

Guia Prático do EFT



@margareth.signorelli



GUIA PRÁTICO DO EFT

EFT TRANSFORMANDO VIDAS!

Por Margareth Signorelli

Gold Standard e Optimal EFT Terapeuta

Siga:

Instagram: <https://www.instagram.com/margareth.signorelli/>

YouTube: <https://www.youtube.com/c/MargarethSignorelliEFT>



Parabéns por tomar esta decisão de entender melhor sobre EFT!

Esta é uma decisão importante para poder aplicá-lo em sua vida.

Caso você ainda não tenha ouvido falar sobre esta técnica maravilhosa e revolucionária segue uma pequena explicação:

EFT- Emotional Freedom Techniques que traduzimos para Técnica de Liberação Emocional.

Ela existe desde 1995 e foi desenvolvida pelo americano **Gary Craig**.

É uma técnica de acupuntura **sem agulhas**. Significa estimular, com as pontas dos dedos, 9 pontos de acupuntura e **focando** especificamente na **emoção** ou na **dor** que estamos sentindo, **liberando assim** a energia que está sendo bloqueada pela nossa mente ou pelo nosso corpo, trazendo alívio imediato ao desconforto e proporcionando a possibilidade de tratamentos de problemas mais enraizados que provocam doenças de fundo emocional e físico.

Pontos do EFT

Os pontos do EFT são:

- 1) Ponto do **Karatê**: ao lado da mão. Neste ponto falamos a frase do EFT em que colocamos o que trabalharemos, como **DORES** ou **EMOÇÕES**.
- 2) Ponto no **topo da cabeça**.
- 3) Ponto **entre as sobrancelhas**.
- 4) Ponto no **lado dos olhos**.
- 5) Ponto **abaixo dos olhos**.
- 6) Ponto entre **nariz e boca**.
- 7) Ponto entre **boca e queixo**.
- 8) Ponto **abaixo das clavículas**.
(2 dedos abaixo das clavículas)
- 9) Ponto **abaixo dos braços**.
(4 dedos abaixo do buraco das axilas)



Frase do EFT

No ponto do Karatê você deve falar a seguinte frase:

Apesar dê (aqui colocamos a dor ou a emoção que vamos trabalhar), eu me amo, me aceito e me respeito profundamente e completamente.

O que falar ao bater nos Pontos do EFT? (Demais Pontos)

Tudo de Negativo relativo aquela Dor ou Emoção.

Por onde começar?

Para Dor:

- 1- Onde é a dor ?
- 2- Que tipo de dor ?
- 3- Intensidade de 0 a 10 ?

Para Emoção:

- 1- Qual a emoção?
- 2- Onde se localiza no seu corpo?
- 3- Por que?
- 4- Intensidade de 0 a 10

Como medir o resultado?

Após ter determinado a intensidade da dor e da emoção na 1ª rodada (sendo 0 sem dor ou emoção e 10 dor ou emoção muito forte), após algumas rodadas verifique a intensidade novamente. Faça novas rodadas se necessário para zerar ou diminuir o máximo possível.

Problemas que o Tapping pode ajudar?

Dores e Emoções PONTUAIS, provoca uma melhora imediata nos sintomas como dores de cabeça, nas costas, no ombro, tristeza, ansiedade, entre outras, mas se elas voltam com frequência quer dizer que o problema

esta enraizado e requer um tratamento de um especialista.

Problemas que DEVEM ser tratados por Especialistas ou Terapeuta em EFT?

Problemas Profundos (Raiz do Problema), tais como dores cômicas, emoções negativas recorrentes, eventos traumáticos, Depressão, Ansiedade Crônica, Pânico, Medo/Fobia, Vícios, Obesidade, entre outros problemas cuja a causa encontra-se além dos sintomas

“Como não sou da área da saúde, posso me tornar um/a Terapeuta ESPECIALISTA em EFT se aprender a técnica?”

Você pode aprender a técnica tanto para se tornar Terapeuta em EFT quanto para poder se ajudar e ajudar seus familiares, mesmo que nunca tenha trabalhado na área e mesmo que não tenha nenhuma formação anterior, você só precisa querer aprender.

Para te ajudar com isso eu vou te dar dois caminhos aqui abaixo:

1- Se você quer Aprender a técnica para ajudar outras pessoas e se ajudar, eu indico fortemente que participe da **SEMANA DO EFT**, pois por lá eu explico em detalhes: **Como você pode Dominar a Técnica Profissional do EFT e se Tornar um Terapeuta Capacitado.**

Este é um **evento Gratuito com 8 aulas sendo 4 Gravadas e 4 ao Vivo comigo.**

Ao final dele você **conhecerá** bastante sobre a **Técnica do EFT**, seus **Benefícios** e terá uma **OPORTUNIDADE ESPECIAL** para se inscrever no Curso Profissão EFT e se juntar aos mais de **1126** alunos que já estão **transformando vidas** com o uso do EFT e como **Terapeutas Certificados** por mim.

