



SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé

Emotional Freedom Techniques (EFT), niveau 2

Approfondissements sur la libération émotionnelle

Formation au format présentiel / distanciel

Programme des 3 jours
21 heures



Symbiofi SAS
Parc Eurasanté
30 avenue Pierre Mauroy
59120 Loos
contact@symbiofi.com
03.28.55.51.19

Émotional Freedom Techniques, niveau 2

Réf : TPC 015

Approfondissements sur la libération émotionnelle

PRESENTATION

L'EFT - *Emotional Freedom Techniques* ou Techniques de libération émotionnelle – a aujourd'hui établi une base convaincante de résultats de recherches pour un certain nombre de problèmes de santé mentale tels que le syndrome de stress post-traumatique, l'anxiété, les phobies et la dépression. La technique commence aussi à montrer de belles promesses pour les aspects physiques tels que la douleur, les addictions, l'obésité et la fibromyalgie.

Aussi, de plus en plus de professionnels de la santé mentale (psychologues, psychiatres, psychothérapeutes et thérapeutes), de l'accompagnement (coachs, éducateurs, etc.), du soin (dentistes, médecins, infirmières et infirmiers, aides soignant(e)s, etc.) et des professions paramédicales (kinésithérapeutes, ostéopathes, podologues, orthophonistes, etc.) sont désireux de **maîtriser la technique EFT dans un cadre clinique**.

Dans cette perspective, nous leur proposons cette spécialisation de 3 jours : *EFT, approfondissements sur la libération émotionnelle* permettant d'approfondir les bases de l'EFT et de perfectionner sa pratique thérapeutique.

Pour intégrer cette session de formation, le professionnel devra au préalable avoir validé le **niveau 1 EFT, bases scientifiques et outils pratiques de la libération émotionnelle**.

Ces 3 journées de formation complémentaire permettront aux professionnels de :

- acquérir de nouvelles techniques d'EFT, dites "douces", afin de pouvoir contenir et traiter les chocs émotionnels plus intenses;
- découvrir le travail à distance via le téléphone ou *skype* et le travail en groupe;
- apprendre à traiter les attaques de panique.

Ce module de spécialisation permettra en particulier de comprendre et utiliser la technique du *traumatisme sans larmes*, utilisée lorsque la charge émotionnelle d'un évènement que l'on a choisi de traiter est trop forte.

Très utile pour les praticiens lorsqu'ils sont amenés à traiter des traumatismes, la méthode invite le patient à deviner quelle pourrait être l'intensité émotionnelle de son souvenir s'il devait se le représenter de façon vivante.

La réponse *devinée* est en général suffisamment précise pour que l'EFT fonctionne sans avoir à évoquer de détails intenses, au moins au début.

La charge émotionnelle liée au traumatisme peut alors être largement diminuée tout en maintenant la personne à distance du souvenir (la dissociation).

Au travers de ce module complémentaire, nous vous montrerons également comment développer et appliquer en EFT le sens de l'écoute, de la déduction et de l'autonomisation du patient, en sachant l'accompagner sans l'influencer, dans un respect bienveillant.

Délivré à des groupes restreints, volontairement limités pour privilégier la qualité de l'enseignement, le module privilégiera la pratique supervisée.

Les différentes techniques proposées seront expliquées en détail et démontrées devant vous. Vous serez ensuite briefé en vue de réaliser un exercice en trinôme où vous prendrez successivement le rôle de *Praticien*, de *Sujet* et d'*Observateur* pour une intégration de la pratique en profondeur.

Les exercices sont ensuite débriefés collectivement.

A l'issue des 2 niveaux et de ces 6 jours de formation en EFT, vous saurez accompagner en toute sécurité, vos patients quelle que soit la problématique rencontrée, y compris les traumas simples.

Vous pourrez enfin développer votre expertise EFT avec le module de formation complémentaire **EFT, enfant adolescent – 3 jours**.

