

TERAPEUTA DE EFT

(Emotional Freedom Technique)

VictoriaCadarso

Team

Contenido

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)	5
METODOLOGIA DE ESTUDIOS	6
PRÁCTICAS SUPERVISADAS	7
SUPERVISIÓN	8
TITULACION	8
PROFESORADO	9
FECHAS Y HORARIOS	9
TASAS	9
MATRICULACION.....	10
NORMAS DEL PROGRAMA.....	10
RECOMENDACIÓN	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: 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 (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

Combina formación presencial y online según tus necesidades

Somos el único centro que te permite iniciar tu formación cuando tú elijas, y de la forma que mejor te convenga:

1. **Formación presencial:** incorporación continua todo el año en nuestro centro de Madrid. El alumno puede realizar **online** aquellos módulos que ya se hayan impartido presencialmente y posteriormente seguir la formación presencial.
2. **Online:** incorporación en cualquier momento, desde cualquier parte del mundo y con tus horarios.
3. **Un mix de presencial y online:** Tú elijas que módulos quieres hacer online y cuales quieres hacer en presencial.
4. **Modalidad Streaming:** Los cursos que se celebran presencialmente podrán seguirse en streaming (retransmisión en directo) desde cualquier parte del mundo. Sólo tienes que tener un ordenador, internet, una cuenta gmail, inscribirte, pagar y te damos acceso para que puedas ver y escuchar como si estuvieras presente en el curso.

Elige cómo quieres formarte, si viniendo al centro en presencial, online, un mix de los dos o en Streaming.

Además, si eliges la fórmula de online puedes repetir los módulos en presencial **SIN COSTE ALGUNO** durante los siguientes 12 meses.

Todos los cursos son teórico-prácticos y se desarrollan en un ambiente de aceptación y tolerancia en el que todos participarán de forma activa.

El profesor desarrollará el tema a tratar y los alumnos, mediante ejercicios de autoconocimiento y de diálogo con los demás, irán desvelando facetas de su tipo de personalidad y compartiendo sus fortalezas y dificultades de forma que todos aprendan los unos de los otros

Además:

- El alumno deberá reservar un mínimo de 20 horas de lectura de apuntes y bibliografía sugerida y realizar los ejercicios recomendados.
- 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.
- Al finalizar los 3 niveles el alumno deberá hacer prácticas concertadas y supervisión.



PRÁCTICAS SUPERVISADAS

Al final de la formación, los alumnos tendrán que hacer 10 prácticas supervisadas organizadas por Victoria Cadarso Team donde tendrán que documentar los casos que han tratado para comprobar que han integrado los conocimientos.

Modalidad presencial

En esta modalidad Victoria Cadarso Team ofrece prácticas en ONG y Asociaciones con las que colaboramos en Madrid.

Modalidad online

En el resto de España o en el extranjero el propio alumno se pone en contacto con las asociaciones de su localidad y Victoria Cadarso Team firma un convenio de colaboración de prácticas con dichas instituciones.

De las 10 sesiones requeridas, el alumno deberá grabar en video, al menos, 3 sesiones y enviarlas para su evaluación.

En ambas modalidades los alumnos tendrán que entregar un informe de cada una de las 10 sesiones, firmado y sellado por la asociación, y Victoria Cadarso y su equipo corregirá e irá dando 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 el ultimo nivel de la formación.

En el caso de que el alumno no finalizase las prácticas en el plazo establecido deberá abonar 100€ 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 Team** ofrece supervisiones mensuales tanto grupales como individuales en presencial:

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

Y para aquellos alumnos que elijan la formación online solo tendrán acceso a las sesiones individuales por Skype con el mismo coste de 100€ una hora.



TITULACION

Victoria Cadarso Team ofrece un **certificado** por cada nivel realizado y una titulación de **TERAPEUTA DE EFT** al haber completado la formación de **36** horas lectivas y **25** de estudio y prácticas y:

- Completar el 100% del curso académico
- Realizar y superar los tests on line, con un mínimo de un 75% de preguntas acertadas.
- Hacer 10 casos prácticos supervisados
- 3 horas de supervisión grupal o 1 hora de supervisión individual
- 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

Modalidad Presencial

El curso se imparte en varias convocatorias al año en diferentes días y horarios.

Para ver las fechas de los diferentes niveles de EFT, por favor ir a la página web de Victoria Cadarso Team, www.victoriacadarso.com y entrar en el nivel correspondiente de EFT

Modalidad Online

En modalidad online, la formación se puede comenzar en cualquier momento del año.



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 esta formación hay que rellenar un formulario de inscripción.

Este trámite se puede realizar de la siguiente forma:

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



NORMAS DEL PROGRAMA

Modalidad Presencial

Las inscripciones para modalidad presencial han de hacerse con un mínimo de una semana de antelación a la fecha de comienzo del curso.

Habiendo sido abonado el primer pago de la formación, si el alumno decidiese no continuar no se realizaría ninguna devolución por parte de VICTORIA CADARSO TEAM.

Habiendo sido abonado el primer pago de la formación, si el alumno no fuese admitido en el programa se realizará la devolución íntegra del importe.

En el caso de que el alumno al final no se incorpore al curso, cualquiera que sea la razón, perderá el derecho a su plaza y el importe abonado.

Cada curso se celebra con un número mínimo de 8 alumnos y un máximo de 25. En el caso de haber realizado un pago y de no celebrarse el mismo, se devolverá el importe íntegro en un plazo máximo de 10 días.

Cada módulo de formación se celebra con mínimo de 8 y un máximo de 25 personas para garantizar la correcta ejecución de las prácticas entre alumnos.

En los módulos que, por la razón que fuese, haya menos de 8 alumnos dicho módulo se realizará de manera online y se continuará la formación presencial en el siguiente módulo que tenga el cupo mínimo necesario.

Modalidad Online

Los alumnos inscritos en la modalidad online tienen 12 meses para completar la formación desde la fecha que se les da acceso al primer módulo 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 prácticas o el trabajo de fin de curso, 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.

Además, como hemos mencionado antes, la modalidad online te permite repetir los módulos en presencial **SIN COSTE ALGUNO** durante la siguiente convocatoria presencial.

General

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

Victoria Cadarso Team 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.

Las clases y sesiones presenciales pueden ser grabadas para su utilización con fines exclusivamente didácticos para el uso de alumnos de VICTORIA CADARSO TEAM online.



RECOMENDACIÓN

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

- ✓ **Eneagrama Nivel 1 – Autodescubrimiento**
- ✓ **Eneagrama Nivel 2 – Autoconocimiento**
- ✓ **Eneagrama Nivel 3 - Autorrealización**