ÖIGT Akademie

Akademie für Beratungs- und Gesundheitsberufe

Qualität - Erfolg - Lebensfreude

KLOPFEN STATT AUSHALTEN

Psychologische Klopfakupressur



Praktische Methoden

zur Regulation von Angst, Stress und

emotionaler Belastung

insbesondere mit
„Thought Field Therapy TFT“ und
„Emotional Freedom Technique EFT“,
sowie **vielen weiteren alltagstauglichen Kurzprogrammen**

Was sind psychologische Klopfakupressurverfahren?

Psychologische Klopfverfahren verbinden die gezielte Fokussierung auf belastende Gedanken, Gefühle oder Erinnerungen mit dem Beklopfen ausgewählter Akupressurpunkte. Sie werden eingesetzt, um emotionale Anspannung und Stressreaktionen zu regulieren und die Bearbeitung belastender Themen zu unterstützen. Zu den bekanntesten Verfahren zählen TFT und EFT, die zur Energy Psychology zählen.

Energy Psychology, auch Energetische Psychologie, umfasst psychologische Methoden, bei denen kognitive und emotionale Prozesse mit körperbezogenen Verfahren, insbesondere der Stimulation bestimmter Akupressurpunkte durch sanftes Klopfen, kombiniert werden.

Klopfbasierte Verfahren unterstützen Klient:innen dabei Ängste, Stress und emotionale Belastungen zu regulieren und einen besseren Umgang mit belastenden Gedanken, Gefühlen und inneren Anspannungen zu entwickeln.

Gerade bei akuten Belastungssituationen können solche Kurzinterventionen eine niedrigschwellige und ressourcenorientierte Möglichkeit zur emotionalen Stabilisierung darstellen. Sie können eigenständig eingesetzt oder in einen umfassenderen psychologischen bzw. psychotherapeutischen Behandlungsprozess integriert werden.



Ziel des Trainings

- **Aktive Stressbewältigung:** Praktische Übungen mit Klopfakupressur anwenden lernen, um Stress und Ängste bei sich selbst und anderen gezielt zu regulieren.
- **Schnelle Selbsthilfe:** Kurze Entspannungs- und Balancesequenzen für belastende Situationen erlernen.
- **Psychische Belastungen reduzieren:** Tiefgehende Behandlungsprogramme zur Bearbeitung innerer Stressoren und emotional belastender Themen.
- **Selbstregulation stärken:** Eigene Ressourcen aktivieren und innere Balance, Konzentration und emotionale Stabilität fördern.

Aufbau des Lehrgangs

- Vermittlung der Technik in kleinen Schritten
- Demonstrationen der Anwendung der Behandlungsprogramme
- Üben und anwenden lernen der Behandlungssequenzen und Programme
- Dieser Lehrgang ist **sehr praxisorientiert** aufgebaut.

Voraussetzungen/Zielgruppe: Teilnehmer:innen mit psychosozialen Grundberufen und für Selbstanwender:innen

Lehrgang (anrechenbar für die verpflichtende Fortbildung und Gruppensupervision) für

- Klinische- u Gesundheitspsycholog:innen
- Lebens- und Sozialberater:innen-psychosoziale Berater:innen
- Psychotherapeut:innen
- Berufsgruppen aus dem psychosozialen, pädagogischen Feld mit ausreichend Vorerfahrung/Ausbildung in Gesprächsführung

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

Lehrgangsinhalte

Selbstanwender- und Behandlungsprogramme

Messwertskala: Subjective Units of Distress (SUD), Programme für Gehirnbalancen, Übungen zur Zentrierung, Emotionaler Stressabbau, Kriseninterventions-Notfallprogramm, Die Meridian-Hauptbehandlungspunkte, Das tägliche Affirmationsprogramm, TFT Thought Field Therapie - Algorithmen, EFT Emotional Freedom Technique, Allgemeine psychische Umkehrungen, HELP Healing Energy Light Process

Vertiefung: Supervisions- und Praxisnachmittag SU+PR: Erfahrungsaustausch, Supervision von abgehaltenen Behandlungen, Zusammenfassung und WH aller Programme, Offene Fragen, Ev. Demo eines Programms nach Wahl, Üben der Programme, Supervision zu den aktuellen Übungen

Termine

Inhalt	Datum	Uhrzeit
Stress- und, Angstabbau, Notfallprogramm +TFT	**Sa 25.09.2027**	09:30-17:30
EFT + HELP	**So 26.09.2027**	09:30-14:30
Vertiefung, Supervision + Praxis	**Sa 20.12.2027**	10:00-16:00

Die Teilnehmer:innen erhalten nach erfolgreichem Abschluss (90% Anwesenheit) eine Teilnahmebestätigung.

Ort: ÖIGT-Akademie Schönbrunnerstrasse 43, **1050 Wien, Eingang Inclusion Hub**

Gesamtkosten für 19 Lehrgangsstunden: € 427.- ***(USt.-frei lt. § 6 Abs. 1 Z 11 UStG (berufsbezogene Weiterbildung))***
inkl. Skripten im PDF und inkl. ausgedruckten Handouts

Ratenzahlung möglich:
Kosten für 1.Termin im September: € 299.- *(USt.-frei lt. § 6 Abs. 1 Z 11 UStG (berufsbezogene Weiterbildung))*
Kosten für 2.Termin im Dezember: € 138.- *(USt.-frei lt. § 6 Abs. 1 Z 11 UStG (berufsbezogene Weiterbildung))*

Es gibt die Möglichkeit für **Selbstanwender:innen** am ersten Tag teilzunehmen, um praktische Methoden zur Stressbewältigung, emotionaler Selbstregulation und persönlicher Stabilisierung kennenzulernen.

Kosten für Tag 1 für Selbstanwender:innen: € 184.- ***(USt.-frei lt. § 6 Abs. 1 Z 11 UStG (berufsbezogene Weiterbildung))*** **inkl. ausgedruckten Handouts.**

HINWEIS: Dieser Lehrgang kann als Basis für den Lehrgang in EDxTM nach Dr. Gallo angerechnet werden!

Qualitätssicherung

In der ÖIGT-Akademie ist bei dieser Fortbildung die Gruppe auf ***max. 15 Personen*** beschränkt.

Lehrtrainerin



Mag[a] Eva Siebenmorgen

Klinische und Gesundheitspsychologin,
Mal- und Gestaltungstherapeutin,
psychologische Beraterin LSB,
Expertin für Stress- und Burnout-Prävention,
(eingetragen im WKO Experten/innen Pool)
Zertifizierte Katathyme Imaginationsbegleiterin,
Supervisorin (eingetragen im WKO Experten/innen Pool)**,**
Advanced Energy Psychology Practitioner „EDxTM - Angst- und Stressreduktion/Traumatherapie“ (zertifiziert von Dr. Gallo) &
ausgebildete und autorisierte Level 2+4 Lehrtrainerin von Dr. Gallo

Akademie für Beratungs- und Gesundheitsberufe

des Österreichischen Instituts für Ganzheitliche Therapie ÖIGT

7452 Unterpullendorf, Sportplatzstraße 4

1050 Wien, Schönbrunnerstrasse 43 bei Inclusion Hub

akademie@oeigt.at www.öigt-akademie.at