Plan détaillé

Formation Auto-traitement EFT

Par Noëlle Cassan

Module	Vidéo	Notions	Document
Module 1	*Vidéo 2*	Présentation de Noëlle	Aucun
Module 1	Vidéo 3	Les règles du jeu	*Guide du module 1.*
Module 1	*Vidéo 4*	**Ce qu'est l'EFT** L'association ACEP Signification	1. Les anciens combattants. 2. Donna Eden.
Module 1	*Vidéo 5*	Hypothèse de Gary Graig	
Module 1	*Vidéo 6*	Les principes neurologiques	
Module 1	*Vidéo 7*	Problème – objectif – cible Des exemples.	*Fiche problème – objectif - cible*
Module 1	*Vidéo 8*	Exercice 1 – problème – objectif - cible	
Module 1	Vidéo 9	Exercice 2 – Problème – objectif - cible	
Module 1	*Vidéo 10*	**L'effet de la généralisation** La fenêtre de tolérance.	*Fenêtre de tolérance*

Module 1	Vidéo 11	Quoi faire si on n'a pas de souvenir de l'événement déclenchant?	
Module 1	*Vidéo 12*	La phrase de préparation	
Module 1	Vidéo 13	Les étapes 3 et 4 du processus	
Module 1	*Vidéo 14*	Travailler sur sa douleur et présentation des points EFT	
Module 1	*Vidéo 15*	L'acceptation de soi	
Module 1	*Vidéo 16*	**La gamme des 9 actions** Révision d'une ronde complète. Ce n'est pas un échec. Vivre ses émotions. Comment évaluer une ronde? Un truc au passage.	**Vidéo bonus de Noëlle – période de confinement**
Module 1	*Vidéo 17*	**Les aspects :** C'est quoi? Le VAKOG La précision.	
Module 1	*Vidéo 18*	**Le stress :** C'est quoi? Le système d'alarme Le stress psychologique Le système nerveux La biologie du stress Étude clinique	

Module 1	Vidéo 19	**La SET** Technique très discrète. Peut se faire partout.	
Module 2	Vidéo 1	Échelle de douleur Pourquoi évaluer la douleur?	
Module 2	Vidéo 2	Retour cible/objectif/problème Les souvenirs	
Module 2	Vidéo 3	Comment on remonte dans le passé?	
Module 2	Vidéo 4	Les croyances	
Module 2	Vidéo 5	Le travail anxiogène	
Module 2	Vidéo 6	Positif ou pas le tapping?	
Module 2	Vidéo 7	Les autres se souviennent : pas moi.	
Module 2	Vidéo 8	Ces parts de moi qui se réactivent	
Module 2	Vidéo 9	Par quoi commencer? Les drivers	
Module 2	Vidéo 10	Le driver : « Sois parfaite ».	

Module 2	Vidéo 11	Pourquoi le négatif d'abord?	
Module 2	Vidéo 12	Travailler les problèmes physiques	
Module 2	Vidéo 13	Mise en garde!	
Module 3	Vidéo 1	Les inversions psychologiques	
Module 3	Vidéo 2	Le test musculaire	
Module 3	Vidéo 3	L'auto-acceptation	
Module 3	Vidéo 4	Retour à l'inversion psychologique	
Module 3	Vidéo 5	Rien à voir avec la culpabilité	
Module 3	Vidéo 6	Programme inconscient	
Module 3	Vidéo 7	L'auto-dévalorisation	
Module 3	Vidéo 8	La liste des inversions psychologiques	
Module 3	Vidéo 9	Les principales inversions psychologiques	
Module 3	Vidéo 10	Le travail de détective	

Module 3	Vidéo 11	Corriger l'inversion psychologique	
Module 3	Vidéo 12	Comment situer le point sensible?	
Module 3	Vidéo 13	Pour mieux connaître ses inversions psychologiques	
Module 3	Vidéo 14	Les ego states	
Module 3	Vidéo 15	Différence entre la confiance et l'estime	
Module 3	Vidéo 16	Nuance concernant le point sensible	
Module 4	Vidéo 1	Du simple vers plus complexe	
Module 4	Vidéo 2	La maladie = stress	
Module 4	Vidéo 3	La technique de raconter l'histoire	
Module 4	Vidéo 4	La technique du film	
Module 4	Vidéo 5	Le matrix reimprinting	
Module 4	Vidéo 6	La puissance de l'EFT	

Module 4	Vidéo 7	Précisions en lien avec la technique de raconter l'histoire	
Module 4	Vidéo 8	Le processus de paix personnelle	
Module 4	Vidéo 9	Quand on n'arrive pas à commencer	
Module 4	Vidéo 10	La technique du volcan	
Module 5	Vidéo 1	Mettre du positif dans ses rondes	
Module 5	Vidéo 2	Le recadrage en 5 points	
Module 5	Vidéo 3	La montée émotionnelle	
Module 5	Vidéo 4	J'ai la nausée pendant mes tapotements. C'est normal?	
Module 5	Vidéo 5	La culpabilité	
Module 5	Vidéo 6	Méthode de choix	
Module 5	Vidéo 7	Méthode du « Et si….? »	
Module 5	Vidéo 8	Lieu de sécurité	
Module 5	Vidéo 9	Le cercle d'excellence	**Audio**

Module 5	Vidéo 10	Méthode du coffre-fort	
Module 5	Vidéo 11	Différence entre le cercle d'excellence et le lieu de sécurité	
Module 5	Vidéo 12	Les points REMAP	**Vidéo de Yves**
Module 6	Vidéo 1	Processus de paix personnelle	
Module 6	Vidéo 2	L'infraverbal	
Module 6	Vidéo 3	Congrès EFT et protocole de Sophie Merle	
Module 6	Vidéo 4	Difficulté à trouver quelque chose de positif	
Module 6	Vidéo 5	L'EFT dans la tête	
Module 6	Vidéo 6	La perte de conscience	
Module 6	Vidéo 7	Truc et astuce	
Module 6	Vidéo 8	Travailler ses addictions	
Module 6	Vidéo 9	Truc pour le jetlag	
Module 6	Vidéo 10	La réaction du corps	