

Informations EFT

Après une formation de 11 jours, et une pratique personnelle, vous serez en mesure pratiquer l'EFT en tant que praticien, exclusivement ou en complément d'une autre technique (ex : kinésiologie, hypnose, psychothérapie, ...).

Cette formation s'inscrit dans le module de formation PEC (Psycho Énergétique Emotionnelle).

Prérequis :

Aucun

Durée de la formation et tarifs :

L'ensemble des 4 modules de la formation Praticien EFT se déroulera sur 11 jours.

Le prix total de la formation est de 1210 €

Certificat :

Un certificat de Praticien EFT sera délivré

Pour en savoir plus sur le contenu de la formation EFT

EFT : Emotional Freedom Techniques ou Technique de Libération Émotionnelle

L'EFT est une technique de libération de stress émotionnel. Très simple et ouverte à tous, elle est basée sur le principe fondamental suivant : "La cause des émotions/pensées ou croyances négatives est une perturbation du système énergétique du corps". Par une action de tapotement sur des points d'acupuncture alors que l'on s'exprime sur le problème à traiter, s'exerce un rééquilibrage énergétique qui libère le « nœud » émotionnel.

Cette formation vous permettra de travailler individuellement mais également en groupe.

L'EFT permet de...

- Travailler sur les phobies, les peurs, les dépendances, les angoisses et certaines douleurs chroniques (maux de tête, nausées...).
- Se libérer des pensées/croyances ou émotions négatives qui freinent la réussite et le succès.
- Travailler sur un traumatisme émotionnel ou une blessure.
- Vaincre le stress et les addictions (alimentaires, comportementales...).
- Se libérer de tout ce qui encombre les pensées et limite l'évolution vers le mieux-être.

Les protocoles d'E.F.T allient...

- La digitopuncture
- L'expression verbale de son ressenti de mal-être ou de douleur
- Les mouvements oculaires.

Au cours de ce cursus vous apprendrez à ...

- Cibler progressivement les blocages
- Evaluer l'intensité du stress émotionnel ou de la douleur
- Adapter la technique en fonction de l'évolution de votre ressenti
- Utiliser l'EFT pour tous types de blocages émotionnels ou physiques.

Programme :

- L'histoire de l'EFT, La méthode,
- Le processus de paix de Gary Graig, L'anamnèse,
- Les émotions primaires, Les croyances,
- Des protocoles pour la douleur physique et émotionnelle,
- D'autres thèmes comme l'inconscient et le fonctionnement cérébral seront également abordés.
- Les blessures de l'enfance et les étapes de la guérison,
- La pyramide de Maslow,
- Les dépendances en EFT
- Les phobies en EFT
- Le Deuil
- Divers protocoles (Ho'oponopono, Emotrans...)
- Le TAT
- La pratique EFT avec les enfants
- La psychologie positive en EFT
- La pratique en groupe

Nous aborderons également la place du praticien.