



## CLINICAL EFT – TRAINING ECM DI PRIMO E SECONDO LIVELLO

AreaTrauma e MeP sono orgogliose di presentare per la prima volta in Italia il training di primo e secondo livello del curriculum Clinical EFT (<https://bit.ly/eftitalia>).

**Clinical EFT – Emotional Freedom Techniques** (o Clinical Tapping) è un insieme di tecniche *evidence-based* volte alla regolazione dell'attivazione somatica e uno strumento di diminuzione e trattamento dello stress, molto utile nel lavoro terapeutico, strutturato in un insieme di tecniche di rielaborazione degli eventi disturbanti.

Circa venti anni fa, Dawson Church, Peta Stapleton e collaboratori hanno sviluppato e valutato 48 tecniche di sviluppo della EFT originale e hanno iniziato a fare ricerca seguendo i criteri della comunità scientifica internazionale. Ad oggi i dati scientifici sono in crescita e discretamente solidi: ciò ci permette di integrare questo insieme di tecniche nel trattamento di sindromi legate ad ansia, depressione, manifestazioni post-traumatiche (PTSD) e somatizzazione.

I meccanismi di funzionamento sono molto probabilmente connessi alla capacità del Tapping di inviare stimoli calmanti/rilassanti all'amigdala (nostra centralina di regolazione dell'iper-arousal) nello stesso momento in cui viene attivata da un ricordo, da un'emozione disturbante o da una sensazione fisica intensa: il risultato è una drastica riduzione della componente mentale del dolore.

Come ormai è noto, la iper-attivazione dell'amigdala impedisce che l'informazione in arrivo da livelli inferiori del sistema nervoso venga elaborata dalla corteccia frontale, la zona del cervello che dà senso e significato alla nostra esperienza. Questo processo, detto anche "dirottamento", ci "vincola" alla medesima reazione di allarme del sistema simpatico, nel caso in cui veniamo in contatto con stimoli o situazioni "trigger", che attivano in noi re-azioni emotive automatiche. Disattivare la reazione di allarme al trigger, abbassando i livelli di cortisolo, permette l'elaborazione del ricordo nella corteccia frontale, permettendoci così di trovare risposte più funzionali, riducendo l'attivazione dei nostri meccanismi di re-azione automatica.

Clinical EFT è composto da un protocollo semplice fondato su:

- Esposizione graduale e prolungata agli stimoli disturbanti o emotivamente intensi;
- Dialogo interno, tramite la crescita di affermazioni e convinzioni che nutrono aspetti come libertà, consapevolezza, accettazione, compassione, cura, possibilità di scelta e *self care*;
- Stimolazione somatica specifica, effettuata dalla persona in autonomia, tramite la pressione ripetuta di punti nel corpo, derivati dalla Medicina Tradizionale Cinese.

Esiste un protocollo, strutturato e chiaro, per mettere in pratica i cosiddetti "round" di tapping. Clinical EFT, nei suoi aspetti elementari, è utilizzabile come strumento di *self-help*, poiché di facile applicazione autonoma. Intorno al protocollo (round) di base, noto come *Basic Recipe*, sono state integrate e verificate, mediante ricerche di efficacia, 48 ulteriori tecniche/protocolli.

Il training italiano viene proposto in accordo con il curriculum ufficiale internazionale di EFT Universe, il gruppo di riferimento fondato da Dawson Church: sono per il momento disponibili i primi due livelli di formazione e prossimamente verranno proposti anche gli altri step di formazione, fino al completamento della certificazione ufficiale di Practitioner.

**Ogni modulo formativo verrà accreditato per gli ECM.**

## **Livello 1 - 26 novembre 2022, in presenza, a Milano (8.30 – 18.00)**

Il Workshop Introduttivo – che corrisponde al Livello 1 della Formazione in Clinical EFT – permetterà ai partecipanti di iniziare ad esplorare questo interessante approccio psicoterapico body-centred, con la guida dei primi Practitioner Certificati con EFT Universe in Italia, Andrea Bassanini e Ingrid Gerrits.

La giornata verrà svolta attraverso modalità di Active Learning: alterneremo finestre teoriche con momenti esperienziali in piccoli gruppi per far “depositare nell’esperienza diretta” ciò che è stato ricevuto durante la parte di insegnamento frontale.

Programma del Workshop:

- Il contesto teorico
- I dati di efficacia presenti in letteratura
- Le tecniche di base

### **Quota di partecipazione:**

euro 250,00 + IVA se ci si iscrive anche al livello 2

euro 340,00 + IVA solo livello 1

**NB: chi ha frequentato il workshop del 28 maggio 2021 può accedere direttamente al secondo livello.**

## **Livello 2 – dal 10 al 12 febbraio 2023, in presenza, a Milano (8.30 – 18.00)**

Il corso di livello 2 in Clinical EFT si svolgerà in presenza e in 3 giornate, sotto la guida di Andrea Bassanini e Ingrid Gerrits, i primi Practitioner Certificati con EFT Universe in Italia. Permette di conoscere l’intera gamma di metodi Clinical EFT descritti nel manuale ufficiale di Clinical EFT, la cui traduzione italiana sarà disponibile in libreria a ottobre 2022 (SEU Editore).

Il corso è intensamente pratico, con oltre 8 ore di pratica supervisionata, dimostrazioni e feedback da parte dei docenti. Il workshop prevede 12 moduli (4 al giorno), ognuno dei quali si articola in modo sistematico sui precedenti.

Il corso inizierà con un’analisi dettagliata della genetica e della fisiologia dello stress. Mediante la fondamentale tecnica di Clinical EFT detta “del Film Silenzioso” vedremo come ridurre sistematicamente il dolore emotivo associato ai ricordi traumatici. Verrà insegnato anche come utilizzare Clinical EFT per problemi comuni come il desiderio di dipendenza, la dissociazione, le fobie, il dolore, la depressione e l’ansia, oltre a diverse modalità di testing per verificare l’efficacia dell’intervento di Clinical EFT.

Si passerà poi alle “Tecniche Trauma-Sensitive”, da utilizzare in caso di aspetti traumatici e inondazioni emotive, e verranno discusse strategie per affrontare i problemi sui quali terapie precedente hanno fallito, i problemi che i clienti ritengono impossibili da risolvere e per concludere una seduta quando il lavoro emozionale rimane incompiuto. Verrà discusso come le convinzioni di base si formano a causa di esperienze della prima infanzia e come modificarle sistematicamente con Clinical EFT.

### **Quota di partecipazione:**

euro 475,00 + IVA

Per ricevere il modulo di iscrizione e ulteriori informazioni occorre scrivere a: [info@areatrauma.eu](mailto:info@areatrauma.eu)