

ئی اف تی

ئی. اف. تی. رهائی از احساسهای منفی، ترک عاداتهای بد، بهبود دردها و بیماریهای روان
تی و ارتقاء توانمندیهای ذهنی و جسمی

نویسنده بخش ترجمه شده: رامونا ب واگنر (آلمانی)

مؤلف و مترجم: عباسعلی فتحعلی



سرشناسه	واگنر، رامونا B. Wagner, Ramona B.
عنوان و نام پدیدآور	ئی. اف. تی: رهائی از احساسات منفی، ترک عادت‌های بد، بهبود دردها و بیماری‌های روان‌تنی و ارتقاء توانمندیهای ذهنی و جسمی / نویسنده بخش ترجمه راموناب واگنر (آلمانی)؛ مولف و مترجم عباسعلی فتحعلی.
مشخصات نشر	تهران: شنایا، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	۱۰۳ ص.: مصور؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۸۳۲۴-۰۰-۵
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: E.F.T. Emotional freedom technique.
یادداشت	کتاب حاضر نخستین بار با عنوان «آزاد شدن از احساسات منفی (ئی اف تی)» با ترجمه عباسعلی فتحعلی توسط انتشارات کاکتوس در سال ۱۳۹۲ منتشر شده است.
عنوان دیگر	رهائی از احساسات منفی، ترک عادت‌های بد، بهبود دردها و بیماری‌های روان‌تنی و ارتقاء توانمندیهای ذهنی و جسمی.
عنوان دیگر	آزاد شدن از احساسات منفی (ئی اف تی).
موضوع	ئی. اف. تی.
شناسه افزوده	Emotional Freedom Techniques
رده بندی کنگره	فتحعلی، عباسعلی، ۱۳۲۳ - مترجم
رده بندی دیویی	RC۲۸۹
شماره کتابشناسی ملی	۶۱۶/۸۹۱۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی	۹۵۸۱۸۸۲
	فیا

ئی اف تی

راموناب واگنر

مولف و مترجم: عباسعلی فتحعلی

چاپ: اول ۱۴۰۳

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۳۲۴-۰۰-۵

قیمت: ۱۲۰.۰۰۰

انتشارات: شنایا

تلفن: ۰۹۱۲۴۹۸۴۹۷۹



فهرست

تالیف شده

- کتاب های دیگر..... ۷
- ۱-آموزشهای نی . اف . تی ۱۷
- ۲- تقدیم و سپاس..... ۲۰
- ۳- مقدمه ۲۱
- ۴- تروما..... ۲۲
- ۵- پیشینه نی.اف.تی..... ۲۶
- ۶- تاریخچه ۲۸
- ۷- مناقشات نی.اف.تی..... ۳۰
- ۸- آسیب شناسی نی.اف.تی..... ۳۱
- ۹- نظریات و فرایندهای درمان در نی.اف.تی..... ۳۳
- اثربخشی نی.اف.تی..... ۳۴
- ۱۰- نی.اف.تی. و ساختار آن ۳۴
- ۱۱- آگاهی دادن و ارتباط با مراجع ۳۶
- ۱۲ تشابه نی.اف.تی. و چند روش درمانی..... ۳۷
- ۴- احساسات منفی از دیدگاه نی.اف.تی..... ۳۷
- ۵- دامنه کاربرد نی . اف . تی ۳۸

ترجمه شده

- ۶- مراحل انجام نی.اف.تی..... ۴۳
- ۱-۶- پذیرفتن..... ۴۳
- ۲-۶- انتخاب موضوع..... ۴۳
- ۳-۶- سنجش شدت مشکل..... ۴۳

