



Terapeuta de EFT

(Técnica de liberación
emocional)



Instituto de
Terapias Energéticas



Índice

INTRODUCCIÓN	3
OBJETIVO	4
TEMARIO.....	4
Nivel 1- Los fundamentos de EFT (12 Horas)	4
Nivel 2 - Usuario de EFT (12 horas)	5
Nivel 3 - Experto de EFT (12 horas)	6
METODOLOGIA DE ESTUDIOS	7
PRÁCTICAS SUPERVISADAS.....	8
SUPERVISIÓN	8
TITULACION	9
PROFESORADO	9
FECHAS Y HORARIOS.....	9
TASAS.....	10
MATRICULACION	10
NORMAS DEL PROGRAMA.....	11
SESIONES.....	11
RECOMENDACION DE ITE	12



INTRODUCCIÓN

EFT: Técnica de liberación emocional es una herramienta terapéutica que forma parte del campo llamado Psicología Energética, que permite eliminar las emociones negativas de una forma sencilla, rápida y eficaz.

Llamamos emociones negativas a las emociones que nos dificultan llevar una vida equilibrada, como por ejemplo: enfado, tristeza, miedo, preocupación, ira, rabia, depresión, ansiedad, fobia, obsesión...

Las emociones son útiles y adaptativas porque nos proporcionan una información muy importante, pero un exceso de emoción nos desequilibra y nos causa malestar. EFT Técnica de liberación emocional nos ayuda a equilibrar y regular nuestras emociones.

Esta técnica se fundamenta en la Medicina China, que postula que cuando la energía fluye armoniosamente a través de nuestro organismo (cuerpo/mente) 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/físicas.

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, EFT utiliza la estimulación mediante golpecitos "tapping" (en inglés).

Una de las bondades de esta técnica es que te la puedes realizar a ti mismo con total confianza y a los demás, con la adecuada formación y practica.

Este indicado, entre otros, para tratar:

- ✓ Cuadros de ansiedad, miedos, fobias.
- ✓ Dependencias afectivas, traumas, duelos, apegos, compulsiones.
- ✓ Emociones negativas, pena, tristeza, rabia, celos..
- ✓ Problemas con la comida.
- ✓ Comportamientos relacionados con el estrés, ansiedad, insomnio.
- ✓ Creencias limitadoras.
- ✓ Psicopatización de emociones.



OBJETIVO

Ser terapeuta de EFT tiene el doble objetivo de:

- a) Aplicar primero, los conocimientos y técnica en uno mismo para eliminar el estrés, las emociones negativas y malestar y así, desde el equilibrio poder ayudar a los demás.
- b) Con los conocimientos, técnica aprendida, destrezas terapéuticas adquiridas y la práctica, uno puede ejercer como **TERAPEUTA de EFT** con toda soltura y profesionalidad



TEMARIO

Nivel 1- Los fundamentos de EFT (12 Horas)

Requisitos: estar motivado para aprender y tener interés en practicar en uno mismo.

- ✓ Antecedentes a la técnica de liberación emocional EFT: George Goodheart, John Thie, Gordon Stokes y Daniel Whiteside, Paul Dennison, John Diamond, Roger Callahan, Fred Gallo y Gary Craig.
- ✓ El principio básico de EFT: La causa de todas las emociones negativas es una perturbación en el campo electromagnético del organismo (cuerpo – mente).
- ✓ Localizar los puntos de acupuntura a estimular.
- ✓ La “receta básica”: los tres pasos necesarios para que la técnica tenga éxito:
 - Puesta en marcha: identificar el problema a tratar.
 - Estimular los puntos de acupuntura.
 - El procedimiento 9 gama o secuencia de integración del trabajo realizado.
- ✓ Como sintonizar con el problema y construir las frases.
- ✓ Como calibrar los resultados
- ✓ Autosabotajes: las partes de nosotros que nos crean dificultades para conseguir nuestras metas.



- ✓ La importancia de aprender a delimitar bien el problema y de ser específico.
- ✓ Los diversos aspectos de un problema.
- ✓ Como tratar emociones desbordantes y mantenerse seguro.
- ✓ La importancia de la persistencia y de comprobarlo ante cualquier circunstancia.
- ✓ Cómo darse cuenta de los resultados:
 - Cambios corporales.
 - Cambios en las creencias
 - Cambio en las imágenes.

