



institut gestalt

# FORMACIÓN EN TÉCNICAS DE LIBERACIÓN EMOCIONAL EFT (TAPPING)



**INSTITUT GESTALT**  
CURSO ACADÉMICO 2017-2018  
4ª EDICIÓN

### PRESENTACIÓN

EFT – Tapping (Técnicas de Liberación Emocional) es una modalidad de psicología energética, que combina los principios de la acupuntura (sin agujas) con un elemento psicológico. Es una técnica muy sencilla que consiste en golpear con la punta de los dedos, unos puntos concretos del cuerpo mientras se repiten frases especialmente diseñadas para el problema que estás tratando.

La mayoría de los conflictos psicológicos y emocionales tienen su origen en situaciones traumáticas no resueltas y en creencias limitantes que se manifiestan en todo tipo de síntomas: baja autoestima, ansiedad, depresión, fobias, desconexión, aislamiento, ataques de pánico, desorientación y desamparo ante cambios vitales, dificultades en las relaciones personales, por nombrar unos pocos.

En esta formación aprenderemos a utilizar EFT- tapping (Técnicas de liberación emocional) y Técnicas de procesamiento cerebral para resolver en su origen la causa de la mayoría de nuestros problemas. Por sus características, estas técnicas nos permiten hacerlo de una manera sencilla, suave, no invasiva, minimizando de este modo el sufrimiento emocional. Así mismo nos proporcionará herramientas para crear la vida que queremos.

El cerebro posee un sistema de autorregulación (capacidad de procesar e integrar las experiencias vitales convirtiéndolas en aprendizaje) que funciona las 24 horas del día. Ante situaciones especialmente amenazantes y por diversos motivos el cerebro no puede “digerir” dichas experiencias, generando todo tipo de síntomas. Con las Técnicas de procesamiento cerebral, que reproducen el funcionamiento del cerebro, ayudamos a éste a recuperar su capacidad sanadora y continuar con el trabajo que en su momento no pudo realizar.

Dirigido a psicólogos, terapeutas y estudiantes en formación. En general a cualquier profesional o estudiante de la relación de ayuda (asistentes sociales, enfermería, maestros, etc.) que quieran obtener una sencilla técnica - fácil de utilizar e integrar en sus diferentes disciplinas – y potente en sus resultados. También para toda persona interesada en conseguir una buena herramienta para su propio crecimiento personal.

### OBJETIVOS

Con esta formación obtendrás la capacitación para poder utilizar eficazmente EFT para ti y para otros.

Como profesional aprenderás a utilizar EFT y las Técnicas de procesamiento cerebral para todo tipo de síntomas, especialmente fobias, resolución de traumas y transformación de creencias limitantes. Podrás integrarlas fácilmente en tu práctica habitual.

## FORMACIÓN EN TÉCNICAS DE LIBERACIÓN EMOCIONAL EFT (TAPPING)

### PROGRAMA

La formación consta de 48 horas distribuidas en 3 módulos de 16 horas cada uno.

**Módulo I** - EFT. Aprendizaje de la técnica. Todo lo que necesitas saber para aplicarla en ti y a otros.  
***Está abierto a cualquier persona interesada y puede realizarse de manera independiente.***

**Módulo II** – Monográfico Trauma. Lo que necesitas saber sobre shock y trauma y su tratamiento. Para acceder a este módulo es necesario haber cursado el módulo I.

**Módulo III** – Creencias y Protocolo de trabajo completo EFT. Cómo se originan las creencias limitantes. Localización y transformación de creencias. Recursos avanzados con EFT. Protocolo completo de trabajo con EFT. Para acceder a este módulo es necesario haber cursado los módulos I y II.

## **MÓDULO I**

### **Qué es EFT**

1. Qué es eft
2. Cómo funciona
3. Modelo tradicional de psicología versus modelo psicoenergético
4. Para qué se puede utilizar EFT

### **EFT – La técnica**

1. Preparar el cuerpo
2. Receta EFT
3. Procedimiento paso a paso
4. Diferencia entre frase preparatoria y Afirmaciones
5. Reverso psicológico
6. El efecto de generalización
7. Concepto de beneficios compartidos

### **Cómo hacer tapping**

1. Por donde empezamos
2. Como han de ser las frases
3. Número de rondas
4. El concepto de los aspectos
5. Diferentes formas de hacer tapping
6. Tratando con la intensidad excesiva
7. La importancia de la persistencia
8. Y si no funciona

### **Previos para que EFT funcione**

1. El estrés general y las expectativas negativas  
Protocolo tapping: “Nunca me funcionada nada”  
Protocolo tapping: “Estoy estresado y agobiado”
2. La resistencia al cambio  
Protocolo tapping: “Ansiedad y miedo al cambio”

### **EFT aplicado a uno mismo**

1. Rapport a uno mismo
2. Proceso de Paz personal
3. El árbol tapping (Lindsay Kenny, experta EFT)  
Crea tu propio árbol
4. Sugerencias para utilizar tapping contigo mismo

### **EFT para el dolor y los problemas físicos**

1. El dolor y el diagnóstico  
Protocolo tapping: “tapping sobre el diagnóstico”
2. El dolor y las sensaciones físicas
3. El dolor y las emociones

### **Técnicas suaves para liberar el trauma**

1. Técnica de la película
2. Técnica de contar la historia

### **Tapping diferido**

### **Índice Niveles 2 y 3**

### **Bibliografía**

### **Anexo I – Ubicación puntos receta EFT**

### **Anexo II – El significado de los puntos**

## **MÓDULO II**

### **Repaso Nivel 1**

#### **Profundizando en la práctica 1**

Sobre la frase preparatoria y como llegar al asunto raíz

1. Diferentes maneras de exponer la frase preparatoria para vencer resistencias
2. Como construir frases efectivas

Barrido ocular

Más sobre el reverso psicológico

Y si no funciona

#### **Trauma. Aspectos teóricos**

1. Qué es shock y qué es trauma
2. Tipos de traumas
3. Diferencia entre trauma y síntoma
4. Causas del trauma
5. Síntomas y su orden de aparición
6. Respuestas básicas de supervivencia
7. Jerarquía de las estrategias de respuesta
8. Fases trauma y/o duelo

