



Emotional Freedom Techniques EFT

Le Cycle de Spécialisation

Formation au format présentiel / distanciel

Programme des 9 jours
63 heures

Emotional Freedom Techniques

9 jours

EFT

le Cycle de Spécialisation

PRESENTATION

Symbiofi propose le **Cycle de Spécialisation** de présentation et d'apprentissage à l'**EFT – Emotional Freedom Techniques** - en 9 jours – sur 3 modules de 3 jours chacun : les bases théoriques, les outils et la méthode dans sa dimension classique, plurielle et évolutive.

Au fil des journées, l'accent est mis sur l'alternance des présentations théoriques, des séquences pratiques et l'étude de cas cliniques

La formation **EFT, le Cycle de Spécialisation** de 100 heures se répartit entre :

- 63 h du cycle en présentiel : cours théoriques, ateliers pratiques, mises en situations, analyses de cas pratiques...
- 37 h de travail personnel : entraînement pratique, animations de séances, lectures...

Cette formation EFT, *le Cycle de Spécialisation* est suffisante pour employer l'outil EFT dans l'exercice de sa profession et accompagner en toute sécurité les patients quelle que soit la problématique rencontrée, y compris les traumatismes simples.

Cette formation permettra également à tous les participants de s'inscrire aux différents cycles de perfectionnement en EFT.

Ce Cycle est conçu par Jean-Michel Gurret, Psychothérapeute validé ARS, meilleur spécialiste français de l'EFT.

MODULES

Le parcours **EFT, le Cycle de Spécialisation** propose 3 *modules* pratiques - représentant 9 jours de formation - que chacun peut aborder :

- soit à la carte, selon son intérêt et sa disponibilité, l'attestation de formation de chaque *module* étant indépendante ;
- soit en Attestation *Cycle Fondamental* 9 jours.

- | | |
|---|------------------------|
| ▪ EFT, bases de la libération émotionnelle | 3 jours soit 21 heures |
| ▪ EFT, approfondissements de la libération émotionnelle | 3 jours soit 21 heures |
| ▪ EFT, enfant adolescent | 3 jours soit 21 heures |

Objectifs principaux

Acquérir ou actualiser le socle spécialisé de compétences théoriques, cliniques et pratiques indispensables pour intégrer l'Emotional Freedom Techniques (EFT) à sa pratique professionnelle et dans ses champs d'interventions thérapeutiques.

- Maîtriser la boîte à outils pratiques essentiels de l'EFT et être à même de les utiliser selon des protocoles structurés.
- Connaître les principales indications et les domaines d'application de l'EFT en médecine, psychologie, psychothérapie.
- Découvrir les données scientifiques récentes et validées permettant de comprendre comment et pourquoi l'EFT fonctionne aussi rapidement et efficacement.
- Savoir gérer par l'EFT les symptômes physiques, psychologiques et émotionnels, isolés ou associés à des problèmes ou somatiques.
- 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.
- Partager l'expérience du principal spécialiste français à partir de cas concrets
- S'engager dans des règles éthiques, déontologiques, connaître son domaine d'application et ses compétences et savoir collaborer avec des professionnels expérimentés de disciplines différentes.

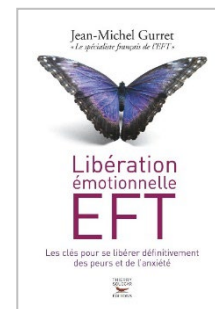


Intervenant

Les niveaux 1 et 2 sont prioritairement animés par le meilleur spécialiste français du sujet :

Jean Michel GURRET

- Psychothérapeute, validé ARS.
- Praticien et formateur EFT (Emotional 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)



Selon les disponibilités de Monsieur Gurret, il pourra le cas échéant être remplacé par son collaborateur **Armand Van Nooij**.

Le niveau Enfant Adolescent est animé par :

Sylvie AUDON

- Thérapeute libérale, praticienne en EFT et hypnose thérapeutique.
- Superviseur de thérapeutes en EFT.
- Formatrice à l'Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique (IFPEC).

