



FORMATIONS ATYPIKALI



2025

PROGRAMME RESET

5

Reset.me

12

Reset.sos

9

Reset Praticien

16

Témoignages

20

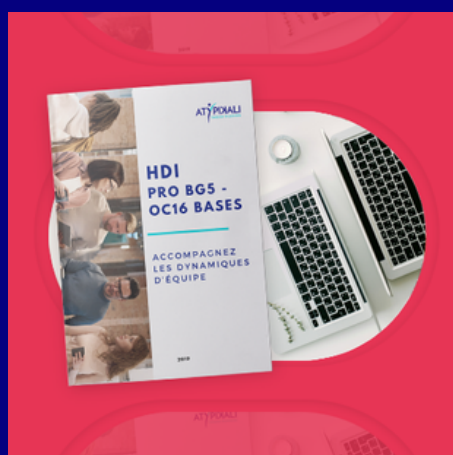
Contact





Des formations complètes et enrichies de nouveaux contenus issus de plus de 15 ans de pratique

À la fin de la formation, vous êtes prêts pour lancer votre activité professionnelle en HD ou RESET



Mentorat, supervision et pratique tout au long des formations

Formations finançables par vos fonds de formation & pôle emploi
(nous contacter directement)



PROGRAMME RESET

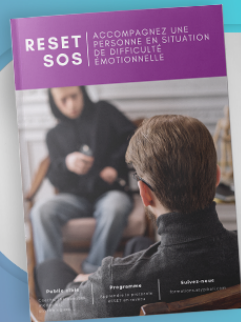
RESET.ME

Apprenez la méthode
Reset pour soi



RESET.SOS

Accompagnez une personne
en situation de difficulté
émotionnelle



RESET PRATICIEN

Devenez praticien en
libération émotionnelle



RESET.ME

Apprenez la méthode
Reset pour soi



Apprendre la technique RESET pour réguler ses difficultés émotionnelles, pour gagner en sérénité et développer son intelligence émotionnelle.

Points forts de la formation

Cette formation permet de démystifier nos émotions, différencier les différents types d'émotions et comprendre ce que signifie vivre une émotion.

Vous apprenez une technique simple, rapide et définitive, utilisable au quotidien, dès que vous vous sentez envahi par une émotion.

→ Les bénéfices concrets pour vous

- Au lieu de gérer ou contrôler nos émotions difficiles, les vivre permet de les intégrer et ainsi de les réguler définitivement et développer considérablement **votre intelligence émotionnelle**
- Vous apprenez à utiliser une technique de régulation émotionnelle pour vous-même afin de **transformer** vos émotions envahissantes
- Vous êtes de plus en plus en paix, gagnez en **sérénité** et en sécurité intérieure
- Vous améliorez ainsi vos relations personnelles et interpersonnelles
- Vous gagnez en **assertivité et en authenticité**

Cette formation vous permet de retrouver la sérénité intérieure et améliorer la qualité de vos relations personnelles et professionnelles.

VOUS OSEZ ENFIN ÊTRE VOUS-MÊME !

Objectifs pédagogiques

- Identifier et différencier les émotions des perturbations émotionnelles
- Identifier les mécanismes physiologiques d'une émotion
- Apprendre et appliquer la technique de régulation pour gérer ses propres difficultés émotionnelles et améliorer son mieux être émotionnel

Méthodes pédagogiques

- Présentation théorique
- Partages et mises en situation
- Analyses de situations

→ Certification

Questionnaire d'évaluation des acquis

→ Intervenants

Maryse MÉNEC

→ Participants

- Toute personne souhaitant devenir acteur de son mieux être émotionnel
- 12 participants max

→ Prérequis

Vouloir être acteur dans la gestion de ses émotions

→ Modalités

Formation en présentiel ou en distanciel

→ Durée

14h



Dates visio zoom

→ Module 1	→ Module 2	→
03 février 2025 OU 02 juin 2025 OU 06 oct 2025	27 février 2025 OU 03 juillet 2025 OU 06 nov 2025	• 1 jour + 1 jour (1 mois plus tard) • Durée totale de la formation : 14h • Bonus : Accès gratuit aux masterclass pendant 1 an après le premier jour de la formation

