

TECHNIQUES DE LIBERATION EMOTIONNELLE

1. 1. BIS. Sommaire

Sommaire

SECTION 1 : Présentation de la formation

- 1.1 Présentation du Programme
- 1.1 Bis sommaire

SECTION 2 : L'EFT et son développement

- 2.2 Qu'est-ce que l'EFT?
- 2.3 Histoire et développement de L'EFT

Section 2 : quizz de connaissances

SECTION 3: L'EFT Une thérapie cognitive et énergétique

- 3.4 L'EFT, une version psychologique de l'acuponcture
- 3.5 Le système énergétique et la fréquence vibratoire du corps
- 3.6 L'EFT une thérapie qui modifie les cognitions

Section 3 : quizz de connaissances

SECTION 4 : L'EFT et la science

- 4.7 Le pouvoir de l'intention sur l'ADN
- 4.8 La séquence EFT et l'état modifié de conscience
- 4.9 Les croyances

Section 4 : quizz de connaissances

Sommaire

SECTION 5 : Le protocole de base EFT et les acupoints

5.10 La préparation et la correction de l'inversion psychologique

5.11 La séquence EFT et la ronde des points

5.12 Les caractéristiques des acupoints

Section 5 : quizz de connaissances

SECTION 6 : L'EFT en pratique

6.13 Protocole simple pour évacuer un stress

6.14 Protocole pour évacuer une peur

6.15 Les aspects

6.15 BIS Les phobies principales et leurs aspects

6.16 L'aspect en pratique

6.17 L'approche spécifique ou la précision dans le problème

6.18 La précision en pratique

6.19 Les évènements spécifiques du passé

6.20 Les évènements spécifiques en pratique

6.21 Le problème de fond ou l'origine du problème

6.22 Le problème de fond en pratique

Section 6 : quizz de connaissances

Sommaire

SECTION 7 : Les spécificités de la pratique EFT

- 7.23 L'effet de généralisation
- 7.24 Le palais des possibilités
- 7.25 La guirlande émotionnelle
- 7.26 La procédure de paix personnelle
- 7.27 Les raccourcis
- 7.28 Rappel sur l'évaluation des ressentis

Section 7 : quizz de connaissances

SECTION 8 : Les variantes de L'EFT

- 8.29 La technique de choix de Patricia Carrington
- 8.29 Bis Exercices sur la technique de choix
- 8.30 La technique de choix en pratique
- 8.31 La technique Trio de choix
- 8.32 La technique Trio de choix en pratique
- 8.33 La technique Et si de Carol Look
- 8.33 Bis Affirmations hypothétiques par domaine d'application
- 8.34 La technique ET si en pratique pour l'anxiété

Section 8 : quizz de connaissances

Sommaire

SECTION 9 : Développer l'estime de soi et la confiance en soi avec L'EFT

9.35 Identifier l'estime de soi et les troubles d'une faible estime de soi

9.36 Développer l'estime de soi avec l'EFT

9.37. 1. Développer la confiance en soi avec l'EFT

9.37. 2. Affirmations variées pour la confiance en soi

9.37. 3 L'EFT une aide pour les addictions

9.37. 4 . Protocole pour la préparation au sevrage tabagique

9.37. 5 . Protocole supplémentaire pour attirer l'abondance

Section 9 : quizz de connaissances

SECTION 10 : Libérer la douleur avec l'EFT et les techniques de Louise Hay

10.38 Au cœur de la douleur : l'interconnexion corps esprit

10.39 Les travaux de Louise et les schémas émotionnels

10.40 Travailler sur les douleurs psychosomatiques

10.41 Travailler sur la douleur psychique et la dépression

10.41. 2 Protocole pour traiter la dépression

10.41. 3 Lexique des maux, signification émotionnelle et nouveaux schémas de pensée

Section 10 : quizz de connaissances

Sommaire

SECTION 11 : Test d'évaluation

11.42. Présentation du test d'évaluation

Test d'évaluation écrit

Correction et notation

❖ **Bibliographie**

Cette bibliographie résume les lectures citées tout au long de la formation et propose des références complémentaires.