



## Formation courte

# EFT CLINIQUE "Emotional Freedom Techniques" Cycle 2

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. Elle 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, de l'accompagnement du soin et des professions paramédicales sont désireux de maîtriser la technique EFT dans un cadre clinique. Dans cette perspective, nous leur proposons cette suite : EFT, approfondissements sur la libération émotionnelle permettant de travailler en EFT avec des personnes en hyper-activation.

### Objectifs :

- ✓ Maîtriser le protocole EFT Clinique
- ✓ Contenir l'intensité émotionnelle d'une personne et traiter son traumatisme
- ✓ Travailler avec l'EFT sur les traumatismes les plus intenses
- ✓ Découvrir des variantes complémentaires de l'EFT Clinique

### Objectifs pédagogiques :

- ✓ Connaître les éléments clés pour réussir le traitement d'un traumatisme
- ✓ Comprendre comment l'EFT modifie les schémas émotionnels profonds et faire la différence entre les notions d'extinction et de reconsolidation des mémoires
- ✓ Acquérir de nouvelles techniques d'EFT, dites "douces", afin de pouvoir contenir et traiter les chocs émotionnels plus intenses pour travailler avec des personnes en hyper-activation émotionnelle
- ✓ Utiliser efficacement le positif dans une séance d'EFT

### Programme à distance : apports théoriques

- Contexte / alliance / traitement / intégration
- Comment réussir la reconsolidation des mémoires
- Prévenir les abréactions
- Chasse à la douleur
- Traitement des cognitions bloquantes avec l'EFT
- Techniques énergétiques pour calmer le sympathique et stimuler le vagal ventral
- La technique du trauma sans larmes
- La gamme des neuf actions
- Utilisation du positif en EFT

### Deux journées en présentiel : pratique intensive

- Retours sur les apports théoriques et explication/clarification au besoin
- Analyse de sa propre pratique
- Démonstration
- Pratique supervisée devant le groupe
- Pratique en trinômes
- Evaluation de fin de journée

## DATES

### Du jour de votre inscription :

accès aux cours théoriques et téléclasses en ligne sur le site de formation de l'IFPEC

### PUIS

**les 24 et 25 avril 2025**  
pratique intensive en présentiel

### PUBLIC

Les professionnels de la santé, des secteurs médico-sociaux, de l'éducation, de l'entreprise, etc., les étudiants de M1 et M2 de psychologie **formés au module 1**

### LIEU

Université de Lorraine, site de Metz (île du Saulcy)

### HORAIRES

Journées en présentiel :  
9:00-12:30 / 13:30-17:00

### TARIF

515 € / personne extérieure  
465 € / partenaire Centre Pierre Janet

Accès gratuit aux cours théoriques et téléclasses en ligne sur le site de formation de l'IFPEC

## INTERVENANT

### Jean-Michel Gurret

Fondateur et Président de l'Institut Francophone de Psychothérapie Émotionnelle et Cognitive, la première école française de formation à l'EFT, Psychothérapeute ARS, auteur de plusieurs livres, conférencier et formateur certifié en EFT Clinique.

## CONTACT

Centre Pierre Janet  
Pôle Formation  
03.72.74.83.32

[cpi-formation@univ-lorraine.fr](mailto:cpi-formation@univ-lorraine.fr)

[www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr](http://www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr)