

# EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE

**Public:** Professionnel médical, paramédical ou de santé.

**Durée:** 3 journées (24 heures)

**Tarif organisme financeur:**

300€ TTC / jour / personne

1 500€ TTC / jour / groupe de 10 salariés venant du même établissement

**Tarif financement particulier:**

220€/jour /personne

**Modalités d'évaluations:** mise en situation, questionnaire de satisfaction

**Méthodes mobilisées:** Présentiel, PDF téléchargeable, Théorie et pratique

**Programme de formation:**

- Jour 1:
- Définition et présentation des fondements de l'EFT
- Notions de base de psychologie sur les émotions, le stress, la psychosomatique et les croyances
- Découverte du protocole de base de l'EFT
- Mise en pratique : animation d'une séance en groupe par la formatrice
- Mise en pratique : EFT et respiration
- Limites et précaution d'usage de l'EFT

**Objectif pédagogique:**

- Être capable de pratiquer l'EFT sur soi-même
- Être capable d'animer une séance d'EFT dans le cadre de consultation
- Comprendre les fondements de la méthode
- Connaître les limites du praticien EFT

**Prérequis:**

- Professionnels du bien-être
- Avoir une expérience ou compétence dans l'accompagnement des personnes (consultation individuelle ou animation de groupes)

• Jour 2:

- Posture du praticien EFT
- Faire sa paix personnelle
- Approfondissement du protocole EFT
- Mise en pratique : entraînement en séance individuelle entre stagiaires
- Débriefing en groupe
- Variantes du protocole EFT
- Mise en pratique : animation d'une séance de groupe par les stagiaires

• Jour 3:

- Exemples de situations pratiques en consultations EFT : douleurs, phobies, compulsions alimentaires, performances, les enfant
- Si l'EFT ne fonctionne pas
- Mise en situation professionnelle avec un client - évaluation
- Evaluation