Para participar da Semana do EFT entre no grupo VIP do Whatsapp pois por lá você saberá mais sobre a próxima data e receberá os links das aulas. Clique no link abaixo para entrar no GRUPO VIP - <https://institutole.com.br/cursos/grupo-vip-semana-do-eft/>

[QUERO ENTRAR NO GRUPO VIP](#)

2- Se você quer aplicar o EFT para resolver seus problemas específicos como: Emagrecimento, Relacionamentos, Prosperidade Financeira, Melhor Qualidade de Vida, Aprendizado de outro Idioma entre outras aplicações para dores e emoções pontuais, tais como: Cólica, Tristeza, Viroses, Resfriado, Ansiedade e muito mais, eu te recomendo o **PORTAL DO EFT**.

Nele eu **reuni todos os meus cursos** voltados para aplicações específicas em um só lugar, assim você pode aplicar em si mesma o meu método e ir ajustando a cada ponto da sua vida de forma direcionada, focada e prática para alcançar os seus objetivos.

Para saber mais sobre tudo o que tem no PORTAL DO EFT clique no link abaixo e aproveite pois especialmente para você que esta aqui lendo esse GUIA, eu preparei uma EDIÇÃO LIMITADA com Desconto e bônus especial para o acesso de 12 meses. Confira esta OPORTUNIDADE e faça hoje mesmo o seu acesso ao PORTAL DO EFT -

[QUERO ACESSAR O PORTAL DO EFT](#)

OBS: Os cursos do Portal são para aplicação pessoal e não te farão um Terapeuta Especialista, portanto não damos certificado, para se tornar um terapeuta o curso indicado é o Profissão EFT comentado na página anterior.



Profissional com formação internacional, Margareth Signorelli tem como missão auxiliar, apoiar, encorajar e guiar pessoas no processo de transformação, buscando o autoconhecimento profundo e quebra de obstáculos internos que impedem que o bem-estar e o amor fluam livremente em suas vidas, para isso possui a seguinte formação:

Pós-graduada em Sexualidade e terapia sexual - Prosex- FMUSP

Método Gottman de Terapia de Casal - Level I e II

Facilitadora oficial do Método Gottman “Os 7 Princípios para um Relacionamento durar”

Certificada Especialista em Relacionamento e Sexualidade – Abrap e Centro Metamorfose

Certificada Especialista em Relacionamento – Los Angeles – USA

Certificada Especialista em Relacionamento Conjugal - ICI

Certificação Internacional Gold Standard Advanced EFT Terapeuta

Certificado Optimal EFT terapeuta

Psicologia Básico e Avançado – Instituto de Psicologia Positiva & Comportamento – São Paulo

Quantum Evolution – ICI – São Paulo – Brasil

Feminine Power Mastery - Los Angeles – USA

Bacharel em Enfermagem – PUC - Campinas



Margareth Signorelli
TRANSFORMANDO VIDAS



GUIA PRÁTICO DO EFT

Este guia foi Idealizado e Escrito por Margareth Signorelli com o Intuito meramente informativo para divulgação da Técnica do EFT, para mais informações sobre a autora acesse:

Instagram: <https://www.instagram.com/margareth.signorelli/>

YouTube: <https://www.youtube.com/c/MargarethSignorelliEFT>

Site: institutole.com.br

FIM

AVISO LEGAL:

Embora estejam ganhando apoio científico, a técnica de liberação emocional (EFT) e o "tapping" ainda são considerados de natureza experimental. Todas as informações, livros, workshops e treinamentos têm como objetivo promover a conscientização sobre os benefícios de aprender e aplicar a EFT. No entanto, o público em geral deve assumir total responsabilidade por seu uso.

O material deste Ebook destina-se apenas ao seu conhecimento geral e não substitui a atenção médica tradicional, a terapia ou um profissional de saúde qualificado. Nem o EFT nem as informações aqui devem ser usadas para diagnosticar, tratar, curar ou prevenir qualquer doença ou distúrbio.

Se você tiver alguma preocupação com relação à sua saúde ou estado mental é recomendável procurar aconselhamento ou tratamento de um profissional de saúde qualificado e licenciado.

Antes de fazer qualquer alteração em sua dieta, medicamento e ou tratamento, é recomendável consultar primeiro um médico ou outro profissional de saúde qualificado.