



Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin

Jean-Michel Gurret

Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin Jean-Michel Gurret

 [Télécharger Mieux vivre avec l'EFT \(Techniques de libéra ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mieux vivre avec l'EFT \(Techniques de libé ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin Jean-Michel Gurrett

208 pages

Présentation de l'éditeur

STRESS, DOULEURS CHRONIQUES, ADDICTIONS, PHOBIES... UNE SOLUTION SIMPLE ET EFFICACE !

Et si le stress ou le manque de confiance en soi pouvaient disparaître sans « psy » ni thérapie à rallonge ? Grâce à l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), vous pouvez apprendre à votre esprit à réagir d'une façon positive aux éléments perturbants de votre quotidien.

Découvrez ainsi dans ce livre :

- En quoi l'EFT est un remède malin à vos douleurs, blocages psychologiques, phobies...
- Comment pratiquer concrètement : les phrases à dire selon les cas et les points précis à stimuler.
- Les multiples occasions de s'en servir au quotidien : au bureau, sous la douche, dans les transports...

Inclus avec le livre : 10 vidéos de démonstration pour bien visualiser les mouvements adaptés à chaque cas.

Biographie de l'auteur

Fondateur et président de l'Institut français de psychologie énergétique clinique (IFPEC), la première école française de formation à l'EFT, Jean-Michel Gurrett est inscrit au registre des psychothérapeutes. Il est également l'auteur de plusieurs livres, conférencier et formateur certifié en EFT.

Formé à la psychopathologie au sein de l'AFTCC (Association française des thérapies cognitivo-comportementales), il est l'un des rares formateurs à pratiquer l'EFT au sein d'une institution psychiatrique en plus de sa pratique en cabinet.

Il est le premier Français à être certifié par l'ACEP (Association américaine de psychologie énergétique) pour sa maîtrise de cette pratique. Il contribue largement au développement de cette technique en France et dans le monde, notamment en Haïti au cours de missions humanitaires bénévoles, en accompagnant des milliers de patients et de stagiaires.

Retrouvez son actualité sur www.gurrett.fr.

Download and Read Online Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin Jean-Michel Gurrett #957I3R8A1QP

Lire Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret pour ebook en ligne Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret à lire en ligne. Online Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret ebook Téléchargement PDF Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret Doc Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret Mobipocket Mieux vivre avec l'EFT (Techniques de libération émotionnelle), c'est malin par Jean-Michel Gurret EPub
957I3R8A1QP957I3R8A1QP957I3R8A1QP