Tarif

247 €

Programme

→ COMPRENDRE LE MONDE DES ÉMOTIONS

- Différencier émotion et perturbation émotionnelle
- Comprendre le fonctionnement des perturbations et leur impact sur nos perceptions, nos comportements et nos relations
- Identifier les mécanismes physiologiques d'une émotion et d'une perturbation émotionnelle
- Identifier ses perturbations émotionnelles et leur impact dans notre vie
- Reconnaître ses fonctionnements face aux perturbations émotionnelles

→ RÉGULER SES PERTURBATIONS ÉMOTIONNELLES

- Comprendre la procédure RESET
- Apprendre et appliquer la procédure RESET pour soi en revécu
- Identifier et remédier aux obstacles éventuels
- Élaborer un plan de régulation

→ ANALYSER SES PRATIQUES

- Evaluer ses progrès
- Identifier et lever ses freins et difficultés
- Prendre conscience des avantages de la méthode
- Devenir acteur de son mieux être émotionnel
- Acquérir le réflexe d'appliquer la procédure RESET
- Analyse de pratique

RESET.SOS

Accompagnez une personne
en situation de difficulté
émotionnelle



Cette formation vous permettra d'apprendre à utiliser une technique de régulation émotionnelle pour venir en aide, dans le cadre de votre activité professionnelle, à des personnes en situation de difficulté émotionnelle, et ainsi améliorer l'exercice de votre profession et le mieux-être de votre public ou de vos clients

Points forts de la formation

→ Les bénéfices concrets pour vous

- Vous apprenez à utiliser une technique de régulation émotionnelle pour vous-même et pour toute personne envahie par ses émotions.
- Vous facilitez considérablement votre activité professionnelle
- Vous enrichissez votre pratique avec une méthode de régulation émotionnelle simple et puissante
- Vous gagnez en **assertivité et en authenticité** et gagnez en confiance en vous

→ Les bénéfices concrets pour vos clients ou votre public

- Gagner en sérénité et en clarté mentale
- Faciliter la gestion des conflits
- Meilleure confiance en soi
- Amélioration des relations personnelles et interpersonnelles

En apprenant à utiliser cette méthode de régulation émotionnelle, vous serez mieux équipé pour accompagner ceux qui rencontrent des difficultés émotionnelles, dans un cadre professionnel. Cela vous permettra de renforcer votre pratique et d'offrir un soutien précieux à vos clients ou à votre public.

Objectifs pédagogiques

- Identifier et différencier les émotions des perturbations émotionnelles
- Identifier les mécanismes physiologiques d'une émotion
- Apprendre et appliquer la technique de régulation pour gérer ses propres difficultés émotionnelles
- Accompagner une personne en situation de difficulté émotionnelle dans l'instant

Méthodes pédagogiques

- Présentation théorique
- Partages et mises en situation
- Analyses de situations

→ Certification

- Questionnaire de validation des acquis
- Fournir 5 auto-analyses de séances
- Avoir levé au moins une de ses propres difficultés émotionnelles

→ Participants

Toute personne en lien avec du public régulièrement confronté à des difficultés émotionnelles (peurs, paniques, anxiété ...
8 participants max

→ Intervenants

Maryse MÉNEC

→ Modalités

Formation en présentiel ou en distanciel

→ Prérequis

Vouloir acquérir un outil d'accompagnement des personnes aux prises avec leurs émotions.

→ Durée

27h



Dates visio zoom

→ Module 1	→ Module 2
03 et 06 février 2025	28 février 2025
OU	OU
02 et 05 juin 2025	04 juillet 2025
OU	OU
06 et 09 oct 2025	07 nov 2025

- 2 jours + 1 jour (1 mois plus tard)
- 2 sessions de suivi de 2h dans le trimestre qui suit la formation
- Accompagnement individuel à la certification : 2h
- Durée totale de la formation : 27h
- Bonus : Accès gratuit aux masterclass pendant 1 an après le premier jour de la formation

Programme

→ COMPRENDRE LE MONDE DES ÉMOTIONS

- Différencier émotion et perturbation émotionnelle
- Comprendre le fonctionnement des perturbations et leur impact sur nos perceptions, nos comportements et nos relations
- Identifier les mécanismes physiologiques d'une émotion et d'une perturbation émotionnelle
- Identifier ses perturbations émotionnelles et leur impact dans notre vie
- Reconnaître ses fonctionnements face aux perturbations émotionnelles

