

Dr. Carol Look pojednává o důležitosti testování v EFT

Úvodní komentář :

Testování je základní součástí procesu **EFT**, bohužel praktici EFT ho příliš často přehlížejí a nedotahují. To, co jsem napsala, začalo jako jednoduchý článek o testování, ale postupně se rozrostlo do 3 dílné série – je to jasný ukazatel, jak je testování důležité během léčby s metodou EFT. V této sérii článků diskutuji o tom, (1) **proč** je testování důležité, (2) **jak** efektivně testovat a (3) **co dělat** s odezvou z testování...

By Dr. Carol Look, EFT Master

[Část 1 ze 3: Proč je testování důležité \(plus pohled na stavění mostů\)](#)

[Část 2 ze 3: Jak efektivně testovat](#)

[Část 3 ze 3: Co dělat s odezvou](#)



Část 1.: Proč je testování důležité (plus pohled na stavění mostů)

Testování není pouze důležité, je přímo kritické pro efektivní sezení EFT a dlouhodobé úspěchy s vašimi klienty. Když Gary Craig mluví o „testování“, myslí tím použití jednoduchých a spolehlivých technik k ohodnocení, zda vaše sekvence při **EFT** produkuje požadované výsledky a nebo ne. V podstatě testujete to, na co se Gary odkazuje jako na **televizní ZZZZZT metaforu**, jak je popsáno v **The EFT Manual** a **The Basic Course**.

Televizní ZZZZZT metafora se odkazuje na úroveň fyzického a emocionálního konfliktu, který se objeví ve vašem systému, když se *naladíte* na problém... je to podobné tomu, co by se stalo s televizí, pokud byste vložili šroubovák vzadu do konektorů! Když se klient potýká s problémem strachu ohodnoceným jako 8 na stupnici **SJS** 0-10, testování vám dovolí zjistit, kam klient na stupnici klesl na konci vašeho sezení! Gary Craig doporučuje „... Udělejte to, když si myslíte, že klient zvládl problém ... hledáte další aspekty...“

STUPNICE SJS:

To nás přivádí k důležitosti stupnice "**SJS**" (**S**ubjektivní **J**ednotky **S**tresu) pro hodnocení 0-10. Je mnoho způsobů, jak může klient nebo klientka vyhodnotit svůj stres, ale udržujte tento způsob jednoduchý. My všichni obvykle používáme stupnici **SJS**. Osoba vyhodnotí jeho nebo její strach na této stupnici před léčbou a doporučujeme, aby se klient po skončení několika kol vrátil k původní vzpomínce a **přehodnotil** úroveň strachu na té samé stupnici.

Když používám **EFT** s dětmi do 8 let, nepoužívám stupnici **SJS**, ale spíše je nechám ukázat rukama *jenom trochu* nebo *moc*, aby vyhodnotili jejich ublížení nebo rozzlobení.

Je také mnoho lidí, kteří tvrdí, že jim registrace čísel na stupnici **SJS** „moc nejde“. V těchto vzácných případech s dospělými je nechávám používat ohodnocení „nízký--střední--vysoký“.

PROČ TESTOVAT?

Pokud chcete vědět, jak se klient cítí, a zda bylo **EFT** správně nasměrováno, začněte provádět více testování! Dohlížela jsem na mnoho začátečníků, kteří se příliš báli testování kvůli tomu, že by jim klient nemusel dát požadované výsledky. Rychle ukázali klientovi dveře, zkrřížili prsty, zadrželi dech a doufali, že léčba zafungovala a vydrží.

Na tomto poli překypuje skepticismus, a tak je důležité mít konkrétní způsob hodnocení (stupnice **SJS**), který klient použije před léčbou a po léčbě. Většinou již klient nebude více problémem „obtěžován“, ale bude podceňovat dramatické snížení emocionálního rozrušení po použití **EFT**. V podstatě nemíní podceňovat výsledky, jenom si prostě problému už není vědom a nebo ho nemá na vědomé úrovni. Pro mnoho lidí je všimnutí si „absence“ něčeho mnohem těžší k ohodnocení. Když přijde bolest hlavy, nelze ji ignorovat -- bolest si vyžádá vaši pozornost. Když začne odcházet, už si jí nejste tolik vědomi, dokud si nepomyšlíte „Hej, moje bolest hlavy je pryč!“ Někdo, kdo je zaplaven strachem, si toho je vědom 24 hodin denně, ale často propluje dnem, aniž by zaregistroval rozdíl, když byla léčba úspěšná!