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

Le *Cycle de Spécialisation* est ancré dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

Pour chaque module du Cycle

A l'issue de chaque module du Cycle de Spécialisation, 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.

Pour le Cycle

A l'issue du Cycle de Spécialisation, le professionnel recevra un Certificat de réalisation d'action de formation sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les modules suivis : intitulé, date, nom de l'intervenant.

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

Prérequis

Il n'y a pas de prérequis spécifique pour ce module de formation si ce n'est être dans le public concerné ci-dessous.

Pour qui

La formation **EFT, le Cycle de Spécialisation** concerne tous les professionnels exerçant une activité dans l'aide et l'accompagnement, impliqués dans la prise en charge psychologique de patientèle / clientèle, et souhaitant découvrir, acquérir et maîtriser l'EFT dans toutes ses dimensions, théoriques, cliniques et pratiques.

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, kinésologues, 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 THERAPEUTIQUE ET RIGUEUR CLINIQUE

La formation **EFT, le Cycle de Spécialisation** 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 Gurrel, 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.

SUPPORTS

- Téléchargement des différents supports de formation .
- Fiches résumées des séquences d'EFT
- Le livret de la formation
- Le mini manuel de l'EFT (ebook pour vos patients)

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 écriture
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

Dates et tarifs net de taxes

Emotional Freedom Techniques, EFT 3 Modules à la carte

Individuel Entreprise
 >10

EFT, niveau 1 les bases de la libération émotionnelle	<i>Présentiel</i> <i>ou</i> <i>Visio-live</i>	Jean-Michel Gurret / <i>Psychothérapeute ARS</i>	3 J	690 €	990 €
EFT, niveau 2 approfondissements de la libération émotionnelle	<i>Présentiel</i>	Jean-Michel Gurret / <i>Psychothérapeute ARS</i> Arnaud Van Nooijn / <i>Thérapeute expert en EFT</i>	3 J	690 €	990 €
EFT, enfant adolescent outils pratiques	<i>Présentiel</i>	Sylvie Audon / <i>Thérapeute</i> <i>expert en EFT</i>	3 J	690 €	990 €

Emotional Freedom Techniques, EFT Le Cycle de Spécialisation – 9 JOURS

Individuel Entreprise
 >10

Cycle de Spécialisation Attestation en 9 jours	EFT, le Cycle de Spécialisation	9 J	1.690 €	2.190 €
Restauration	Déjeuners du midi (optionnel) : 30 € par jour	9 J	270 €	270 €

Et aussi

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/>



SYMBIOCENTER Accueil Solutions Usages Equipe Offres Formations Contact Espace patient Espace pro

Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs
Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées

Tester gratuitement

Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?

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.

Programme

Description des 3 modules

Emotional Freedom Techniques (EFT), niveau 1

Bases scientifiques et outils pratiques de la libération émotionnelle

Réf : TPC 014

PRESENTATION

L'EFT - Emotional Freedom Techniques ou Techniques de libération émotionnelle - est un ensemble de techniques de gestion du stress et des émotions qui s'apparente à une version émotionnelle de l'acupuncture sans aiguille.

L'EFT combine des éléments empruntés à différents modèles thérapeutiques - exposition, approche centrée sur la personne, contre conditionnement, Thérapies cognitives, comportementales et émotionnelles - ainsi qu'à la médecine chinoise au travers de la stimulation de points méridiens.

C'est aujourd'hui l'outil le plus connu des techniques regroupées au sein de la famille de la Psychologie Énergétique. A la fois technique d'auto-aide, pour travailler sur soi-même et en même temps modalité thérapeutique efficace, l'EFT est utilisée en cabinet et en institution par des professionnels de la santé mentale, psychologues, psychiatres, psychothérapeutes et praticiens d'origines diverses.

Elle permet de décharger l'intensité émotionnelle d'une mémoire traumatique et génère ainsi un recadrage cognitif du souvenir permettant ainsi d'intégrer l'évènement douloureux dans son histoire de vie.

Les protocoles d'EFT combinent la stimulation de points d'acupressure avec l'activation d'émotions dont le patient veut se débarrasser par l'exposition imaginaire, en gardant généralement à l'esprit un souvenir problématique ou un déclencheur émotionnel.

Cela provoque simultanément une accentuation de l'état d'alerte (par l'exposition imaginaire) et une atténuation de l'état d'alerte (par les signaux électromagnétiques envoyés au système limbique lors de la stimulation d'acupoints).

En réconciliant ces signaux contradictoires, le cerveau devient capable de faire face au souvenir ou au déclencheur sans que le système limbique ne soit activé

L'EFT permet ainsi d'atténuer aussi bien les douleurs physiques qu'émotionnelles de manière rapide. Elle permet également de passer outre les cognitions, les schémas et processus mentaux habituels qui empêchent d'évoluer.

L'EFT peut être pratiquée à tout moment et en tout lieu par les patients qui s'autonomisent grâce à elle. Le plus souvent, d'ailleurs, les résultats obtenus sont pérennes.

Un des aspects les plus importants de l'EFT réside dans le fait qu'elle redonne le contrôle au patient et lui permet d'évoluer à son rythme vers ses objectifs personnels. L'EFT connecte l'esprit et le corps afin d'éliminer les émotions négatives inutiles, tout en optimisant l'état physiologique du corps.



La formation sera ponctuée de nombreuses démonstrations (en direct ou en vidéo) commentées.

Tous les éléments théoriques seront mis en situation : chaque stagiaire doit pouvoir vivre à la fois en tant qu'opérateur mais aussi en tant que patient les nombreux exercices pour mieux connaître ses outils. Beaucoup de pratiques se feront en sous-groupes supervisés

Chaque exercice sera suivi par un retour détaillé sur la pratique permettant un suivi et une amélioration continue. Quand le besoin s'en fait sentir, des points précis sont retravaillés de façon individuelle. Certains exercices sont filmés afin de donner des clefs d'amélioration.

A l'issue de ce module, les professionnels peuvent approfondir leur pratique de l'EFT au travers des formations d'approfondissement :

- **EFT, niveau 2, 3 jours** : *approfondissements de la libération émotionnelle*
- **EFT chez l'enfant et l'adolescent, 3 jours**

Les professionnels visant la maîtrise complète de la technique EFT s'orienteront vers le parcours **EFT, le Cycle de Spécialisation en 9 jours**.

PRINCIPAUX OBJECTIFS

Découvrir la psychologie énergétique et l'EFT - concepts, processus d'action, protocoles, données scientifiques - et expérimenter les exercices de base

- Découvrir et expérimenter les bases de l'EFT telles qu'elles sont proposées aujourd'hui par les meilleurs spécialistes internationaux.
- Comprendre, au travers des données scientifiques les plus récentes, comment et pourquoi l'EFT fonctionne aussi rapidement et efficacement.
- Expérimenter l'EFT sur vous-même et sur les autres grâce à de nombreuses démonstrations en direct et en vidéo.
- Etre capable de créer un cadre bienveillant et sécurisant pour accompagner une personne en souffrance et de gérer les états émotionnels intenses
- Maîtriser la boîte à outils pratiques essentiels de l'EFT pour les utiliser avec les patients.



Emotional Freedom Techniques (EFT), niveau 1

Bases scientifiques et outils pratiques de la libération émotionnelle

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

Objectif principal

Durée
Intervenant
Mode

Découvrir la psychologie énergétique et l'EFT - concepts, processus d'action, protocoles, données scientifiques - et expérimenter les exercices de base

