
EFT - EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES

L'EFT, (Emotional Freedom Techniques), est une technique de libération émotionnelle qui s'appuie sur le système propre à la médecine traditionnelle chinoise et fait appel à des tapotements digitaux sur certains points d'acupuncture. D'une efficacité surprenante, elle s'applique aussi bien aux traumatismes profonds qu'à toutes situations de réaction émotionnelle incontrôlable, mais également à l'amélioration des performances. Cette technique est utilisée également dans l'aide au sevrage tabagique, à la perte de poids, à la gestion des douleurs, angoisses et autres problématiques où la sphère émotionnelle crée le déséquilibre. L'EFT est déclinée avec les enfants, les couples et les familles, et permet de libérer le corps énergétique du stress ou des problèmes d'ordre physique, ainsi qu'à retrouver la santé émotionnelle et psychique. Au-delà de l'apprentissage théorique, des cas cliniques, démonstrations et mises en pratique se dérouleront sur cette journée.



A la suite de cette formation vous maîtriserez :

- Les éléments fondamentaux du cadre thérapeutique
- L'identification des croyances limitantes et les stratégies de changement
- Le protocole de base et les effets du traitement
- Les protocoles pour l'estime de soi, le stress et les douleurs

Et vous saurez intégrer cet outil à votre pratique professionnelle ou dans un cadre privé.

Infirmière de premier métier, psychopraticienne intégrative, hypnothérapeute, praticienne EFT et RITMO, Célia Courty anime cette formation, forte de son expérience dans le prendre soin et la relation d'aide depuis plus de 14 ans.

TARIFS EN INDIVIDUEL : 300 euros / EN GROUPE : 250 euros

DURÉE DE LA FORMATION : 2 JOURS, SOIT 10 HEURES

HORAIRES : 09H30/12H30 - 14H/16H
