



**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 asynchrone + 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, niveau 3

Réf : TPC 021

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

### PRESENTATION

L'EFT (Emotional Freedom Techniques) est de plus en plus utilisé dans le domaine de la santé mentale 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 (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 perfectionner leur pratique de l'EFT dans un cadre clinique, pour notamment traiter les traumatismes les 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 télé-classes vous sont accessibles à volonté.
3. **La pratique sur deux journées en présentiel** (14 heures) qui sera 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.

Ces 2 heures de formation complémentaire permettront 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 toute 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 leur pratique de l'EFT au travers des formations :

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

## PRINCIPAUX OBJECTIFS

**Consolider vos connaissances en l'EFT et pratiquer en toute 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

## Emotional Freedom Techniques (EFT), niveau 3 Du trouble de stress post-traumatique à la croissance post-traumatique SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

**Objectif principal**

**Durée  
Intervenant  
Mode**

**Approfondir la compréhension et l'utilisation de l'EFT et  
ajouter des outils d'amélioration de la prise en charge du psycho-trauma**

28 heures

Jean-Michel GURRET, psychothérapeute

Formation mixte : e-learning + distanciel asynchrone + présentiel

### 14 heures : le module de formation distanciel (e-learning + téléclasse)

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Accéder à la plateforme de formation e-learning et apprendre en autonomie les concepts théoriques	Inscription pour accéder à la formation en ligne comportant : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ plusieurs chapitres progressifs.</li> <li>▪ des quiz de progression, pour réviser les notions importantes, et passer d'un chapitre au suivant.</li> <li>▪ un accès à une bibliothèque de téléclasses</li> </ul>	En ligne
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation pratique et de votre formateur Evaluation des pré-acquis.	En ligne Vidéo d'accueil QCM des pré-acquis
Comprendre le trouble de stress post-traumatique	<b>Séquence 1</b> : Le trouble de stress post-traumatique <ul style="list-style-type: none"> <li>- Traumatismes et TSPT</li> <li>- Particularité du travail avec le TSPT</li> <li>- La Dissociation</li> <li>- Quizz sur le TSPT</li> </ul>	<b>Vidéos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Démonstration</li> <li>. Explications</li> </ul>
Structurer l'anamnèse	<b>Séquence 2</b> : l'anamnèse <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qu'est-ce que l'anamnèse et à quoi sert-elle ?</li> <li>- Comment structurer l'anamnèse ?</li> <li>- Quizz</li> </ul>	<b>Apports théoriques</b> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses  <b>Vidéos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Démonstration</li> <li>. Explications</li> </ul>
Comprendre la Théorie polyvagale et la théorie de l'attachement	<b>Séquence 3</b> : Théorie de l'attachement et théorie polyvagale <ul style="list-style-type: none"> <li>- La théorie de l'attachement</li> <li>- Stress et SNA</li> <li>- La théorie polyvagale de Steven Porges</li> <li>- Quizz de validation des acquis</li> </ul>	<b>Apports théoriques</b> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses  <b>Vidéos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Démonstration</li> <li>. Explications</li> </ul>
Pendre en charge le TSPT <i>Stabilisation, évaluation, ressource</i>	<b>Séquence 4</b> : Prise en charge du TSPT : Stabilisation, évaluation, ressource <ul style="list-style-type: none"> <li>- Étape 1 : stabilisation et psychopédagogie</li> <li>- Étape 2 : évaluation</li> <li>- Étape 3 : développement des ressources</li> <li>- Étape 4 : travail sur les symptômes</li> <li>- Quizz de validation des acquis</li> </ul>	<b>Apports théoriques</b> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses  <b>Vidéos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Démonstration</li> <li>. Explications</li> </ul>
Pendre en charge le TSPT <i>Confrontation au trauma</i>	<b>Séquence 5</b> : Prise en charge du TSPT : confrontation au trauma <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le tapping d'intention pour préparer la confrontation (option)</li> <li>- Étape 5 : Travail sur les pensées bloquantes</li> <li>- Étape 6 : Les techniques de confrontation au trauma</li> <li>- Quizz de validation des acquis</li> </ul>	<b>Apports théoriques</b> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses  <b>Vidéos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Démonstration</li> <li>. Explications</li> </ul>

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<b>Prendre en charge le TSPT</b> <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	<b>Apports théoriques</b> -> Diaporama illustré -> Questions / réponses  <b>Vidéos</b> . Démonstration . Explications
<b>Découvrir les études sur le TSPT et l'EFT Clinique</b>	<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	Echanges avec les participants QCM des acquis Fiche d'évaluation
<b>Traiter toutes les interrogations et accéder aux ressources</b>	<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> -> Apprentissage par observation Pratique de l'EFT et traitement des inversions psycho-énergétiques  -> Questions / Réponses en direct via plateforme Zoom -> Synthèse et debriefing de groupe