3 jours, 21 heures

Jean-Michel GURRET, psychothérapeute

Formation ouverte en présentiel et en visio-live

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Envoyer les supports de formation	Prise de connaissance des supports pédagogiques et documents éventuels que le stagiaire doit s'approprier en amont de la formation Réflexion éventuelle individuelle du stagiaire sur un cas pouvant servir de base la formation présentielle	Par mail
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation, des intervenants et des participants Point organisationnel Evaluation des acquis	Tour de table QCM des pré-acquis
Découvrir les bases de la psychologie énergétique au travers de sa forme la plus répandue : l'EFT	Qu'est-ce que la psychologie énergétique <i>Définition</i> <i>Origines et histoire</i> <i>La famille des méthodes de la psychologie énergétique</i> <i>Arbre généalogique</i> L'EFT <i>Définition</i> <i>Emprunts de l'EFT aux autres thérapies</i> <i>Hypothèse de base</i> <i>Métaphore de l'interférence</i> Les études cliniques La stimulation de points d'acupressure dans le traitement de troubles psychologiques	Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré
Comprendre les mécanismes d'action de l'EFT	Les effets physiologiques de la stimulation de points d'acupressure <i>Actions sur l'activité cérébrale : la baisse sensible de l'activité de l'amygdale et de l'hippocampe</i> <i>La désactivation du système limbique-paralimbique-neocortical</i> <i>Actions sur le système nerveux autonome : activation de la branche parasympathique</i> Les effets biochimiques de la stimulation de points d'acupressure <i>Actions sur : neurotransmetteurs, endorphines, cortisol, sérotonine</i> L'impact d'une image ou d'une suggestion positive bien formulée en association avec la stimulation des points Reconsolidation de la mémoire et modification des conditionnements préexistants	Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré Méthode interrogative par: - Echanges entre participants - Questions / Réponses - Synthèse et debriefing de groupe effectués en fin de cette séquence
Comprendre les correspondances émotionnelles des méridiens	VG 20 : sommet de la tête / Vessie 2 : début du sourcil / Vésicule biliaire 1 : coin de l'œil / Estomac 1 : sous l'œil / Rein 27 : sous la clavicule / Rate-Pancréas 21 : sous le bras / Foie 14 : sous le sein / Poumon 11 : pouce / Gros intestin : index / Maître du cœur 9 : majeur / Cœur 9 : auriculaire / Intestin grêle 3 : point karaté / Vaisseau gouverneur 26 : sous le nez / Vaisseau conception 24 : sous la bouche / Triple réchauffeur 3 : point Gamut	Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré Méthode interrogative par: - Echanges entre participants - Questions / Réponses - Synthèse et debriefing de groupe effectués en fin de cette séquence

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Découvrir et mettre en application le protocole de base de l'EFT en 6 étapes	<p>Etape 1 Identifier l'objectif et le problème <i>Image / Sensations corporelles / Emotions ressenties / Niveau d'anxiété subjective (échelle SUD/NAS) / Cognition négative</i></p> <p>Etape 2 Construire la phrase de préparation en 2 parties et les phrases de rappel <i>Combiner 2 parties : Exposition et Acceptation cognitive (repérage, curiosité, distanciation) Rester centré sur le problème</i></p> <p>Etape 3 Stimuler les points d'acupressure <i>La préparation Le séquençage de stimulations digitales avec phrases de rappel : la ronde base EFT</i></p> <p>Etape 4 Evaluer les progrès, ajuster la phrase et mettre en œuvre les rondes suivantes <i>Evaluation : image / sensations corporelles / émotions ressenties / intensité des ressentis / niveau d'anxiété subjective / cognition négative Adaptation éventuelle de la phrase : poursuite du travail Test des résultats en continu : observation des signes physiologiques du relâchement / recherche des signes cognitifs de la relaxation</i></p> <p>Etape 5 Apporter les corrections énergétiques éventuelles et traiter les inversions psychologiques</p> <p>Etape 6 Répéter les étapes 3 et 4 jusqu'à obtenir des sensations proches de 0</p>	<p>Démonstration du formateur → Apprentissage par observation <i>Recherche de l'objectif, choix d'une cible, traitement de la cible avec la ronde de tapping, évaluation du SUD/BNAS, deuxième ronde, fin</i></p> <p>Méthode activo-expérimentale par :</p> <p>. Exercice pratique en binôme : identifier le problème (détermination d'un objectif et d'une cible récente)</p> <p>Exercice pratique en trinôme → Apprentissage par jeu de rôle (1 praticien, 1 sujet, 1 observateur) <i>L'équilibrage énergétique par la routine de Donna Eden</i></p> <p>Exercice pratique en trinôme → Apprentissage par jeu de rôle <i>Mise en application de ronde de base de l'EFT + Mesure SUD/NAS + application de la version de base pour diminuer SUD/NAS à 0</i></p> <p>Retour d'expérience par les pairs puis par le formateur en identifiant les points positifs et constructifs d'amélioration. → <i>Debriefing des exercices. Partage des ressentis, des sensations, des émotions</i></p>
Traiter des traumas simples	<p>Caractéristiques des traumas <i>Concepts de Robert Scaer La capsule traumatique Symptômes du trauma</i></p> <p>Traitement des traumas simples par l'EFT <i>Le float back</i></p> <p>2 techniques pour travailler avec des personnes activées <i>Technique du fil Technique de l'histoire racontée</i></p>	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Vidéo de démonstration → Apprentissage par observation <i>Film de traitement du trauma</i></p> <p>Exercice pratique en trinôme → Apprentissage par jeu de rôle <i>La technique du film</i></p> <p>→ <i>Questions / Réponses Synthèse et debriefing de groupe effectués en fin de cette séquence</i></p>

