

# **EFT, Tapping et Psychologie énergétique**

Guérir du passé, des émotions négatives  
ou de traumatismes par l'EFT – TAT – TFT...



Brigitte Hansoul est directrice de l'Institut de Formation à la Psychothérapie THERAPEUTIA, formatrice certifiée en Psychologie Énergétique (EFT, TAT et REMAP), membre de l'ACEP (Association for Comprehensive Energy Psychology, USA), fondatrice de l'APEC (Association francophone de Psychologie Énergétique Clinique) et superviseur. Elle est psychologue clinicienne, ingénieur civil physicien, psychanalyste, psychothérapeute spécialisée en thérapies brèves et en psycho-traumatologie, et praticienne certifiée de nombreuses autres méthodes thérapeutiques (EMDR, hypnose, Tipi,...).



Yves Wauthier-Freyman est codirecteur de l'Institut de Formation à la Psychothérapie THERAPEUTIA, vice-président de l'APEC (Association francophone de Psychologie Énergétique Clinique) et représentant en Belgique de l'ACEP (Association for Comprehensive Energy Psychology, USA), formateur certifié en Psychologie Énergétique (EFT, TAT, REMAP), maître Reiki traditionnel et superviseur. Il est également psychothérapeute spécialisé en thérapies brèves et psycho-traumatologie, et praticien de nombreuses autres méthodes thérapeutiques (hypnose, PNL, Tipi, ...).

### Avertissement

Ces textes sont présentés comme une information dont l'exécution ou l'utilisation reste sous l'entière responsabilité et compétence du lecteur. Ni l'auteur, ni l'éditeur n'assument une quelconque responsabilité au sujet des techniques et méthodes exposées dans cet ouvrage.

Les conseils rapportés ici ne peuvent en aucun cas remplacer un avis médical avisé.

ISBN : 978-2-7033-0820-1

© Éditions Dangles, 2010

Une marque du groupe éditorial Piktos,  
Z.I. de Bogues – rue Gutenberg – 31750 Escalquens  
Bureau parisien : 6, rue Régis – 75006 Paris

**[www.piktos.fr](http://www.piktos.fr)**

Tous droits de traduction, de reproduction et d'adaptation  
réservés pour tous pays.

**Brigitte Hansoul**

Psychologue – Psychanalyste – Psychothérapeute  
Directeur de Thérapeutia : Institut de formation  
à la Psychothérapie

**Yves Wauthier-Freyman**

Psychothérapeute – Hypnothérapeute  
Directeur de Thérapeutia

# **EFT, Tapping et Psychologie énergétique**

Guérir du passé, des émotions négatives  
ou de traumatismes par l'EFT – TAT – TFT...

En quoi et comment les neurosciences associées aux  
approches extrême-orientales en psychothérapie  
peuvent rapidement vous libérer dans votre quotidien...

Un ouvrage paru sous la direction de Cécile Carru

**Dangles**  
ÉDITIONS 

## Préface de Dawson Church, PhD

Dans le présent livre, un des premiers sur la psychologie énergétique à être publié en français, les thérapeutes pionniers que sont Brigitte Hansoul et Yves Wauthier présentent les concepts clés derrière ce remarquable nouveau champ de thérapie. La psychologie énergétique s'est rapidement développée ces deux dernières décennies, avec une estimation de près de six millions de personnes familiarisées avec notamment la plus populaire de ces méthodes, l'EFT (Emotional Freedom Techniques – Technique de Libération Émotionnelle). Bien que peu pratiquée dans les hôpitaux et cliniques de santé mentale, la psychologie énergétique s'est répandue un peu partout et doit son succès à un seul facteur : elle donne des résultats !

La psychologie énergétique est capable de résoudre les traumatismes émotionnels dans des délais très brefs. La plupart des phobies et allergies disparaissent en une seule séance. Mes propres recherches avec des vétérans de guerre souffrant du complexe syndrome de stress post-traumatique (SSPT) indiquent qu'après à peine six séances, leurs symptômes diminuent de façon spectaculaire. Ces changements ne sont pas transitoires ; les chercheurs ont suivi ces vétérans sur des périodes allant jusqu'à deux ans et ont trouvé qu'une fois les traumatismes émotionnels résolus avec l'EFT, ils ne réapparaissent plus. Ces résultats dépassent tellement les améliorations obtenues par les « thérapies par la parole » plus conventionnelles qu'elles sont incompréhensibles pour la plupart des personnes formées en psychothérapie. J'ai récemment témoigné devant un comité du Congrès américain à Washington, et pendant que j'expliquais les résultats que nous avons obtenus, les professionnels de la santé mentale des autres secteurs du gouvernement me regardaient avec une expression ébahie. Il n'y avait pas de place dans leur cadre conceptuel pour une disparition en six séances de thérapie d'un syndrome de stress post-traumatique

complexe. Et pourtant ces résultats sont courants avec les types d'intervention de psychologie énergétique tels que décrits dans ce livre.