## 14 heures : la formation en présentiel

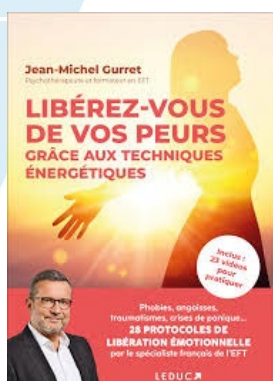
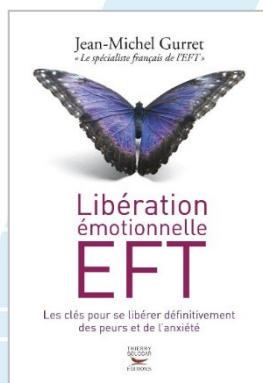
Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<b>Mettre en pratique de l'EFT en présentiel</b>	<b>Questions / réponses sur la formation e-learning</b>  <b>Le Cahier d'exercices</b> Exercice n°1 : Exercices de stabilisation Exercice n°2 : Exercices de développement des ressources. Exercice n°3 : Installation d'un lieu sûr Exercice n°4 : calmer une partie déclenchée Exercice n°5 : Le tapping d'intention Exercice n°6 : Travailler en groupe	<b>En présentiel :</b>  <b>Démonstration du formateur</b> -> Apprentissage par observation Evaluation d'un problème de polarité  <b>Exercice pratique en binôme</b> -> Apprentissage par jeu de rôle Mise en pratique du RID / Mesure  <b>Exercice pratique en binôme</b> -> Apprentissage par jeu de rôle Evaluation et correction des interférences énergétiques du système  -> Debriefing des exercices. -> Partage des ressentis, des sensations, des émotions
<b>Faire le bilan de fin</b>	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin sur la plateforme de e-learning Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

## 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)*  
*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)*



## Prérequis

La formation est un module de perfectionnement.

Il est donc nécessaire d'avoir au préalable suivi les modules

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

Des tarifications spécifiques DUO / TRIO sont proposées en associant les niveaux.

## 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 'EFT clinique notamment dans le psycho-trauma.

### 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 pouvoř 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** 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

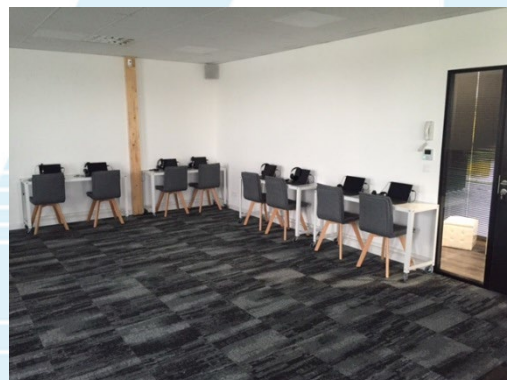
- Un plateau technique de formation de 240 m<sup>2</sup>, dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



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 plate-forme 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
<b>57</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>2</b>
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](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-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<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

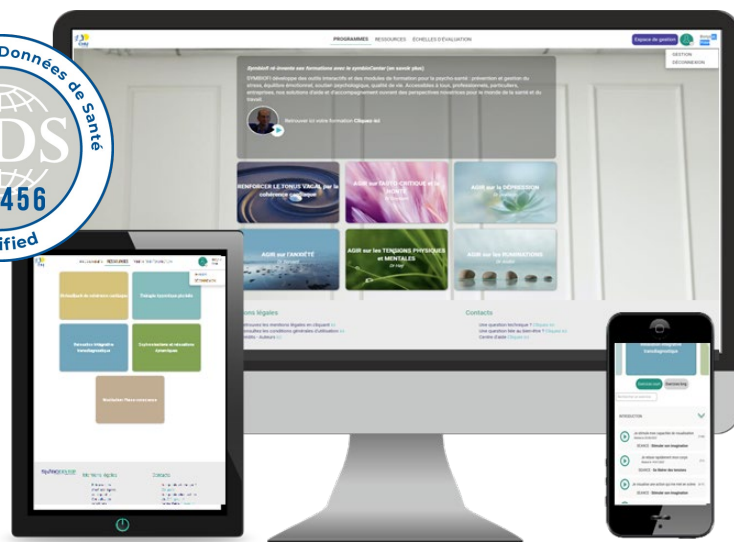
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

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.

Ref: TPC 021

13