

■ Praticien EFT – Techniques de Libération Émotionnelle

🌐 Présentation de la formation

Libérez vos émotions, dépassez vos blocages et développez vos compétences en accompagnement grâce à une formation complète et certifiante.

Apprenez pas à pas l'EFT (Emotional Freedom Technique) : une méthode simple et puissante pour apaiser le stress, libérer les tensions émotionnelles et favoriser une transformation durable.

Formation 100 % en ligne, équivalente à 45 heures de présentiel, accessible aux débutants, elle vous offre un socle solide pour pratiquer l'EFT avec confiance, clarté et efficacité.

🔑 Ce programme vous permettra :

- 📖 De maîtriser les bases de l'EFT et comprendre son cadre d'utilisation.
- 🔒 D'identifier et libérer les blocages émotionnels qui freinent l'élan de vie.
- 👏 De pratiquer l'EFT en auto-traitement et en accompagnement.
- 💡 D'utiliser des protocoles spécifiques pour le stress, les peurs, les douleurs et les croyances limitantes.

🔗 **D'explorer les variantes d'EFT** (Patricia Carrington et Carol Look).

🌸 **D'intégrer les affirmations de Louise Hay** pour soutenir la guérison des douleurs psychosomatiques et de la souffrance psychique (dépression).

☀️ **De travailler sur l'estime de soi**, la confiance, la gestion du poids, les addictions et l'attraction de l'abondance.

🎧 **De développer l'écoute profonde**, la présence et l'éthique du praticien.

🎓 **Certification incluse**

Passez un **test d'évaluation** et recevez votre **certification officielle de Praticien en Techniques de Libération Émotionnelle**, validant vos compétences pour accompagner en toute sécurité.


📦 **Qu'allez-vous apprendre ?**

- **L'histoire et l'évolution de l'EFT**, de ses origines à sa structuration moderne.
- **Les apports de la science** et le rôle de **l'intention** sur la **santé**, les **émotions** et **l'ADN**.
- **Le système énergétique et les méridiens**, et leur rôle sur **l'équilibre physique, émotionnel et spirituel**.
- **L'EFT comme approche psycho-énergétique et technique cognitive** de transformation émotionnelle.
- **Les croyances limitantes** et leur impact émotionnel, avec des **outils pour les transformer**.
- **L'EFT traditionnel de Gary Craig** : du **protocole de base** et des **acupoints** à la pratique complète, de **l'exploration émotionnelle** à la **libération des traumatismes**.
- **Les variantes d'EFT**, de **Patricia Carrington** (acceptation de soi) et de **Carol Look** (anxiété, douleurs, addictions, relations, abondance).

- Les affirmations de Louise Hay alliées à l'EFT pour libérer les douleurs psychosomatiques et la souffrance psychique (dépression).
 - Un lexique d'affirmations pour neutraliser les douleurs et les émotions négatives de A à Z.
 - Travailler sur l'estime de soi, la confiance, la gestion du poids et utiliser des protocoles pour attirer l'abondance en alignant pensées, croyances et actions.
 - Des outils pour surmonter les addictions et accompagner le sevrage.
-

Prêt à libérer le plein potentiel de l'EFT ?

*Rejoignez dès maintenant la formation **Praticien EFT – Techniques de Libération Émotionnelle** et développez des compétences solides pour accompagner vos clients avec efficacité, confiance et bienveillance.*

 *Découvrez le sommaire détaillé de cette formation certifiante : un programme structuré, progressif et immersif qui vous guidera pas à pas vers une maîtrise complète de l'EFT et une pratique professionnelle éthique et sécurisée.*

Sommaire détaillé

Introduction

- Présentation de la formation

L'EFT et son développement

- Qu'est-ce que l'EFT ?
- Histoire et développement de l'EFT
- *Quiz : L'EFT et son développement*

L'EFT, une thérapie psychologique et énergétique

- L'EFT, une version psychologique de l'acupuncture
- Le système énergétique du corps et les fréquences vibratoires
- L'EFT, une thérapie qui modifie les cognitions
- *Quiz : L'EFT, une thérapie psychologique et énergétique*

L'EFT et la science

- Le pouvoir de l'intention sur l'ADN
- L'EFT et les états modifiés de conscience
- Exploration des croyances
- *Quiz : L'EFT et la science*

Le protocole de base EFT

- La préparation et la correction de l'inversion psychologique
- La séquence EFT et la ronde des points
- Les caractéristiques des acupoints
- *Quiz : Le protocole de base EFT*

L'EFT en pratique

- Protocole simple pour évacuer un stress
- Protocole pour évacuer une peur de conduire
- Les aspects
- Les aspects en pratique
- L'approche spécifique du problème
- La précision en pratique
- Les événements spécifiques du passé
- Les événements spécifiques en pratique
- L'origine du problème
- L'origine du problème en pratique
- *Quiz : L'EFT en pratique*

Les spécificités de l'EFT

- L'effet de généralisation
- Le palais des possibilités
- La guirlande émotionnelle
- La procédure de paix personnelle
- Les raccourcis
- Rappel sur l'évaluation des ressentis
- *Quiz : Les spécificités de l'EFT*

Les variantes de l'EFT

- La technique de choix de Patricia Carrington
- La technique de choix en pratique
- La technique Trio de choix
- La technique Trio de choix en pratique
- La technique « ET SI » de Carole Look
- La technique « ET Si » en pratique
- *Quiz : Les variantes de l'EFT*

Estime de soi, confiance et addictions


- Identifier l'estime de soi et le manque d'estime de soi
- Développer l'estime de soi avec l'EFT
- Développer la confiance en soi avec l'EFT
- L'EFT une aide pour surmonter les addictions
- *Quiz : L'estime de soi, la confiance en soi et les addictions*

Libérer la douleur avec les nouveaux schémas de pensée

- Au cœur de la douleur : l'interconnexion corps-esprit
- Les travaux de Louise Hay et les nouveaux schémas de pensée
- Travailler sur la douleur avec l'EFT et les nouveaux schémas de pensée
- Travailler sur la douleur psychique et la dépression
- *Quiz : Libérer la douleur*

Test d'évaluation


- Présentation du test d'évaluation
- Test d'évaluation final

 **Certification:** Validez votre expertise de **Praticien en EFT** et rejoignez une communauté d'accompagnants passionnés, engagés dans la libération émotionnelle et le bien-être durable.




Prérequis & Contenu du cours

Prérequis

 Cette formation est ouverte à tous : aucun prérequis n'est nécessaire. Elle constitue un **point de départ idéal** pour découvrir l'EFT, acquérir des bases solides et avancer avec confiance sur votre chemin d'évolution personnelle et professionnelle.

Contenu du cours

- Équivalent à **45 heures de cours présentiels**
- **5h de vidéo à la demande**
- **43 vidéos**
- **53 supports PowerPoint téléchargeables**
- **1 manuel de 288 pages**
- **15 protocoles EFT**
- **9 quiz interactifs**
- **1 exercice pratique**
- **1 test d'évaluation optimisé par l'IA**
- **Accès sur mobiles et TV**
- **Accès illimité**
- **Certificat de fin de formation**

 **Rejoignez Well-Planify et révélez votre potentiel de Praticien EFT pour aider chacun à se libérer et s'épanouir pleinement.**