Les traumatismes émotionnels sont rapidement résolus. Un coup de feu pendant la guerre ou un cri de parents au cours d'une dispute peuvent être encodés dans le cerveau en une nanoseconde. Étant donné que les êtres humains sont des systèmes holistiques, les souvenirs semblent aussi prendre racine dans les muscles et dans les champs d'énergie électromagnétique du corps. Si un trauma peut être encodé rapidement, pourquoi devrait-il prendre des années de thérapie pour être enlevé ? Pourquoi les médicaments sont-ils si souvent prescrits pour couvrir les symptômes ? La psychologie énergétique remet en cause ces hypothèses, et en incluant une stimulation somatique combinée avec des techniques déjà plus reconnues comme les thérapies cognitivo-comportementales et les techniques d'exposition, elle est souvent capable de supprimer une empreinte traumatique aussi vite que celle-ci s'est constituée.

Dans ce livre, les auteurs mettent l'accent sur la nature protectrice des dysfonctionnements comportementaux. Quand nous étions enfants, sans ressource confrontés à des expériences menaçantes, notre meilleure solution a pu être de nous dissocier, de les nier ou de les réprimer. Ce genre de comportement a été utile pour y faire face, nous permettant de continuer à fonctionner. Mais à quel coût ? Une fois adulte, l'addiction se présente. Ces émotions niées ou réprimées peuvent réapparaître sous forme d'addictions, d'allergies, de maladies ou symptômes de santé mentale. Pourtant, une fois qu'on a appris les outils de la psychologie énergétique, nous ne vivons plus dans la peur des monstres cachés dans la cave de notre inconscient. Nous découvrons des outils qui peuvent rapidement libérer ces traumatismes enterrés, et nous commençons à guérir. Après quelques expériences fructueuses, nous pouvons nous atteler à nettoyer toute la cave, en nous attaquant systématiquement à toutes nos expériences traumatiques de l'enfance et de la vie adulte, et libérer l'intensité

émotionnelle de chacune d'elles. Cela nous conduit à la libération émotionnelle de notre créativité, notre spiritualité et notre capacité à aimer.

Les auteurs décrivent aussi habilement les réponses conditionnées et la possibilité de les « déconditionner ». La psychologie énergétique est capable de s'occuper de comportements qui ont été renforcés des milliers de fois et de leurs réponses conditionnées, et d'interrompre ces schémas. Une des étonnantes découvertes de la recherche à propos de la psychologie énergétique est qu'une fois que la boucle de réponse conditionnée est coupée, elle le reste souvent dans la durée. Le corps n'associe plus une mémoire traumatique avec une réponse de stress, et nous pouvons repenser aux expériences négatives sans tomber dans un état d'intense réaction émotionnelle. De cette manière, les thérapies brèves en psychologie énergétique induisent un « déconditionnement », arrêtant les réponses conditionnées de la vie qui nous piègent dans nos vieilles croyances, comportements et styles de vie.

Bien que la recherche derrière la psychologie énergétique soit impressionnante, et que les idées soient fascinantes, rien ne vaut l'expérience. Si vous essayez la psychologie énergétique rien qu'une seule fois, vous aurez probablement une bonne idée de la rapidité de ses effets. Je présente l'EFT à des centaines de psychologues, médecins, infirmiers et autres cliniciens chaque année, et ils sont étonnés de voir que cela résout la douleur, les compulsions, les traumas de longue date, ce qu'aucune de leurs formations n'a jamais pu atteindre.