۴۴.....	۴-۶- تصحیح.....
۴۵.....	۵-۶- تدوین جملات.....
۴۸.....	۶-۶- ضربه زدن های نی. اف. تی. و بیان جملات.....
۵۲.....	۶-۷- تصاویر نقاط نی. اف. تی.....
۵۵.....	۶-۸- نه مرحله گاموت.....
۵۷.....	۷- جمع بندی.....
۵۹.....	۸- چنانچه عمل نکرده باشد.....
۵۹.....	۸-۱- وارونگی روانی.....
۶۱.....	۸-۲- انرژی های سمی.....
۶۳.....	۸-۳- موارد جانی.....
۶۵.....	۸-۴- تکنیک فیلم.....
۶۶.....	۸-۵- زمانی که شدت موضوع کم نمیشود.....
۶۹.....	۹- نمونه هایی از نی. اف. تی. های انجام شده.....
۶۹.....	۹-۱- نمونه ای از احساس های منفی.....
۷۱.....	۹-۲- دردها.....
۷۲.....	۹-۳- اعتیاد به شکلات شیرینی و.....
۷۳.....	۹-۴- مراحل ترک عادت های بد.....
۷۴.....	۹-۵- چک کردن خود.....
۷۴.....	۹-۵-۱- لیست منفی ها.....
۷۵.....	۹-۵-۲- تدوین جمله ها.....
۷۸.....	۹-۵-۳- سوال های جادونی.....
۷۸.....	۹-۵-۴- دستابی به یک شغل جدید.....
۸۱.....	۹-۵-۵- منابع.....
۸۲.....	۹-۵-۶- طرح آینده.....
۸۳.....	۱۰- نمونه های انجام شده.....

- ۱۰- ۱- ترس زیاد..... ۸۳
- ۱۰ - ۲- یبوست..... ۸۴
- ۱۰- ۳- موانع یاد گیری..... ۸۶
- ۱۰- ۴- ترس از مصاحبه..... ۸۷
- ۱۱- نگاهی کلی..... ۸۹
- ۱۲- توجه..... ۹۱

تالیف شده:

- ۱۳- فویا..... ۹۳
- ۱۳- ۱- نی اف تی و فویا..... ۹۳
- ۱۳- ۲- آگورا فویا: ترس از اماکن عمومی..... ۹۴
- ۱۳- ۳- سوشیال فویا: چیزی ماورای خجالتی بودن..... ۹۵
- ۱۳- ۴- کلاسترو فویا: ترس از فضاهای تنگ..... ۹۷
- ۱۳- ۸- تمرین درمان فویا..... ۹۸
- ۱۳- ۹- برخی از فویاهای مورد توجه جهت تمرین..... ۹۹
- پایان..... ۱۰۳

کتاب‌هایی دیگر

از همین نویسنده، مولف و مترجم

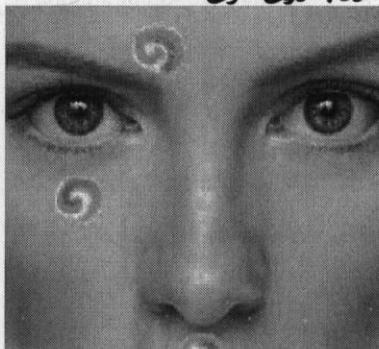
- ۱- نی.اف.تی. و رفع احساس‌های منفی: درمان دردهای روان‌تنی، ترک عادت‌های ناپسند. درمان فوری، ایجاد انگیزه، ارتقاء توانمندی‌هاو.....
- ۲- نی.اف.تی. و درمان دیابت: بدون دارد و بدون بستری
- ۳- نی.اف.تی. و لاعری باجاقی: بدون دارد و بدون بستری بدون جرای
- ۴- نی.اف.تی. و ترک سیگار بدون دارو و بدون بستر
- ۵- نی.اف.تی. و ازخستگی و فرسودگی تا اشک‌افانی مجدد.
- ۶- نی.اف.تی. و قانون عکس‌العمل
- ۷- نی.اف.تی. و قدرت جاذبه برای موفقیت و خوشبختی
- ۸- نی.اف.تی. و ایجاد انگیزه و موفقیت.
- ۹- نی.اف.تی. و ایجاد رابطه صمیمانه
- ۱۰- نی.اف.تی. و چه میدانم‌های خوشبختی

نئی. اف. تی.

Emotional Freedom Technique

درمان دیابت

بدون دارو بدون بلعین ستری



چگونه میتوانیم با "نئی. اف. تی." دیابت را درمان کنیم؟

نویسنده متن فارسی سودابه بوکانی و مترجم متن انگلیسی عباسعلی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی Evelyn Laye

به طور تصادفی آقای یتر فرولیش با "نئی. اف. تی." آشنا شد و دیابت ملیتوس خود را درمان نمود و بزودی توانست داروهای خود را کم کند و به تدریج آن را قطع نماید. زمانی که به پزشک خود این مطلب را اطلاع داد او باور نکرد. او میگفت باید مربوط به رژیم غذایی و ورزش باشد. ولی مدت زیادی بود که پیتر فرولیش آنها را رعایت نمیکرد.

