

Angie Muccillo racconta perchè Eft è uno strumento essenziale da insegnare ai bambini

By Angie Muccillo BA, EFT-ADV

Mentre Eft è uno strumento incredibile, per genitori e insegnanti, da usare direttamente con i bambini, ci possono essere momenti nella vita di un bambino, in cui insegnanti, genitori, o altri adulti sono la reale fonte di stress per il bambino.

I bambini a cui è stato insegnato a fare tapping da soli hanno la libertà di picchiettare su qualunque cosa li stia disturbando sul momento, incluso uno scombussolamento a casa o a scuola, senza doversi relazionare direttamente con un adulto che li aiuti a risolvere la questione. Eft permette ai bambini di affrontare i fastidi quotidiani così questi non diventano problemi più grandi.

Qualche volta, a causa della paura, della vergogna, della colpa o della rabbia i bambini semplicemente non vogliono discutere i loro fastidi con gli adulti. I bambini si arrabbiano con i loro genitori per ogni sorta di questione, anche se la relazione tra loro è stretta e amorevole. Qualche volta questa rabbia è evidente dal loro comportamento o altre volte puoi anche non sapere che sono arrabbiati con te ma questo può emergere in modo sconvolgente.

Se il tuo bambino è arrabbiato con te per qualcosa che hai detto o fatto o non hai fatto e tu sei consapevole di questo, è più difficile fargli fare tapping con te ed è meno probabile che ti ascolti visto che è arrabbiato con te. I bambini che hanno imparato a fare tapping da soli comunque, senza l'aiuto o il suggerimento di un adulto con più probabilità faranno tapping sulla rabbia verso i loro genitori e risolveranno il problema piuttosto che trattenerlo, in questo modo ritroveranno la pace e l'armonia. Se il bambino può neutralizzare la sua rabbia verso di te, allora il suo comportamento verso di te probabilmente cambierà di sua spontanea volontà, rendendo più facile la vita di tutti.

Fare tapping può rinforzare il legame tra i bambini e i loro genitori, o tra gli studenti e i loro insegnanti, neutralizzando i sentimenti negativi sommersi che contribuiscono al problema. Per esempio una bimba di 8 anni a cui ho recentemente insegnato Eft, era intimorita dal suo insegnante e aveva paura di lui, a causa delle esplosioni che aveva in classe verso un altro studente. Anche se lei non era quella "in difficoltà", la sua paura di lui influenzava come lei si sentiva in classe ed era costantemente preoccupata di poter fare qualcosa che lo facesse arrabbiare. Naturalmente l'insegnante poteva non sapere questo e mentre stava facendo del suo meglio per trattare uno studente indisciplinato, il suo comportamento era interpretato dalla bimba come intimidatorio e spaventoso.

L'ansia della bambina, per il fatto di essere nella classe di quell'insegnante, stava crescendo e influenzando il suo lavoro scolastico e lei stava diventando sempre più ansiosa di "fare errori" e "trovarsi in difficoltà". La paura del suo insegnante era a 9 quando abbiamo cominciato ed è andata a 0 dopo vari giri di picchiettamento su come lui la faceva sentire. Lei inoltre ha picchiettato sull'episodio iniziale in cui il ragazzo veniva trascinato fuori dalla classe dall'insegnante. Abbiamo poi fatto tapping sulla sua paura di commettere errori e di trovarsi in difficoltà. La bimba non ha più sentito la paura e non era più spaventata da quell'episodio.

Le ho suggerito di picchiettarsi ogni giorno dopo la scuola su qualunque paura residua o nuova, o sulle preoccupazioni destinate da questo insegnante. Ora lei ha la capacità di rilevare questi sentimenti da sola.

Il beneficio di questo? Un'esperienza scolastica più rilassata, meno pressione e stress, maggiore fiducia e la possibilità di vedere il suo insegnante sotto una luce diversa, migliorando non solo la

sua esperienza di classe ma probabilmente anche la relazione insegnante studente. Se lasciata a sé stessa, la sua paura poteva continuare a influenzare il suo lavoro scolastico. Con l'aiuto di Eft tutto questo è stato fermato e senza questa paura, preoccupazione e stress, diventava possibile una esperienza di apprendimento più lineare.

Come genitori, insegnanti e adulti di riferimento non possiamo sapere tutto quello che sta preoccupando un bambino o come un evento lo influenza dal punto di vista emozionale. Passare questa abilità ai nostri bambini dà loro il potere di usarla ogni qual volta o per qualunque problema li stia preoccupando, anche quando la fonte di stress è qualcuno che amano.

Credo che Eft sia un'abilità nella vita di cui nessun bambino dovrebbe essere sprovvisto!

Saluti

Angie Muccillo BA, EFT-ADV

tradotto dal sito di Gary Craig www.emofree.com