

# Stressfrei durch Energy Tapping

Energy Tapping ist eine energetische (Selbst-) Behandlungsmethode, mit der gut und schnell Stress und Belastungen weggeklopft werden können. Im Coaching und Training bietet sich Energy Tapping als hilfreiches Zusatztool an – ein neuer Ansatz, mit dem innere Blockaden befreit werden können.

Von Margit Kunz



Karin Neumann



Astrid Zips

**K**ennen Sie das? Sie stehen kurz vor Ihrem perfekt vorbereiteten Auftritt und fühlen sich den Anspannungen und der aufsteigenden Angst hilflos ausgeliefert? Sie geraten immer mehr unter Stress, sodass Sie nicht mehr klar denken können. Wie kann man so eine Situation rasch und nachhaltig neutralisieren?

»Energy Tapping« (EDxTM Energy Diagnostic & Treatment Methods nach Dr. Fred Gallo) heißt diese einfache, aber umso wirksamere Methode, die als »Energetische Psychotherapie« Elemente aus der Kinesiologie, der Meridianlehre und NLP vereint. Innere Blockaden werden durch Auflösen unbewusster Sabotagemuster, durch Beklopfen bestimmter Akupressurpunkte und durch Einbeziehung der linken und rechten Gehirnhälfte befreit. Damit werden mit Energy Tapping die zu einer belastenden Situation gehörenden Emotionen sehr effektiv abgekoppelt, verschiedenste Stressoren dauerhaft aufgelöst und die Körperenergie erhöht.

Was allzu einfach klingt, wirkt tatsächlich sehr schnell und gleichzeitig dauerhaft: Durch das Beklopfen bestimmter Akupressurpunkte, die mit dem aufgetretenen Problem in Verbindung stehen, werden die durch negative Gefühle und Gedanken entstandenen Störungen aufgehoben. Mit dieser (Selbst)Behandlungstechnik kann man sich auch in einer Akutsituation beruhigen und stärken und sich damit in jeder Lage energetisch ausgleichen. Die Wirkung ist unmittelbar zu spüren, emotionale Muster lösen sich, der Körper entspannt

sich merklich. Kombiniert wird das Klopfen mit Augenbewegungen, die mit unterschiedlichen Gehirnfunktionen gekoppelt sind. Das führt zu einer Verbesserung der Gehirnwellenaktivität und einer bilateralen Stimulation, sodass man wieder klarer und vernetzter denken kann. Der erwünschte Erfolg stellt sich schließlich auch durch das unterstützende Verbalisieren von Affirmationen ein.

Das Wiener Zentrum für Energetische Psychotherapie bietet einen zertifizierten Lehrgang zum »EDxTM Trainer« an. Damit erhalten Trainer, Berater und Coach ein Zusatztool und können die effiziente Methode von Energy Tapping bei Stress und Belastungen, bei Burn-out, bei Prüfungs-, Auftritts-, Sprech- und Flugangst, bei Selbstwertproblemen oder einfach als Ansporn zu persönlichen Höchstleistungen in ihrer Arbeit mit Kunden einfließen lassen.

Die beiden Lehrgangsleiterinnen Mag. Dr. Karin Neumann und Mag. Dr. Astrid Zips sind von Dr. Fred Gallo zur internationalen Lehrtätigkeit ermächtigt. »Durch die Interventionen der Energetischen Psychotherapie entsteht Raum für hilfreiche, öffnende Glaubens- und Wahrnehmungsmuster und neue energetische Strukturen, die zur Entwicklung neuer Ressourcen dienen. Dadurch wird Veränderung »wie von selbst« möglich«, beschreibt Karin Neumann. Auch für Astrid Zips handelt es sich dabei um »eines der effizientesten, schonendsten und kurzfristigsten Verfahren für die Stress-, Trauma- und Angstauflösung. Ein wichtiger Aspekt ist auch die Möglichkeit der Selbstbehandlung im Alltag und die dadurch gegebene Integration der Lernprozesse in die Lebensführung.«

Der Lehrgang ist eine vom Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie anerkannte Ausbildung, beinhaltet 5 Module und schließt mit einer Zertifizierung ab. □  
[www.e-psy.at](http://www.e-psy.at)

Start des neuen Curriculums:

13. April 2012 in Wien

EDxTM Trainer (Energy Diagnostic & Treatment Methods nach Dr. F. Gallo)

Kosten: 1.680,- exkl. MwSt.