STAVĚNÍ MOSTŮ:

Doufejme, že jste udělali více než dobrou práci k **vystavění mostů** k vašemu klientovi. Pokud ano, bude vícet zaujat **EFT**, tím, proč funguje, jak funguje a proč vás tak zajímá testování, abyste zkontrolovali výsledky.

Když Gary Craig mluví o **stavění mostů**, připomíná nám, že je často příliš velká vzdálenost mezi tím, jak **EFT** vypadá a zní, a tím, jak funguje klientův systém přesvědčení. Klienti a přátelé nejsou obvykle zvyklí na ťukání na jejich obličej nebo tělo a pokud nezažili akupunkturu, nemají ani ponětí, co znamená „*zpřístupnit meridiánový systém*“. To je opravdu kritické, protože bez adekvátního vystavění mostů nebude mnoho lidí tato neuvěřitelná technika prostě zajímat. Bez ohledu na tvrzení, která budete říkat o efektivnosti **EFT**. V jejich „světě“ to nebude dávat smysl.

Gary navrhuje říct něco jako např.: „***EFT** je emocionální verze akupunktury až na to, že nepoužíváme jehly. Místo toho stimulujeme určité uvolňovací body tím, že na ně ťukáme konečky prstů.*“ Garyho rada praktikovi je: „*Toto je obzvlášť dobré pro ty, kteří mají příznivé zkušenosti s akupunkturou. Správně to zapadne do jejich přesvědčení.*“

Gary také naléhá, abychom použili „autoritu a působení“ Alberta Einsteina: „*Tento proces by neměl být považován za neobvyklý, Albert Einstein, přes jeho nejznámější objevy, nám v roce 1920 také řekl, že všechno je tvořeno energií. Naneštěstí, západní medicína ignoruje tuto zjevnou cestu ... minimálně doted. **EFT** je pionýrem na tomto „novém“ poli a vy jste podlahou nového vzestupu léčení.*“

Další způsob, jak postavit most, je zeptat se klientů nebo účastníků semináře, zda již mají nějaké pozitivní zkušenosti s **EFT**, dalšími variantami energetického léčení nebo akupunkturou. Na nedávné obchodní schůzce, kde jsem byla, jeden muž řekl „*No jasně, slyšel jsem o tom a díval se na demonstraci asi před rokem ...*“ Nyní už jsem měla jeho pozornost, protože mu to nebylo tak cizí. Další řekl „*Soused říkal, jak se dostal přes své problémy, ale znělo mi to divně...*“ Nyní jsem se mohla spojit s jeho skepticismem, jak **EFT** divně vypadá, a přesunout se k dalším úspěšným případům.

Jeden z mých oblíbených způsobů pro vystavení mostů ke klientům je říci jim, jak moc skeptická jsem **byla já sama**, když jsem prvně slyšela o **EFT** a bylo v něm vyškolená. Vždy jim řeknu, že jsem konzervativně vyškolená sociální pracovníce (a nevěřím každé nové módě, která se objeví), ale viděla jsem, že po **EFT** se spousta věcí dělo jinak a já to prostě nemohla popřít. Řeknu jim své úspěšné příběhy ze svých začátků (navzdory svému skepticizmu), a jak se vypořádávám se skepticizmem klientů v mé kanceláři dnes, o 10 let později.

Stavění mostů jednoduše znamená pomoci klientovi vytvořit emocionální a intelektuální spojení od něčeho, co již dobře znají, k této neobvykle vypadající/znějící nové terapii, k **EFT**. Další stavební věta může znít takto: „**EFT** je jako vizualizace, ke které jsme přidali *ťukání na meridiány a opakování upomínkové fráze*.“ To vám dovolí vstoupit do klientova světa, sestavit posudek a mít tak společné zázemí pro tuto „šílenou novou léčbu“.

NÁPISY NA ZDECH:



Většina z vás slyšela a nebo četla o Garyho úžasné metafoře „*nápisy na našich zdech*.“ Tím myslí to, že každý z nás má celou škálu přesvědčení, „*měl bych*“ a předpokladů o fungování světa, založených na přesvědčeních, měl bys a předpokladů našich rodičů, koučů, učitelů a dalších postav. Jeho primární body jsou následující: (1) Všichni máme nápisy na našich zdech, (2) Jsme hluboce ovlivňováni těmito nápisy a (3) Díky **EFT** je můžeme neutralizovat.

Správné testování pomůže vám, a pomůže vašim klientům, kteří jsou blokováni nápisy na jejich zdech.