Une seule expérience vaut des milliers de mots. Vous avez avec Brigitte Hansoul et Yves Wauthier d'excellents guides dans le monde de la psychologie énergétique. Ils apportent une somme de pratiques cliniques et personnelles à cette présentation. En tant que cofondateurs d'un centre de consultations à Bruxelles, ils ont traité des centaines de clients avec ces méthodes. Leur connaissance est à la fois large et profonde. Ils ont lu, et parfois traduit, la littérature principale en cette matière. Ils ont été en relation avec les nombreux

cliniciens et chercheurs qui ont développé les méthodes de psychologie énergétique dans d'autres pays, et sont certifiés dans différents outils de psychologie énergétique. Par-dessus tout, ils pratiquent ce qu'ils prêchent, appliquant les techniques de psychologie énergétique dans leur propre vie avec pour résultat un mariage, une famille et une communauté rayonnants. Vous allez aimer vous joindre à eux pour ce voyage de découverte et guérison, et j'espère que vous trouverez un bonheur et une libération émotionnelle au-delà de ce que vous pouviez imaginer.

Dawson Church, PhD  
Auteur du best-seller «The Genie in Your Genes»  
(Le Génie dans vos gènes)  
[www.EFTUniverse.com](http://www.EFTUniverse.com)  
[www.therapeutia.com](http://www.therapeutia.com)

## Préface de Yves Wauthier-Freymann

« Soyez votre propre lampe, votre île, votre refuge.  
Ne voyez pas de refuge hors de vous-même. » (BOUDDHA)

L'Energy Psychology fait partie de la famille des techniques psychothérapeutiques qui cherchent à rétablir l'équilibre entre le corps et l'esprit en travaillant directement sur les perturbations énergétiques du champ humain. Ces dérèglements sont provoqués par des pensées, des événements, des sensations physiques, un environnement non respectueux de notre harmonie. Ce courant regroupe des techniques agissant sur le psychisme par l'intermédiaire du champ énergétique corporel (méridiens, chakras, biochamp).

L'Energy Psychology est particulièrement indiquée pour traiter les traumatismes, les croyances négatives ou bloquantes et les bénéfices secondaires, les phobies, les troubles d'anxiété, etc.

Cette discipline de la psychothérapie moderne reprend l'expérience de soins en santé mentale issus des médecines traditionnelles orientales et des apports occidentaux en matière d'analyse de notre fonctionnement interne.

Il existe une organisation internationale anglophone qui regroupe les praticiens en Energy Psychology – il s'agit de l'ACEP ([www.energypsych.org](http://www.energypsych.org)) – et une organisation francophone, qui repose sur une approche clinique de ces outils, l'Association francophone pour la Psychologie énergétique clinique (APEC) ([www.energypsy.eu](http://www.energypsy.eu) et [www.apec.me](http://www.apec.me)).



Article 1 des statuts (extraits) de l'APEC, association sans but lucratif

L'association porte la dénomination sociale suivante : Association de Psychologie énergétique clinique (APEC), asbl...

L'association privilégiera toutes les formations ou informations sur les thèmes de santé reprenant tout particulièrement le développement de la Psychologie énergétique (Energy Psychology), le développement personnel et le secteur du bien-être en général.

Son but est notamment d'assurer une certification de compétences professionnelles en Energy Psychology auprès des thérapeutes francophones, de tenir un listing international de thérapeutes certifiés et un site web ([www.energypsy.eu](http://www.energypsy.eu)), ainsi que de garantir l'effectivité des compétences cliniques par l'organisation d'une formation continue.

L'ACEP, quant à elle, a pour vocation de mieux faire connaître le champ d'action de ces outils particulièrement respectueux du patient, tout en développant les recherches et les publications qui démontrent les sources scientifiques de leur efficacité.

Pour le monde francophone, l'APEC a choisi de mettre l'accent sur des formations professionnelles cliniques afin d'en faciliter l'accès pratique et théorique aux professionnels de la santé. Elle effectue également un travail important de traduction de textes fondateurs ou regroupe les traductions de cas réalisées par certains professionnels. Elle cherche également à faire venir des « ténors » de cette branche thérapeutique dans le monde francophone, afin de nous apporter du savoir-faire et des connaissances de pointe.

L'Energy Psychology s'adresse à ce que l'Orient appelle communément la « matrice vibratoire » (ou énergie vitale, appelée aussi « Ki », « Chi », ou « Prana »), tout autant qu'à notre inconscient. Ce type d'outils se révèlent souvent très rapides. En effet, le cerveau humain semble neurologiquement câblé de telle sorte que de telles

stimulations font purement et simplement cicatriser les blessures psychiques. (cf. David Feinstein, Fred P. Gallo, Bruce H. Lipton\*.)

