

EFT Niveau 1

Acquérir les Bases

Pré-requis : Aucun

Public : Toute personne intéressée par le développement et l'épanouissement personnel

- Particuliers pour votre bien être personnel et celui de votre famille
- Thérapeutes, personnes travaillant dans la relation d'aide
- L'EFT est applicable à tous

Objectif : Intégrer les bases de l'EFT et comprendre son fonctionnement afin de pouvoir l'utiliser pour vous-même, vos proches, ou vos clients.

Programme :

- Les origines de L'EFT
- Le postulat de base selon Gary Craig
- La science et l'EFT
- La Recette de Base
- La Version Abrégée
- Pourquoi se concentrer sur le négatif
- Les Aspects
- L'importance d'être Spécifique
- Gérer l'intensité émotionnelle
- Les Bénéfices Secondaires
- La Technique du Film
- Le Technique du Récit
- La Procédure de Paix Personnelle
- L'Arbre et la Forêt
- L'EFT pour les douleurs et symptômes physiques
- Le partage des bénéfices
- Pratique en groupe et par 2

Détails :

Durée : 2 jours

Tarif Niv.1 : 300€ (Forfait niv.1 + niv.2 : 570€ au lieu de 680€)

Horaires : de 9h à 18h

Lieu : Baris Bas – 81540 Belleserre (5km de Revel 31250)

Pauses : thé, café et petits gâteaux offerts le matin et l'après midi

Repas de midi : prévoyez votre pique-nique, nous partagerons le repas ensemble sur place (Frigo, four et micro-onde sont à votre disposition).