

Stefania Ceccarelli

Téléphone : +33 (0) 1 43 57 58 74

Mobile : +33 (0) 6 22 80 68 92

Email : sc@stefaniaceccarelli.com

<http://www.stefaniaceccarelli.com>

E F T - Emotional Freedom Techniques

(Techniques de Libération Émotionnelle)

« *La cause de toutes les émotions négatives est une perturbation du système énergétique corporel* ».

Qu'est-ce que l'EFT ?

L'EFT est une technique élaborée par Gary Craig, en Californie, en 1991. Un grand nombre des concepts du EFT trouvent leur origine dans la *Thérapie du Champ Mental (Thought Field Therapy)* du Dr Roger J. Callahan, psychologue américain.

L'EFT est une forme d'acupuncture sans aiguilles qui agit sur le système énergétique des méridiens. Les doigts stimulent certains points pendant que la personne est concentrée sur son problème.

J'utilise cette technique de guérison émotionnelle pour libérer des traumatismes, des phobies, du chagrin, de la colère, de la culpabilité, de l'anxiété. Cette méthode soulage également un grand nombre de symptômes physiques ponctuels et chroniques.

En équilibrant les méridiens, le corps se réaligne et les émotions négatives disparaissent.

- Le soulagement des symptômes est généralement immédiat et l'EFT réussit souvent là où d'autres méthodes ont échoué.
- C'est une méthode facile à apprendre et à mettre en pratique.

Cette approche corporelle simple favorise santé, équilibre et épanouissement.

Comment se déroule une séance EFT ?

J'adapte la séance à partir de la demande du patient.

L'objectif de l'EFT est de mettre en évidence une émotion forte, aiguë ou récurrente. En effet, il n'est pas rare que les émotions soient occultées par une douleur physique ou un traumatisme passé.

Le travail peut prendre dix minutes comme plusieurs séances. L'émotion transformée ne revient jamais avec la même intensité. Néanmoins, de nouveaux aspects peuvent émerger.

Je pratique l'EFT également par téléphone, ce qui permet aux personnes ayant des difficultés pour se déplacer ou disposant de peu de temps de faire un travail sur leurs problèmes spécifiques.

• Séances individuelles

Consultations sur RDV à Paris (11^{ème} arr.)

Durée : 1 heure

Consultations par téléphone

Téléphone à mes frais vers les postes fixes
en France et vers d'autres pays.

Paiement par chèque bancaire français
ou paiement sécurisé par carte de crédit on-line par [PayPal](#).