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Savoir appliquer les corrections énergétiques éventuelles	<p>La mesure par le réflexe idéomoteur du deltoïde (RID) <i>Qu'est-ce que le RID / Comment présenter le RID</i> <i>Mécanismes de base : mécanisme verbal, mécanisme physique</i> <i>Instructions de base / Problèmes éventuels rencontrés</i></p> <p>La préparation du champ énergétique <i>Le corps électrique, polarité et santé</i> <i>Les caractéristiques des interférences énergétiques</i> <i>Evaluation des problèmes de non-polarisation, de déséquilibre de polarité et de désorganisation neurologique</i></p> <p>Les corrections énergétiques <i>Correction 1 : le haka énergétique</i> <i>Correction 2 : le cook hookup</i> <i>Correction 3 : la respiration claviculaire</i> <i>Correction 4 : le recablage énergétique</i> <i>Correction 5 : le cross crawl</i></p>	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Exercice pratique en binôme → Apprentissage par jeu de rôle <i>Mise en pratique du RID / Mesure</i></p> <p>Démonstration du formateur → Apprentissage par observation <i>Evaluation d'un problème de polarité</i></p> <p>Exercice pratique en binôme → Apprentissage par jeu de rôle <i>Evaluation et correction des interférences énergétiques du système</i></p> <p>→ Debriefing des exercices. → Partage des ressentis, des sensations, des émotions</p>
Traiter les inversions psycho-énergétique	<p>Identification d'une inversion psycho-énergétique <i>Test musculaire + phrase</i></p> <p>Correction psycho-énergétique <i>Correction globale d'inversion</i> <i>Test spécifique d'inversion</i> <i>Les inversions courantes</i></p>	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Jeu de rôle en binôme <i>Test spécifique d'inversion</i></p> <p>Démonstration du formateur → Apprentissage par observation <i>Traitement des inversions psycho-énergétiques</i></p> <p>→ Questions / Réponses → Synthèse et debriefing de groupe effectués en fin de cette séquence</p>
Faire le bilan de fin	<p>Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité</p>

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 expérimental 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 résonances 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>

Emotional Freedom Techniques (EFT) Enfant adolescent

Outils pratiques et expérientiels

Réf : TPC 016

PRESENTATION



Cette formation s'adresse à des professionnels de l'accompagnement et de la relation d'aide qui travaillent avec des enfants anxieux et/ou malades et qui désirent acquérir les bases du travail avec l'EFT. L'EFT (Emotional Freedom Techniques), ou technique de libération émotionnelle est une modalité thérapeutique psychocorporelle de relaxation et de gestion du stress particulièrement bien adaptée au travail avec les enfants et les adolescents en raison de sa simplicité et de son efficacité. Cet outil s'intègre aisément dans une démarche de type TCCE et permet à la fois un travail en séance avec un thérapeute et un travail à la maison, de manière autonome et/ou accompagné par les parents.

