



Lehrer-Spiegel  
LEHRER-SPIEGEL

#### Die Seminarleiterin:

Iris Mutschler-Austere, seit 2005 in eigener Praxis als Emotions-Management-Coach tätig, gibt seit 2007 Fortbildungen im Bereich „Energetische Psychologie“, u.a. an der CGC-Universitätsklinik, der SBA in Dresden und am Landesinstitut für Schule und Medien in Berlin.

Im Bereich Lehrer-Spiegel haben wir uns zum Ziel gemacht, Emotionen an Schulen zu thematisieren und Lehrern, Schülern und Eltern eben dieses Werkzeug an die Hand zu geben.



**Iris Mutschler-Austere**  
Emotionsmanagement-  
Coach

Ust.Id.Nr.: ES-X7221900S  
C/Ramón y ajal 13, 2º Isq.  
07011 Palma de Mallorca  
mail@iris-austere.com  
www.iris-austere.com  
Büro D: 06233 – 299 520  
Büro E: (0034) 971 16 04 19

# Die Tapping-Technik in der Schule

## Buchen Sie einen Info-Vortrag

### Tapping für Lehrer

Im Schulalltag erfahren Lehrer auf vielen Ebenen welche Auswirkungen Emotionen auf die Qualität ihrer Arbeit und vor allem auf ihre eigene Lebensqualität haben. Auf Schülerebene sind sie u.a. mit Unlust, Überforderung, Ängsten und Konzentrationsmangel konfrontiert, im Kollegium vielleicht mit Uneinigkeit und Unverständnis und persönlich möglicherweise mit Leistungsdruck, Hilflosigkeit bzgl. Ansprüchen und Erwartungen von Eltern, die ihren Lehrauftrag überschreiten... Emotionen sind Wegweiser. Sie helfen uns, zu erkennen, wann wir eine Kurskorrektur vornehmen müssen und wann wir auf dem richtigen Weg sind. Negative Emotionen sind also insofern wichtig, als dass sie uns zeigen, dass wir unser Handeln, unsere Einstellungen und unsere Selbstfürsorge korrigieren sollten. Doch das alleine reicht oft nicht aus. Das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele ist oft zu komplex, als dass wir alles rein über den Verstand regeln können. Und hier greift...

### Über die Tapping-Technik

Eine aus der energetischen Psychologie entstandene Selbstanwendungstechnik, die es ermöglicht, negative Emotionen wie: Ärger, Wut, Trauer, Frustration, Stress, Anspannung, Überforderung, Schuldgefühle, Sorgen, Selbstzweifel u.v.m., schnell und effektiv aufzulösen.

In der einfachen Anwendung findet neben der Auflösung der negativen Emotionen ein Lernprozess über eigene Glaubenssätze, Einstellungen und Automatismen statt, die auf diesem Wege ebenfalls aktualisiert werden können.

Emotionale Freiheit bedeutet, sich jeder Situation gewachsen zu fühlen, den Herausforderungen des Lebens jeden Tag mit Freude und Begeisterung zu begegnen und die Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens zu genießen.

### Vortragsthemen:

- Einführung in die Tapping-Technik
- Anwendungsbereiche
- Demonstration

„Ein spannendes Thema -  
mit praktischem  
Werkzeug!“

### Das sagen Kollegen nach Modul I

*„Ich konnte eine sehr nervöse Referendarin mit ein paar Tapping-Runden beruhigen, sodass sie gelassen in den Unterricht konnte. Das hat mich selbst erstaunt und natürlich überzeugt, dass ich mehr mit Tapping machen will.“*

*„Ich habe mit einer Kollegin Tapping gemacht, um ihre Beziehung zu den Schülern zu verbessern und sie hat gut darauf reagiert – bin gespannt, was da noch so alles kommt. Außerdem habe ich mit zwei Schülern getappt, was auch sehr positiv ankam.“*

*„Ich habe im Bio-Unterricht die Atemgleichgewichtsübung gemacht – mit großem Erfolg. Die Schüler haben alle mitgemacht und rückgemeldet, dass das richtig gut getan hat. Der Unterricht war anschließend ruhiger und fließender.“*

*„Im Schwimmunterricht habe ich die Thymusübung mit einer Schülerin gemacht, die sehr aufgeregt war – mit dem Erfolg, dass sie anschließend problemlos ins Wasser konnte. Dabei habe ich den Satz: „ich bin ruhig“ mit eingebaut.“*

Mehr Infos finden Sie unter: [www.lehrer-spiegel.com](http://www.lehrer-spiegel.com)