L'ensemble des thérapies dites « neurologiques » regroupe les thérapies énergétiques (EFT, TFT, TAT...) et les thérapies par mouvements des yeux (telles que l'EMDR, l'EMO...) ou par stimulations bilatérales des hémisphères cérébraux. L'avantage des thérapies énergétiques vient de l'activation du champ énergétique du problème à résoudre qui ne demande pas nécessairement de repasser par le champ émotionnel. Le fait de devoir rentrer dans les émotions d'un trauma peut être retraumatisant, même temporairement, alors que se focaliser sur le blocage énergétique du problème se révèle beaucoup plus écologique quant au respect du vécu du patient et, a fortiori, beaucoup plus respectueux de son histoire. Il paraît aussi être bien plus rapide.

Diverses études vous seront présentées dans cet ouvrage, ou bien des liens qui vous permettront d'approfondir votre recherche personnelle si vous le souhaitez. (<http://www.emofree.com/ArticlesCat.aspx?id=22#menu6>) et [www.eftuniverse.com](http://www.eftuniverse.com)

Ces sites et ces associations sont là pour vous aider à mieux percevoir et assimiler en quoi ces outils vous permettent de mieux autonomiser le patient tout en accentuant et accélérant le traitement des problèmes ciblés.

N'hésitez pas à nous contacter et nous nous ferons une joie de vous guider ou de vous aider.

Pour l'APEC,

Yves Wauthier-Freyman, psychothérapeute, *Diplomat of Comprehensive Energy Psychology*, secrétaire général de l'Association francophone de Psychologie Énergétique Clinique (APEC).

★ David Feinstein Ph D, auteur de *The Promises of Energy Psychology*, de *Energy Psychology Interactive*, et coauteur de *Energy Medicine* (avec Dona Eden), est à l'origine de plusieurs recherches importantes dans ce domaine.

Fred P. Gallo Ph D est l'auteur de nombreux ouvrages dont *Energy Psychology in Psychotherapy*, *Energy Diagnostic and Treatment Methods*, etc.

Bruce H. Lipton Ph D est l'auteur de *La Biologie des croyances*, ouvrage de référence sur les fondements scientifiques de l'*Energy Psychology* et de l'*Energy medicine* avec Dawson Church Ph D, auteur de *The Genie in Your Genes*, autre ouvrage de référence.

## Avant-propos

Pourquoi et comment les neurosciences et les approches extrême-orientales de la psychothérapie peuvent rapidement vous libérer dans votre quotidien...

Voici l'objectif de ce livre :

Amener dans votre quotidien quelques outils qui vous permettront de vous libérer, comme ils nous l'ont permis, de toutes ces pensées, croyances, tracas ou traumatismes conscients ou inconscients qui nous polluent et nous empêchent d'être à cent pour cent dans le moment présent... Vous faire comprendre à quel moment ce merveilleux outil qu'est notre corps (et notre cerveau) nous trahit alors qu'il pense nous défendre...

Nous partagerons avec vous quelques pages qui survoleront ce champ relativement neuf dans l'espace francophone, puisqu'il nous est arrivé à la fin des années 1990.

De l'EMDR aux psychothérapies énergétiques telles que l'Emotional Freedom Techniques (EFT), la Tapas Acupressure Technique (TAT), la Thought Field Therapy, la Meridian Tapping Therapy (MTT), le REMAP, la Whee, le Zensight, le BSFF, Z point, etc., nous tenterons de vous débroussailler ce chemin qui nous a demandé d'aller nous former aux USA pour tenter d'y obtenir des informations plus cliniques.

De tout temps, ce rapprochement entre l'Orient et l'Occident a dépassé le simple fantasme... Nous avons, au cours des siècles, été véritablement fascinés par l'Asie et ses richesses. Ces richesses ont d'abord été exprimées au travers de l'importation de produits tels que la soie, le papier, la poudre noire, etc.

Parallèlement à cela, des philosophies telles que le bouddhisme ou d'autres approches méditatives ou exercices de respiration, d'activation du Ki, chi, prana ont pris le relais. Puis ce fut la vague informatique et les microprocessus et, depuis une trentaine d'années, les sciences humaines (la médecine et la psychologie en particulier) ont commencé à intégrer les connaissances venues d'Asie.

Des millénaires d'observation, qui ont abouti notamment à l'établissement de cartes des méridiens, à la cartographie des humeurs et des déséquilibres de l'humeur s'intègrent peu à peu à notre pratique occidentale.

L'hypnose, l'acupuncture, et maintenant la stimulation de points d'acupression permettent un travail non invasif ou très respectueux de l'être en souffrance.

