

Découvrez les fondamentaux de l'EFT dans un cadre professionnel et structuré

---

### Objectifs

**Cet apprentissage se fait en e-learning (17 heures) + la participation aux télé-classes d'une durée de 3h00 + une journée de 7 heures en présentiel.**

Cette première session de formation à l'EFT vous permettra déjà de commencer à pratiquer en toute sécurité avec certains de vos patients souffrant de stress, de douleurs, de tensions, de pensées anxieuses, et de pratiquer l'EFT Clinique sur vous même pour contenir et gérer vos débordements émotionnels.

Cette formation hybride se déroule 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 théoriques (une vingtaine d'heures de cours avec toute l'expertise de JM Gurret).
- 2) Des télé-classes en ligne**, durant lesquelles vous pouvez poser toutes vos questions. Ces télé-classes sont enregistrées, vous pourrez ainsi y ré-accéder à volonté, mais en plus accéder à l'ensemble des classes que vous aurez ratées.
- 3) Une formation pratique, supervisée d'une journée** à laquelle vous pourrez accéder à votre choix : Lille, Paris, Lyon, Marseille et Mérignac.

---

### Public

Cette formation en EFT s'adresse prioritairement aux professionnels de l'accompagnement mais peut convenir à toute personnes souhaitant découvrir l'EFT Clinique dans toute sa profondeur.

---

### Moyens pédagogiques

- La formation est dispensée au moyen de vidéos à regarder et de documents PDF à télécharger.
- Pour suivre la formation, vous devez être équipé(e) : d'un ordinateur, d'une connexion Internet, de haut-parleur.
- L'accès à la formation se fait par Internet. Chaque membre bénéficie d'un espace privé et protégé par un mot de passe personnalisé. Vous pouvez accéder à votre formation 7j/7, 24h/24.

---

### Informations complémentaires

A la fin de la formation, une attestation de formation vous sera adressée.

---

### Equipe pédagogique

Cette formation a été entièrement conçue et enregistrée par Jean-Michel GURRET qui a fondé et préside l'IFPEC. Il est psychothérapeute, inscrit sur le registre national de l'ARS (ADELI), maître-praticien en EFT, en hypnose Ericksonienne et en cohérence cardiaque. Il est également formateur en EFT, certifié par différents organismes dont les associations américaines ACEP et EFT Universe. Il est chargé d'enseignement en EFT Clinique au sein des Facultés de Médecine de Lyon, de Psychologie Clinique de Metz, des Sciences du Sport de Lille. Il est le représentant français de l'ACEP, l'association internationale de Psychologie Énergétique. Il est l'auteur d'une douzaine d'ouvrages sur l'EFT, dont les 50 règles d'Or de l'EFT, le Guide illustré de l'EFT, Ma Bible de l'EFT (Editions Leduc.s), EFT Libération émotionnelle, (Édition Thierry Souccar), J'accompagne les émotions de mon enfant avec l'EFT (Editions Leduc.s), du Petit livre de l'EFT (Editions First), Mieux vivre avec l'EFT, c'est malin (Editions Leduc.s), de Maigrir et rester mince avec l'EFT (Editions Leduc.s). Il est reconnu au niveau international comme l'un des experts les plus compétents dans le domaine de l'EFT Clinique.

Découvrez les fondamentaux de l'EFT dans un cadre professionnel et structuré

---

### Programme de la formation

**- Objectif des séquences 1 à 3 : acquisition d'une compétence dans la manière de présenter l'EFT et de l'utiliser sur soi**

#### **Introduction 1: bienvenue dans la formation**

- Présentation de l'EFT
- L'origine de l'EFT clinique
- Vidéos de deux missions humanitaires en Haïti
- Quiz de progression

#### **Séquence 2 : mes premiers pas avec l'EFT Clinique**

- Les points utilisés en EFT Clinique
- Correspondance points et émotions
- Un exercice simple sur soi-même
- Les 50 règles d'or de l'EFT
- Quiz de progression

#### **Séquence 3 : les inversions psychologiques, les points importants et l'épi-cure émotionnelle**

- Découvres l'importance des inversions psychologiques et comment les traiter
- L'importance d'être spécifique en EFT
- L'épigénétique et la manière dont les traumas s'engramment dans vos cellules
- Commencez votre épi-cure émotionnelle
- La routine énergétique détaillée
- Quiz de progression

**- Objectif des séquences 4 et 5 : acquisition d'une compétence dans la manière de pratiquer l'EFT en accompagnement de troubles émotionnels**

#### **Séquence 4 : accompagner une personne avec l'EFT Clinique**

- C'est ici que démarrent vos premiers pas en tant que praticien EFT : mise en garde importance
- La fenêtre de tolérance
- Calmer l'activation émotionnelle
- Techniques de stabilisation : gamme des 9 actions, nœud de Cook et coffre-fort
- Les instructions à donner à votre patient
- Quiz de progression

#### **Séquence 5 : traiter les souvenirs difficiles et douloureux**

- La technique du film : explication / démonstration
- La technique d'exposition au narratif (l'histoire racontée) explication / démonstration
- Le traitement d'une image seule
- Quiz de progression

**- Objectif des séquences 6 à 8 : acquisition d'une compétence dans la manière de présenter l'EFT Clinique, son histoire, et les principales études scientifiques existantes**

**Séquence 6** : Les études de Dawson Church

**Séquence 7** : Les ressources de l'ACEP

**Séquence 8** : Les bonus de Jean-Michel Gurret

**- Objectif des télé-classes (3h00) : répondre à l'ensemble de vos questions, individualiser le parcours de chaque apprenant et le guider vers des ressources spécifiques complémentaires le cas échéant.**

**Séquence 9** : les télé-classes archivées