

Gérer le stress avec l'EFT**Financement**Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif**Organisme responsable et contact**CENTRE QUINTESENCE
Nathalie BOURREL
06.74.27.02.11
centrequintessence@gmail.com**Accès à la formation****Publics visés :**Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)**Sélection :**Inscription obligatoire par un conseiller
en insertion professionnelle**Niveau d'entrée requis :**Niveau 3 : CAP, BEP (Niveau 3
européen)**Conditions d'accès :**

Aucun prérequis

Prérequis pédagogiques :

Aucun

**Contrat de
professionnalisation
possible ?**

Non

Objectif de la formation

Gérer le stress avec les techniques de libération émotionnelle de l'EFT

Contenu et modalités d'organisation

Jour 1 Tour de table Présupposés Applications Points principaux Déroulement d'une séquence Procédure de paix personnelle Utilisation de l'EFT à distance
 Jour 2 Poser les bonnes questions : le secret pour une mise en place efficace Eviter les erreurs en adoptant la posture juste Utiliser le langage non-biaisé Décoder le langage des émotions Comprendre et traiter les résistances : inversion de polarité et/ou inversion psychologique Techniques avancées d'EFT (le film, les choix, la reformulation positive, les hypothèses, l'enfant intérieur, la métaphore, la thérapie des parties) Pratiquer avec les enfants

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné****Validation(s) Visée(s)****> Attestation de fin de formation****Et après ?**

Suite de parcours

Non renseigné**Calendrier des sessions**

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00227764	du 15/06/2021 au 16/06/2021	GRADIGNAN (33)	CENTRE QUINTESENCE		Non éligible	
00227766	du 09/12/2021 au 10/12/2021	GRADIGNAN (33)	CENTRE QUINTESENCE		Non éligible	
00261004	du 02/04/2022 au 03/04/2022	GRADIGNAN (33)	CENTRE QUINTESENCE		Non éligible	
00353251	du 22/11/2023 au 23/11/2023	Gradignan (33)	CENTRE QUINTESENCE		Non éligible	

00376760du 22/11/2023 au
23/11/2023Gradignan
(33)**CENTRE
QUINTESENCE**Non
éligible**00463632**du 17/06/2024 au
18/06/2024Gradignan
(33)**CENTRE
QUINTESENCE**Non
éligible**00556904**du 27/03/2025 au
28/03/2025Gradignan
(33)**CENTRE
QUINTESENCE**Non
éligible