
Subject: EFT
Posted by [kaya](#) on Fri, 16 Mar 2007 08:23:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

ich habe sehr viel positives über "eft" gehört, eine technik um negative gedanken zu eliminieren und so zbsp schmerzen auszuschalten, die angst vor einem vortrag oder frauen anzusprechen zu überwinden und andere körperliche und seelische probleme zu lösen.

leider habe ich im moment keine zeit mich damit zu beschäftigen, weiß jemand etwas näheres darüber?

<http://www.eft-info.com/>

und das handbuch dazu als .pdf:
http://www.eft-info.com/Deutsches_EFT-Manual.pdf

Subject: Re: EFT
Posted by [Amarok](#) on Fri, 16 Mar 2007 12:24:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab ein Buch namens "Klopfen sie sich frei". Ist eigentlich genau das gleiche. Laut dem Autor kann man in 50 Minuten praktisch alle Sorgen loswerden, also dachte ich mir die Zeit kann ich mal investieren Habe damit mal versucht, meine Panikattacken wegzukriegen, aber absolut ohne Erfolg.
Der User FearlessVampireKiller war davon aber ganz begeistert.

Subject: Re: EFT
Posted by [kaya](#) on Fri, 16 Mar 2007 15:00:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja, es gibt viele oisitive erfahrungen damit, leider habe ich grad nicht die zeit mich näher damit zu befassen.

ich habe keine panikattacken oder ähnliches, aber ich würde mir darin aber evetuell eine möglichkeit erhoffen, meine lernblockade zu überwinden. suche da zur zeit nach geeigneten psychologischen tricks

Subject: Re: EFT
Posted by [Boy2Man](#) on Fri, 16 Mar 2007 15:59:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Kai!

Ich kann 2 Bücher wärmstens empfehlen:

- Dr. Karstens (Lernmethoden)
- NLP (Handbuch)

Mit Hilfe der neurolinguistischen Programmierung kann man viele Probleme (u.a. auch Lernprobleme) lösen.

In meinen Augen ergeben die beiden Bücher eine perfekte Symbiose. Das NLP-Buch natürlich nicht nur im Bezug auf Lernen, sondern auf alle anderen "Probleme" des Alltags.

VG

Boy

Subject: Re: EFT

Posted by [kaya](#) on Fri, 16 Mar 2007 17:17:40 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Boy2Man schrieb am Fre, 16 März 2007 16:59Hi Kai!

Ich kann 2 Bücher wärmstens empfehlen:

- Dr. Karstens (Lernmethoden)
- NLP (Handbuch)

Mit Hilfe der neurolinguistischen Programmierung kann man viele Probleme (u.a. auch Lernprobleme) lösen.

In meinen Augen ergeben die beiden Bücher eine perfekte Symbiose. Das NLP-Buch natürlich nicht nur im Bezug auf Lernen, sondern auf alle anderen "Probleme" des Alltags.

VG

Boy

super, danke kumpel!

nlp interessiert mich sowieso sehr kannst du da ein bestimmtes buch empfehlen? keine ahnung was du mit handbuch meinst...
