



**SYMBIOFI**  
Innovations en psycho-santé

## Emotional Freedom Techniques (EFT) niveau 3

*Du trouble de stress post-traumatique  
à la croissance post-traumatique*

Formation au format mixte  
*e-learning + distanciel synchrone + présentiel*

Programme des 4 jours  
28 heures

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

# Emotional Freedom Techniques (EFT), niveau 3

Réf : TPC 021

## *Du trouble de stress post-traumatique à la croissance post-traumatique*

L'EFT (Emotional Freedom Techniques) est un outil interventionnel du champ de la santé mentale désormais utilisé pour traiter le trouble de stress post-traumatique (TSPT).

Une étude sur des anciens combattants a révélé qu'après six séances d'EFT, 86 % des participants ne répondaient plus aux critères de TSPT, avec une réduction significative de leurs symptômes. Une autre étude a également montré que l'EFT réduisait les symptômes de TSPT de 50 %, avec des améliorations notables de l'anxiété et de la dépression. Ces résultats encourageants tendent à souligner l'efficacité de l'EFT dans la réduction des symptômes du TSPT.

De plus en plus de professionnels de la santé mentale sont désireux de perfectionner leur pratique de l'EFT dans un cadre clinique, pour notamment traiter les traumatismes plus sévères.

Dans cette perspective, nous leur proposons ce module de perfectionnement EFT, niveau 3 : du trouble de stress post-traumatique à la croissance post-traumatique qui visera à prendre en charge des traumatismes simples et le trouble de stress post-traumatique. Sur 28 heures, il se déroule **à la fois en distanciel et en présentiel en 3 phases distinctes et complémentaires** :

1. **Un cours en ligne à votre rythme**, balisé par des quiz et une évaluation finale de vos acquis. La plateforme de e-learning, en accès permanent, vous permet d'accéder aux bases théoriques expliquées en vidéos et en textes et de télécharger de nombreuses ressources : enregistrements audios, fiches pratiques pour vos patients, listes des études disponibles, etc. Le temps nécessaire aux acquisitions est de 14 heures.
2. **La participation à des téléclasses** (en distanciel synchrone sur Zoom) d'une durée de 2h00 chacune, durant lesquelles vous pouvez poser toutes vos questions. Enregistrées, ces téléclasses vous sont accessibles à volonté.
3. **La pratique sur deux journées en présentiel** (14 heures) qui seront entièrement consacrées aux démonstrations et aux exercices pratiques.

Pour intégrer cette session de formation, le professionnel devra au préalable avoir validé les modules 1 et 2 d'EFT Clinique proposés par Symbiofi

Notre formation permettra aux professionnels de :

- perfectionner leur anamnèse en vue d'évaluer un TSPT probable
- découvrir la théorie polyvagale et son utilité pour la prise en charge du TSPT
- apprendre à installer des ressources et stabiliser les parts les plus vulnérables;
- conclure une thérapie centrée sur le TSPT en ouvrant une voie vers la croissance post-traumatique;

Ce troisième module d'EFT Clinique vous permettra en particulier de comprendre et de pratiquer le protocole inversé.

Il consolidera vos compétences et la pratique de l'EFT, en sécurité et dans un contexte clinique, avec des personnes victimes de Trouble de Stress Post- traumatique de types 1 (TSPT simple).

Vous découvrirez des techniques complémentaires, issues des TCC (Thérapies cognitivo-comportementales), pour accompagner des personnes dissociées, et apprendrez à installer des ressources.

Ce module comporte d'une part, l'exposé de cas cliniques, des discussions et d'autre part, la mise en application des acquis lors d'exercices structurés et d'entraînement par jeux de rôle.

Les professionnels qui travaillent avec un public jeune pourront approfondir –selon les pré-requis - leur pratique de l'EFT au travers des formations :

- EFT enfant adolescent, en formation mixte : *les outils pratiques et expérientiels.*

## Prérequis et public visé

La formation est un module de perfectionnement. Il est donc nécessaire d'avoir au préalable suivi les modules introductifs de formation :

- EFT, niveau 1 : *bases scientifiques et outils pratiques de la libération émotionnelle.*
- EFT, niveau 2 : *approfondissements à la pratique de la libération émotionnelle.*

L'entrée en formation se fait également selon les critères ci-dessous.

**Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale pourront d'emblée accéder à la formation pour approfondir les applications cliniques de l'EFT notamment dans l'accompagnement du psycho-trauma complexe.**

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

**Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale pourront éventuellement accéder à la formation suite à un questionnaire préalable et une étude de leur dossier.**

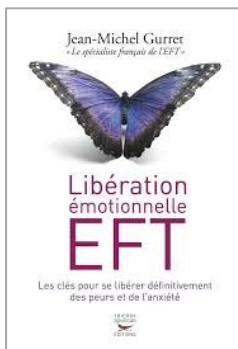
Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrer pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticien(ne)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*

## Intervenant

### 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 de l'Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique.
- 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)*  
*Maigrir et rester mince avec l'EFT (Delétraz)*  
*Libérez-vous de vos peurs grâce aux techniques énergétiques (Leduc)*  
*Gérer le stress et l'anxiété avec l'EFT (Leduc)*  
*Aidez votre enfant à mieux vivre ses émotions avec l'EFT (Leduc)*



## Objectifs

**Consolider vos connaissances en l'EFT et pratiquer en sécurité dans un contexte clinique avec des personnes victimes de Trouble de Stress Post- traumatique.**

- Approfondir votre connaissance du TSPT.
- Perfectionner votre posture pour prendre en charge ce type de patient
- Evaluer le TSPT
- Travailler les pensées souffrantes
- Diminuer ou supprimer l'évitement
- Échapper aux traumatismes vicariants et à la fatigue de compassion

**Objectif principal**

**Consolider vos connaissances en l’EFT et pratiquer en sécurité dans un contexte clinique avec des personnes victimes de Trouble de Stress Post- traumatique.**

**Intervenant**

**Jean-Michel GURRET, Psychothérapeute**

**Durée**

**4 jours – 28 heures**

Accès à la plateforme e-learning	Inscription pour accéder à la formation en ligne comportant : - plusieurs chapitres progressifs. - des quiz de progression, pour réviser les notions importantes, et passer d’un chapitre au suivant. - un accès à une bibliothèque de téléclasses	En ligne
Accueil et bilan de début	Présentation de la formation pratique et de votre formateur Evaluation des pré-acquis.	En ligne QCM des pré-acquis

**14 heures : la formation distancielle (e-learning + téléclasse)**

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre le trouble de stress post-traumatique	<b>Séquence 1 : Le trouble de stress post-traumatique</b> Traumatismes et TSPT Particularité du travail avec le TSPT La Dissociation Quizz sur le TSPT	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation
Structurer l’anamnèse	<b>Séquence 2 : l’anamnèse</b> Qu’est-ce que l’anamnèse et à quoi sert-elle ? Comment structurer l’anamnèse ? Quizz	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation
Comprendre la Théorie polyvagale et la théorie de l’attachement	<b>Séquence 3 : Théorie de l’attachement et théorie polyvagale</b> La théorie de l’attachement Stress et SNA La théorie polyvagale de Steven Porges Quizz de validation des acquis	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation
Pendre en charge le TSPT  <i>Stabilisation, évaluation, ressource</i>	<b>Séquence 4 : Prise en charge du TSPT : Stabilisation, évaluation, ressource</b> Étape 1 : stabilisation et psychopédagogie Étape 2 : évaluation Étape 3 : développement des ressources Étape 4 : travail sur les symptômes Quizz de validation des acquis	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation
Pendre en charge le TSPT  <i>Confrontation au trauma</i>	<b>Séquence 5 : Prise en charge du TSPT : confrontation au trauma</b> Le tapping d’intention pour préparer la confrontation (option) Étape 5 : Travail sur les pensées bloquantes Étape 6 : Les techniques de confrontation au trauma Quizz de validation des acquis	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Prendre en charge le TSPT  <i>Reconstruction et croissance</i>	<b>Séquence 6 : Prise en charge du TSPT : reconstruction et croissance</b> Étape 7 : conclure la démarche thérapeutique Étape 8 : la croissance post-traumatique Quizz de validation des acquis	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation
Découvrir les études sur le TSPT et l'EFT Clinique	<b>Séquence 7 : Les études sur le TSPT et l'EFT Clinique</b> Un protocole pour le traitement du stress post-traumatique avec l'EFT Clinique Quelques études à propos de l'EFT Clinique et du TSPT	Apports théoriques et diaporama illustré  <b>Démonstrations et explications en vidéos</b> par le formateur → Apprentissage par observation
Traiter toutes les interrogations et accéder aux ressources	<b>Télé-classe périodique de 2 heures environs</b> Le rendez-vous mensuel pour répondre aux interrogations individuelles et compléter le cours en ligne Accès aux téléclasses précédentes Accès à l'ensemble des études publiées en langue anglaise	<b>Démonstration du formateur avec un volontaire</b> → <i>Apprentissage par observation</i> <i>Pratique de l'EFT et traitement des inversions psycho-énergétiques</i> → <i>Questions / Réponses en direct via plateforme Zoom</i> → <i>Synthèse et debriefing de groupe</i>

