

# EFT

## Técnica de liberación emocional



## **Índice**

Objetivo .....	3
Metodología de estudios .....	3
Prácticas .....	3
Profesorado .....	4
Titulación .....	4
Fechas y horarios .....	4
Pruebas .....	4
Tasas.....	4
Recursos de itiee.....	4
Requisitos para esta formación.....	5
Sesiones .....	5
Matriculación .....	5
Cancelaciones y Devoluciones .....	5
Temario .....	5

# Programa 2010

## Objetivo

---

La técnica de liberación emocional, EFT es una técnica de autoayuda, que forma parte del campo llamado Psicología Energética, que permite eliminar las llamadas emociones negativas de una forma sencilla, rápida y eficaz.

Llamamos emociones negativas a las emociones de enfado, tristeza, miedo, preocupación en exceso, es decir cuando se convierten en ira, rabia, depresión, ansiedad, fobia, obsesión y nos dificultan llevar una vida equilibrada. Las emociones son útiles y adaptativas porque nos proporcionan una información muy importante pero un exceso de emoción nos turba, nos desequilibra y nos causa malestar. La técnica de liberación emocional nos ayuda a equilibrar nuestras emociones para conseguir en un estado de armonía y de bienestar.

La técnica de liberación emocional se fundamenta en la Medicina China, que postula que cuando la energía fluye armoniosamente a través de nuestro cuerpo tenemos bienestar pero cuando se produce un exceso, un bloqueo o una deficiencia de energía se nos produce malestar, primero emocional y si no se atiende se puede convertir en enfermedades somáticas. Podemos equilibrar la energía estimulando los canales energéticos de la medicina china, en algunos puntos elegidos de acupuntura. Así como la medicina china utiliza agujas para equilibrar la energía, la técnica de liberación emocional utiliza la estimulación mediante golpecitos "tapping" (del inglés).

La técnica de liberación emocional nos ayuda en todas las facetas de nuestra vida, tanto en el trabajo para manejar el estrés, en las relaciones con la familia, amigos para que disfrutemos al máximo, en las relaciones de pareja como para encontrarnos bien con nosotros mismos.

## Metodología de estudios

---

En este curso combinaremos teoría y práctica.

## Prácticas

---

Las prácticas se realizan entre los compañeros de clase y clientes invitados y son guiadas y supervisadas por el profesor.

## Profesorado

---

Este programa esta dirigido por Victoria Cadarso e impartido por ella y su equipo.

## Titulación

---

Itiee expide un diploma acreditativo de haber completado el curso de 14 horas de formación en EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) método creado por Gary H. Craig e impartido con su autorización por Victoria Cadarso.

## Fechas y horarios

---

Este curso se imparte el domingo 5 de diciembre 2010 y el domingo 16 de enero 2011 en horario de 10-14 y de 15-18h.

## Tasas

---

Este curso tiene un coste de 200€ + 40€ de matrícula que se abonará antes de comenzar el curso

## Recursos de itiee

---

Itiee posee las instalaciones adecuadas para poder impartir con toda rigurosidad esta enseñanza.

Además, pone a disponibilidad de los alumnos su pequeña pero completa biblioteca para que los alumnos puedan consultar los libros que pueda necesitar para realizar los trabajos pertinentes así como libros de consulta.

No obstante creemos que todo profesional de la salud debe ir construyéndose su propia biblioteca que le ayudara en sus estudios a tener la información a mano y a poder consultar algún tema concreto cuando este desempeñando su practica en los años venideros.

## Requisitos para esta formación

---

Ninguno.

## Sesiones

---

**itiee** ofrece a sus alumnos un descuento personal del 10% en las consultas y/o sesiones de las materias en las que esta recibiendo formación.

## Matriculación

---

Para inscribirse en un curso se habrá de rellenar un formulario de inscripción que se puede bajar de la web o solicitar en **itiee**, acompañado del pago del 50% del curso como reserva de plaza.

Este trámite se puede realizar de varias formas:

1. Personalmente en **itiee**
2. A través de la página web puede enviar la hoja de inscripción y el importe por transferencia
3. Por teléfono se le tomaran los datos y enviará el importe por transferencia.

Los envíos por transferencia se realizan a nombre de **itíee** cuenta nº 0182-1928-40-0201542688 del BBVA, indicando el nombre del participante y el nombre del curso.

## Cancelaciones y devoluciones

---

Las inscripciones han de hacerse con un mínimo de una semana de antelación a la fecha de comienzo del curso. En el caso de que el alumno al final no se incorpore, al curso por el que ha hecho la inscripción, perderá el derecho a su plaza y el importe de reserva.

Los cursos se celebrarán con un mínimo de 6 personas, en el caso de haber realizado la reserva y de no celebrarse el mismo, se devolverá el importe integro durante la semana siguiente a la fecha de el curso no celebrado.

## Temario

---

El curso es teórico-práctico donde se explicarán y se practicarán:

- Los fundamentos de la psicología energética: los principios básicos de la Medicina China y su aplicación a estados emocionales por George Goodheart, John Thie, Roger Callahan, Fred Gallo y Gary Craig.
- El principio básico: La causa de todas las emociones negativas es una perturbación en el campo energético del cuerpo.
- Relación entre pensamiento/emoción/reacción.
- Inversión psicológica o autosabotaje: muchas veces aunque queramos conseguir una meta existe una parte inconsciente que nos crea dificultades para conseguirlo.
- La "receta básica": los tres pasos necesarios para que la técnica tenga éxito, a) identificar que nos produce una emoción negativa b) estimular los puntos de acupuntura c) el procedimiento 9 gama o secuencia de integración del trabajo realizado.
- La importancia de ser específico, de aprender a delimitar bien el problema.
- Cómo darse cuenta de los resultados, cambios corporales, cambios en las creencias, cambio en las imágenes.
- La importancia de la persistencia, y de probarlo en cualquier circunstancia.
- Beneficios adicionales: el efecto de la generalización, cambios en las creencias, aprender de las experiencias de los demás.
- Resolución de problemas: que hacer cuando parece que no funciona, como reformular el problema, toxinas energéticas, técnicas de respiración

**NB. Este programa puede sufrir variaciones según lo estime oportuno la dirección de itíee para incorporar o modificar cuestiones de interés.**