



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.

Durée en heures : 21 heures Lieu de la formation : Intra ou inter Profil des stagiaires : Formation initiale, reconversion, complément d'activité ...	Durée en jours : 3 jours Montant de la formation : Particulier : 650 euros net de TVA Entreprise Financement OPCO / FAF : 780 euros net de TVA Prérequis : 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 (Kinésiologue 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.