Dans de nombreux de cas d'enfants malades, les familles subissent une situation particulièrement stressante et qui doivent apprendre à vivre en fonction d'elle. Un enfant malade reste un enfant. Il ne s'agit pas d'un adulte en miniature. Et le soignant doit tenir compte avant tout de son développement, connaître les capacités de l'enfant, ses centres d'intérêt et ce qui est important pour lui. Il doit aussi savoir comment l'enfant aborde les questions de santé, de maladie et de mort en fonction de son âge. Il doit également tenir compte de comment l'entourage de l'enfant envisage ces questions. Encore plus que les adultes, les enfants doivent être traités en fonction de la totalité de leur existence et non en fonction d'un organe.

Nous avons tenu compte de cette exigence dans cette formation lorsque nous abordons les questions qui concernent quasiment toutes les spécialités de la pédiatrie : l'adhésion au traitement, la gestion de l'anxiété et la gestion de la douleur chez les enfants. Mais l'apport de l'EFT ne s'arrête pas là. Cette technique thérapeutique contribue au traitement des maladies chroniques et des maladies graves ou des traumatismes dont peuvent être affectés les enfants.

Cette formation est structurée en fonction des stades de développement de l'enfant et des différentes possibilités de mise en application de la technique EFT. Elle se veut avant tout concrète et pragmatique. La manière d'utiliser l'EFT avec l'ensemble des membres de la famille qui entourent l'enfant malade sera détaillée dans ses différentes dimensions.

Les professionnels de l'aide et de l'accompagnement des enfants anxieux et/ou malades, qu'ils interviennent en médecine, en psychothérapie, en relaxation ou dans le monde de l'éducation, découvriront les bases théoriques et pratiques de l'EFT et pourront ainsi commencer à l'utiliser dès la fin de cet enseignement.

Pendant ces trois journées, nous vous proposons de visiter et d'approfondir les mécanismes de la psychologie énergétique et de son action au niveau de la gestion du stress et du déconditionnement de comportements à problèmes chez vos jeunes patients.

Vous passerez en revue les différents modes d'action de l'EFT et comprendrez leur impact sur le corps à travers leurs actions sur le système nerveux autonome, et le système énergétique corporel.

Vous découvrirez les principaux apports des techniques énergétiques sur la santé et le mental des jeunes, pour réduire leur niveau d'anxiété et de stress, diminuer leurs douleurs, traiter des traumatismes, préparer efficacement leurs examens, etc.

Les techniques proposées seront facilement applicables dans différents domaines : santé, travail, prévention, réadaptation, soutien et accompagnement.

Vous expérimenterez vous-même les exercices pratiques afin de développer par la suite une démarche individuelle ou collective, personnelle et professionnelle.

PRINCIPAUX OBJECTIFS

Adapter les séances d'EFT aux particularités des enfants et des adolescents en maîtrisant les principes généraux et expérimentant les techniques

- Acquérir les bases théoriques et pratiques des différentes techniques de libération émotionnelle (EFT) adaptées à un jeune public.
- Connaître les indications de la pratique de l'EFT pour être à même d'accompagner des enfants et des adolescents.
- Maîtriser la boîte à outils des principaux exercices.
- Utiliser l'EFT avec les enfants malades comme un outil de régulation émotionnelle.
- Aider et accompagner l'ensemble de la famille avec l'EFT vers un mieux-être global.