در حال حاضر او غذای معمولی میل میکند و زندگی مناسبی نیز دارد و با این وجود میزان قند خون او مناسب میباشد. شرکت بیمه او هنوز ایشان را به عنوان بیمار دیابتی می شناسد و میگوید دیابت درمان شدنی نیست.

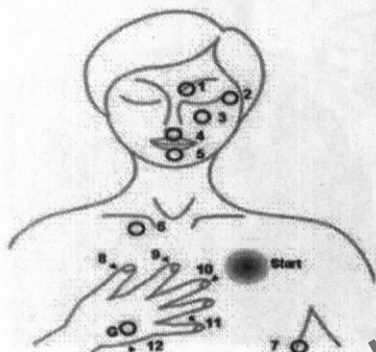
نئی. اف. تی.

Emotional Freedom Technique

ترک سیگار

بدون بستری شدن

بدون دارو



چگونه میتوان با "نئی. اف. تی." سیگار را برای همیشه ترک کنیم؟

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی: علی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی: Evelyne Laye

شما میخواهید سیگار را ترک کنید؟

شاید بارها تلاش کردید ولی نتیجه‌ای نگرفته‌اید و دوباره شروع کرده‌اید!

ترک سیگار به نظر شما کار دشواری می‌آید. این موضوع بسیار ساده خواهد شد چنانچه شما اعتیاد درونی - ذهنی "خود را به سیگار رها کنید. این یک نیروی اعتیادی است که در روان و جسم شما وجود دارد. یک روش همه جانبه و بسیار ساده، امکانی را اکنون برای شما فراهم می‌کند که بتوانید اعتیاد به سیگار را ترک کنید. این روش "نئی. اف. تی." می‌باشد. همه می‌توانند "نئی. اف. تی." را بیاموزند و از آن استفاده کنند.

این کتاب به شما نشان می‌دهد که چگونه قدم به قدم با

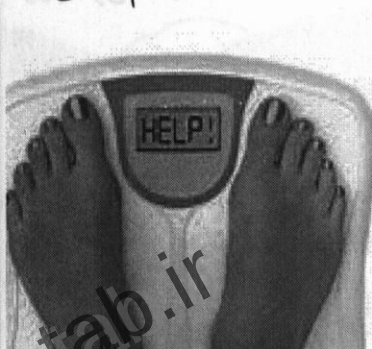
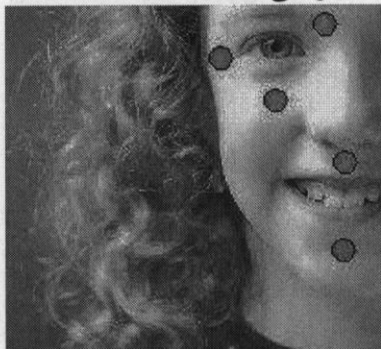
"نئی. اف. تی." سریع، مطمئن و برای همیشه سیگار را ترک کنید.

نی. اف. تی.

Emotional Freedom Technique

لاغری یا چاقی

بدون رژیم غذایی بدون جراحی بدون دارو



چگونه میتوانیم با نی. اف. تی. لاغر شویم و آنرا حفظ کنیم.

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی Evelyn Laye

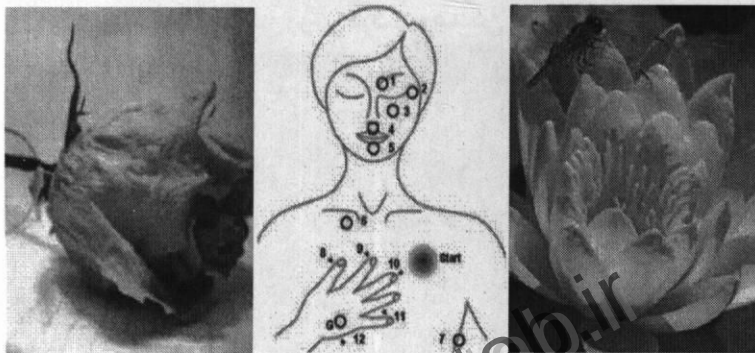
رژیم غذایی اغلب برای یک مدت کوتاه موفقیت آمیز میباشد به این علت این کتاب واقعا از جانی شروع میکنند که چاقی شروع میشود. از برنامه های درونی و ذهنی که تخریب رفتارهای تغذیه ای ما را فرمان میدهد، شروع میکنند.

