

## Sådan behandler jeg:

# TANKEFELTTERAPI

Susse C.C. Persson er oprindeligt kontoruddannet og arbejder stadig som salgskordinator. Men derudover er hun også certificeret tankefeltterapeut og certificeret NGH Master-hypnoterapeut og har sin praksis i København, hvor hun tilbyder både tankefeltterapi og hypnose. Susse C.C. Persson har arbejdet med tankefeltterapi i over 12 år og hypnose i mere end to år. Endelig er Susse C.C. Persson også certificeret Life Coach og uddannet som Reiki-healer.

Liv & Sjæl har spurgt hende, hvordan hun behandler i vores nye serie "SÅDAN BEHANDLER JEG"

Af Dorte J. Thorsen



### Hvad går din behandling ud på?

Tankefeltterapi (TFT) er en terapeutisk teknik, der kan bruges til at løse negative følelser og psykiske lidelser som for eksempel forskellige typer af angst, depression, stress, mindreværd, sorg, vrede, misbrugsproblemer, indlæringsproblemer, ordblindhed og meget mere. Det anvendes også til alle former for ubehag, både af følelsesmæssig og fysisk karakter.

Tankefeltterapi-behandlinger kan sammenlignes med at åbne en kombinationslås. Du kender alle numrene, men hvis du ikke anvender dem i den rigtige rækkefølge, vil låsen ikke åbne. Med tankefeltterapi bruger jeg en diagnosticeringsmetode, som ikke bare viser den korrekte kode, men også den nødvendige rækkefølge for at opnå en succesfuld behandling.

### Hvordan behandler du?

Tankefeltterapi foregår konkret ved, at jeg tager afsæt i en

samtale med dig om dit ubehag ud fra nogle bestemte spørgeteknikker. Samtidig stimulerer vi din krops energibaner, ligesom det sker ved akupunktur. Jeg bruger dog ikke nåle. Men vi tapper let med fingrene på bestemte punkter på kroppen. Disse punkter er almindeligvis kendt som akupunktur-meridianerne og findes ved muskeltest (kinesiologi).

Tankefeltterapi er derfor også en naturlig og medicinfri tilgang med hurtige resultater, uden smerter og helt uden bivirkninger.

Helt konkret beder jeg klienten om at tænke på et aktuelt problem. Herefter skal patienten angive, hvor meget følelsen fylder på en skala fra 1 til 10, hvor 10 er maksimum af ubehag.

Det næste, der sker, er, at jeg guider klienten i at tappe på en række specifikke steder på sin egen krop i en specifik rækkefølge. Efter behandlingen bliver klienten igen bedt om at tænke på problemet.

Typisk vil vedkommende så sige, at han eller hun slet ikke

kan tænke på problemet længere. På det tidspunkt er patienten nemlig blevet af med problemet og kan ikke mere fremkalde det oprindelige psykiske ubehag.

Helbredelsen er dermed en realitet, som viser sig både psykisk og fysisk.

Tankefeltterapi virker nemlig, uanset om du tror på det eller ej. Undervejs i behandlingen viser jeg allerede første gang, hvordan klienten skal bruge teknikken, så han eller hun får redskaberne med sig hjem.

Der sker nemlig det, at når forstyrrelser i kroppens energisystem bliver korrigeret, så vil ubehaget blive mindre og i mange tilfælde helt forsvinde. Du behøver ikke at bruge mange terapitimer for at nå ind til, hvorfor du har ubehaget. Du skal blot tænke på det og føle det. Det er en af de ting, der gør tankefeltterapi en revolutionerende og hurtig behandlingsform.

“*Tankefeltterapi-behandling kan sammenlignes med at åbne en kombinations-lås. Du kender alle numrene, men hvis du ikke anvender dem i den rigtige rækkefølge, vil låsen ikke åbne.*”



### Hvilke dårligheder virker behandlingen på?

En bred vifte af problemer af både fysisk og psykisk karakter som for eksempel angst, panik, stress og depression. Samt PTSD – Post Traumatic Stress Disorder. For slet ikke at tale om lavt selvværd, konfliktskyhed, manglende mod til at følge sine drømme og selvudslettende adfærd.

Tankefeltterapi virker også på en irrationel skyld, tvangstanker, besættelse og akutte traumer. Samt på vrede og raseri – og sorg. Men også mellem menneskelige problemer som misundelse, jalousi, kærlighedssorger og decideret social angst kan behandlingen bruges til.

Samt hvis man er bange for at tale til forsamlinger eller lider af sceneskræk, når man skal yde noget til for eksempel en eksamen eller en jobsamtale. Fobier af alle slags, fra de almindelige som højdeskræk, tandlægeskræk, flyskræk og til de mere specielle fobier, kan også kureres.

Endelig virker behandlingen også, hvis man lider af søvnløshed, har problemer med kropsvægten og har svært ved at håndtere kronisk smerte eller sygdom. Afhængighedsproblemer kan også afhjælpes med tankefeltterapi.

“*Tankefeltterapi virker, uanset om du tror på det eller ej. Undervejs i behandlingen viser jeg allerede første gang, hvordan klienten skal bruge teknikken, så han eller hun får redskaberne med sig hjem.*”

## Andre om tankefelt-terapi:

I gæstebogen på Susses hjemmeside kan man læse, at det virker.

Lisbeth skriver for eksempel:

*“Når man har angst, og angsten til sidst har taget så meget overhånd, at det er angsten, der styrer hverdagen, så skal der gøres noget. Min angst dukkede op som en konstant uro og ofte i helt bestemte situationer. Tankefeltterapi og Susse har lært mig ikke at acceptere den angst, men at gøre noget ved den. Jeg har siden min første behandling hos Susse gjort ting, som jeg aldrig troede, ville blive muligt. Jeg har efter en enkelt behandling fået troen tilbage på, at den her angst, den kan jeg slippe af med. Jeg skal nok nå mit mål, og det er med tankefeltterapi som redskab og Susse som coach.”*

Og Benedikte skriver:

*“Som nok de fleste er, var jeg meget spændt og nervøs, da jeg skulle hen til Susse. Det var en varm og hjertelig modtagelse, jeg fik, og da jeg trådte ind i Susses hyggelige og varme stue/værelse, følte jeg allerede her en indre ro. Jeg må indrømme, at jeg var en lille smule skeptisk med tankefeltterapi, men jeg havde fået det anbefalet af en veninde. Efter de første 10 minutter følte jeg mig rigtig godt tilpas, og Susse fik mig lynhurtigt til at tro på, at hun godt kunne fjerne den her angst, jeg gik rundt med i kroppen. Først fik hun et indblik i, hvem jeg er, og hvorfor jeg var kommet hos hende. Derefter gik vi i gang med tankefeltterapien. Det er helt ubeskriveligt, hvordan Susse ved hjælp af tankefeltterapi fik mig til at være rolig og afslappet i kroppen. Da jeg gik derfra, var det med en lettende og lykkelig følelse i kroppen. Jeg følte, at jeg ikke havde uro og angst i kroppen længere, og at jeg ikke var bange for noget som helst. Jeg har her fire dage efter endnu ikke mærket noget til angsten, og hvis det skulle dukke op, har jeg tankefeltterapi som redskab. Jeg har fået nyt mod på livet efter at have været hos Susse, og jeg sender hende mine varmeste anbefalinger herfra.”*

Læs mere selv på [www.slipdinangst.dk](http://www.slipdinangst.dk)