PRINCIPAUX OBJECTIFS

Approfondir la compréhension et l'utilisation de l'EFT et ajouter des outils d'amélioration de l'efficacité de la prise en charge des traumas simples

- Approfondir les bases de l'EFT et perfectionner sa pratique.
- Travailler à améliorer sa présence en tant que thérapeute.
- Découvrir le travail à distance via le téléphone ou *skype*.
- Découvrir la pratique de l'EFT en groupe.
- Apprendre à pratiquer l'EFT avec des personnes sur un plus grand nombre d'émotions négatives.

Emotional Freedom Techniques (EFT), niveau 2

Approfondissements à la libération émotionnelle

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

Objectif principal

Durée
Intervenant
Mode

Approfondir la compréhension et l'utilisation de l'EFT et ajouter des outils d'amélioration de l'efficacité de la prise en charge des traumatismes simples

3 jours, 21 heures

Jean-Michel GURRET, *Psychothérapeute, praticien et formateur certifié en EFT*
Formation ouverte au format présentiel uniquement

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Envoyer les supports de formation	Prise de connaissance des supports pédagogiques Réflexion individuelle du stagiaire sur un cas clinique pouvant servir de base à la formation présentielle Etude des échelles / questionnaires / tests que le stagiaire devra s'approprier pour diffusion aux patients en outil de sensibilisation	Par mail
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation, de l'intervenant et des participants Point organisationnel Evaluation des acquis de début de formation	Tour de table individualisé Recueil des attentes QCM des pré-acquis
Maîtriser la pratique de la routine énergétique	La routine énergétique par Donna Eden Présentation de 8 exercices : 7 minutes pour se rééquilibrer 1- Les 4 coups 2- Le crocheté croisé des épaules 3- Le crawl croisé 4- La posture de Wayne Cook 5- La traction de la couronne 6- Le lien entre le ciel et la terre 7- La fermeture éclair 8- L'agrape Protocole – indications – préconisations	Vidéo · Démonstration · Exercices en groupe · Debriefing sur le vécu expérientiel -> guide mémoire des exercices : diaporama illustré
Partager la pratique du protocole standard	Les fondamentaux Le protocole standard · Etape 1 : ciblage et évaluation du problème · Etape 2 : construction de la phrase de préparation · Etape 3 : stimulation des points d'acupression · Etape 4 : évaluation des progrès, ajustements et reprise des étapes 2 et 3 · Etape 5 : corrections énergétiques et traitement des inversions psychologiques · Etape 6 : répétition des étapes 3 et 4 jusqu'à obtenir des sensations proches de 0 Savoir-faire, obstacles et freins	<i>Partage d'expériences et analyse des situations vécues</i> <i>Démonstration et débat autour du protocole Standard</i> -> Synthèse collective en 4 points sur la pratique supervisée · Objectifs · Problématique · Origine · Cible
Utiliser l'EFT pour modifier les schémas émotionnels profonds	Etude des 4 éléments clés pour un traitement réussi d'un traumatisme psy 1) Le bon contexte pour le sujet 2) L'alliance thérapeutique sécurisante 3) Le traitement de l'évènement à l'origine du stress · Traumatisme et sécurité · Technique de la double dissociation · Technique poly-vagale · L'intégration · Focus sur les parties du cerveau impliquées lors d'une menace · La peur apprise 4) La reconsolidation des souvenirs · Le changement émotionnel par activation de l'apprentissage traumatique · L'expérience contradictoire · La répétition de la nouvelle expérience émotionnelle	Apports théoriques -> Diaporama illustré -> Questions / réponses Analyse collective d'exemples → Présentation de cas cliniques → Proposition de techniques → Echanges / discussion