Pokud máte např. klientku, která věří, že její problém je dědičný a nemůže být zmírněn bez léků (což závisí na tom, co o tomto tématu říkali její rodiče), pak budete potřebovat otestovat své výsledky, abyste zkontrolovali léčení a pomohli přeorganizovat její přesvědčení. Pokud máte klientku, která je přesvědčená, že tradiční terapii zabere věčnost, než se podaří vyléčit základní fóbie, pak budete chtít otestovat její fóbie z jezdících schodů nebo otevřených prostor, abyste jí ukázali, jak **EFT** pracuje rychle a spolehlivě, **PAKLIŽE** se dostanete ke klíčovému problému.

Část 2.: Jak testovat efektivně

Existuje mnoho způsobů, jak otestovat své výsledky s klientem během sezení **EFT**. Níže jsou uvedené ty nejefektivnější používané praktiky:

Pamatujte si, že by klient měl před léčbou vždy ohodnotit jeho nebo její strach na stupnici **SJS** pro 0-10.

1) Znovu navštěvujte stupnici SJS: Většina lidí to dělá jako část jejich testování. Řekněme, že něčí úzkost byla před *ťukáním* na „8“... a nyní po několika kolech **EFT** znovu požádejte klienta o přehodnocení jejich čísla **SJS** na stupnici 0-10. „*Když znovu zkusíte pomyslet na tu obchodní schůzku, jak vysoká je vaše úzkost nyní?*“ „*Kde jste teď, když přemýšlíte nad konfrontací?*“ „*Jak vysoká je vaše úzkost nyní, když si představíte tu událost?*“ Předně se ujistěte, že se vrátili k **ORIGINÁLNÍ** scéně, která způsobila, že odpověděli „8“. Toto je místo, kde hodně lidí nepostupuje v testování přesně.

2) Testování „In Vivo“: Testujete v reálném životě („in vivo“). To je nejlepší možný test. Pokud měl klient fóbie z výšek a vaše kancelář je ve vysoké budově, máte možnost perfektního testu. Jděte na to, odvedte klienta k oknu (pokud vidíte, že je jim to

nepříjemné, okamžitě začněte ťukat...) a zjistěte, jak blízko se může dostat, než se začne úzkost znovu zvyšovat. Samozřejmě je mnoho problémů, které nemůžete otestovat „in vivo“ (napadá mě fobie z hadů...), ale pokud můžete přivést klienta do dané situace, jedná se o perfektní test. (Podívejte se na Garyho videa **6 Days at the VA**, kde testuje muže s fobií z výšek na vrcholku VA budovy.)

Samozřejmě při práci na problému „přestat kouřit“ jsme schopni provést excelentní test. Nechte klienta přivonět k nezapálené cigaretě, ať natáhne nanečisto a zjistěte, jak vysoko je závislost NYNÍ před ťukáním. A pak tento test opakujte na původní touhu - po ťukání. Při kouření je důležité si pamatovat, že většina kuřáků má touhu po cigaretě několikrát za den (po kafi, v autě, na telefonu, atd.), takže je smůla, že nebudete schopni otestovat všechny události pouze ve vaší kanceláři.

Před pár lety jsem udělala něco velmi nekonvenčního. Kontaktoval mě obchodník, protože chtěl přestat se žvýkáním tabáku. Jeho schůzka byla brzo ráno. Nicméně, jeho největší chuť přicházela v noci, když pil pivo. Najednou jsem si vzpomněla, že v kuchyňce je pivo, nechal ho tam host, který zde zůstal před pár měsíci přes noc. Přinesla jsem ho, dala mu ho do ruky a nechala ho předstírat, že ho otevírá. To jeho chuť vymrštilo znovu nahoru a měli jsme další aspekt pro ťukání a navíc opravdový test. Opravdu, bez ohledu na „nereálné“ aspekty této situace (studené pivo po ránu) šla jeho **SJS** dolů, když myslel na žvýkání a pití.

S chutí na jídlo se můžete připravit na test tak, že požádáte klienta, aby si přinesl jeho oblíbené nebo „problémové“ jídlo, kterému neodolá. Opakovaně jej nechte testovat přivoněním k čokoládě nebo k brambůrkám, dokud na ně budou mít chuť. A protože je i v tomto případě čas schůzky předepsaný, nebudete schopni otestovat jejich chuť po obědě, pokud bude schůzka ráno. Ale nechte je, ať si tuto dobu představí a ťukejte...

