



## Formation d'EFT Emotional Freedom Techniques

*Découvrez la puissance de l'EFT – Emotional Freedom Techniques, une méthode de libération émotionnelle efficace pour transformer stress, douleurs et peurs en apaisement durable, et maîtrisez un protocole concret, rapide et profondément libérateur.*

<b>Durée en heures :</b> 21 heures <b>Lieu de la formation :</b> Intra ou inter <b>Profil des stagiaires :</b> Formation initiale, reconversion, complément d'activité ...	<b>Durée en jours :</b> 3 jours <b>Montant de la formation financement entreprise :</b> 650 € HT soit 780 € TTC <b>Formation Autofinancement ou Particulier :</b> 650 TTC Fonds propres, Opco, Faf <b>Prérequis :</b> Aucun
--	--

### Objectifs généraux :

- Comprendre les mécanismes émotionnels liés au stress, aux peurs et aux blocages
- Apprendre un protocole structuré de libération émotionnelle
- Intervenir sur certaines peurs, phobies et blocages limitants

### Objectifs pédagogiques : À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Expliquer les principes fondamentaux de l'EFT
- Décrire le fonctionnement des points de stimulation utilisés en EFT
- Comprendre le rôle des émotions dans les déséquilibres psychocorporels
- Conduire une séance structurée d'EFT selon un protocole précis
- Utiliser la séquence de tapping de manière autonome et adaptée
- Intervenir sur des situations de stress, de peurs ou de blocages émotionnels
- Identifier le lien entre émotion et manifestation physique dans le cadre de la pratique
- Faire le lien entre les points EFT, les méridiens énergétiques et leurs correspondances émotionnelles
- Intégrer la dimension énergétique des méridiens dans la pratique de l'EFT
- Adopter une posture professionnelle, éthique et sécurisée
- Intégrer l'EFT dans une pratique de bien-être ou d'accompagnement

### Contenu et déroulement de la formation :

#### **Jour 1 : Fondements et bases énergétiques**

- ✓ Présentation de l'EFT et de ses principes fondamentaux
- ✓ Origines et cadre d'application de la méthode
- ✓ Fonctionnement du système énergétique
- ✓ Introduction aux méridiens et à leurs correspondances émotionnelles



- ✓ Localisation et rôle des points de tapping
- ✓ Compréhension du lien entre émotions et manifestations physiques
- ✓ Premiers exercices pratiques de séquence EFT

#### **Jour 2 : Protocole structuré et mise en application**

- ✓ Déroulement complet d'une séance d'EFT
- ✓ Construction de l'anamnèse
- ✓ Formulation des phrases d'activation
- ✓ Mesure et suivi de l'intensité émotionnelle
- ✓ Séquence complète de tapping
- ✓ Application à la gestion du stress, des peurs et blocages
- ✓ Adaptation du protocole selon la problématique
- ✓ Pratique encadrée entre stagiaires

#### **Jour 3 : Approfondissement et intégration professionnelle**

- ✓ Intégration des correspondances émotionnelles des méridiens
- ✓ Ajustement des séquences selon les réactions observées
- ✓ Structuration d'une séance professionnelle complète
- ✓ Cadre éthique et responsabilité du praticien
- ✓ Mise en situation globale
- ✓ Évaluation des compétences
- ✓ Remise de l'attestation de formation

**Remise d'une attestation de fin de formation par l'Académie Origine Corps et Esprit**, le dernier jour, après validation complète du parcours.

**Équipe pédagogique, formateur référent :** Sandrine Renaud (Kinésologue certifiée, réflexologue, magnétiseuse, formatrice, praticienne depuis 20 ans) sandrine.mrenaud@gmail.com

#### **Modalités et délais d'accès :**

Intra : Les inscriptions seront validées après acceptation du devis par l'entreprise. Les dates seront définies avec l'entreprise selon les disponibilités de la formatrice.

Inter-entreprises : Au-delà des dates proposées et pour tout renseignement, merci de prendre contact avec sandrine.mrenaud@gmail.com.

#### **Moyens pédagogiques et modalités techniques :**

Un support pédagogique rédigé est remis à chaque stagiaire, comprenant les contenus théoriques et les éléments techniques nécessaires à la pratique.

La formation alterne apports théoriques, démonstrations, mises en situation et pratique encadrée en présentiel sur tables de soins adaptées.



### **Conditions techniques et accessibilité pour le stagiaire :**

La formation se déroule en présentiel dans une salle adaptée à la pratique, équipée de tables de soins.

Le stagiaire devra prévoir :

- Feuilles ou cahier de notes
- Stylos
- Une bouteille d'eau
- Des mouchoirs (Kleenex)

Ces éléments sont nécessaires au bon déroulement des mises en pratique.

### **Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

L'entreprise garantit l'accessibilité aux personnes en situation de handicap et à mobilité réduite. Merci de nous préciser, lors de l'inscription, toute situation de handicap ou de mobilité réduite afin de garantir l'adéquation des ressources.

### **Modalités d'organisation**

La formation se déroule sur trois jours, du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 13h à 17h.

Chaque journée comprend une pause déjeuner d'une heure.

### **Dispositif de suivi de l'exécution de la formation**

Des feuilles de présence seront signées par les stagiaires et le(s) formateur(s) par demi-journée de formation, l'objectif étant de justifier la réalisation de la formation.

### **Nature et modalités du système d'évaluation des connaissances prévues**

En application de l'article L.6353-1 du Code du Travail, une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation sera remise au(x) stagiaire(s) à l'issue de la formation.

### **Echanges et bilans pédagogiques entre le formateur et le stagiaire**

Un temps d'échange est organisé en fin de formation entre la formatrice et les stagiaires.