



Opleiding EFT

Uit de Chinese geneeskunde is bekend dat alle negatieve emoties worden veroorzaakt door een verstoring in je energiesysteem. Een beproefde methode om deze verstoringen te verhelpen en positieve veranderingen teweeg te brengen, is EFT. Deze afkorting staat voor Emotional Freedom Techniques. Het woord zegt het eigenlijk al, het is een techniek die zorg voor emotionele vrijheid. In de EFT-opleiding leer je hoe je met de kracht van positieve overtuigingen kunt bijdragen aan de gezondheid van lichaam en geest.

WAT KUN JE MET DE OPLEIDING EFT?

Het mooie van EFT is, dat iedereen het kan leren als zelfhulpmethode. Daarnaast bereiken professionele begeleiders met EFT de uitstekende resultaten voor het welzijn van hun cliënten, mede doordat deze methode als geen ander uitgaat van de onbewuste programmering van de menselijke geest. Zo zorgen affirmaties – een tekst die je hardop of in gedachten uitspreekt – ervoor dat je onbewuste versterkt wordt.

Bijvoorbeeld als je heel bewust de zin 'ik mag zijn, zoals ik ben' uitspreekt, dan beïnvloedt dat onherroepelijk jouw zelfvertrouwen en zelfbeeld. Na afloop van de EFT opleiding weet je hoe je een negatieve overtuiging kunt transformeren naar een positieve, en ook hoe je jezelf én anderen kunt leren om overmatige zorgen en stress los te laten en uit je leven te bannen.

- **Leer over EFT en Chinese geneeskunde**
Emotional Freedom Techniques, oftewel EFT, is een methode die is gebaseerd op de Chinese geneeskunde. Je leert onder meer wat Qi – oftewel levensenergie – is en wat je eraan kunt doen om dit te vergroten.
- **Verdiep je in meridianen**
Maak kennis met de meridianen, hoe ze door ons lichaam lopen, welke organen hieraan gekoppeld zijn en waar je de startpunten vindt om de werking ervan te bevorderen.
- **Hoe staan organen en emoties met elkaar in verbinding?**
Leer welke organen gekoppeld zijn aan bepaalde emoties. Immers, wanneer je een emotionele reactie ervaart, probeert het lichaam je informatie te geven en bewust te maken van een probleem. Door het toepassen van EFT kun je dit proces in positieve zin beïnvloeden.
- **Ga aan de slag met affirmaties**
EFT maakt gebruik van de kracht van het onderbewuste. Vooral het regelmatig uitspreken van affirmaties, ook wel bekrachtigende zinnen genoemd, maakt dat wij de woorden die wij uitspreken gaan geloven en dat de gedachten over onszelf veranderen.

INHOUD – OPLEIDING EFT (EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES)

De EFT opleiding bestaat uit de volgende 8 modules:

Module 1 - Inleiding EFT

In module 1 maak je kennis met EFT en krijg je een inleiding in de achtergrond en werking van deze methodiek.

Module 2 – Chinese Geneeskunde

In deze module krijg je een dieper inzicht in de Chinese geneeskunde. Je leert over levensenergie, de betekenis van Qi en het concept van yin en yang.

Module 3 – Meridianen

In deze module richten wij ons op de meridianen, hoe ze door ons lichaam lopen en waar je de startpunten kunt vinden om de werking ervan te bevorderen.

Module 4 – Emoties, organen en onze energiesystemen

Deze module gaat over emoties en organen en hoe deze in verbinding staan met elkaar.

Module 5 - De MIR-Methode

Het menselijk lichaam beschikt over een ongekend grote wijsheid. Het is in staat om signalen af te geven van honger en dorst, het zorgt ervoor dat het op de juiste temperatuur blijft en het is in staat alarm te slaan wanneer het ziek wordt.

Module 6 - Affirmaties en visualisaties

Een affirmatie is een tekst die je hardop of in gedachten uitspreekt (met je innerlijke stem), die ervoor zorgt dat je gedachten of onbewuste beïnvloedt of versterkt wordt.

Module 7 - Casussen

In deze module gaan we ons richten op verschillende casussen en hoe deze behandeld kunnen worden met de EFT-methode. Tijdens elke casus zal je een schets krijgen van het leven van een persoon en wat een hulpvraag hierin zou kunnen zijn.

CURSUSINFORMATIE

Vooropleiding	Je hebt geen specifieke vooropleiding nodig om deze opleiding te kunnen volgen.
Open boek examen voor officieel Laudius-diploma	Je kunt thuis een open boek examen afleggen voor het officiële Laudius-diploma. Het examengeld bedraagt € 125,-.
Getuigschrift	Heb je gekozen voor deze opleiding met hulp van een docent, alle huiswerkopdrachten ingestuurd en hiervoor een voldoende beoordeling behaald (minimaal een 5,5)? Dan kun je het waardevolle Getuigschrift aanvragen. Je ontvangt dit fraaie document na betaling van € 28,50 thuis.
Starten met de cursus	Je kunt op elk moment van het jaar starten met deze opleiding.
Studieduur	4 maanden bij een gemiddeld studietempo. Je kunt echter zelf bepalen of je sneller of langzamer leert. Je kunt huiswerk insturen tot 3 jaar na ontvangst van je cursus (als je kiest voor een cursus "+ Hulp docent").

Heb je nog vragen?

We geven deskundig en vriendelijk antwoord op al jouw vragen. Je kunt ons bereiken via telefoonnummer **088-93 93 900** of stuur een e-mail naar info@laudius.nl
www.laudius.nl