Nivel 2 - Usuario de EFT (12 horas)

Requisito (haber cursado el nivel 1)

- ✓ Repaso de los éxitos y dificultades en la práctica de EFT.
- ✓ Repaso de dudas después de leer el Manual.
- ✓ Puntos adicionales.
- ✓ El uso del lenguaje para centrar el problema: re-encuadrar un problema.
- ✓ El uso de afirmaciones.
- ✓ El problema y sus aspectos
- ✓ Llegando al núcleo del problema sabiendo "indagar".
- ✓ Creencias limitantes
- ✓ Auto sabotajes en profundidad
- ✓ Técnicas:
 - de contar tu historia
 - de la película
 - del trauma sin lágrimas
- ✓ Usar EFT en temas físicos
- ✓ Como trabajar el dolor
- ✓ EFT a distancia
- ✓ EFT en uno mismo para trabajar a otro
- ✓ Como estar preparado para trabajar el trauma en uno mismo
- ✓ Asegurar contención y seguridad
- ✓ Resolución de problemas:
 - Qué hacer cuando parece que no funciona
 - Como reformular el problema
 - Toxinas energéticas
 - Técnicas de respiración



Nivel 3 - Experto de EFT (12 horas)

Requisito (haber cursado el nivel I y II)

- ✓ La actitud adecuada en la relación de ayuda.
- ✓ Saber escuchar con aceptación incondicional, empatía y congruencia .
- ✓ La ciencia detrás del EFT.
- ✓ Los mecanismos fisiológicos en la base de la sanación rápida y eficaz.
- ✓ La anatomía de los asuntos emocionales.
- ✓ Encontrando los elementos nucleares y escenas clave.
- ✓ Los aspectos de un problema, comprobando que está del todo resuelto.
- ✓ Test kinesiológico o Verificación muscular en uno mismo y en los demás.
- ✓ Midiendo el progreso.
- ✓ Minimizando el dolor emocional.
- ✓ Manejando las descargas emocionales excesivas.
- ✓ Trabajando el trauma.
- ✓ Utilizando el parafraseo, frases positivas y el humor.
- ✓ Beneficios adicionales:
 - El efecto de la generalización.
 - Cambios en las creencias.
 - Aprender de las experiencias ajenas.
- ✓ Técnicas de visualización.
- ✓ Integración de Polaridades.
- ✓ Otras técnicas energéticas.
- ✓ Conseguir el perdón.
- ✓ Técnica de respiración clavicular.
- ✓ ¿Qué hacer cuando parece que EFT no funciona?
- ✓ EFT para manejar el estrés, miedos y fobias.
- ✓ EFT para manejar las compulsiones y adicciones.
- ✓ Asuntos éticos y legales de cómo usar la técnica.



METODOLOGIA DE ESTUDIOS

La formación online permite conciliar el aprendizaje con la actividad laboral, ya que el alumno puede conectarse cuando y donde quiera, basta con tener un ordenador y conexión a Internet y de esta forma el alumno puede avanzar a su ritmo, dependiendo únicamente de su progreso personal.

Nuestra formación *online* es práctica, útil ya que sus contenidos han sido elaborados por expertos terapeutas del sector que en muchos casos, son los propios tutores/profesores los que realizan el seguimiento y evaluación de cada asignatura.

En el campus virtual del INSTITUTO DE TERAPIAS ENERGETICAS, se realizan las distintas actividades que integran los cursos: estudio del material teórico, los casos prácticos o ejercicios y la ejecución de las pruebas de evaluación.

La directora de este programa es Victoria Cadarso y su misión es:

- Resolver tus dudas sobre gestiones académicas, trámites o temas concretos de una asignatura
- Te ayuda a planificarte para que aproveches mejor tu tiempo
- Se implica con tus estudios para ayudarte a superar cada asignatura

Cada módulo consta de varias partes teóricas, sus ejercicios correspondientes, bibliografía recomendada y realizar un test online de preguntas al final de cada módulo o si por la razón que fuese, no es posible, tendrás que realizarlos todos juntos antes de pasar de nivel o de finalizar la formación. Será requisito obligatorio superar todos los test para recibir la titulación.

Para cada módulo dispones de un profesor que te acompaña y ayuda a lo largo de esa asignatura, comentando y evaluando tus ejercicios. Estarás en contacto con él de forma continua a través de la plataforma, y si lo necesitas, también por teléfono o email.

El seguimiento y acompañamiento del tutor es una garantía más para tu éxito.

La Formación completa de un buen terapeuta requiere un trabajo personal por parte del alumno de profundización, investigación, realización de ejercicios y prácticas, e integración de los contenidos formativos.

Por ello deberás dedicar como mínimo 10 horas de **trabajo autónomo** por cada módulo en:

- Lectura de la bibliografía recomendada.
- Realización de ejercicios y prácticas sugeridas.



PRÁCTICAS SUPERVISADAS

En **ite** consideramos que la práctica es fundamental para asentar conocimientos y adquirir las destrezas necesarias para ser un buen profesional. Las practicas están supervisadas por los profesores de cada materia y coordinadas en la secretaria de ordenación académica.

Por ello al finalizar la formación, el alumno deberá realizar obligatoriamente prácticas para recibir la titulación.

Es el propio alumno el que se pone en contacto con asociaciones y ONG's de su localidad para conseguir un acuerdo de colaboración para realizar las prácticas y es **ite** quien firma el convenio de colaboración de prácticas con dichas instituciones.