3) Znovu přehrávejte scénu: Toto je samozřejmě pouze nadsazená verze bodu #1, ale je mnohem efektivnější. Mnoho terapeutů mi řeklo, že nechtějí, aby klienti znovu opakovali scény pro případ, že **EFT** nefungovalo a mohli by se znovu naštvat. Není to ovšem důvod, proč přišli do vaší kanceláře? Uvolnit zlost? Požádejte klienta, aby si **živě představil** tu scénu, které ho rozčílila, když prvně ohodnocoval **SJS**. Požádejte je, aby rozšířili smysly. Řekněte, aby si to vizualizovali v úplných detailech, včetně vůní, barev, pocitů, zvuků nebo čehokoliv, co bylo důležité. Požádejte je, ať **se zkusí naštvat**.

Například když pracuji s lidmi, kteří měli autonehodu, nechám je poslouchat skřípající brzdy, vidět jasné světlo, atd... Pokud **SJS** ještě neklesla, budete potřebovat zapracovat na více aspektech tohoto problému.

4) Pokládejte cílené otázky: Gary nám říká: „*Pokládejte cílené otázky určené k tomu, aby se klientovy emocionální podpěry prohýbaly.*“ Předpokládejme, že klient řekne, že by se cítil nelobajálně, pokud by vyrazil rodinné tajemství, nebo že vždy cítil, že si zasloužil zneužití v dětství. Zde je příležitost klienta otestovat „obviněním“, z čeho se cítí vinen. Ne, **není** to ošklivé ani nepřátelské, je to testování vaší práce s **EFT**.

Řekněme, že se klient cítil nelobajálně na „7“ za vyrazení rodinného tajemství terapeutovi. Po ťukání můžete říct klientovi: „*To jste mi opravdu neměl říkat...*“ nebo pokud cítí vinu, či, že si zaslouží zneužití: „*Ale byla to přece vaše vina, nebyla?*“ a sledujte, jakou reakci dostanete. S nejvyšší pravděpodobností uvidíte důkaz okamžitého kognitivního posunu a to, že klient už nevidí incident jako svoji chybu.

5) Testujte tělo: Pokud s vámi klient pracuje kvůli fyzickým potížím, budete schopni testovat velice efektivně a samozřejmě budete mít okamžitou odezvu. Můj klient přišel s bolestí kolene, ale když seděl, žádný problém s ním neměl. Takže naše testování na stupnici **SJS** vyžadovalo, aby vstal z pohovky a prošel po místnosti na druhou stranu a

zpět. Když bylo léčení **EFT** u konce, požádala jsem ho, aby tímto způsobem znovu testoval. (*Mnoho klientů může být hodně dychtivých, aby viděli výsledky a mohou zajít až příliš daleko v testování jakékoliv bolesti nebo omezení na těle. Doporučte svým klientům, aby nikdy nedělali nic fyzického, co by je mohlo poranit.*) Když pracuji s někým, kdo si stěžuje na omezený rozsah pohyblivosti jejich rukou nebo ramen, požádám je, ať ukáží, jak daleko dosáhnou nyní ... nebo změřím, jak moc dozadu ruku posunou...

6) Pronásledování bolesti: Když pracujete s bolestí, často přistihnete sebe i klienta, jak „pronásledujete bolest“ po celém těle, než odejde nadobro. Je kritické, abyste věděli o této technice, když pracujete na zpracování bolesti, takže to tím pádem nevzdáte příliš brzo. Často se stane, že než se bolest (hlavy, zad, čehokoliv) rozptýlí, přesune se na jiné místo, změní intenzitu nebo změní vlastnosti a kvality.

Například moje klientka s bolestí v dutinách myslela, že **EFT** nefunguje, protože zatímco ji již nebolelo nad levým okem, měla bolest ve středu čela! Věřte tomu nebo ne, bylo to dobré znamení -- vždy chceme důkaz, že se fyzická potíže může hýbat. Číslo její bolesti („8“) několik kol nešlo dolů, nicméně místo a slova, která připojovala, se měnily -- jasné znamení, že **EFT** opravdu FUNGOVALO, a že všechno, co jsem měla dělat, bylo **pronásledovat bolest... EFT** pracovalo atypickým, nelineárním způsobem, ale určitě pracovalo. **Nakonec bolest ustoupila, ale ne do té doby, dokud nenavštívila většinu její hlavy a krku.**

Doporučuji všem, aby si trénovali testování na různých metodách, a zjistili, ke kterým z metod budou mít nejbližší. Nakonec je třeba budete chtít zahrnout do své praxe všechny.