Emotional Freedom Techniques (EFT) Enfant Adolescent

Outils pratiques et expérientiels

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

Objectif principal

**Durée
Intervenant(e)**

Mode

Adapter les séances d'EFT aux particularités des enfants et des adolescents en maîtrisant les principes généraux et expérimentant les techniques

3 jours, 21 heures

Sylvie AUDON, thérapeute et praticienne EFT

OU Jean-Michel GURRET, *Psychothérapeute, praticien et formateur certifié en EFT*

Formation ouverte au format présentiel

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Envoyer les supports de formation	Prise de connaissance des supports pédagogiques et documents éventuels que le stagiaire doit s'approprier en amont de la formation Réflexion éventuelle individuelle du stagiaire sur un cas pouvant servir de base la formation présentielle	Par mail
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation, des intervenants et des objectifs, ainsi des participants Point organisationnel Evaluation des acquis de début	Tour de table individualisé Recueil des attentes QCM des pré-acquis
Maîtriser les notions d'émotion et d'intelligence émotionnelle	Les émotions . <i>La difficile définition de l'émotion</i> . <i>Les 5 traits de l'émotion :</i> - une sensation et construction mentale - une fonction de survie - une manifestation observable - une réaction passagère - une clé essentielle dans la vie . <i>L'approche cognitive des émotions</i> . <i>Les émotions fondamentales et les émotions secondaires</i> . <i>Le caractère adaptatif et approprié des émotions</i> L'intelligence émotionnelle . <i>L'expression des émotions - le Quotient Emotionnel</i> . <i>Les 2 compétences associées</i> . <i>Lien entre émotions et santé</i>	Apports théoriques : -> <i>diaporama illustré</i> -> <i>questions/réponses</i> Etude collective d'illustrations : - <i>Le modèle de Circumplex</i> - <i>Tableau de liens entre émotions / comportements / fonctions</i> -> questions/réponses -> synthèse collective
Comprendre la singularité du comportement émotionnel de l'enfant	L'expression singulière des émotions chez l'enfant . Un cerveau en cours de maturation . L'immaturation du cortex préfrontal . La théorie de l'intégration L'adaptation nécessaire au comportement de l'enfant . <i>La stimulation à la connexion entre les 2 zones du cortex préfrontal</i> . <i>La traduction empathique de l'expression des émotions et du comportement</i> . <i>L'exemplarité de l'adulte et l'importance du message positif</i> . <i>Le respect des besoins</i> La théorie de l'attachement . <i>Une nécessité vitale pour le nourrisson</i> . <i>Le but de la sociabilité</i> . <i>La qualité de l'attachement - le développement émotionnel</i> . <i>L'expérience de l'attachement sécuritaire</i> . <i>Les différents types d'attachement</i> Le fonctionnement des ondes cérébrales des enfants pour comprendre la pratique de l'EFT avec ce public	Apports théoriques : -> <i>diaporama illustré</i> -> <i>questions/réponses</i> Analyse collective d'exemples de pratique : 1- <i>les 4 étapes de la gestion d'une crise émotionnelle</i> 2- <i>L'expérience étrange : les types d'attachement</i> -> questions/réponses -> synthèse Etudes de cas pratiques . <i>Liv - 6 ans - les activités manuelles</i> . <i>Mathurin - 5 ans - nouvelle trottinette</i> -> échanges collectifs -> synthèse Vidéo conférence de la pédopsychiatre Nicole Guédeney sur l'attachement -> échanges collectifs -> synthèse