در روش لاغری با نی. اف. تی. نیازی به شناخت قوانین تغذیه نمیشود. زمانیکه شما برنامه های ذهنی، مسدودیهای جریان انرژی و وارونگی روانی را با "نی. اف. تی." رفع میکنید، تغذیه شما به صورت سالم در میآید و اضافه وزن شما هم رفع میگردد و همیشه اندامی متناسب، وزن ایده آل، و در نتیجه فعالیت اجتماعی موفق، روابط انسانی و عاطفی زیبا، آرامش زیاد، اعتماد به نفس و عزت نفس بالا و.... خواهید داشت.

نی.اف.تی.

Emotional Freedom Technique

از خستگی و فرسودگی تا شکوفایی



با نی.اف.تی. چگونه

از خستگی و فرسودگی به شکوفایی برسیم

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی Michaela Bartosch

از "خستگی ها تا فرسودگی ها" مشکل تثبیت شده عصر حاضر است.

سیر نزولی سریع توان و انرژی، موجودیت را مورد تهدید قرار میدهد

و چنانچه سرکوب شود، بیشتر تشدید میگردد.

فقط باید درمان گردند

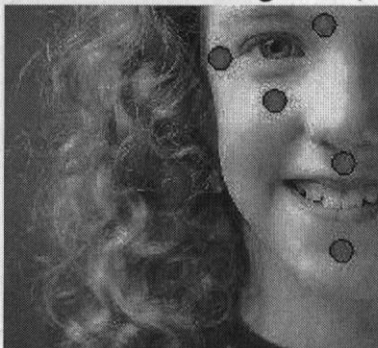
علتها: شرایط زندگی مخصوصا محیط کار به عنوان تشدید کننده فشارهای باورهای ما میباشد که به درون ما رسوخ کرده است و به تدریج آشکار میگردد. این عوامل مانند احساس گناه، مثلا: من به اندازه کافی مفید نبوده ام و موارد مشابه میباشد. اولین انتخاب برای رهاشدن از این برنامه های ذهنی مخرب، "نی.اف.تی." خواهد بود، چون بسیار ساده آموخته شود و از آن به راحتی بهره گرفت. این کتاب به صورت قدمهای بسیار ساده نشان میدهد چگونه از این احساسها، خستگی ها و فرسودگی ها خلاص شویم و برای همیشه انرژی دائمی و شادابی زندگی را بدست آوریم.

ئی. اف. تی.

Emotional Freedom Technique

وقانون عکس العمل

دوروش مرکب وهمگن



چگونه میتوانیم با "ئی. اف. تی." دوروش

عکس العمل، زندگی موفق داشته باشیم

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسندگان متن آلمانی Luise Kranawetter & Brigitte Beermann

"ئی. اف. تی." و "قانون عکس العمل"

دوروش درمانی مرکب و بسیار کارآمدی می باشند

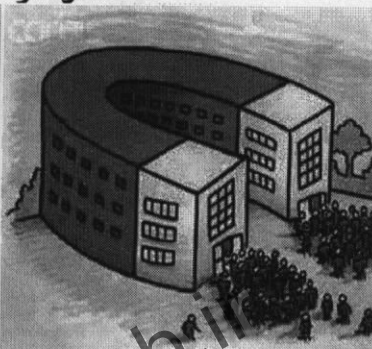
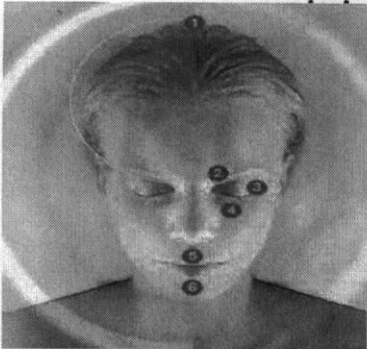
این روش را میتوانیم همان گونه که درمانگر اعمال میکند و موثر می افتد، خود نیز انجام دهیم و تاثیر گذار باشد. در هر دو مورد نتیجه ای شکفت انگیز خواهیم داشت.

هر دوروش توانمندی و تاثیر شگفتی دارند و هر کدام در کنار دیگری، تاثیر خود و آن دیگری را چندان میکند. هر زمان که یکی میدرخشد، به دیگری کمک میکند و این رابطه تنگاتنگ استثنائی، قدرت عظیمی را ایجاد میکند.

نی.اف.تی.

