

Entlastung und Stärkung

für von Mobbing betroffene Schülerinnen und Schüler
durch energieorientierte Beratung (EFT)



● EFT ist eine sanfte Klopf-
Technik, die als unterstützende
Maßnahme im Rahmen
der Mobbing-Intervention
angewendet werden kann



Die Situation der Mobbing-Betroffenen

Mobbinghandlungen verletzen die Würde der Kinder, indem gezielt das Selbstwertgefühl untergraben wird.

Solange das Mobbing andauert, ist es nahezu unmöglich, souverän und selbstbewusst aufzutreten. Erst wenn das Mobbing gestoppt ist, gibt es wieder Freiräume für SchülerInnen, Handlungskompetenz

wiederzugewinnen sowie neue Verhaltensweisen zu erlernen.

In vielen Fällen können sich Kinder und Jugendliche, nachdem das Mobbing-Geschehen gestoppt wurde, schnell wieder in das „normale“ Schul- bzw. Klassenleben eingliedern.

Manchmal zeigen sich aber Schwierigkeiten bei den Mobbing-Betroffenen, wieder Kontakt zu den MitschülerInnen zu finden oder es mangelt an Selbstvertrauen.



Mögliche Schwierigkeiten von Mobbing-Betroffenen

- ▶ Verlust des Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten
- ▶ Isolierung und Vereinsamung
- ▶ Auftreten von blockierenden Gefühlen wie Angst, Traurigkeit, Wut, Aggression, Schuld, Scham ...
- ▶ Begleitende Erscheinungen wie Schlafstörungen, Nervosität, Bauch- und Kopfschmerzen ...



Entlastung und Stärkung durch EFT

Die energieorientierte Beratung (EFT) ist eine sanfte und vereinfachte Klopf-technik, welche schnell, effektiv und nachhaltig wirkt.

EFT bietet Kindern und Jugendlichen eine aktive Möglichkeit, belastende Gefühle zu reduzieren oder sogar aufzulösen, so dass Handlungsfähigkeit wieder leichter möglich wird.

Energieorientierte Beratung (EFT)

- dient der emotionalen Stärkung, ohne direkte Anstrengungen auf der Verhaltensebene einzufordern
- ermöglicht eine unmittelbar spürbare, wirksame Reduzierung der Stress- bzw. Angst-Symptome
- gibt Betroffenen das Gefühl, im Sinne der Selbstwirksamkeit Einfluss auf das Geschehen zu haben
- richtet die Aufmerksamkeit auf die eigene Person und fördert die Selbstwahrnehmung

EFT

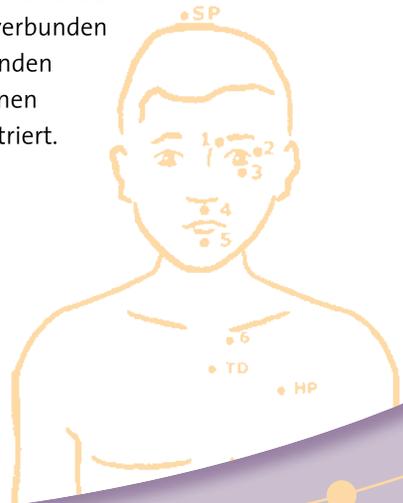
(Emotional Freedom Technique)

Ausgehend von der Tatsache, dass die Ursache vieler emotionaler Probleme eine Blockade im Energiefluss des Körpers ist, wird mittels der Klopf-Technik diese emotionale Störung aufgehoben und das Selbstwertgefühl gestärkt.



Die Methodik der Klopftechnik

Bei der energieorientierten Arbeit werden spezielle Punkte der Hauptenergie-Meridiane mit den Fingerspitzen manuell geklopft, während man sich mental auf die zu lösende Situation und die damit verbundenen belastenden Emotionen konzentriert.