Část 3.: Co dělat s odezvou z testování

Jakmile jste ukončili testování práce s **EFT**, je čas rozhodnout, co udělat se odezvou! Tohle je ta pikantní část...

Co jste obecně získali z rad v **Části 2**, jsou skvělé mechanismy na získání odezvy. A nyní můžete nasměrovat léčení dle určité odezvy, kterou jste získali.

KDYŽ NIC NEFUNGUJE:

Gary radí adresovat 3 problémy, když dosud nic nezabralo. Říká -- když klienti hlásí, že se zdá, že **EFT** nefunguje, „*skvělí praktici se zeptají sami sebe (1) Co tu stojíš v cestě? (2) Co jsem ještě neviděl? (3) Jaký klíčový problém jsem zatím nebyl schopen najít?*“

BÝT SPECIFICKÝ:

Předpokládejme, že si osoba vizualizuje, jak originální problém přichází (veřejný projev příští týden) a testování odhalí, že jeho číslo **SJS** vůbec nešlo dolů. Jedno možné vysvětlení je, že jste u daného problému **nebyli dostatečně specifičtí**. Možná jste byli v popisu příliš obecní. Například pokud jste řekli „*I přesto, že mám strach z veřejného projevu...*“, je to příliš obecné a musíte to změnit na „*I přesto, že pracovní schůzka příští čtvrtek ráno mě znervózňuje...*“ nebo „*I přesto, že mám zpocené dlaně, jen když si pomyslím, že bych stál na pódiu...*“

Často zjišťuji, že lidé používají velmi obecné věty, jako například „*I přesto, že mám nízké sebevědomí...*“, což je opravdu příliš obecné a nic nám neříká. Problém s „nízkým sebevědomím“ je v těchto dnech tak trochu fráze na všechno. Musíme si zahrát na detektiva a zjistit, **PROČ** si lidé myslí, že mají nízké sebevědomí. Jaká věta je vede k tomu,

že v to věří, jaké incidenty jim způsobily tenhle pocit, kdo jim řekl, že jsou k ničemu, atd... jinými slovy, buďte velmi specifičtí: „*I přesto, že má matka řekla, že nikdy nebudu lepší než průměr...*“ nebo „*I přesto, že kouč dal každému najevo, že nemám hvězdné kvality...*“ Výsledky **EFT** se dramaticky zlepší, když budete více specifičtí.

MĚNÍCÍ SE ASPEKTY:

Předpokládejme, že klient přijde s obecným problémem, který nazve **strach z úspěchu**. Váš klient vyjasní problém dost na to, aby se stal specifičtější a změní zaměření na „*strach z neudržení peněz, jakmile je vydělá...*“ Po několika kolech s **EFT** hlásí, že se jeho **strach z úspěchu** změnil na „*Bojím se, že ostatní budou žárlit.*“ Toto je důkaz, že váš klient změnil aspekty a vy budete muset adresovat tento nový úhel problému. **Aspekt** je samozřejmě pouze jiná část stejného problému. Někdo, kdo vás kontaktuje, aby si vyřešil problém strachu z létání, bude potřebovat rozdělit problém na (a) strach z uzavřených prostor, (b) strach z turbulence, (c) strach ze odletu, (d) strach z přistávání, (e) strach ze ztráty kontroly, atd.

Ujistěte se, že když testujete, klient projíždí ten samý problém, který ohodnotil na stupnici **SJS** poprvé. To je nejobvyklejší důvod toho, proč lidé tvrdí „*nefungovalo to.*“ Jakmile zjistíte, že klient změnil aspekty, můžete vyhodnotit první aspekt, neutralizovat ho a poté se přesunout na další.

FRÁZE PRO NASTAVENÍ:

Kromě nejlepšího nástroje na tvorbu posudků, je **fráze pro nastavení EFT** neuvěřitelně skvělá část léčení s **EFT**. Pokud nicméně v testování odhalíte, že klientova **SJS** nejde dolů, požádejte klienta, aby byl **více empatický**, když říká frázi při nastavení. Oba dva můžete frázi zakřičet, zpomalit, přidat „hlavní motiv“ nebo jinak změnit akcent. Prostě cokoliv, co vám stále umožní udržet si pozornost a přidat k tomu emoce.

