



**Joëlle Maurel**, Docteur en Sciences de l'éducation ; psychothérapeute, formée aux approches psychanalytiques, à la psychogénéalogie, aux constellations familiales, à l'EFT, l'EMDR, aux techniques psychocorporelles, au massage, à la relaxation et au Reiki ; spécialiste des états modifiés de la conscience, du rêve éveillé et de l'analyse des rêves ; diplômée de l'Institut de Psychologie Transpersonnelle à Paris ; professeur de yoga diplômé de l'Ecole Internationale de Yoga Traditionnel, professeur de Qi Gong diplômé de l'Institut Traditionnel d'Enseignement du Qi Gong. Auteur du livre « S'autoriser à Cheminer vers soi, Aurobindo, Jung, Krishnamurti », Editions Trédaniel, de « l'expérience noétique », dans l'ouvrage collectif « connaissance de soi, Editions Altess, du crayon égaré, Editions Edite-moi et de nombreux articles psycho-spirituels.

## Dans quels cas utiliser l'EFT ?

- les émotions négatives
- la boulimie
- la réduction et l'élimination de la douleur
- fixer et atteindre des objectifs
- le tabagisme
- la toxicomanie
- l'abus d'alcool
- les allergies
- les accès d'angoisse ou de panique
- la colère
- la manie et les obsessions
- les problèmes de concentration
- la dépression et le chagrin persistant
- la culpabilité
- l'insomnie
- la jalousie
- les souvenirs négatifs
- les cauchemars
- la maîtrise de la douleur
- le stress post-traumatique
- l'image de soi, la confiance en soi
- les problèmes sexuels
- la honte
- les souvenirs traumatisants