Emotional Freedom Technique

و قدرت جاذبه



چگونه میتوانیم با "نی.اف.تی."

قدرت جاذبه را با موفقیت به طرف خود آوریم و از آن بهره گیری نماییم؟

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی Ulrich Groesse

قانون جاذبه

از هزاران سال پیش پی برده شده بود که فکر به واقعیت میرسد.

فکر که ساطع شود، ماده را جذب میکند. اما چرا این آگاهی را تمام انسانها تجربه نکردند؟ در قانون جاذبه به آن چیزی که میخواهیم داشته باشیم باید فکر کنیم. اما چرا این موضوع با شکست مواجه میشود. چون فکر مازندگی خصوصی ما را هدایت میکند. افکار ناخواسته به صورت ناگاهانه به ما خطور میکنند و مانع میشوند آنطور که میخواهیم در آرامش قرار بگیریم و آزاد با افکار خود خواسته و ناخواسته با افکار تحمیلی زندگی کنیم. این افکار مخرب از کجا میآیند؟ چگونه میتوانیم از آنها رها شویم؟ چگونه میتوانیم افکار مان را شفاف و با قدرت کنیم که به نتیجه مورد نظر برسیم

به این سوال، روش بسیار ساده جهان شمول شده که انسانها در دنیا از آن بهره میبرند، جواب میدهد.

"نی.اف.تی." روش آزاد شدن از احساسات منفی میباشد که ان را در این کتاب می آموزید و

از آن از نیروی جاذبه به خوبی بهره می برید.

نئی. اف. تی.

Emotional Freedom Technique

چه میدانم های خوشبختی



چگونه میتوانیم بل. تی. اف. تی. "یک زندگی خوشبخت بسازیم
نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسندگان متن آلمانی Esteve Wells & Dr. Davide Lake

نئی. اف. تی. یارهایی از احساسات منفی و دردها به انرژی های محبوس شده در جسم و روان
می پردازد. برای رها کردن انرژی های محبوس شده باید انسان به موضوعی که در رابطه با آن
احساس منفی یا درد دارد، فکر کند و جملات "نئی. اف. تی." را در آن رابطه بیان نماید و نقاط
مخصوص "نئی. اف. تی." را به طور ملایم ضربه بزند.

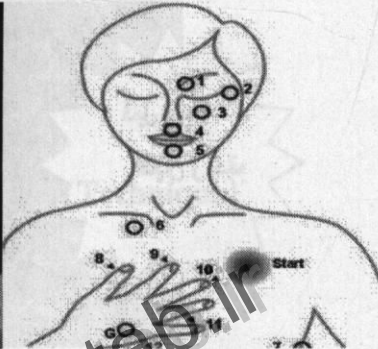
"نئی. اف. تی." کننده میتواند از مشکلات احساسات منفی و مشکلات جسمی یا دردهائی که
منشاء روانی دارند در زمان کوتاهی رها شود.

"نئی. اف. تی." دردها، اندوه ها، ترس ها، مشکلات کهنه روانی، فوبی ها، ضعفهای روانی و
موارد مشابه را در بر می گیرد.

ئی. اف. تی.

Emotional Freedom Technique

ئی. اف. تی. = انگیزه و موفقیت



چگونه میتوانیم با ای. اف. تی. "انگیزه ایجاد کنیم و به موفقیت برسیم.

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی Evelyn Laye

ئی. اف. تی. روش ایجاد انگیزه برای رسیدن

به باورها، اهداف و.....

در این کتاب می آموزید چگونه از احساسات مخرب گذشته ها که در روان و جسم مادر گردش میباشند، رها شویم و فضای بیشتر و مناسب تری برای ایجاد انگیزه فراهم نماییم و شیوه زندگی مورد نظر خود را پیدا کنیم.

"ئی. اف. تی. "را میتوان به سادگی آموخت و بکار برد و در زمانی اندک به شکوفایی مورد نظر دست پیدا میکنیم و آرزوهای خود را به واقعیت خواهیم رسانیم.

نئی.اف.تی.

Emotional Freedom Technique

وایجاد رابط صمیمانه بین خانمها و آقای



چگونه میتوانیم با نئی.اف.تی.

یک زندگی "صمیمانه" بسازیم

نویسنده متن فارسی و مترجم متن آلمانی عباسعلی فتحعلی.