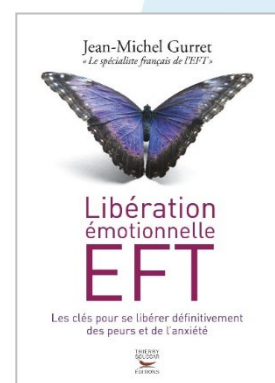
Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Renforcer l'efficacité de l'EFT par l'utilisation de techniques de dissociation	<p>Les techniques «douces» de double dissociation</p> <p>La prévention des abréactions</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le lieu de sécurité . La technique du coffre-fort <p>Le traitement des somatisations</p> <ul style="list-style-type: none"> . La 'chasse à la douleur' et des sensations physiques associées au trauma <p>Le traitement des cognitions</p> <ul style="list-style-type: none"> . Intérêts de travailler sur les pensées bloquantes . Travail sur les pensées automatiques – attributions causales – croyances fondamentales . Protocole de 'l'approche furtive' : stimulations avec répétitions de phrases «même si ... » <p>La technique de double dissociation « le trauma sans larmes »</p> <ul style="list-style-type: none"> . Indications – techniques associées . Protocole classique . Protocole incorporant la métaphore du cinéma 	<p>Apports théoriques</p> <ul style="list-style-type: none"> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses <p>Analyse collective d'exemples</p> <ul style="list-style-type: none"> → Présentation de cas cliniques . Frappé à 12 ans . La métaphore du cinéma <ul style="list-style-type: none"> → Proposition de techniques → Echanges / discussion <p>Démonstration par l'intervenant avec une personne volontaire</p> <ul style="list-style-type: none"> → Présentation et explications → Echanges / discussion
Renforcer l'efficacité de l'EFT par l'installation d'un état d'esprit positif	<p>L'introduction du positif en EFT</p> <p>Le positif en EFT</p> <ul style="list-style-type: none"> . Intérêts . Méthodologie . Contre-indications <p>La méthode « Et si ? » de Carol LOOK</p> <ul style="list-style-type: none"> . Intérêts et indications . Méthodologie <p>La méthode des choix</p> <ul style="list-style-type: none"> . Préliminaires avec : <ul style="list-style-type: none"> * l'évaluation de l'intensité du ressenti – SUD * l'identification de la cognition négative * la formulation d'un choix . Phase de préparation . Application de l'EFT – 8 points <p>L'ancrage du positif</p> <ul style="list-style-type: none"> . Indications . Protocole 	<p>Apports théoriques</p> <ul style="list-style-type: none"> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses <p>Analyse collective d'exemples</p> <ul style="list-style-type: none"> → Présentation de cas cliniques . Culpabilité traitée avec la méthode « Et si ? » . Peur lors d'un cancer traité avec la méthode des choix . Pensées de mort traitées avec la méthode des choix <ul style="list-style-type: none"> → Proposition de techniques → Echanges / discussion <p>Démonstration par l'intervenant avec une personne volontaire</p> <ul style="list-style-type: none"> → Présentation et explications → Echanges / discussion
Superviser la maîtrise du protocole de l'EFT	<p>La pratique de l'EFT</p> <p>La connaissance du protocole</p> <ul style="list-style-type: none"> . La détermination de l'objectif et de la cible . L'estimation du ressenti émotionnel – SUD - NAS . L'étape de préparation . Le phrases de rappel . La nouvelle estimation du ressenti et du changement d'intensité . La poursuite des stimulations . La fin de séance <p>Les applications de l'EFT</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'EFT classique . L'utilisation du « Et si ? » . La méthode des choix . L'ancrage du positif 	<p>Jeux de rôles en trio «thérapeute – sujet – observateur »</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le protocole de base - Le « Et si ? » - La méthode des choix - L'ancrage du positif <ul style="list-style-type: none"> → Synthèse et debriefing de groupe effectués à la fin de chaque type d'exercices – analyse et partage du vécu expérientiel en tant que : <ul style="list-style-type: none"> • Thérapeute : Déroulé du protocole Posture et alliance thérapeutique • Sujet : Vécu de l'expérientiel • Observateur : Analyse des situations observées Observation des non-dits et des résonnances émotionnelles
Faire le bilan de fin	<p>Table ronde</p> <p>Evaluation individuelle des acquis de fin de formation</p> <p>Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants</p> <p>QCM des acquis</p> <p>Fiche d'évaluation</p>

Intervenant

La formation conçue et animée par Jean-Michel Gurret, premier praticien français certifié par Gary Craig le fondateur de la technique, un des meilleurs spécialistes francophones de l'EFT.