PROCEDURA 9-GAMUT:

Už jen vzácně používám proceduru 9-gamut -- pouze pokud se klient zaseknul. Jestliže testování odhalí, že se klient po několika kolech **EFT** nikam nedostal, vložím někdy 9-gamut, abych viděla, zda to klientovi umožní se pohnout. Pro ty, co tuhle techniku nepoužívají, doporučuji ji použít na klienty, kteří se zdají být beze změny. Bývala považována za kritickou část **Základního receptu**, ale v těchto dnech se používá spíše jen vzácně.

JINÉ DVEŘE:

Jeden z důvodů, proč **EFT** pracuje na fyzických, emocionálních i duchovních problémech je, že máme tak mnoho způsobů nebo dveří, jak se zbavit bolesti. Existuje mnoho dveří do osobního světa a jak se nakonec dostat k jádru. Předpokládejme, že jste pracovali se symptomy migrény, ale nikdy jste neadresovali možné emocionální spouštěče k této diagnóze nebo problému. Pokud po léčení testujete a zjistíte, že nastal jen malý nebo žádný posun na stupni **SJS**, je na čase zkusit jiné dveře. Nyní můžete adresovat emocionální události kolem období, kdy tento syndrom začal. *Co se stalo ve vašem životě v době, kdy migréna poprvé začala? Čím jste si emocionálně procházela, když přišel první panický strach? Čeho jste se nejvíce obávala, než se stala ta dopravní nehoda?* To jsou klíčové otázky a s trochou štěstí vám dají odpovědi a jiné dveře, skrz které bude prezentován náhled na problém.

KLÍČOVÉ PROBLÉMY:

Pokud vaše testování odhalí, že u klienta nedošlo k žádnému uvolnění daného problému, existuje další možnost, a to, že jste neodkryli klíčový problém, který může stát v cestě. Například, pokud někdo přijde do vaší kanceláře se strachem a **SJS** se po několika kolech **EFT** nehýbe, klíčovým problémem může být zlost. Když se někoho zeptám, co cítil v těch dnech, kdy se problém prvně objevil, řekne mi, že byl na někoho našťvaný a nebo se cítil být uvězněn ve vztahu a nebo v práci. S takovou odezvou začneme ťukat na tyto problémy, místo abychom se zaměřili přímo na úzkost nebo na předchozí úzkost.

Možná se někteří budou sami sabotovat a vy stále ťukáte na frustraci, strach z úspěchu, apod. Když testování říká, že pocity nebyly redukovány, můžete se zeptat na velké „viny“ v jejich životě, a proč se sami potřebují trestat – jedná se o typický klíčový problém, který je často opomíjen.

STINNÁ STRÁNKA:

Když se klient zasekne a nezdá se, že by **EFT** mělo nějaký efekt, vždy se zeptám na svoji oblíbenou otázku: **„Co si myslíte, že je STINNOU STRÁNKOU toho, že se dostatene přes tento problém?“** Někdy dostanete okamžitou odpověď, jindy se rozvine živá diskuze o potenciálním zisku z udržení si problému, na kterém právě pracujete.

Když se zeptám klientky na stinné stránky hubnutí, řekne mi, že kdyby se přestala zajímat o své tělo a o své ponížení díky nadváze, musela by čelit jejímu zničenému manželství, což ji příliš děsí. Když se jiné klientky zeptám na stinnou stránku zbavení se panické hrůzy, odpoví, že by nedokázala říct „ne“ na všechna pozvání, která nevyhnutelně přijdou. Navíc by neustála zodpovědnost, kterou by cítila za všechna ta ztracená léta, kdy kvůli své nemoci nenavštěvovala přátele a rodinu.

CO KDYŽ SE KLIENT ZHORŠÍ:

Vždy říkám účastníkům semináře – „když se klient zhorší, znamená to, že musíme být na správně stopě!“ Zhoršené symptomy znamenají, že jsme spustili další konflikt, který se nyní ukazuje na těle. Jinými slovy dostáváme neocenitelnou odezvu. Pokud testování odhalí, že se klient cítí kvůli problému hůře, velmi pravděpodobně jsme zasáhli nerv a máme k problému větší přístup. Pokračujte v dalších otázkách směrem k problému. Ať už se jedná o fyzický nebo emocionální problém, soustředte se na nový nebo „zhoršený“ symptom a pokračujte v ťukání. Zcela určitě uvidíte okamžité zlepšení.

Děkuji vám všem, kteří jste mi pomohli stát se lepším odborníkem...

Warm regards,

Carol Look, EFT Master

-- Převzato z www.emofree.com - překlad do Čj se souhlasem G.Craiga - z anglického originálu pro EFT cz AAMET zpracoval – Tomáš Bouda, EFT praktik AAMET, Reiki Mistr