TERAPEUT ENERGETICKÉ PSYCHOLOGIE

Závěrečná práce

Jméno a příjmení (titul pokud máte)**:**

Název příspěvku:

Kategorie (VYBERTE **POUZE JEDNU** a nehodící se vymažte):

- strachy a fobie
- fyzické bolesti a problémy
- dětské problémy
- ženské problémy
- vztahové problémy
- stres, úzkost, panika, deprese
- výkonnost, práce, finance
- traumata, PTSD
- vážné a chronické nemoci
- kožní problémy
- závislosti, nadváha, kouření
- alergie
- nízké sebevědomí
- zvířata

Zde napište příspěvek (v rozsahu min. A4 – **popis případu, použité techniky a EFT fráze, závěrečné zhodnocení) :**

Za gramatiku a úpravu příspěvku zodpovídá autor TOUTO VĚTOU SVŮJ PŘÍSPĚVEK ZAČNĚTE (VIZ UKÁZKA DOLE)

Vaše jméno, pokud chcete. S přívlastkem Terapeut energetické psychologie & EFT (pokud chcete)

Takže výsledek bude vypadat takto

Zdena Katayama

Strach z cestování letadlem

Kategorie

- strachy a fobie

Za gramatiku a úpravu příspěvku zodpovídá autor

Paní N. mě navštívila poté, co si o mně v jednom časopise přečetla, že dělám hypnózu s tím, že se pomocí ní chce zbavit strachu z cestování letadlem. Vysvětlila jsem jí, že hypnózou by to trvalo podstatně déle a nabídla jí efektivnější EFT.

Ukázal' se, že paní N. má strach, že letadlo spadne, když se zavřou dveře atd.,ťukaly jsme například na:

"I přesto, že mám strach že.....se mám ráda a přijímám se":

-to letadlo spadne až zavřou dveře

-pocit, že se odtud nedostanu

-strach, že umřu

-nepříjemný pocit z toho stísněného prostoru

Všechny tyto strachy jsme rychle eliminovaly, pak si paní N. představila, že je v letadle a cítila se v pohodě.

Při představě, že by letadlo spadlo na vodu, ale znejistěla. Takže jsme pokračovaly:

"I přesto, že mám strach že.....se mám ráda a přijímám se":

-strach, že to spadne na vodu

-strach, že se tu utopíme

Znovu jsme prošly celou představu tonoucího letadla, doťukaly zbylé drobnosti a paní N. pak už jen seděla a v klidu popisovala jak klesají ke dnu, kolem nich jsou bublinky.....

Další sezení už nebylo potřeba, letadlo je pro ní příjemné místo k odpočinku, kde se může v klidu vyspat....zato já si moc neodpočinu....všechny známé teď směřuje do mé kanceláře...!

Zdena Katayama
Terapeut energetické psychologie & EFT