نویسنده متن آلمانی Dr. Davide Lake

این کتاب برای آقایانی نوشته شده که احساس خوشبختی نمیکنند به عبارت دیگر متوجه نیستند که اغلب، خانمها هستند که روابط خانوادگی را ایجاد و نگهداری میکنند. در این رابطه آنها به مردی نیاز دارند که توانائی آنها را از دیدگاه خود آنها درک کند. چنانچه پیوند آنها به پایان رسیده باشد، دوستی به اتمام میرسد و خوشبختی قلبی نیز به آخر خواهد رسید. برای از بین بردن چنین روابطی "نئی.اف.تی." اولین انتخاب میباشد.

این کتاب نازک بین و با صداقت است و همچنین شاد، عملی و واقع بین میباشد. شما میتوانید با "نئی.اف.تی." بدون تئوریهای موجود به خواسته ها و نظرات خود برسید و واقعا نتیجه خواهید گرفت..

آموزش های نی.اف.تی

برگزاری کارگاه

نی. اف. تی

.E.F.T

(Emotional Freedom Technique)

کارگاه رهانی از:

احساسات منفی، ترک عادت های بد،

بهبود دردها و بیماری های روان تنی،

ایجاد انگیزه و ارتقاء توانمندی های ذهنی و جسمی

در این کارگاه می آموزیم چگونه در زمان بسیار کوتاه مشکلات و اختلالات احساسی و جسمی خود را رفع کنیم.

می آموزیم چگونه توانمندی فراگیری و حافظه را افزایش دهیم.

رهایی از روابط خانوادگی و اجتماعی آزار دهنده، ایجاد رابطه ی صمیمی، سالم و موفق

رهانی از خاطره ی ناخوشایند آزار دهنده.

تغییر نگرش نسبت به افرادی که دیدن آنها ناراحت کننده است.

رهایی از موضوعاتی که ترس آفرین است مانند آینده، فقر، عدم امنیت، بیماری،

جدایی، عدم امنیت شغلی و.....

رهانی از فوبیا (ترسهای بیمارگونه) مانند هم چون: وحشت از ارتفاع،
ترس از حیوانات، ترس از سوار شدن به هواپیما ترس از حضور در جمع یا سخنرانی و.....

بدون غرقه سازی و دارو

دردها: رهانی از تمامی دردهائی که منشاء روانی دارند

ناراحتی های جسمی که به صورت بیماری های روان تنی نمایان میشود.

ایجاد انگیزه افزایش توانمندیهای ذهنی و جسمی خود

دوره عمومی نئی.اف.تی. یکروزه و

دوره های تخصصی: لاغری با نئی.اف.تی. بدون رژیم غذایی بدون دارد و بدون جراحی

، ترک سیگار با نئی.اف.تی. بدون دارو و بستری، درمان دیابت با نئی.اف.تی. بدون دارو و بستری

و....

۱- دوره مقدماتی

در این کارگاه با: چگونگی بوجود آمدن، ویژگیها و نقاط نئی.اف.تی.، چگونگی انجام آن.
شناخت پیداکی کتیم و تدوین استعاره ها، ایجاد انگیزه، برطرف کردن احساسهای و افکار منفی
و بهبود دردهای روان تنی و... به صورت تئوری و عملی آموزش داده میشود.

۲- دوره پیشرفته

در این دوره به موضوع های اختصاصی چون: چگونگی ترک سیگار یا اعتیادهای نامناسب دیگر
؛ لاغری یا چاقی بدون رژیم غذایی و دارو، چگونگی شکوفا کردن مجدد خود، چگونگی ایجاد

رابطه سالم و صمیمانه در خانواده و چگونگی درمان برخی از بیماریها مثل دیابت و..... پرداخته می شود.

۳- دوره درمانگری

آموزش ویژگیهای اختلالات عمده روانی، چگونگی ایجاد حس اعتماد سالم و مورد پذیرش قرار گرفتن، شناخت از زبان بدن و رفتارهای مراجع، چگونگی گفتن با مراجع، چگونگی انجام نی.اف.تی. بهره گیری از

روشهای مشابه و..... مورد توجه میباشد

۴- دوره مدرسی

شبهه های درست تدوین، شناخت شخصیت های فراگیران. چگونگی انجام تمرین های تئوری و عملی مطالب دوره های قبل با فراگیران و.....