Le Tapping (le tapotement ou stimulation) est en voie de révolutionner notre quotidien...

Des centaines de milliers d'individus s'y intéressent ou le pratiquent déjà tous les jours...

Rien que la newsletter de Gary Craig – fondateur de l'EFT – rassemble plus de 400 000 personnes.

Des missions humanitaires commencent à s'organiser parce que, contrairement à d'autres missions plus traditionnelles « occidentalement parlant », ces outils se transmettent aisément et rapidement.

Rien que dans l'aide humanitaire ou le traitement des stress post-traumatiques de guerre, les études démontrent des modifications rapides et des guérisons très rapidement obtenues, même sur des traumatismes vieux et ancrés depuis plus de quarante ans.

Bref, il s'agit réellement de l'émergence d'une nouvelle hygiène de vie, hygiène mentale véritablement libératoire. Dans mon quotidien, mon cabinet voit ces traumatismes se régler rapidement et écologiquement, en général en quelques séances. Cela peut varier d'une à cinq, dix, parfois quinze séances, mais rarement plus, à moins qu'il ne s'agisse de traumatismes complexes ou de troubles de l'attachement, par exemple.

Plus spécifiquement, ces traumas demanderont d'installer, parallèlement à leur désensibilisation, des ressources positives afin de bien stabiliser le demandeur.

Depuis plusieurs années, nous pouvons donc observer au sein de la société une augmentation claire de l'intérêt général sur tout ce qui touche au bien-être, au développement personnel, à la recherche d'une meilleure compréhension et surtout gestion de soi et de ses émotions. À tel point que le mot même, *bien-être*, semble être galvaudé...

Est-ce une réaction à la déshumanisation croissante de notre société ? Est-ce une simple recherche d'un nouvel équilibre entre une vie professionnelle de plus en plus exigeante et une vie qui conserve le sens de l'humain ? Vie trop souvent axée uniquement sur le profit au détriment des valeurs humanistes... Est-ce la résultante d'une division de plus en plus importante entre une population nantie et une population paupérisée ? Ou sont-ce ces valeurs qui ne peuvent amener que cette division sociale ?

Quoi qu'il en soit, si nous portons notre attention sur les différents phénomènes qui ont accompagné ces changements sociaux radicaux au sein de notre société, nous observons l'émergence d'un nouveau type de soins de santé mentale. À côté des voies plus traditionnelles comme la psychanalyse ou les thérapies cognitivo-comportementales, ont été mises au service de l'humain des écoles de thérapies brèves. Ces thérapies se sont davantage penchées sur la résolution des problèmes que sur leur compréhension. Cela et les récentes découvertes en neurosciences, l'engouement pour l'Asie nous a permis de faire de très fortes avancées en terme d'accompagnement, de soins de santé mentale, de réappropriation de soi...

Même pour de lourds traumas, la résolution est rapide... sans devoir suivre, comme par le passé, de longues années d'analyse, ou risquer une retraumatisation sous le principe que « parler » d'un problème, « c'est se permettre de l'évacuer » !

L'ensemble de nos connaissances actuelles nous autorise maintenant à comprendre que si parler est important, il s'agit surtout de reconnaître, de laisser la place aux parts de soi en souffrance qui ont parfois seulement le besoin d'être entendues... À côté de ces aspects, nous avons pu comprendre que la stimulation de certains points particuliers sur le corps – ou placer une intention qui orientera tout notre système de défense vers une guérison ou une autorégulation – permet non seulement d'éviter une retraumatisation, mais également de déconditionner ce processus de survie qui, dans le cas des traumatismes, peut provoquer un effet inverse de celui pour lequel il a été programmé. Cette inversion peut nous maintenir dans un état de dépendance (affective, médicamenteuse, etc.), alors que notre faculté de « rebondir », cette résilience devient la prison même qui nous empêche d'affronter, de dépasser, d'intégrer nos peurs, nos « échecs », nos expériences de vie. De processus de survie, il est devenu univers carcéral...

Les thérapies brèves, et particulièrement les thérapies énergétiques issues du courant de la Psychologie énergétique rendent à l'humain son autonomie, sa capacité de choix, sa joie de vivre... rapidement, très rapidement...

Les recherches commencent à être publiées et les témoignages laissent sans voix...

Nous sommes persuadés que nous assistons à un changement radical du paysage de la santé mentale et, au-delà de celui-ci, à l'expansion probable d'une nouvelle hygiène de vie.