#### **Trauma y cerebro**

1. Sincronización hemisférica
2. El papel de la amígdala
3. Novedad y rutina
4. Activación hemisférica
5. La conexión respiración – cerebro. Ritmos nasales
6. Consolidación de la memoria
7. Plasticidad neuronal

#### **Tratamiento y liberación del trauma**

1. Tratamiento del trauma  
Protocolo Trauma
2. Tratamiento del síntoma  
Como acceder a la escena origen  
Protocolo síntoma
3. Técnicas complementarias  
Punto kárate  
Borrado del dolor  
Frontal / occipital  
Proceso gamut  
Puntos de liberación del campo visual  
Dialogo entre las partes

#### **Innovaciones de EFT**

1. Reimpronta Matricial

#### **Más puntos**

### **MÓDULO III**

#### **Repaso Nivel 2**

#### **Profundizando en la práctica 2**

Variantes de la técnica básica

1. Método Toque y Respire
2. Tapping gestual
3. Preguntando en la Frase Preparatoria

Reverso psicológico y creencias limitantes

1. Identificar y tratar las inversiones
  - Inversión masiva
  - Inversión profunda
  - Inversión específica
  - Inversiones vinculadas a criterios

#### **EFT y Creencias**

Qué son las creencias

1. Los objetos
  - Los valores
  - Equivalencia concreta
2. Los vínculos
3. Ideas fundamentales

Estructura de la experiencia y niveles lógicos

1. Los niveles lógicos

Cómo se originan las creencias

Localizar las creencias limitantes

1. A través de la estructura del lenguaje
2. Cuestionario de G. Braden

Transformar las creencias limitantes

1. Con lo que no funciona en tu vida
2. Con lo que quieres conseguir
3. Toma de conciencia de las creencias

Instalando la creencia potenciadora

#### **Innovaciones de EFT. Creando futuro**

1. Técnica de las Elecciones
2. Tapping Temporal
3. Creando un almacén de memorias positivas
4. Tapping futuro para conseguir lo que quieres

#### **Anexo I – Listado de creencias**

#### **Anexo II – Listado de valores**

#### **Anexo III – Test de autoidentificación de valores (S. Carrión)**

1. Como averiguar los valores que marcan tu vida
2. Ajustes de valores
3. Variante al modelo de S.A. Carrión

#### **Bibliografía**

## FORMACIÓN EN TÉCNICAS DE LIBERACIÓN EMOCIONAL EFT (TAPPING)

### METODOLOGÍA DE TRABAJO

Es una formación presencial.

Didáctico-vivencial.

El objetivo es que este curso sea lo más útil y práctico posible. Por ello, todas las exposiciones teóricas serán concisas y en un formato de minie xposiciones, dando prioridad a la experimentación.

Se realizarán prácticas entre los participantes para integrar lo que se va aprendiendo.

Se entrega material del curso.

### SISTEMA DE EVALUACIÓN

La evaluación se llevará a cabo en base a los siguientes criterios:

- Asistencia a las clases
- Participación e implicación

**Certificación:** Al finalizar la formación, se expedirá un Diploma de Formación en Técnicas de Liberación Emocional, avalado por el Institut Gestalt.

### CALENDARIO Y DURACIÓN

Fechas: 6, 7 y 8 de abril; 11, 12 y 13 de Mayo y 8, 9 y 10 de Junio 2018

Horario: Viernes de 18.00 a 22.00hs, sábado de 10.00 a 20.00 hs y domingo de 10.00 a 14.00 hs

*\*Importante*, el 8 de abril, primer domingo. En lugar de 10.00 a 14.00 hs, será de 16.00 a 20.00 hs

Se impartirán a lo largo del curso diferentes Mini talleres de EFT - Tapping, a los que puedes asistir GRATUITAMENTE para conocer y experimentar la técnica.

Horario: 19.00 a 21.00 hs

Fechas: 19 de septiembre, 14 de diciembre de 2017, 21 de marzo y 4 de junio de 2018.

## FORMACIÓN EN TÉCNICAS DE LIBERACIÓN EMOCIONAL EFT (TAPPING)

### DIRECCIÓN Y PROFESORADO



#### **Mercedes Bolívar**

Psicóloga colegiada número 8310.  
Terapeuta y formadora EFT.  
Terapeuta Gestalt.  
Kinesióloga.  
Máster en PNL.  
Postgrado en análisis y conducción de grupos clínicos.  
Formada en Terapia corporal Sistema Río abierto.  
Especializada en el tratamiento de shock y trauma.  
Miembro Didacta y Miembro Supervisor de la AETG.  
Psicoterapeuta reconocida por la FEAP.

### REQUISITOS DE ADMISIÓN

Se debe cumplimentar una ficha de inscripción y enviar una fotografía

### TITULACIÓN

Certificación: Al finalizar la formación, se expedirá un Diploma de Formación en Técnicas de Liberación Emocional, avalado por el Institut Gestalt.

### IMPORTE

530€

450€, Amics del IG

### INFORMACIÓN Y CONTACTO:

Esta formación se imparte en el Institut Gestalt de Barcelona: Calle Verdi nº 94.

Para información adicional sobre esta formación, contactar con:

corporal@institutgestalt.com

93 237 28 15

<http://www.institutgestalt.com>