Jean-Michel GURRET

- Psychothérapeute, validé ARS.
- Praticien et formateur EFT (Emotionnal Freedom Techniques ou Techniques de Libération Émotionnelle), certifié EFT Universe, APEC et ACEP. Master en hypnose Éricksonienne.
- Fondateur et président de l'Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique (IFPEC).
- Traducteur et adaptateur du Manuel de l'EFT de Gary Craig, fondateur de la technique.
- Auteur de plusieurs ouvrages sur l'EFT :
Libération émotionnelle par l'EFT (Thierry Souccar Edition)
Mieux vivre avec l'EFT (C'est malin)
Maigrir et rester mince avec l'EFT (Delétraz)



Le cas échéant, Jean-Michel Gurret pourra être suppléé par :

Armand VAN NOOIJ

- Psychothérapeute, Psychopraticien, diplômé de médecine chinoise de Shiatsu.
- Maître-praticien en EFT et en hypnose.
- Superviseur EFT à l'IFPEC de Lyon.

Prérequis

La formation est un module de perfectionnement.

Il est donc nécessaire d'avoir au préalable suivi le module introductif **EFT, niveau 1** : *bases scientifiques et outils pratiques la libération émotionnelle*.

Une tarification spécifique DUO est proposée en associant les 2 niveaux de formation.

Pour qui

La formation concerne tous les professionnels exerçant une activité dans l'aide et l'accompagnement, impliqués dans la prise en charge de patientèle / clientèle, et souhaitent approfondir et se perfectionner à la pratique de cette thérapie énergétique.

SANTÉ

- Professionnels des psychothérapies :
Psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens.
- Professionnels de santé soignants et paramédicaux:
Médecins, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, aides-soignants, diététiciens, ergothérapeutes, psychomotriciens, etc.
- Professionnels des thérapies complémentaires et médecines douces :
Sophrologues, hypnothérapeutes, relaxologues, thérapeutes énergétiques, professeurs de yoga / reiki / qi gong, kinésilogues, praticien shiatsu, reflexologues, naturopathes, etc.
- Étudiants dans les disciplines précitées

TRAVAIL, ÉDUCATION, FORMATION

- Médecins, psychologues, infirmier(e)s du travail.
- Ergonomes.
- Coachs , Consultants, formateurs
- Éducateurs.
- Travailleurs sociaux.

SPORT

- Médecins du sport.
- Préparateurs sportifs, physiques, mentaux.
- Professeurs d'éducation physique et sportive.

RECONVERSION

- Pour le cas le cas où le stagiaire se trouve dans un projet de reconversion vers les métiers de l'aide et de l'accompagnement , il lui est demandé pour pouvoir s'inscrire à la formation de passer un entretien téléphonique préalable.

Et aussi

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- créée à partir de l'expérience des précurseurs et créateurs de la psychologie énergétique : John Diamond, Roger Callahan, Gary Craig, Dawson Church, Steve Wells, Steve Reed, David Lake, Carol Look ;
- issue du champ de la thérapie énergétique - fonctionnement des émotions, concepts des champs énergétiques, neurosciences - devenue une science à part entière aux règles connues, validées et démontrées scientifiquement ;
- validée par la fédération internationale EFT Universe et l'IFPEC (Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique) ;
- centrée sur l'acquisition d'outils théoriques et pratiques nécessaires à la mise en application de l'EFT, dans une perspective d'acquisition de la maîtrise de la prise en charge et de l'accompagnement de personnes en souffrance ;
- conçue et animée par Jean-Michel Gurret, psychothérapeute agréé ARS, premier praticien français certifié par Gary Craig le fondateur de la technique, un des meilleurs spécialistes francophones de l'EFT ;
- structurée pour une pratique autonome et complète de l'EFT dans l'accompagnement
- délivrée à des groupes **restreints à 18 personnes** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

