

EFT-CURSUS VOOR ZELFHULP



EFT-CURSUS VOOR ZELFHULP



Leer EFT zelf om stress en stressgerelateerde klachten aan te pakken. Ontdek hoe je zowel Gold Standard EFT als Optimal EFT kunt toepassen, inclusief het werken met de Unseen Therapist, zodat je succesvol kunt werken aan je gezondheid en welzijn.

Wie zou je zijn zonder de last van je (negatieve) verleden? Hoe zou je wereld eruitzien? Je begrijpt rationeel dat wat gebeurd is achter je ligt en dat je het los kunt (of moet) laten. Maar hoe doe je dat? Je hebt er al veel over gepraat en nagedacht, maar gemerkt dat negatieve gebeurtenissen niet veranderen door er alleen over te praten.

Als je vrij wilt zijn van je verleden, is het tijd om EFT zelf te leren. Wat doet EFT? Het haalt de negatieve emotionele lading weg van de gebeurtenissen die je dwarszitten en je belemmeren. Je herschrijft je geschiedenis natuurlijk niet, maar je bent er ook niet meer emotioneel aan vastgekleefd. Hierdoor kun je anders reageren op – en omgaan met – mensen en situaties in het hier en nu.

Laat je verrassen door hoe relatief eenvoudig het is om zelf veel op te lossen met EFT. Gun jezelf deze emotionele vrijheid!



EFT: iedereen kan het!

EFT zelf leren is voor iedereen mogelijk, omdat er geen speciale voorkennis nodig is. In deze EFT- cursus leer je hoe je de basistechniek van Gold Standard EFT en Optimal EFT als zelfhulpmiddel kunt toepassen.

Tijdens vier lessen krijg je uitgebreide uitleg en oefen je uitvoerig in het gebruik van EFT bij jezelf en waar je op moet letten. Tussen de lessen heb je telkens een week de tijd om zelf te oefenen, zodat je na afloop de twee basisprotocollen goed kunt toepassen op jezelf. Na de cursus krijg je een persoonlijk consult om samen een plan van aanpak voor jezelf te maken.

Ben je therapeut, psycholoog, coach of counselor en wil je EFT inzetten als aanvulling op je werk? Dan raden we de Gold Standard EFT-opleiding voor professionals aan. Deze cursus biedt alleen de basis van de zelfhulptechniek en behandelt bijvoorbeeld niet het aanpakken van trauma's of andere complexe hulpvragen.

HOE ZIET DE EFT CURSUS ER INHOUDELIJK UIT?



Voor deze EFT-cursus is geen speciale voorkennis nodig, want iedereen kan het leren. Maar kijk gerust alvast naar het gratis zelfstudiemateriaal van Gary Craig. De cursus bestaat uit 4 lessen waarin de EFT-techniek wordt uitgelegd, gevolgd door een persoonlijk consult.

Eerste les:

Basisprotocol Gold Standard EFT, geassocieerde herbeleving, noodprocedure, associatie en dissociatie.

Tweede les:

Effecten van EFT, onderliggende thema's en overtuigingen, taalgebruik, voortgang testen, vrede-met-jezelf-procedure.

Derde les:

Lichamelijke klachten, wat te doen als EFT niet lijkt te werken en inbreng van deelnemers.

Vierde les:

Basisprotocol Optimal EFT en het oefenen van meditatievormen.

Persoonlijk consult:

Het consult duurt een uur. Tijdens dit overleg maken we een persoonlijk plan van aanpak en doen we eventueel samen EFT om nog beter te begrijpen hoe je je problemen zelf kunt aanpakken.



PRAKTISCHE ZAKEN



Kosten

- De kosten van de cursus vind je in de informatie in de agenda op de website.
- Betaling vooraf en kosteloze annulering kan tot 14 kalenderdagen na aanmelding.
- Al het lesmateriaal is bij de kostprijs inbegrepen.

Andere afspraken

- Het auteursrecht van het lesmateriaal berust bij Novet. Het lesmateriaal met inhoud wordt eigendom van de deelnemer en deze dient als naslagwerk voor persoonlijk gebruik.
- Verspreiding van (delen van) het lesmateriaal mag uitsluitend met schriftelijke toestemming van de directeur van Novet.

AANMELDING



Aanmelden voor deze cursus

De data en locatie vind je in de agenda, waar je je eenvoudig kunt inschrijven via het aanmeldformulier.

Nadat je je hebt aangemeld, ontvang je een intakeformulier dat je ingevuld dient terug te sturen. Hiermee is je inschrijving compleet, en ontvang je de factuur. De algemene voorwaarden zijn te vinden op de website. Zodra je betaling is ontvangen, ben je verzekerd van een plaats.

Heb je vragen? Neem gerust contact op via de contactpagina op de website.

Privacy

Het intakeformulier wordt strikt vertrouwelijk behandeld en uitsluitend door de trainer gebruikt ter voorbereiding.

Je naam en contactgegevens worden opgenomen in de database van Novet, en je e-mailadres wordt toegevoegd aan de mailinglist om je op de hoogte te houden van alle EFT-activiteiten van Novet. Als je dit niet wilt, kun je dit aangeven op het intakeformulier.

De lessen zijn strikt vertrouwelijk en er worden daarom geen opnames gemaakt. Van het persoonlijke consult kan desgewenst een geluidsopname worden gemaakt.



Voor wie is de cursus niet zonder meer geschikt?

De cursus is niet zonder meer geschikt voor mensen met persoonlijkheidsstoornissen, zoals een narcistische, schizoïde, theatrale, schizotypische of meervoudige persoonlijkheidsstoornis, of met een borderline stoornis. Ook mensen met schizofrenie of psychotische decompensaties in de voorgeschiedenis kunnen alleen deelnemen na overleg. Dit overleg kan plaatsvinden met hun behandelaar en na een oriënterende EFT-sessie met de opleider.

De verantwoordelijkheid voor deelname ligt volledig bij de deelnemer en kan niet worden afgewenteld op Novet of haar trainers.

Voor alle deelnemers geldt dat, mocht tijdens de cursus blijken dat persoonlijke problematiek te overheersend aanwezig is, de trainer kan besluiten dat verdere deelname niet wenselijk is. Dit wordt toegelicht in een persoonlijk gesprek.