

[Download free pdf] Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété [eBook Android & iphone]

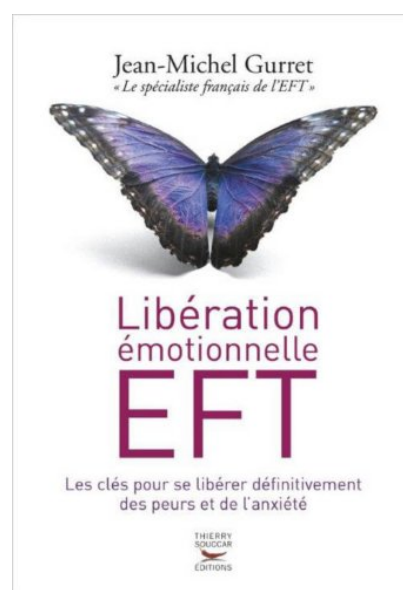
[Download free pdf] Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété by Par Jean-michel Gurret [eBook Android & iphone]

ch10i.Read and download **Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété** in PDF, EPub, Mobi, Kindle online. Free book *Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété* by Par Jean-michel Gurret

*Présentation de l'éditeur*Le spécialiste français de l'EFT vous livre ses secrets pour une pratique efficaceContre l'anxiété, les phobies, le stress, le trac et les douleurs physiques, l'EFT peut faire la différence et changer votre vie. Le principe de base est simple : des stimulations avec le bout des doigts sur des points spécifiques du corps, tout en maintenant votre attention sur ce qui vous dérange (émotion difficile, douleur, souvenir désagréable, etc.).Mais pour en tirer toute la puissance et obtenir des résultats durables, mieux vaut être guidé par un vrai spécialiste. Jean-Michel Gurret met ici toute son expérience à votre service. Il vous livre véritablement les clés de l'EFT, vous installe aux commandes pour que cette technique marche vraiment pour vous. Vous saurez comment :- préparer efficacement vos séances- vaincre les résistances- accélérer les résultats grâce aux recadrages- désactiver les souvenirs perturbateurs- trouver de nouvelles ressources quand vous êtes dans l'impasseBonusDes cas concrets et de multiples exemples qui vous permettront de mieux analyser votre problème et de le traiter plus efficacement.Biographie de l'auteurJean-Michel Gurret est thérapeute, praticien et formateur en EFT (Emotional Freedom Techniques). Il est le premier Français à être certifié par l'association américaine ACEP pour sa maîtrise de cette pratique. Il a largement contribué à faire connaître l'EFT en France et en Haïti en accompagnant des milliers de patients. Il préside l'Institut Français de Psychologie Énergétique Clinique. Il est l'auteur de *Maigrir et rester mince avec l'EFT* et a traduit et adapté *L'EFT pour les Nuls*.

Par Jean-michel Gurret

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



 Download

 Read Online

Détails sur le produit Rang parmi les ventes : #44424 dans LivresPublié le: 2013-11-21Sorti le: 2013-11-

Commentaires clients Commentaires clients les plus utiles 0 internautes sur 1 ont trouvé ce commentaire utile. le contenu est très questionnant Par Bellazaza L'auteur présente, de manière pratique, une thérapie comportementale, à utiliser de manière autonome. Mais le niveau est très faible, la lecture en est agaçante. Il n'y a aucune base théorique. De plus, nous n'avons aucune assurance que cette thérapie (probablement efficace sur le moment) ne soit pas délétère sur le plan psychique et/ou somatique sur le long terme, surtout si cette méthode est utilisée sans l'aide d'un psy. Bref, j'ai regretté mon achat ! 13 internautes sur 15 ont trouvé ce commentaire utile. Un livre clair sur l'eft Par ppersephone Bon livre d'initiation à la technique qui fait le tour du sujet. Livre clair et bien expliqué qui rendra bien des services. Je le recommande. A garder à portée 19 internautes sur 20 ont trouvé ce commentaire utile. Excellent ! Par Bardetis Daniel Enfin un livre qui donne une structure, le déroulement précis d'une séance, les questions à poser, les ressources à utiliser de façon claire, à la fois simple et pratique, donne les bases fondamentales de l'EFT, on y trouve aussi la grande ronde comprenant les doigts, seul regret : on n'y trouve pas les 3 points supplémentaires de Michael Gandy (qui pourtant dans certains cas, sont un plus !) Excellent !! voilà ce que vous allez y trouver :
SOMMAIRE PRÉFACE INTRODUCTION AVERTISSEMENT PARTIE 1 COMMENCEZ SANS ATTENDRE Kit de démarrage rapide Les points stimulés Le gage de l'efficacité : un protocole précis PARTIE 2 UNE MÉTHODE EN 7 ÉTAPES Déterminez votre problème avec précision Retrouvez les racines du passé Traitez les différents aspects les uns après les autres Ciblez les blocages qui empêchent les changements Traitez les déclencheurs du présent Supprimez les appréhensions du futur Testez vos résultats PARTIE 3 BOOSTEZ VOTRE PRATIQUE Jugulez le stress Faites appel au positif Reconsidérez votre problème grâce aux recadrages Désactivez les souvenirs perturbateurs Quand ça ne marche pas, installez des ressources La méthode EFT en bref Pour aller plus loin Pratiquez efficacement grâce à la procédure de paix personnelle L'EFT au quotidien TRANSFORMEZ VOTRE VIE ! POSTFACE ANNEXE : CORRESPONDANCE PSYCHOLOGIQUE DES POINTS MÉRIDIENS

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété EBOOK
Best books to read download Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété
Free pdf downloads ebooks Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété pdf reader
Free mp3 books on tape download Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété in English PDB ePub
Free book downloads torrents Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété PDB PDF FB2
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété ebook deals
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété ebook kindle
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété ebook creator
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété E-BOOK Online
Free computer books download Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété PDF
English books for download Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété English version
Free e-book download Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété in English
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété PDF Online
Text books download pdf Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété PDB PDF FB2
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété Ebook PDF

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété PDF Download
Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété pdf document
Ebook download gratis Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de
l'anxiété in English PDB ePub

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété ebook library
Download books in french Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et
de l'anxiété in English

Top amazon book downloads Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs
et de l'anxiété in English PDB ePub

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété EPUB
Ebook kindle format download Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des
peurs et de l'anxiété

Free download books isbn Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et
de l'anxiété.

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété pdf

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété ebook

Libération émotionnelle EFT. Les clés pour se libérer définitivement des peurs et de l'anxiété EBOOK
EPUB KINDLE PDF