

Sprøyteskrek kurerert med tankefelletterapi

Klasse 6 B på Hallingstad skole var like redd for helsesøsters sprøytespiss som de fleste andre barn.

Men denne klassen har Beate Kristin Teigseth som lærer. Hun har lært tankefelletterapi hos guru Mads Uldal – og ville prøve å kure klassen for denne type plage.

Av Arne Ask

Læreren kunne garantere at dette ikke ville medføre bivirkninger og fikk tillatelse til eksperimentet av sine overordnede.

Beate Kristin Teigseth og klassen satte i gang med sine treningsmetoder – med positive tanker om problemet, banking på spesielle punkter og annen berøring.

På et ark skulle de først sette opp en skala fra 1 til 10 for hvor mye de grudde seg til trippelvaksinen hos skolens helsesøster. Mange satte tallet 10 på dette arket – og etter hvert skulle de gjenta hvordan det var med sprøyteskrekken. Den sank for de aller flestes vedkommende etter hvert som behandlingen skred fram.

Rett før vaksinasjonen ble det

igjen en omgang med tankefelletterapi.

Og da seansen skulle finne sted, sa helsesøster: «Jeg har aldri sett så rolig klasse før en vaksinasjon».

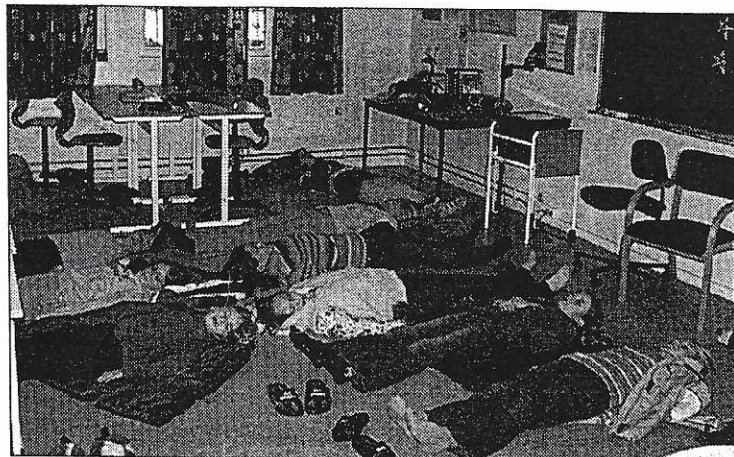
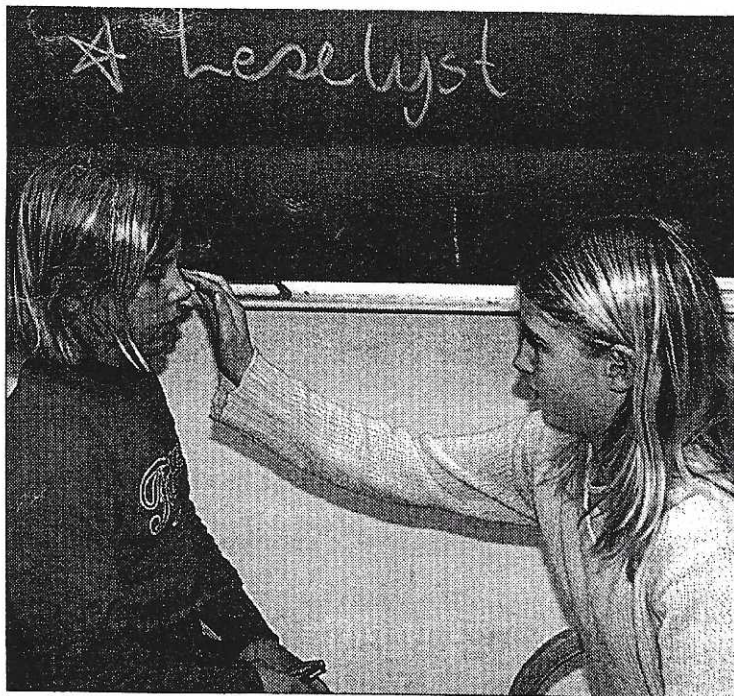
Reise til «Det indre paradisi»

Da vi var innom klasse 6 B på Hallingstad skole tok de også i bruk en CD fra Mads Uldal som ble brukt til avslapning og positive tanker – en reise til «Det indre paradisi» het denne.

En slik stund på 15–20 minutter burde mange av oss ta seg tid til innimellom stresset i hverdagen.

Kjersti Gravdal Steen (til høyre) utfører tankefelletterapi på Martine Rokke i klasse 6 B på Hallingstad skole.

En reise til «Det indre paradisi» i 6 B på Hallingstad skole. En slik stund på 15–20 minutter burde mange av oss ta seg tid til innimellom stresset i hverdagen.



PUB KVELD!!!

• Automatiske portåpnere