EFT-Seminare

Eltern und Fachkräfte, die mit Kindern arbeiten, wünschen sich ein Instrument, das einfach in der Handhabung und schnell anwendbar, zugleich sanft, achtsam und für Kinder gut annehmbar ist.

Wir bieten **Seminare zur Qualifizierung in der Methode EFT** (energieorientierte Beratung) zur Unterstützung von Mobbing-Betroffenen für:

- ▶ SchulsozialarbeiterInnen
- ▶ SchulpsychologInnen
- ▶ Lehrkräfte
- ▶ ErzieherInnen
- ▶ MitarbeiterInnen von Beratungsstellen
- ▶ Eltern

Die energieorientierte Beratung wird im Rahmen der pädagogischen Arbeit angewendet. Sie dient als Hilfe zur Selbsthilfe und kann ebenso präventiv in Schule, Kita, etc. eingesetzt werden.

Termine

Aktuelle Seminar-Termine finden Sie auf www.m-become.de oder www.no-blame-approach.de

Gerne führen wir Seminare in Ihren Räumen durch.

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Inhalte des zweitägigen Seminars

- ▶ Vermitteln der Grundlagen der Methode EFT
- ▶ Kennenlernen der zentralen Schritte in der Selbstanwendung
- ▶ Einbinden der Klopf-Technik in die Beratungsarbeit mit Kindern und Jugendlichen
- ▶ Trainieren der Klopf-Methode anhand verschiedener praxisbezogener Themen





EFT-Einzelberatung

Beratung von Mobbing betroffenen Kindern, Jugendlichen sowie Erwachsenen vor Ort oder in meinen Beratungsräumen in Köln.

Termine nach Vereinbarung

Kosten: 50 bis 80 Euro / Beratung

Fahrtkosten: sofern Anreise erforderlich

Kinder und Jugendliche sind in der Regel sehr offen für diese Art der Arbeit.

In zugesicherter Vertraulichkeit haben Betroffene die Möglichkeit, über ihre belastenden Gefühle zu sprechen und erfahren durch die energieorientierte Begleitung eine direkte Entlastung im Umgang mit ihrer Situation.

Ausschnitt aus einer Beratung mit einer betroffenen Schülerin

... zunächst frage ich, welche Gefühle die Schülerin mit den Mädchen verbindet, die sie immer wieder hänseln. Sie antwortet mir, dass sie total wütend auf ihre Klassenkameradinnen ist. Sie hasse die Mädchen, die ihr immer wieder diese Gemeinheiten antun.

Ich bitte sie, sich zunächst auf die Mitschülerinnen und die belastenden Gefühle, die sie hat, wenn sie an diese Mädchen denkt, zu konzentrieren. Gleichzeitig klopft die Schülerin in meiner achtsamen Begleitung verschiedene ausgewählte Energiepunkte ...

Mittels dieser Klopftechnik arbeiten wir an der Wut und dem Hass des Mädchens auf die Mitschülerinnen; und auch an ihrer Traurigkeit, die sie wegen der schwierigen Situation in der Schule hat.



Seit über 15 Jahren begleite ich Menschen im Rahmen meiner Beratungsarbeit in den Bereichen Persönlichkeitsentwicklung, Konfliktlösung sowie der energetischen Auflösung von belastenden sowie blockierenden Gefühlen.

Marion Stock

Telefon 02233-939596
Telefax 02233-686637
E-mail: info@m-become.de
oder stock@fairaend.de
www.m-become.de

Mediatorin, Trainerin,
Dipl. Meridian-Energie-Therapeutin
Schwerpunkt energieorientierte
Beratung für Mobbing-Betroffene,
Stress- und Angstbewältigung

In Zusammenarbeit mit



fairaend
Konfliktberatung, Mediation,
Supervision und Weiterbildung
Ansprechpartner: Heike Blum/Detlef Beck
Kirchplatz 5 · 50999 Köln
Telefon 02236-379179 · Telefax 02236-379182
info@fairaend.de · www.fairaend.de
www.no-blame-approach.de