



Loretta Sparks' Serie über chronische Süchte - Teil I

Vorwort von Gary Craig¹:

Hi, alle!

Loretta Sparks hat viele Jahre Erfahrung mit Klienten die „chronisch süchtig“ sind. Für diese ernste Art von Süchten findet sie es hilfreich, vor der Anwendung von EFT „eine andere Ebene der Störung des Energiesystems“ abzuklären. Sie nennt den Vorgang EFT Plus und stellt ihn hier dar. Es gibt andere Ebenen von EFT Plus, die am Ende dieser Nachricht angehängt sind.

Für andere Gedanken über Süchte möchten Sie vielleicht die vielen Fallgeschichten und Artikel in der „Abteilung Süchte“ unserer [Webseite](#) durchsehen.

In Liebe Gary

Loretta Sparks: Teil I

Kürzlich hatte ich die Gelegenheit, Gespräche durchzusehen, die ich im letzten Jahr mit einer Reihe von EFT-Anwendern führte: Über die Herausforderungen, die sie in der Behandlung von Leuten erlebt haben, die an chronischen Süchten leiden. (Ich benutze den Ausdruck chronische Süchte, um Menschen zu beschreiben, die "einfach nicht aufhören können".) Diese Anwender fanden, dass EFT bei der Beseitigung von Suchtverhalten sehr effektiv ist. Jedoch erhielten viele nicht die erhofften Ergebnisse, wenn sie den chronisch Süchtigen wegen ANDERER Probleme behandelten. Sie berichteten von wenig oder gar keiner Veränderung in dem Leid, das die Person erlebt, wenn sie sich mit anderen Problemen als ihrem Suchtverhalten beschäftigt.

Als Psychotherapeutin, die sich in den letzten 21 Jahren auf die Behandlung von Sucht spezialisiert hat, verstehe ich sehr gut, welche Herausforderung es ist, mit diesen chronisch süchtigen Menschen zu arbeiten. Die Gruppe der Menschen, die an Sucht leiden, erlebt einen höheren Grad von Störungen des Energiesystems als die allgemeine Bevölkerung.

In der EFT-Behandlung ist die Einstimmung ("Setup") darauf angelegt, eine Art von Störung des Energiesystems anzusprechen, die wir als Psychologische Umkehr kennen. Die Theorie hinter EFT geht davon aus, dass ungefähr 40 % der Gesamtbevölkerung bezüglich des zu behandelnden Problems umgekehrt sind. Während dieser Prozentsatz bei Süchtigen meistens höher ist, habe ich entdeckt, dass hier oft noch ein weiterer Typ von Störung des Energiesystems vorliegt, der dazu führt, die EFT-Behandlung zu blockieren (eine Störung der Art, die nicht auf ein spezielles Problem gerichtet ist, sondern eher ein generelles Ungleichgewicht darstellt, das sich auf das ganze Energiesystem auswirkt).

¹ Dieser Artikel wurde von Loretta Sparks ursprünglich im emofree-newsletter von Gary Craig veröffentlicht. Den Newsletter und ein großes Archiv zum Thema emotional freedom techniques™ finden Sie unter www.emofree.com. Das Copyright für den Originaltext liegt bei L. Sparks, Veröffentlichung mit Erlaubnis. Deutsche Übersetzung Doris Sonntag / Layout Gerald Stiehler. Wir hoffen, dass Ihnen diese Übersetzung in Ihrem Verständnis von EFT weiter hilft.

Zahlreiche Versuche mit Gruppen von Süchtigen haben mich überzeugt, eine spezielle Balance-Technik als einen Teil meines Vorgehens bei Süchten einzubeziehen. Sie hat die Wirksamkeit von EFT bei dieser Gruppe dramatisch verbessert.

EFT PLUS (mein Ausdruck) ist das Basis-Rezept von EFT mit einem zusätzlichen Schritt VOR der Einstimmung (dem "Setup") für Leute mit chronischen Süchten. Noch einmal, dieser Schritt dient dazu, eine besondere Art von Störung des Energiesystems zu klären. Er dauert nur Minuten und muss möglicherweise wiederholt werden. Die Balance-Technik die hier verwendet wird, ist die vereinfachte Version einer traditionelleren Art, die als Cook's Ringschaltung ("Cook' sHook-Up") bezeichnet worden war. Sie wurde von Sandi Radomski weiter entwickelt - und ist einfach, leicht und wirksam.

EFT PLUS

1. Benenne das Problem, an dem gearbeitet werden soll.
Bleibe auf dieses spezielle Problem, das behandelt werden soll, konzentriert.
2. Bewerte den Schmerz, den dieses Problem verursacht,
auf einer Skala von 0 - 10, wobei 10 das Schlimmste ist.
3. Kläre die besondere Störung des Energiesystems ("Neurologische Desorganisation"). Das kann im Stehen, im Sitzen oder im Liegen geschehen.
 - a. kreuze den linken Fuß am Knöchel über dem rechten Fuß.
 - b. kreuze das rechte Handgelenk über das linke.
 - c. atme durch die Nase ein, mit der Zunge auf dem oberen Gaumen, nahe den vorderen Zähnen.
 - d. atme durch den Mund aus, mit der Zunge auf dem unteren Gaumen, nahe der vorderen Zähnen.
 - e. atme ruhig während etwa 2 Minuten.
4. führe EFT für das Problem auf normale Weise aus.

Ich habe vor, in den nächsten Monaten einige der Vorgehensweisen mit Ihnen zu teilen, die ich als hilfreich bei der Behandlung dieser Bevölkerungsgruppe erfahren habe.²

Loretta Sparks, MFT (#7936)

Die Texte aus der Serie "EFT und mehr" unterliegen dem Urheberrecht der jeweiligen Autoren. Die Veröffentlichung erfolgt mit Erlaubnis. Die Texte und Dateien dürfen für den persönlichen Gebrauch frei verwendet werden, Nachdruck in jeder Form oder Verwendung auf anderen Internetseiten nur nach Rücksprache.

² Im Rahmen dieser Übersetzung finden Sie die Artikel aus den Folgemonaten unter [chronische_sucht_2.pdf](#), [chronische_sucht_3.pdf](#), [chronische_sucht_4](#).