

Terapeuta de
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE

Victoria Cadarso

Team

INDICE

INTRODUCCIÓN	3
OBJETIVO	4
TEMARIO.....	4
Nivel 1 - Los fundamentos de EFT.....	4
Nivel 2 - Usuario de EFT	5
Nivel 3 - Experto de EFT	6
METODOLOGIA DE ESTUDIOS	7
SUPERVISIÓN	7
TITULACION	8
PROFESORADO	8
NORMAS DEL PROGRAMA.....	8
TASAS.....	9



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 práctica.

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

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

Requisito (haber cursado aprobado 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: reencuadrar un problema.
- El uso de afirmaciones.
- El problema y sus aspectos
- Llegando al núcleo del problema sabiendo "indagar".
- Creencias limitantes
- Autosabotajes 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

Requisito (haber cursado y aprobado el nivel 1 y 2)

- 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

Esta formación se ofrece online por lo que la incorporación se realiza en cualquier momento del año, desde cualquier parte del mundo y teniendo en cuenta los horarios de los alumnos.

- El alumno deberá reservar un mínimo de 35 horas por nivel para la lectura de teoría, bibliografía sugerida, visionado de videos y realización de los ejercicios.
- El alumno deberá hacer prácticas en sí mismo para comprobar los efectos de la técnica y así ver si encuentra dificultades. También puede practicar con familiares y amigos.
- El alumno deberá realizar un test digital de 20-30 preguntas de elección múltiple al final de cada nivel o si por la razón que fuese, no es posible, tendrá que realizarlos todos juntos antes al finalizar la formación.
- El alumno deberá grabar una sesión de EFT por nivel para comprobar que ha adquirido los conocimientos y practica adecuada en cada nivel.
- Al final de la formación el alumno deberá realizar 10 prácticas supervisadas por Victoria Cadarso Team donde tendrá que documentar los casos que ha tratado para demostrar que han integrado los conocimientos.

El plazo máximo para finalizar y entregar los informes de prácticas será de 4 meses después de haber terminado el ultimo nivel de la 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 Team** ofrece supervisiones sesiones individuales por Skype con un coste de 100€/hora.

Dentro del desarrollo de estas supervisiones individuales, se pueden elegir realizar de entre estas tres opciones:

- Traer un caso escrito para comentarlo. Donde se pueda reconocer el proceso y las dudas que haya podido suscitar para el alumno.

- Pregrabar una sesión, visionarla para posteriormente revisar y comentar el proceso de la misma
- Realizar una sesión con preguntas y dudas que le haya surgido al alumno durante las practicas y el proceso de aprendizaje



TITULACION

Victoria Cadarso Team ofrece un **certificado** por cada nivel realizado y una titulación de **TERAPEUTA DE EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE** al haber realizado los siguientes requisitos:

- Completar el 100% del programa de formación.
- Realizar y superar los tests online, con un mínimo de 75% de preguntas correctas.
- Documentar 10 casos prácticos supervisados.
- Haber realizado el 100% del pago de la formación.



PROFESORADO

El programa está dirigido por Victoria Cadarso Profesora e impartido por ella misma y Marina Moran psicólogas, Terapeutas de Psicología Energética y Terapeutas Avanzadas de EFT.



NORMAS DEL PROGRAMA

Los alumnos inscritos disponen de 18 meses para completar la formación desde la fecha que se le de acceso al primer módulo del programa.

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 se le podrá ampliar 3 meses el plazo previo abono de 100€ en concepto de extensión.

Las dos premisas expuestas no son excluyentes sino adicionales.



TASAS

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

Programa	€
Nivel 1 - Los Fundamentos de EFT	180
Nivel 2 - Usuario de EFT	180
Nivel 3 - Experto de EFT	280
Total Terapeuta de EFT	640
Pago al contado de la Formacion	540