SUPPORTS

- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet

PLATEAU TECHNIQUE

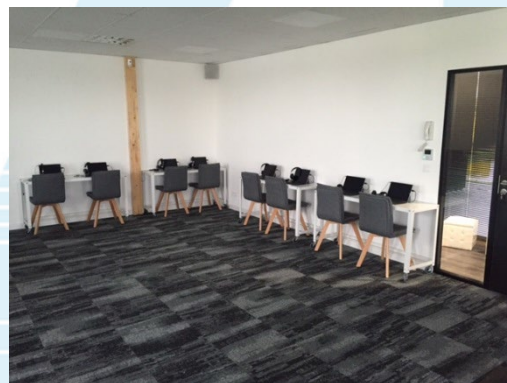
- Un plateau technique de formation de 240 m², dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiments passif éco-responsable
Basse consommation énergie
Structure bois permettant à la fois de créer
une ambiance chaleureuse et de diminuer
le bilan carbone



Espace de théorie équipé de :
chaises tablette écritoire
Vidéos projecteur plafond
Enceintes
Paper board



Espace de pratique équipé de :
tablettes numériques SymbioCenter
Tapis de sol + couvertures
Briques de yoga



Espace de restauration équipé de :
Réfrigérateur
micro-ondes, cafetières, théières

Reconnaissance de l'organisme

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPI et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



Validation de la formation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

Le Plus

L'ACCES GRATUIT A LA PLATE-FORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plateforme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>

PRÉVENIR	ÉVALUER	ACCOMPAGNER	MONITORER
57	6	86	2
Échelles	Programmes	Exercices	Indices physiologiques

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

Le service e-thérapie brève, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients, en consultation et au domicile, avec des outils d'e-thérapie validés

pour combattre la tempête des symptômes physiques, psychologiques, et émotionnels

Solution pour les professionnels de l'accompagnement
www.symbiocenter.fr

Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression...

Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressifs, mal-être...

Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale...



DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2^{ème} deuxième position des dépenses de santé

Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources

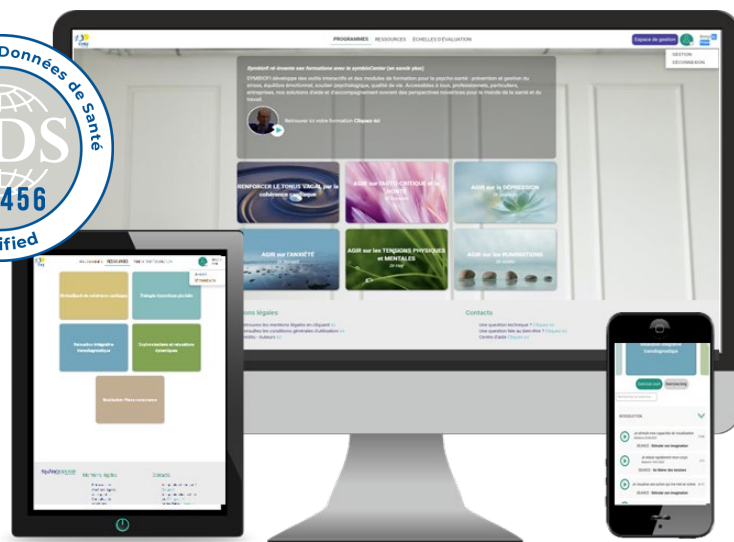
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire



L'espace professionnel de gestion

- Individualiser et superviser les parcours non médicamenteux par patient
- Suivre l'observance, les résultats et les progrès
- Pratiquer en séance présenteielle avec le patient ou ouvrir des droits d'accès distanciels en inter-séance
- Communiquer de façon avancée avec le patient : téléconsultation, chat synchrone / asynchrone, forum



L'espace d'activités thérapeutiques

- 2 bilans *flash* et 60 échelles psychométriques pour repérer et évaluer
- 6 protocoles cliniques cadencés sur 8 à 12 semaines et + de 100 thérapies guidées pour s'entraîner
- e-capteur et biofeedback - avec brevets CHU de Lille - pour activer et renforcer le tonus du nerf vague

La réponse aux besoins du professionnel

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître la satisfaction patient
- Améliorer l'observance patient par des entraînements entre chaque séance présenteielle
- Rendre le patient actif dans la prise en charge
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.