

ACTION DE FORMATION

LIEU

Sur nos sites d'Arradon,
Lorient, Rennes,
Ploërmel, Pontivy
ou en INTRA

DUREE

1 jour
7 heures

TARIF

230€

PUBLIC

Personnel non enseignant
des établissements scolaires
privés du Morbihan

PRE-REQUIS

Aucun

Accessible TH

EFT EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE

Un outil facile et ludique de libération émotionnelle
pour soi et les enfants

OBJECTIFS

- Identifier et comprendre le rôle des émotions chez l'enfant et l'adulte
- Découvrir et pratiquer l'EFT comme outil de gestion émotionnelle
- Utiliser l'EFT pour soi et avec les enfants pour un environnement professionnel plus apaisé

PROGRAMME ET CONTENU

- Compréhension des émotions :
Identifier les motions de base et émotions secondaires, les enfants et leurs émotions, Impact des émotions des enfants sur les adultes
- Découverte de l'EFT (Emotional Freedom Technique) ou Technique de Libération Emotionnelle :
Historique, fondements et démonstration de la technique-pratique en groupe pour une prise en main de l'EFT
- L'EFT avec les enfants :
Techniques adaptées "points magiques" et "doudou EFT", pratique en trinôme pour intégrer les techniques
- Intégration dans le milieu professionnel :
Adapter l'EFT aux situations professionnelles rencontrées en milieu scolaire

MODALITES ET METHODES PEDAGOGIQUES

Ateliers interactifs, études de cas et pratique en trinôme

EVALUATIONS

Auto-évaluation et/ou questionnaire de satisfaction

