der chinesischen Medizin mit neusten Ansätzen der energetischen Psychologie. In diesem Seminar lernen Sie EFT im Alltag zielgerecht einzusetzen und Stressbelastungen selbst zu behandeln. Jederzeit, an jedem Ort, ohne viel Zeitaufwand, denn...

- ... EFT wirkt sofort und ist ohne jegliche Vorkenntnisse erlernbar
- ... EFT kann jederzeit, an jedem Ort und ohne jegliche Hilfsmittel eingesetzt werden

EFT in Ihrem betrieblichen Alltag zu nutzen heißt...

- ... Stressbewältigung und besseres Konfliktmanagement (Burnout-Prävention)
- ... gute Stimmung im Kundenkontakt
- ... den Umgang mit „schwierigen“ Kunden zu verbessern
- ... Konflikte und Krisen zu bewältigen
- ... mehr Lebensfreude

Workshop-Leitung:

Barbara Reichau, HP Psychotherapie, Coach & Trainerin für EFT
www.healingspace.de

Anja Corinna Straßner, HP Psychotherapie, Coach, Trainerin für EFT
www.heil-kunst.org

weiterführende Infos vorab:

<http://123stressfrei.com/videos/>

Buchempfehlung: "Stress überwinden mit EFT" Reto Wyss, AT Verlag

Workshop-Termin / Ort / Kosten:

23. + 24. Oktober 2015

Freitag, 23.10.2015: 18 – 21 Uhr

Samstag, 24.10.2015: 10 – 18 Uhr

TechnologiePark Bergisch Gladbach

220,- € p.P.

Anmeldung unter:

info@healingspace.de

Tel.: +49 163 810 5205