پدید آورندگان و کارورزان "نی.اف.تی." به علت ماهه بودن این روش بیشتر از سایر نظام های روان درمانی راحت تر آموزش میدهند و در زمینه های فاجعه و بلایا بسیار سریع میتوانند درمان را بدون نیاز به هیچ وسیله و مکانی خاص به انجام برسانند. هزاران درمانگر "نی.اف.تی." از طریق برنامه سازمان امداد و آتش نشانی، بهزیستی، بنیاد شهید و جانبازان، سازمانهای درمانی و انستیتوهای خصوصی در جامعه فعال شوند و به سلامت جسم و درمان کمک فراوانی را ایجاد نمایند و به دیگران آموزش بدهند. در سرتاسر جهان برای کمک به قربانیان جنگ های داخلی (مانند منطقه بالکان، ایرلند شمالی)، بلایای طبیعی (مانند گردبادهای لوئیزیانا، سونامی آسیا)، و آسیب های منطقه ای (مانند بمباران مرکز تجارت جهانی، کشتار سان سالوادور) و برای چنین مواردی استفاده شود..

تقدیم و سپاسی ناقابل

به کسی که گفت:

بیریم اسمته بیم و بیم (بالحجه زیبای گرگانی)

با این سخن در دبستان فردوسی گرگان ثبت نامم کرد

مادرما

یادت را همیشه گرامی میدارم

و به او که همیشه یار و مشوق مطالعه اینجانب بوده

مهر عزیزم

سودابه بوکانی

و با تشکر فراوان از آقای دکتر رضا عمرانی پرزیدنت آکادمی بین المللی ان. ال. پی. آلمان در

ایران که این کتاب را به اینجانب اهدا نمودند.

امید است با ترجمه و نشر آن سپاسگذار ایشان و نویسنده این کتاب باشم.

مقدمه

روند پذیرش برخی از روش‌های درمان

در دهه های گذشته شیوه های درمانی مختلفی که برخی از آنها سابقه چندین هزار ساله داشته اند ولی مورد قبول علم جدید نبودند ، در شیوه های درمانی علوم جدید مورد تأیید قرار گرفته اند و از آنها در درمان بهره گیری می شود . از جمله این شیوه ها طب سوزنی که سالیان دراز در علوم پزشکی غربی مورد تأیید نبود ، اکنون پزشکان غربی برای دریافت تخصص در کشورهای آسیائی دوره های تخصصی علمی را میگذرانند . در زمینه یوگا که سالهای متمادی مورد تأیید نبوده حال نتایج اثر بخشی آن جهانشمول شده و مورد تأیید روانشناسان شرقی و غربی نیز قرار گرفته است . از موارد دیگر طب همیوپاتی است که در علم پزشکی با گذراندن تخصص مجوز علمی درمان به متخصصین داده می‌شود.

در روان شناسی نوین نیز در دهه های اخیر چنین مواردی در کشورهای پیشرفته علمی بوجود آمده و مورد تأیید قرار گرفته و استفاده می گردد و مکانهای درمانی رسمی با مجوز سازمانهای دولتی و نظامهای پزشکی و روان شناسی مشغول به کار بوده و در برخی از کشورهای دیگر به طور پراکنده با و بدون مجوز با این شیوه ها اقدام به درمان می شود ولی در بسیاری از کشورهای دیگر هنوز در برابر پذیرش این شیوه های نوین مؤثر درمانی روان شناسانه که مورد تأیید علم نوین در کشورهای پیشرفته میباشد و میتواند در سلامت جسم و روان و ایجاد جامعه ای سالم نقش اساسی داشته باشد ، مقاومت وجود دارد . مسلماً هرچه زمان مقاومت با این شیوه ها و کشف های جدید طولانی تر شود ، تعادل و ارتقاء سلامت روان و جسم نیز به تأخیر خواهد افتاد که خدمتی به سلامت جسم و روان انسانها نخواهد بود .

در این رابطه در اوایل دهه هشتاد میلادی در آمریکا آقای راجر کالاهان روان پزشک ، روان درمان ، متخصص طب سوزنی و کینزیولوژ ، طی اتفاقی نادر کشفی برای او به وقوع پیوست که تکامل آن بعد از توسعه به تی. اف. تی. یا روش آزاد شدن از احساسهای آزار دهنده انجامید . (به پیشینه تی. اف. تی. در همین بابان نامه مراجعه فرمائید) . اکنون این کشف در کشورهای پیشرفته علمی ، مورد استفاده درمانی بیماران قرار میگیرد.