



FORMATION EFT 1

« Emotional Freedom Techniques »

MON EFT EN 3 RONDES

MODALITÉS

Formation en présentiel avec possibilité de retranscription en live distanciel.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- ◆ Savoir expérimenter et mettre en pratique la méthode EFT
- ◆ Savoir accompagner les émotions de vos clients liées aux difficultés de vie rencontrées
- ◆ Comprendre le mode fonctionnement des individus fonction et de l'impact de leur expérience vécue

DURÉE

3 Jours, soit 21H de formation.

PUBLIC VISÉ

Cette formation vise un public de soignants, thérapeutes de tout ordre, des enseignants, des coachs, ou des personnes en reconversion professionnelle dans l'accompagnement de la personne.

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Cours théorique
- Manipulation et pratique de la technique EFT
- Utilisation d'une pédagogie participative en favorisant les ateliers de groupe pour s'exercer et s'imprégner de l'outil
- Des slides ainsi que des supports documentaires seront transmis aux participants.

MOYENS D'ENCADREMENT

La formatrice **Agnès Pauper**, a pratiqué la médecine traditionnelle chinoise, la sophrologie ainsi que l'aromathérapie. Thérapeute depuis plus de 20 ans, elle se spécialise à la méthode EFT en 2008 pour aujourd'hui venir la transmettre à toutes les personnes désireuses de comprendre ses bienfaits.

EVALUATIONS

- QCM Final de validation des acquis de connaissance théorique en fin de formation
- Evaluation qualitative de la formation

DÉLAI D'ACCÈS

1 mois.

ACCESSIBILITÉ

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. ET & Associates se tiennent disponibles pour répondre aux problématiques éventuelles.

PROGRAMME DÉTAILLÉ EFT NIVEAU 1

JOUR 1

I / LES PROCESSUS DE BASE DE L'EFT :

- ◆ Introduction des bienfaits de l'EFT
- ◆ Historique

II / FONCTIONNEMENT DE L'EFT

- A. Des points et des mots
- B. Pourquoi ça fonctionne ?
- C. Sur quoi ça fonctionne ?

III / LES ÉMOTIONS ET LEURS FONCTIONS

- A. Présentation des émotions
- B. Lien entre EFT et les émotions

IV/ EFT EN 3 RONDES

- A. Comment faire une ronde ?
- B. Le squelette de la ronde.
- C. Exercices pratiques

JOUR 2

V / LA PEUR

- A. Notions théoriques
- B. Mon EFT en 3 rondes pour la peur
- C. Exercices pratiques sur la peur

VI / LA COLÈRE

- A. La spécificité de la colère
- B. Mon EFT en 3 rondes pour la colère
- C. Exercices pratiques

JOUR 3

VII / LA TRISTESSE

- A. La définir et l'enrayer
- B. L'EFT pour la tristesse
- C. Exercices pratiques sur la tristesse

VIII / MENER UNE SÉANCE D'EFT

- A. Anamnèse
- B. Déroulé pratique : Comment démarrer et finaliser

EVALUATION DES ACQUIS : QCM