**14 heures : la formation en présentiel**

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Mettre en pratique de l'EFT en présentiel	<b>Questions / réponses sur la formation e-learning</b> <b>Le Cahier d'exercices</b> Exercice n°1 : Exercice de stabilisation Exercice n°2 : Exercice de développement des ressources. Exercice n°3 : Installation d'un lieu sûr Exercice n°4 : calmer une partie déclenchée Exercice n°5 : Le tapping d'intention Exercice n°6 : Travailler en groupe	<b>Démonstration du formateur</b> → Apprentissage par observation . <i>Évaluation d'un problème de polarité</i> <b>Exercice pratique en binôme</b> → Apprentissage par jeu de rôle . <i>Mise en pratique du RID / Mesure</i> . <i>Évaluation et correction des interférences énergétiques du système</i> → Débriefing des exercices. → Partage des ressentis, des sensations, des émotions

<b>Bilan</b>	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité
--------------	--	---



## Validation

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

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.

Cette évaluation repose sur l'analyse des questionnaires réalisés en amont de la formation et en fin de formation.

## Reconnaissance

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 :



## Les +

### 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 ;
- 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 conçue et animée par un expert, psychologue ayant plus de 10 ans d'expérience dans l'accompagnement de patients. ;
- centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir à son tour les mettre en œuvre dans ses interventions auprès des personnes accompagnées ;
- délivrée à des groupes **restreints** 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.



Bâtiment 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  
*Chaises tablette écritoire*  
*Vidéos projecteur plafond*  
*Enceintes*  
*Paper board digital*



Espace de pratique  
*Tablettes numériques SymbioCenter*  
*Tapis de sol + couvertures*  
*Briques de yoga*



Espace de restauration  
*Réfrigérateur*  
*Micro-ondes*  
*Cafetières, théières*

## Et aussi

### L'ACCÈS GRATUIT À LA PLATEFORME 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/>

The screenshot shows the SymbioCenter website interface. At the top, there is a navigation menu with links: Accueil, Solutions, Usages, Équipe, Offres, Formations, Contact. On the right, there are buttons for 'Espace patient' and 'Espace pro'. The main content area features a heading: 'Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs'. Below this, it says 'Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées' and includes a 'Tester gratuitement' button. To the right is an image of a computer monitor displaying the platform's interface. Below the main heading is a section titled 'Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?' followed by a table of statistics:

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, 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](http://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-dépressif, 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<sup>ème</sup> 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

avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation  
de la recherche  
hospitalo-universitaire

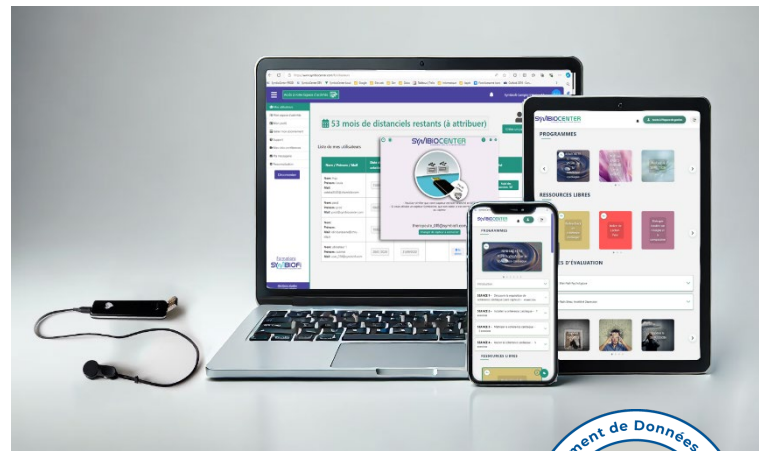


## L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présenteielle ou inter-séances
- Recevoir des notifications, communiquer par chat

## L'espace d'activités thérapeutiques

- 60 échelles psychométriques validées, 2 bilans psychologiques flash : *repérer et évaluer*
- 2 indices physiologiques (cohérence cardiaque et lâcher-prise) avec biofeedback : *monitorer*
- 6 protocoles cliniques structurés pour l'apprentissage sur 8-12 semaines et plus de 100 exercices libres : *entraîner et prendre en charge*



## L'Hébergement Données de Santé

- Assurer la sécurisation de vos données

## La réponse à vos besoins professionnels

- 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*
- Rendre le patient actif dans la prise en charge et améliorer l'observance par le travail en inter-séances
- 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.