

Exemples de requête EFT à l'IA

Pour s'amuser : Définition de l'EFT

En 200 mots, donne-moi la définition de l'EFT (tapping)?

- Peux-tu refaire cette définition à la manière de Molière
- Peux-tu refaire cette définition à la manière de Stephen King
- Peux-tu refaire cette définition à la manière de Coluche
- Peux-tu refaire cette définition à la manière d'Yvon Deschamps

Suggestions de rondes EFT à partir de ce que je vis

Exemple # 1

Dans le rôle d'un praticien EFT qui pratique l'EFT clinique et qui est formé selon les enseignements de Gary Craig, peux-tu me donner 10 suggestions de phrases de départ pour la situation suivante. J'ai eu un conflit avec une collègue de travail et ça me rend triste.

Exemple # 2

Dans le rôle d'un praticien EFT qui pratique l'EFT clinique et qui est formé selon les enseignements de Gary Craig, peux-tu me donner 10 suggestions de phrases de départ pour la situation suivante. Je viens de recevoir une mise en demeure de mon voisin à propos d'un arbre sur mon terrain qu'il veut que je coupe. Il prétend que ça lui nuit. Ça me met tout à l'envers.

Plan d'action EFT pour une problématique donnée

Exemple # 1

Dans le rôle d'un praticien EFT qui pratique l'EFT clinique et qui est formé selon les enseignements de Gary Craig, peux-tu me donner un plan d'action pour contrer la procrastination avec l'EFT. Je suis en retard de trois ans pour faire mes rapports de taxes. J'ai trois piles de papier à classer pour débiter et je n'arrive pas à m'y mettre.

Exemple # 2

Dans le rôle d'un praticien EFT qui pratique l'EFT clinique et qui est certifié un membre de EFT International et spécialisé en deuils, pertes et séparations, peux-tu me donner un plan d'action pour m'aider à passer à travers mon deuil. J'ai perdu ma maman récemment et c'est très difficile pour moi. On était très proches et complices moi et ma mère. C'était ma grande confidente. Je suis une femme de 50 ans et ma maman en avait 72.

Identification des croyances limitantes

Exemple # 1

Je suis une femme dans la cinquantaine. Je gagne environ 30 000 par année et j'aimerais augmenter ce chiffre à 80 000. Je n'ai jamais réussi à dépasser les 45 000 par année. J'offre des formations et des soins dans le domaine de la spiritualité et du développement personnel. Je sens que j'ai des croyances limitantes qui m'empêchent d'augmenter mes revenus. Dans le rôle d'un spécialiste sur l'abondance et l'argent doublé d'une certification en EFT clinique, peux-tu me donner une liste de 10 croyances limitantes et du contraire, la croyance ressource, qui pourraient s'appliquer à ma situation ?

Exemple # 2

Je suis une femme dans la soixantaine, célibataire, qui n'as pas eu de belles relations de couple, sauf peut-être une seule, la première, qui s'est terminée en catastrophe. J'aspire à être en couple avec un partenaire rigolo, spirituel et qui a de la drive, de l'énergie. Dans le rôle d'un spécialiste sur l'amour et les relations de couple doublé d'une certification en EFT clinique, peux-tu me donner une liste de 10 croyances limitantes et du contraire, la croyance ressource, qui pourraient s'appliquer à ma situation ?

Trouver les racines des problématiques

Exemple # 1

Dans le rôle d'un praticien EFT certifié en EFT clinique par un formateur d'EFT international. Et considérant que les racines d'une problématique seraient soit un ou des événements du passé vécu dans la souffrance et l'impuissance, soit des croyances limitantes, peux-tu me donner 10 racines possibles pour un homme de 46 ans qui a des excès de colère à la maison surtout, avec sa femme et ses enfants.

Exemple # 2

Dans le rôle d'un praticien EFT certifié en EFT clinique par un formateur d'EFT international. Et considérant que les racines d'une problématique seraient soit un ou des événements du passé vécu dans la souffrance et l'impuissance, soit des croyances limitantes, peux-tu me donner 10 racines possibles pour un homme de 46 ans, policier en France qui vit des petits états de panique avant de se coucher et qui a de la difficulté à s'endormir.

Nettoyage des événements du passé

Exemple # 1

J'aimerais travailler mon sentiment d'être incomprise, pas considérée, pas entendues. J'aimerais nettoyer les charges émotionnelles du passé avec la technique du film / raconter l'histoire de Gary Craig. Dans le rôle d'un praticien EFT certifié en EFT clinique selon les enseignements de Gary Craig peux-tu me guider pour nettoyer l'événement suivant : J'ai 5 ans environ, je me réveille la nuit en anxiété. Je vais dans la chambre de mes parents pour aller chercher du réconfort, mais ma mère me réprimande en me criant dessus. Je me sens rejeté, pas aimé, pas entendu dans mes besoins.

Stratégies EFT variée

Exemple # 1

J'ai perdu ma maman récemment et c'est très difficile pour moi. On était très proches et complices moi et ma mère. C'était ma grande confidente. Je suis une femme de 50 ans et ma maman en avait 72. Dans le rôle d'un praticien EFT qui connaît plusieurs approches (L'EFT officiel de Gary Craig, Le réencodage de la matrice, Faster EFT, Identity Healing de Andy Hunt, Picture tapping Techniques, SET de S. Wells), peux-tu me donner 5 stratégies/approches pour m'aider à passer à travers cette perte.

Demande de précision ensuite : Peux-tu élaborer pour Picture Tapping Technique ?

Pour trouver l'origine émotionnelle d'un problème physique avec le décodage Biologique

Exemple # 1

Dans le rôle d'un spécialiste en décodage biologique qui connaît la Médecine Nouvelle Germanique de Hamer, la biologie totale de Claude Sabbah et les enseignements de Gérard Athias, peux-tu me donner les principaux conflits qui pourraient expliquer l'eczéma d'une femme droitrière de 36 ans.

Praticien EFT travailleur Autonome – Requête business – un exemple parmi tout pleins de possibilités

Exemple # 1

J'aimerais créer 10 vidéos pour faire connaître l'EFT à des thérapeutes, coach, psychothérapeutes, psychologues, pour qu'il puisse découvrir cet outil qui pourraient les aider dans leur pratique, pour que leurs clients puissent vivre des transformations réelles, rapides et permanentes. Dans le rôle d'un expert marketing des réseaux sociaux qui se spécialise pour les travailleurs autonomes dans le domaine du mieux-être, spiritualité et développement personnel, peux-tu me donner 10 idées de vidéos de moins de 3 minutes ou moins. Des vidéos qui captent l'attention, divertissent et informent l'auditoire défini plus haut.