



# UTILISER LES BASES DE L'EFT POUR ACCOMPAGNER LES ÉMOTIONS DE VOS CLIENTS

**Durée :** 14 h sur 2 jours

**Format :** présentiel

**Nombre de stagiaires**

3 à 8 personnes

**Prix**

600 €

## Objectif de la formation

Découvrir l'EFT (Emotional Freedom Techniques) et acquérir les premières compétences nécessaires pour utiliser cette méthode de libération émotionnelle dans sa pratique professionnelle.

L'accent est mis sur l'expérimentation, la mise en pratique en situation professionnelle et la posture éthique indispensable pour intégrer l'EFT en séance.

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Comprendre les bases théoriques de l'EFT
- Mettre en œuvre des protocoles simples en séance, adaptés aux problématiques courantes
- Intégrer un cadre éthique clair
- Adapter l'EFT à sa pratique pour offrir un outil complémentaire

## Public

Professionnel de l'accompagnement (coach, thérapeute, praticien bien-être, éducateur, sophrologue, etc.)

## Prérequis

Aucun

Cette formation peut être adaptée pour les personnes en **situation de handicap**. Pour toute demande en ce sens, merci de nous contacter

## Modalités pédagogiques

- Alternance de théorie, démonstrations, pratiques guidées, échanges et mises en situation.
- Études de cas concrets issus de la pratique professionnelle
- Analyse réflexive de la posture du praticien

## Evaluation

- Évaluation des acquis par les ateliers pratiques
- Validation des acquis par un questionnaire de fin de formation
- Attestation individuelle d'assiduité
- Questionnaire de satisfaction à la fin de la formation

## Formateur

Formation animée par Laure Letenneur, kinésologue, formatrice et coach professionnelle

## Renseignements complémentaires

- [Laure@ll-accompagnement.fr](mailto:Laure@ll-accompagnement.fr)
- 06 82 02 62 64



# UTILISER LES BASES DE L'EFT POUR ACCOMPAGNER LES ÉMOTIONS DE VOS CLIENTS

Programme détaillé

## Jour 1

### Comprendre les bases théoriques de l'EFT

*Comprendre les émotions, comment l'EFT intervient dans le processus, et identifier les blocages émotionnels courants*

- Historique, principes et fonctionnement de l'EFT
- Le système émotionnel : fonctionnement, zones de vulnérabilité, réactions automatiques
- Le lien pensée – émotion – corps : bases utiles au praticien
- Présentation des situations émotionnelles récurrentes rencontrées en séance

### Mettre en œuvre des protocoles simples en séance, adaptés aux problématiques courantes

*Savoir appliquer les rondes de base en autonomie et accompagner un client sur une émotion simple*

- Les points de tapping
- Formuler une phrase de départ efficace
- Démonstration commentée
- Pratique en binômes ou trinôme : découverte du tapping, premières rondes guidées
- Retours et ajustements personnalisés

### Intégrer un cadre éthique clair

*Adopter une posture professionnelle sécurisante et clarifier les limites de son intervention*

- Place du praticien dans un travail émotionnel
- Sécurité émotionnelle du client : indications et contre-indications
- Limites de l'EFT
- Poser un cadre, orienter
- Réflexions en groupe : étude de cas professionnels

## Jour 2

### Adapter l'EFT à sa pratique pour offrir un outil complémentaire

*Savoir accompagner une émotion ciblée et structurer une intervention adaptée à un contexte professionnel*

- Travailler les émotions récurrentes : peur, stress, colère, frustration, culpabilité
- Identifier la cible émotionnelle spécifique
- Structurer une séance simple : du repérage à la baisse de charge émotionnelle
- Protocoles guidés : rondes thématiques
- Exercices en binômes avec mises en situation réelles

*Adapter la méthode à son métier et l'utiliser comme outil complémentaire, de manière fluide et cohérente*

- Quand utiliser l'EFT dans une séance ?
- Intégrer le tapping dans son approche globale
- Ajustements selon le métier du praticien
- Étude de cas apportés par les stagiaires
- Démonstrations en séance réelle (volontaires)

*Conduire une séance simple d'EFT en sécurité, dans le cadre de son activité professionnelle*

- Mise en situation complète : séance d'accompagnement de bout en bout
- Feedback structurés et supervision du geste professionnel
- Synthèse des apprentissages
- Plan d'intégration dans sa pratique