Annexe 02 1/2
Programme de la Formation

TITRE DE LA FORMATION
PROGRAMME DE FORMATION EN PRESENTIEL:
« DEVENIR PRATICIEN EN EFT »

Nom des stagiaires :	Mme Carole FOURNAISE
Nom de l'entreprise :	
Période de formation :	du 10 au 15-05-2021
Durée de la formation :	42 heures réparties en 6 jours
Public visé :	Tout personnel de santé en lien avec des patients sujets à la souffrance psychique, souffrant de stress, ou en gestion des Risques Psycho sociaux et prévention de burn-out.
Nom du formateur :	
Compétences et Qualifications du formateur	CV et Fiche formateur joint en annexe 3
Lieu de formation :	NOGENT SUR MARNE (94130)
Niveau de connaissances préalables requis :	Savoir lire et écrire, entendre, parler et comprendre le français.
Objectifs de la formation :	A l'issue de cette formation le stagiaire sera capable de : - Comprendre les mécanismes du stress - Déterminer ses émotions - D'utiliser des techniques pour faire face au stress et ses conséquences. Sera capable d'accompagner ses patients pour les aider à: - Augmenter leur résistance au stress - Améliorer leur concentration - Mieux s'adapter à leur environnement - Réguler leur énergie - Renforcer leur motivation - Retrouver ou renforcer leur confiance en eux

Nature des travaux demandés au stagiaire et Temps estimé pour la réalisation de chacun d'entre eux :	La formation alterne théorie et mise en situation Jeux de rôle de mise en situation professionnelle et QCM en fin de chaque journée - 5 min par QCM

Devenir Praticien en EFT

MODULE 1 : JOUR 1 : Les enjeux du stress : (7h)
MODULE 2 : JOUR 2 : Mettre en œuvre ses compétences et son potentiel : (7h)
MODULE 3 : JOUR 3 : Renforcer la technicité : (7h)
MODULE 4 : JOUR 4 : Plus de techniques : (7h)
MODULE 5 : JOUR 5 : Améliorer sa maîtrise: (7h)
MODULE 6 : JOUR 6 : Renforcer les techniques: (7h)

PLAN :

MODULE 1 : JOUR 1 : Les enjeux du stress : (7h)

Objectif :

À l'issue de cette journée, le stagiaire connaitra les différentes phases du stress et ses enjeux. Il découvrira le fonctionnement de l'émotion et les ressentis pour intervenir sur les déclencheurs responsables des perturbations. Le stagiaire pourra aider les sujets qu'il accompagne à ajuster leur comportement face aux situations stressantes. Le but de cette journée est d'aider le stagiaire à mieux agir sur les éléments générateurs de stress pour lui-même et pour également mieux connaître les autres et ainsi maîtriser la pratique de l'EFT par la suite.

Chapitre 1 : Le stress.
A. Définition
B. Les 3 phases du stress
C. Le système neuro-végétatif
D. Le stress pathologique

Chapitre 2 : Le cadre de références.
E. Les croyances
F. Rôle de l'EFT

Chapitre 3 : Attitude mentale positive
A. Définition

Chapitre 4 : Les émotions et ressentis perturbants
A. Le fonctionnement de l'émotion
B. Le fonctionnement du ressenti
C. Cause du ressenti perturbant
D. Peur et colère : 2 émotions à maîtriser absolument

Chapitre 5 : L'homme et son environnement
A. Les interactions entre l'individu et son espace

Chapitre 6 : Liaisons entre stress et réactions corporelles
A. Les fréquences
B. L'apport de la science

MODULE 2 - JOUR 2 : Mettre en œuvre ses compétences et son potentiel : (7h)

Objectif :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'utiliser les premières techniques de la méthode EFT pour exercer sur lui et pour effectuer des accompagnements

Des pratiques individuelles avec chaque stagiaire et en groupe permettront de valider les acquis de la première journée.

Chapitre 1 : L'attitude pour accompagner sereinement.

A. Ne rien attendre.
B. Ne pas interpréter.
C. L'assurance.
D. L'assertivité

Chapitre 2 : La méthode EFT.

A. Les règles fondamentales
B. Les premières techniques

MODULE 3 - JOUR 3 : Renforcer la technicité : (7h)

Objectif :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'appréhender les différentes techniques de base en fonction des diverses situations.

A partir de cette journée chaque stagiaire pratiquera en accompagnant les autres membres du groupe.

Chapitre 1 : La méthode EFT (suite).

A. Découverte de techniques de base.

MODULE 4 – JOUR 4 : Plus de techniques : (7h)

Objectif :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'utiliser différentes techniques de bases associées à des techniques complémentaires pour une pratique efficiente de l'EFT.

Chaque stagiaire pratiquera en accompagnant les autres membres du groupe.

Chapitre 1 : La méthode EFT (suite).

A. Découverte de techniques complémentaires.

MODULE 5 - JOUR 5 : Améliorer sa maîtrise: (7h)

Objectif :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser les différents aspects de la méthode et les différentes situations en fonction des cas se présentant à lui.

Chaque stagiaire pratiquera en accompagnant les autres membres du groupe.

Chapitre 1 : Les plans de défusion

A. Défusion pour simple problème.
B. Défusion pour problème complexe.

MODULE 6 - JOUR 6 : Renforcer les techniques: (7h)

Objectif :

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'accorder les techniques apprises les jours précédents avec des nuances subtiles selon les contextes.

Chaque stagiaire pratiquera en accompagnant les autres membres du groupe.

Chapitre 1 : Intégrations aux techniques

A. L'hypothèse anticipative.
B. Le volcan.

Chapitre 2 : Quelques subtilités

A. Subtilité de la prise en charge de la confiance en soi.
B. Les données scientifiques en médecine épigénétique.

A NOGENT SUR MARNE, Le 13 avril 2021

Pour l'Organisme de Formation

Khépri Formation
188 Gde rue Charles de Gaulle
94130 Nogent sur Marne
O.F. N° 11940951494
Data-Dock N° 0052300
Sté SophroKhépri
RCS 844445410 Créteil

Evelyne REVELLAT, Présidente
Cachet de l'organisme

Pour le Bénéficiaire

Mme Carole FOURNAISE