



# Animer des séances d'EFT

## Gestion Emotionnelle

### Finalités de la formation

Cette formation se réalise par module et permet d'apprendre à conduire des séances en EFT, une méthode d'apaisement et de gestion émotionnel.

- Le **Niveau 1 – Les bases**, pour apprendre le déroulement technique fondamental d'une séance EFT
- Le **Niveau 2 – La maîtrise**, pour développer la connaissance de la méthode en accompagnements thématiques, individuel et groupe
- Le **Niveau 3 – L'expertise**, pour porter un regard différent sur la pratique, animer des conférences et compléter l'EFT par des méthodes complémentaires
- Le **Niveau 4 – Posture professionnelle et stage pratique**, pour valider les compétences avec analyse de sa pratique. Rapport de stage avec analyse de sa pratique

#### OBJECTIFS

- CF. Contenu

#### PREREQUIS

Débutant pour le niveau 1. Puis suivre l'ordre chronologique pour les modules suivants.

#### DUREE : 6 mois à 1 an

- **Niveau 1 – Les bases** - 2 jours – 16 heures + pratique 10 heures
- **Niveau 2 – La maîtrise** - 4 jours - 32 heures + pratique 10 heures
- **Niveau 3 – L'expertise** - 3 jours - 24 heures + pratique 10 heures
- **Niveau 4 – Posture professionnelle et stage pratique** - 1 jourx2 - 16 heures + 10 heures stage pratique  
soit 88 heures en présentiel + 40 heures de stage pratique, pour un total de 128 heures.

#### METHODES PEDAGOGIQUES

Apports conceptuels - Échanges entre les participants - Pratiques d'exercices guidées par la formatrice - Séances guidées par les participants - Études de cas - Mise en application pratique par les participants

#### FORMATRICE

- **Patricia Penot** : Consultante et Formatrice en EFT formée par Gary Craig depuis plus de 12 ans - Formatrice et conceptrice du concept TMAE® Techniques Méridiennes d'Apaisement Emotionnel

**LIEU** : Centre Evolution - Montereau Fault Yonne

**TARIF PARTICULIERS : 11 jours – 1375 euros**

**Participants** : 4 minimum, 12 maximum

- Niveau 1 : **250 euros** - Niveau 2 : **500 euros** - Niveau 3 : **375 euros** – Niveau 4: **390 euros**
- **TARIF ENTREPRISE : 11 jours – 1575 euros pour frais de gestion administrative**

#### DATES :

- Niveau 1 : 5 et 6 décembre 2021
- Niveau 2 : 15,16,22,23 déc
- Niveau 3 : 5 au 7 février 2022
- Niveau 4 : 12 et 13 mars 2022

## PARCOURS PEDAGOGIQUE



**Niveau 1 - Les bases**, pour apprendre le déroulement technique fondamental d'une séance EFT

**Objectifs : en suivant ce niveau, vous saurez :**

- Comprendre la théorie qui sous-tend cette méthode
- Utiliser les techniques de base de l'EFT
- Cibler les aspects émotionnels d'une situation difficile pour les apaiser au présent

### Contenu

Comment utiliser l'EFT avec la recette de base : le système des méridiens d'acupuncture, les points utilisés en EFT, le concept de « révision à 100% », l'effet de généralisation. Comment construire des formulations adaptées à la situation du receveur. Déroulement d'une séquence de base. Présentation de séquences raccourcies. La méthode « Et si » et « Choix ». Des approches situationnelles : la technique du film, le processus de paix personnel, raconter l'histoire. Que faire quand la méthode ne donne pas les effets d'apaisement. Comment mener une séance EFT : définition d'un objectif positif, utilisation de l'EFT. Etudes de cas et démonstration pratique.

