

# Tapping en el lado de la mano para shock

(Por Roger Callahan, Terapia del Campo Mental)



## Propósito:

Para liberar el shock y devolver el sistema 'en línea'.

## Cuándo usarlo:

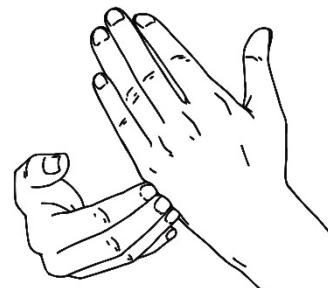
- Al sentirse entumecido, conmocionado, paralizado
- Al sentirse estancado o incapaz de enfocar

## Experiencias comunes:

- Sentirse más despierto, alerta, presente
- Sentirse más conectado al cuerpo

## Pasos:

Haga Tapping en un costado de la mano repetidamente hasta que el Sistema se libere del shock (congelamiento) responda y el cuerpo comience a despertar.



La información en este documento es de naturaleza educativa y se suministra sólo como información para reducir el estrés. No es su intención crear, y no constituye una relación profesional entre los miembros del equipo de Recursos para Resiliencia o la Asociación Integral de Psicología Energética (ACEP) y el lector. Uno no debe depender de esto como un tipo de asesoría médica, psicológica, coaching o profesional de cualquier naturaleza.