Como esto no es siempre posible, el alumno deberá conseguir sus propios clientes para realizar las prácticas.

En todos los casos, el alumno deberá grabar en video un nº determinado de prácticas y enviarlas para su evaluación.

Los alumnos tendrán que entregar un informe de cada una de las sesiones, y el equipo de **ite** corregirá y dará feed-back de esas prácticas.

El plazo máximo para finalizar y entregar los informes de prácticas será el 15 de diciembre del mismo año en que termine cada ciclo de formación.

En el caso de que el alumno no finalizase las prácticas en el plazo establecido deberá abonar 200€ como tasa académica de extensión de formación.



SUPERVISIÓN

La supervisión de casos es imprescindible en cualquier terapeuta o psicoterapeuta en su buen desempeño profesional, para analizar el desarrollo del proceso terapéutico, posibles bloqueos que puedan surgir en la terapia, fenómenos de transferencia o contratransferencia... etc.

Por ello **Victoria Cadarso**, directora del programa, ofrece supervisiones mensuales, grupales e individuales:

- ✓ Sesión de supervisión grupal: 60€/3 horas
- ✓ Sesión de supervisión individual: 100€/1 hora.



TITULACION

Ite ofrece un certificado por cada nivel realizado y la titulación de **TERAPEUTA DE EFT.**

Esta titulación se obtiene al:

- ✓ Completar el 100% de los 3 niveles
- ✓ Realizar y superar los tests on line
- ✓ Hacer los casos prácticos
- ✓ 6 horas de supervisión
- ✓ Superar las prácticas evaluadas
- ✓ Haber completado el 100% del pago de la formación



PROFESORADO

El programa está dirigido por Victoria Cadarso Profesora Certificada por la **Association for the Advancement of Meridian Energy Techniques (AAMET)** e impartido por ella misma y Marina Moran psicóloga y Terapeuta Avanzada de EFT.



FECHAS Y HORARIOS

Esta formación online la puedes comenzar en cualquier época del año.

Sólo tienes que matricularte, abonar el importe indicado y en 24 horas el Instituto te envía tus claves de acceso.



TASAS

Esta formación se puede pagar al contado con un descuento de 100€ o por niveles según indicamos a continuación:

Programa	€	€ Al contado los 3 niveles
Nivel 1 - Los Fundamentos de EFT	180	
Nivel 2 - Usuario de EFT	180	
Nivel 3 - Experto de EFT	280	
Total Terapeuta de EFT	640	540



MATRICULACION

Para inscribirse en este programa hay que rellenar un formulario de inscripción y realizar el pago de la matrícula como reserva de plaza.

Este trámite se puede realizar de la siguiente forma:

- Rellenar formulario de inscripción:
 1. Personalmente en el Instituto de Terapias Energéticas.
 2. En la web.
- Pago:
 1. Personalmente en el Instituto de Terapias Energéticas.
 2. Transferencia bancaria a nombre de Cadarso Sisters S.L. cuenta ES37 0182-1928-41-0201542671 del BBVA indicando nombre del curso y alumno.
 3. Paypal.
 4. Tarjeta de crédito.



NORMAS DEL PROGRAMA

Los alumnos inscritos en la formación online tienen 12 meses para completar la formación desde la fecha que se les da acceso al primer modulo del programa.

Un par de meses antes de la fecha de terminación se le recuerda al alumno que se le está acabando el plazo.

En algunos casos y bajo justificación adecuada, se puede extender 3 meses más el periodo de finalización. Pasado esta fecha y si el alumno no ha terminado, se procede a dar de baja al alumno o en su defecto podrá pagar adicionalmente, el 50% del importe de los módulos que le queden para terminar y así poder continuar con el programa.

En el caso de que al alumno se le finaliza el plazo y sólo le queda por realizar las practicas o el trabajo de fin de curso, se le podrá ampliar 3 meses el plazo previo abono de 250€ en concepto de extensión.

Las dos premisas expuestas no son excluyentes sino adicionales.

Nuestro proceso de formación es paralelo al proceso de crecimiento. La práctica profesional de los programas impartidos en nuestro centro requiere su integración personal.

EL INSTITUTO DE TERAPIAS ENERGETICAS se reserva el derecho de excluir del plan de formación a aquellos alumnos que con su actitud y comportamiento no satisfagan este requisito.

El programa puede sufrir variaciones según lo estime oportuno la dirección para incorporar o modificar cuestiones que se hayan detectado de interés y que el centro considere una mejora en la formación.



SESIONES

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



RECOMENDACION DE ITE



Ite recomienda una serie de cursos complementarios que potencian la formación que se obtiene con este programa.

- ✓ **Máster en Terapias Energéticas**
- ✓ **Especialista en Terapia de Sonido**