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Pratiquer l'EFT avec les tout petits	<p>L'EFT avant la naissance <i>L'EFT par procuration - les 7 étapes de l'éco-méditation</i></p> <p>L'EFT avec les nouveau-nés <i>Par verbalisation simple et stimulations douces</i> <i>Par la pratique à la place du bébé</i></p>	<p>Apports théoriques : -> diaporama illustré -> questions/réponses</p> <p>Démonstration et exercices Jeux de rôles en binômes patient/thérapeute ou en trinôme patient/thérapeute/observateur</p> <p>Débriefing collectif : déroulement du protocole pour les nouveaux nés</p>
Pratiquer l'EFT avec les 0-2 ans	<p>L'EFT avec les 0-2 ans : tapping simplifié et phrases positives . Contribution au bon attachement . L'EFT selon les types d'attachement . Tenir ou masser les points. . Différentes applications (colères, terreurs nocturnes, anxiété). . Travailler sur le trauma des naissances difficiles ou les traumas intra-utérins. . Travailler avec les mères sur la culpabilité ressentie (et le stress) durant la grossesse.</p>	<p>Apports théoriques : -> diaporama illustré -> questions/réponses</p> <p>Démonstration et exercices Jeux de rôles en binômes patient/thérapeute ou en trinôme patient/thérapeute/observateur</p> <p>Débriefing collectif : déroulement du protocole 0-2 ans</p>
Pratiquer l'EFT avec les 2-6 ans	<p>L'évolution des ondes cérébrales et le comportement spécifiques des 2-6 ans</p> <p>L'EFT avec les 2-6 ans <i>Stratégies pour obtenir leur contribution</i> <i>Création du lien thérapeutique (différentes techniques).</i> <i>Ciblage adapté aux enfants (se centrer sur les faits et les ressentis corporels).</i> <i>Travailler avec l'aide des parents.</i> <i>Les outils :</i> . La métaphore des petites portes . Les points magiques . L'utilisation de l'objet transitionnel . L'EFT en miroir de l'enfant . La trousse de secours express <i>Le travail sur des comportements à problèmes précis:</i> . L'EFT appliquée aux enfants anxieux; . L'EFT appliquée à la phobie scolaire; . L'EFT appliquée aux TDHA</p>	<p>Apports théoriques : -> diaporama illustré -> questions/réponses</p> <p>Illustration – expérience en Haïti <i>Pratique avec 1 enfant, pratique de groupe</i></p> <p>Etude de cas pratiques : - anxiété sociale - Phobie scolaire - Bégaiement</p> <p>Démonstration et exercices Vidéo Jeux de rôles en binômes patient/thérapeute ou en trinôme patient/thérapeute/observateur</p> <p>Débriefing collectif : déroulement des protocoles 2-6 ans</p>
Pratiquer l'EFT avec les adolescents	<p>L'EFT avec les adolescents : notion d'inversion psychologique . Préparation aux examens . Travail sur la phobie scolaire. . Peur pour une prise de parole . Gestion d'un chagrin d'amour</p> <p>L'EFT avec les parents . Psychoéducation des parents sur les changements à venir et utilisation de l'EFT sur eux-mêmes. . La recherche de l'enfant intérieur . Le renforcement du sentiment de sécurité pour mieux accueillir les émotions des enfants</p>	<p>Apports théoriques : -> diaporama illustré -> questions/réponses</p> <p>Démonstration et exercices en binômes . Test de résistance au changement . Exercices des affirmations positives</p> <p>Débriefing collectif : déroulement des différents protocoles</p>
Faire le bilan de fin	<p>Table ronde Evaluation individuelle des acquis Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité</p>



Découvrir aussi

Notre plateforme d'e-thérapie



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



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

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...



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

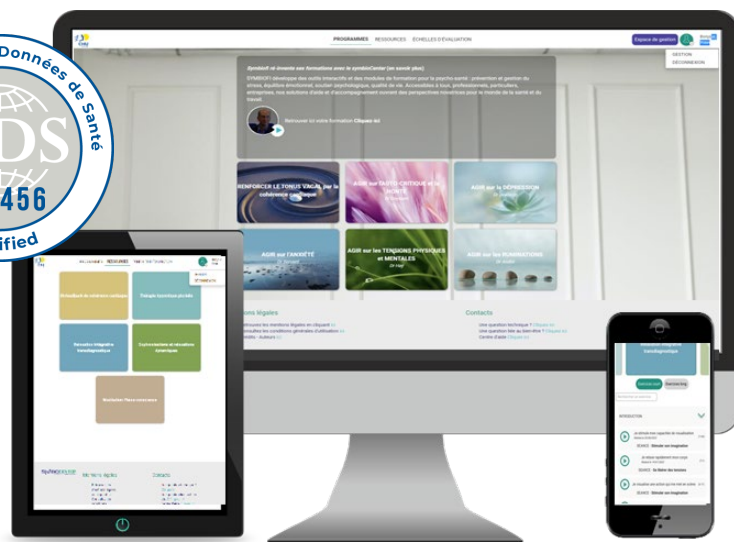
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

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.