Ces outils sont tellement simples qu'ils permettent à quiconque de les utiliser pour leur bien-être, pour se remotiver (coaching professionnel et *life coaching*), ou pour traiter les petites et grandes blessures de vie...

J'espère que ce livre vous donnera une vision à la fois générale et précise de ce que vous pouvez faire de ces connaissances...

Bon voyage et belle découverte à vous...

# Table des matières

<b>Préface de Dawson Church, PhD</b>	9
<b>Préface de Yves Wauthier-Freyman</b>	13
<b>Avant-propos</b>	17
<b>Introduction à la psychologie neurologique et énergétique</b>	21
<b>I. La Psychologie énergétique</b>	25
A. Présentation de la Psychologie énergétique	25
B. Études	28
1. Energy Psychology : Method, Theory, Evidence	28
2. Évolution du scan du cerveau durant quatre semaines de traitement d'un trouble d'anxiété généralisé (GAD – Generalized Anxiety Disorder)	29
C. Fondements neurologiques de l'EP	32
D. Champs d'action de l'EP	40
E. La place de la recherche médicale épigénétique	41



<b>II. La médecine épigénétique</b>	59
<b>III. Le TM : test musculaire</b>	77
A. Principe	77
B. En pratique	77
C. Autres versions du test	78
<b>IV. La DN : désorganisation neurologique</b>	79
A. Définition	79
1. L'organisation neurologique	79
2. La désorganisation neurologique	80
<b>V. L'inversion psychologique</b>	83
A. IPM : inversion psychologique massive	83
1. Diagnostic	83
2. Correction IPM	84
3. Étude sur l'inversion psychologique massive (IPM) chez les femmes	84
B. IPm : Inversion psychologique mini ou spécifique	84
1. Diagnostic	84
2. Correction	84

## **VI. La libération d'une croyance dysfonctionnelle et l'installation d'une croyance désirée** 91

## **VII. Les techniques de Psychologie énergétique** 96

<b>A. Thought Field Therapy - TFT de Roger Callaghan</b>	<b>95</b>
<b>B. EFT (Emotionnal Freedom Techniques de Gary Craig)</b>	<b>103</b>
1. L'EFT : vers une thérapie de l'énergie...	103
2. L'EFT. Un traitement né de l'école humaniste	104
3. Et avec ça, l'EFT ?	105
4. Recherches et exemple d'applications de l'EFT dans votre quotidien	106
5. Points d'acupuncture	108
6. Emplacement des points	108
7. Les points utilisés en EFT : correspondances psychologiques	109
8. Le SUD : échelle d'évaluation	115
9. Rappel : La logique de la recherche des cibles	115
10. La séquence de tapotements de l'EFT	119
11. Le setup – la correction de l'inversion	120
12. Les étapes du traitement complet	121
13. Réalisation du dessin par Guita Roy et Thibault Pluvinage <u><a href="http://tibo3d.com">tibo3d.com</a></u>	123
14. L'effet du traitement	123
15. Recadrages	123
16. Problèmes physiques	124
17. Le traitement par procuration	124
18. L'Emprunt des Bénéfices	124
19. Gommage des oppositions inconscientes	126

20. Palace des possibilités	126
21. La méthode : « Et si »	127
22. La méthode du choix de Patricia Carrington	131
23. EFT et procrastination (selon les travaux de Gloria Arenson)	133
<b>C. TAT (Tapas Acupressure Technique de Tapas Fleming)</b>	150
<b>D. REMAP et Quick REMAP (Steve Reed)</b>	169
<b>E. Zensight (Carol Ann Rowland, Ph D)</b>	175
<b>F. BSFF - Be Set Free Fast de Larry Nims, Ph D</b>	183
<b>G. WHEE Wholistic Hybrid dérivé de l'EMDR et de l'EFT (Daniel J. Benor, MD psychiatre, ABHM)</b>	197
<b>H. PET (Dr David Lake et Steve Wells)</b>	206
<b>I. « Z-Point Process – ZPP » de Grant Connolly (Traduit par Sophie Merle)</b>	220
<b>J. EF &amp; H. (Emotional Freedom &amp; Healing) – Richard ROSS (traduction Sophie Merle)</b>	223
<b>K. The Eight Step Process (ESP) - La Méthode des Huit Poses de Fred Gallo, Ph D (traduit par Sophie Merle)</b>	225
 <b>VIII. Bibliographie et recherches</b>	 229
 <b>IX. Annexes</b>	 235
 <b>X. Références</b>	 289