→ RÉGULER SES PERTURBATIONS ÉMOTIONNELLES

- Comprendre la procédure RESET
- Apprendre et appliquer la procédure RESET pour soi en revécu
- Identifier et remédier aux obstacles éventuels
- Élaborer un plan de régulation

→ ANALYSER SES PRATIQUES

- Evaluer ses progrès
- Identifier et lever ses freins et difficultés
- Prendre conscience des avantages de la méthode
- Devenir acteur de son mieux être émotionnel
- Acquérir le réflexe d'appliquer la procédure RESET
- Analyse de pratiques

Tarif**647 €**

Programme

→ ANALYSER SES PRATIQUES

- Évaluer ses progrès
- Identifier et lever ses freins et difficultés
- Prendre conscience des avantages de la méthode
- Devenir acteur de son mieux être émotionnel
- Acquérir le réflexe d'appliquer la procédure RESET
- Identifier et lever ses freins et difficultés dans l'accompagnement
- Prendre conscience des avantages de la méthode
- Analyse de pratiques

→ VALIDER SES ACQUIS - CERTIFICATION

- Sessions de suivi
- Accompagnement à la certification

RESET PRATICIEN

Devenez praticien en
libération émotionnelle



Apprendre la technique de régulation émotionnelle RESET, véritable thérapie brève, pour accompagner vos clients de manière efficace et définitive vers un mieux être général.

Points forts de la formation



Les bénéfices concrets pour vous

- Acquérir une méthode puissante et concrète, un outil de thérapie brève, simple et efficace
- Renforcer votre expertise professionnelle
- Optimiser vos résultats en coaching ou autres accompagnements
- Augmenter votre impact personnel et professionnel
- Soutenir un mieux-être durable pour vos clients



Les bénéfices concrets pour vos clients

- Mieux être général et durable
- Amélioration des relations personnelles et interpersonnelles
- Gagner en confiance et en sécurité intérieure
- Assertivité et authenticité
- Changement profond et durable

La formation RESET vous offre une approche simple, innovante, et vous permet d'élargir votre expertise de l'accompagnement, de vous démarquer dans votre domaine et d'offrir un accompagnement véritablement transformant.

Objectifs pédagogiques

- Identifier et différencier les émotions des perturbations émotionnelles
- Identifier les mécanismes physiologiques d'une émotion
- Apprendre et appliquer la technique de régulation pour gérer ses propres difficultés émotionnelles
- Accompagner une personne dans son mieux être émotionnel, physique et mental

Méthodes pédagogiques

- Présentation théorique
- Partages et mises en situation
- Analyses de situations

→ Certification

- Questionnaire de validation des acquis
- Fournir 5 auto-analyses de séances
- Avoir levé au moins une de ses propres difficultés émotionnelles

→ Participants

- Toute personne dans les métiers de l'accompagnement : Coach, thérapeutes, médecins, psychologues, ...
- 8 participants max

→ Intervenants

Maryse MÉNEC

→ Modalités

Formation en présentiel ou en distanciel

→ Prérequis

Vouloir acquérir un outil d'accompagnement

→ Durée

57h



Dates visio zoom

→ Module 1	→ Module 2	→ Certification
03, 04, 06 fév 2025 OU 02, 03, 04 juin 2025 OU 06, 07, 08 oct 2025	→ 24, 25, 26 fév 2025 OU 30 juin, 01, 02 juil 2025 OU 03, 04, 05 nov 2025	→ 06 juin 2025 OU 10 octobre 2025 OU 06 mars 2026

-
- 6 jours (3j+3j espacés de 3 à 4 semaines)
 - 1 jour de certification obligatoire
 - Accompagnement individuel à la certification : 8h sur les 3 mois suivant la fin de la formation
 - Durée totale de la formation : 57h
 - Bonus : 3 masterclass pendant 1 an après le premier jour de la formation

