

# EFT en grupo

Trabajar EFT en grupo, es un camino para aportar apoyo y beneficios extra a un trabajo personal, entre consultas o para iniciarse de forma segura después de un curso.

Estos encuentros están pensados para tener un lugar donde se pueda:

- Hacer un trabajo conjunto: Básicamente se utilizará EFT-Beneficios Compartidos, aunque, si se requiere, lo combinaremos con otras técnicas.
- Complementar sesiones.
- Crear una comunidad básicamente “efetera” con la intención de que nos aporte:
  1. Apoyo y ayuda (un respaldo), por mi parte y también del grupo. Entiendo que, si vamos encontrándonos con cierta frecuencia, será lógico crear afectos y confianza entre nosotros/as y como resultado, comprensión y unas buenas relaciones.
  2. La posibilidad de ver que otras personas tienen problemas similares a los nuestros, ara que no nos sintamos únicos y si nos apetece, poder compartir, con la seguridad de no ser juzgados o cuestionados por ello.
  3. A veces nos sentimos solos o aislados en nuestras dificultades y limitaciones personales, una forma de comprender y sentirnos apoyados, sería liberar juntos temas que compartimos.
  4. La posibilidad de ver como liberamos y evolucionamos. Cambiar, progresar, compartir (si así se considera),... nos servirá de estímulo para avanzar y si hace falta, ser más persistentes.
- Introducir EFT a quienes la necesiten sin verse presionados. Parientes o amigos que consideres necesitan ayuda, pidiéndoles que te acompañen, verán los procesos y les será más fácil comprender e implicarse en su camino de mejoramiento sin verse forzados una entrevista personal, que puede resultar más difícil de afrontar.
- Una forma económica de hacer sesiones de EFT, acorde a los tiempos que corren.

Habéis coincidido en pedirme encuentros semanales, hago las siguientes propuestas para poder encontrar la formula adecuada, como estamos al principio, por favor, **CONFIRMAR VUESTRA ASISTENCIA (EL DÍA ESCOGIDO)** y vamos viendo que días son los más adecuados para vosotras.

**Si estas interesado/a en asistir el sábado por la mañana**, por favor indicámelo. Si existe la posibilidad no tengo inconveniente en intentar un grupo.

**DIA:** **Viernes, 8 de Junio** -Confirma Asistencia-Gracias

**HORARIO:** **Llegada a las 18h. Empezaremos a los 18,15 h**

Estos 15 minutos los dejamos como margen, para saludarnos, acomodarnos y por si hay un pequeño retraso consecuencia del transporte. **Después de esta hora, mejor abstenerse** para evitar interrupciones.

**PRECIO:** Se sugiere una aportación de **10€ por sesión**. **Cualquier persona puede asistir, Independientemente si su situación económica, le permite pagar o no. Puede ser la cantidad sugerida, más, menos o nada.**

**Intercambio:** También puedes colaborar de forma voluntaria ayudando a preparar o arreglar y limpiar la sala una vez terminada la sesión,... lo que consideres.

**DURACION:** Este espacio pretende ser distendido y al tiempo tener una forma bien definida. Distendido para que haya un tiempo para socializar (si es de interés por supuesto), un espacio donde se trabaje de forma ordenada, concreta y exista un tiempo para poder expresarse. Así es que la hora de **encuentro serán las 18 h. y la de cierre del local las 21h.**

*\* El horario también será algo que podremos modificar con la práctica, si así vemos que conviene.*

## EVENTOS AL AIRE LIBRE

Cuando tengamos mas experiencia me gustaría hacer algún encuentro de este tipo, en algún parque (Ej: Ciutadella) o lugares donde la Naturaleza este presente (se miraría el lugar), mover energías en grupo y decir conjuntamente “Me amo y acepto” ,... creo que puede ser una forma de mover la energía personal, grupal y también la de la humanidad, beneficiándonos del poder de la Aceptación y el Amor, conjuntamente.