**Niveau 2 - La maîtrise**, pour développer la connaissance de la méthode en accompagnements thématiques, individuel et groupe

**Objectifs : en suivant ce niveau, vous saurez :**

- Utiliser des séquences complémentaires à l'EFT de base
- Mener des programmes thématiques avec l'EFT : l'EFT et les dépendances (arrêt du tabac), les douleurs émotionnelles, les peurs et phobies, les croyances limitantes, le développement du potentiel, la réalisation de projets
- Organiser des séances individuelle et de groupe, en présentiel ou télé séance

### Contenu

Les croyances et l'impact sur les émotions. Les messages contraignants et leurs permissions. Utilisation de l'EFT pour défaire des croyances limitantes. Exercice d'application sur le thème de la prospérité. Approches complémentaires pour mieux cibler une situation émotionnelle : les mots associations, les affirmations et leur contraire. Comment utiliser l'EFT dans l'accompagnement de situation difficile : la dépendance au tabac, les peurs intense, les douleurs. Etudes de cas et démonstrations pratiques. Utilisation de l'EFT dans la gestion de projets. Les séances individuelles et en groupe. L'EFT en télé séance.

**Niveau 3 - L'expertise**, pour porter un regard différent sur la pratique, animer des conférences et compléter l'EFT par des méthodes complémentaires

**Objectifs : en suivant ce niveau, vous saurez :**

- Comprendre et savoir utiliser les techniques complémentaires de l'EFT
- Organiser un accompagnement en gestion émotionnelle autour de la prise de poids
- Construire et animer des conférences EFT

### Contenu

Études de cas concrets de séances données en intersession par les stagiaires. Pratique de séances et débriefing entre stagiaires. Des séquences types autour de thématiques universelles : dépasser les auto-sabotages, apaiser les manques et les envies, la peur de changer, échec ou réussite, jugement de soi et de l'autre, rompre avec la malchance, image de soi. Utilisation de l'EFT dans la gestion du poids. Mettre en place des conférences EFT. Des techniques complémentaires : La TAT, déroulement et pratique - Le processus de Vision Zen, déroulement et pratique. Déroulement du stage pratique.

**Niveau 4 – Analyse de pratique**, pour valider les compétences avec analyse de sa pratique. Rapport de stage avec analyse de sa pratique

**Objectifs : en suivant ce niveau, vous saurez :**

- Analyser votre posture professionnelle en tant que Consultant en EFT
- Faire le point sur votre pratique de consultant grâce au stage pratique

### Contenu

Analyse de pratique. Démonstration d'une séance sur la technique du film. Etudes de cas : objectifs et grands axes d'un accompagnement en bien-être émotionnel. Rôle du Consultant en EFT. Différences avec d'autres modes d'accompagnement. Réflexion autour de sa posture professionnelle. Supervision et veille professionnelle. Le contrat d'engagement. Prix des séances.



## Contactez-nous !

### \* Pour évaluer les acquisitions et valider ce parcours pédagogique, vous aurez à :

- Présenter un rapport de stage, avec une analyse de votre pratique de la méthode EFT
- Réaliser une auto-appréciation des connaissances et compétences acquises en interaction avec la formatrice

**Document délivré à la fin de la formation :** une attestation de formation de Consultant-e en EFT, informant de la validation ou non des compétences acquises.

### MODALITES D'INSCRIPTION

Pour s'inscrire à la formation, la procédure est la suivante, à réaliser **au minimum 1 mois avant le début de formation** :

- Rendez-vous sur notre site Internet, dans la rubrique « Pour vous inscrire à une formation », et envoyez-nous le formulaire de renseignements, afin de valider les prérequis. Vous serez informé de l'acceptation de votre candidature par email.
- Une fiche d'inscription électronique vous sera alors adressée. Une fois que vous nous l'avez retournée, votre place est réservée. Vous avez un délai de rétraction de 10 jours après la date d'envoi de votre fiche d'inscription.
- Nous établissons un contrat de formation, ou une convention de formation si votre parcours pédagogique est pris en charge par une entreprise, en 2 exemplaires, dont un sera à nous retourner signé avec un chèque d'acompte de 30% du montant de la formation.

Le coût de la formation comprend l'animation des journées de formation, les manuels et fiches techniques de formation. Les horaires de formation débutent à 9h30 jusqu'à 18h30.

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite : nous contacter pour définir les modalités.

### NOS « PLUS »

- Un petit nombre de participants (de 4 à 12)
- Une expérience depuis plus de 15 ans dans l'enseignement de cette méthode
- Un accompagnement pédagogique personnalisé