***897€ pour les Analystes HDI Pro Atypikali (formés ou en formation)**

Tarif

1297 €*

Programme

→ COMPRENDRE LE MONDE DES ÉMOTIONS

- Différencier émotion et perturbation émotionnelle
- Comprendre le fonctionnement des perturbations et leur impact sur nos perceptions, nos comportements et nos relations
- Identifier les mécanismes physiologiques d'une émotion et d'une perturbation émotionnelle
- Identifier ses perturbations émotionnelles et leur impact dans notre vie
- Reconnaître ses fonctionnements face aux perturbations émotionnelles

→ RÉGULER SES PERTURBATIONS ÉMOTIONNELLES

- Comprendre la procédure RESET
- Apprendre et appliquer la procédure RESET pour soi en revécu
- Identifier et remédier aux obstacles éventuels
- Élaborer un plan de régulation

Programme

→ ACCOMPAGNER UNE PERSONNE EN PERTURBATION ÉMOTIONNELLE

- Comprendre la procédure RESET
- Apprendre et appliquer la procédure RESET pour soi en revécu
- Identifier et remédier aux obstacles éventuels
- Élaborer un plan de régulation

→ APPRENDRE LE PROTOCOLE RESET EN REVÉCU

- Apprendre la procédure RESET pour l'autre en revécu de perturbation émotionnelle
- Pratiquer la méthode RESET en situation réelle

→ DIAGNOSTIQUER ET DÉCRYPTER LE GUIDE DES DYSFONCTIONNEMENTS

- Comprendre les dysfonctionnements dans une séance
- Diagnostiquer et résoudre les dysfonctionnements dans une séance

→ INTÉGRER LA POSTURE DU PRATICIEN RESET

- Intégrer la posture de l'accompagnement RESET
- Pratiquer la posture
- Apprendre à utiliser la méthode RESET dans un accompagnement vertueux

→ ANALYSER SES PRATIQUES

- Identifier et lever ses freins et difficultés dans l'accompagnement
- Identifier tous les domaines dans lesquels la méthode est applicable dans sa pratique professionnelle
- Analyse de pratiques

→ VALIDER SES ACQUIS - CERTIFICATION

- Sessions de suivi
- Accompagnement à la certification

ILS EN PARLENT MIEUX QUE MOI

→ **"J'ai bien aimé quand elle disait que nous sommes chacun une pièce d'un puzzle et chaque pièce est différente..."**

J'ai découvert Maryse en regardant les vidéos sur le FB d'Atypikali et j'ai tout de suite aimé son style et son envie flagrante de partager son savoir.

J'ai pris les 1ers modules en e-learning puis j'ai suivi la formation sur les composites (relation à 2) et les pentas (relations de 3 à 5) online et je suis également en train de suivre la formation HDI coach online.

Maryse est une mine d'informations et maîtrise son sujet qu'elle enrichit de ses lectures et anecdotes. Elle aime les questions et les interactions. Ses cours sont quasi thérapeutiques pour moi, des choses résonnent, des prises de conscience, je m'accepte mieux, expérimente mon design et accepte aussi mieux les autres.

J'ai bien aimé quand elle disait que nous sommes chacun une pièce d'un puzzle et chaque pièce est différente et aucune n'est plus ou moins importante que les autres, elles ont chacune leur rôle.

La formation de coach est plus axée sur la pratique et aller en profondeur.

Pendant les cours, on analyse des schémas. Et en dehors des cours on a des vidéos explicatives sur chaque divinité, chaque porte et même chaque ligne. Avec Maryse, on en a pour son argent 😊.

Merci Maryse!

Muriel

→ **"Grâce à cette formation, je me sens aujourd'hui pleinement outillée pour guider les autres dans leur compréhension de leur design humain..."**

La formation complète de HDI Coach avec Maryse a été une expérience inoubliable et incroyablement enrichissante. 📖
Ce programme, d'une richesse inestimable, m'a permis de passer à une véritable expertise dans l'accompagnement des autres.

Maryse est une formatrice hors pair : pédagogue, bienveillante et d'une générosité sans limite. Elle maîtrise son sujet à la perfection, mais ce qui fait sa différence, c'est son talent pour transmettre ces connaissances avec simplicité et passion. La structure de la formation est très bien pensée, et les nombreux cas pratiques permettent de consolider nos acquis tout en développant notre propre style d'accompagnement.

Grâce à cette formation, je me sens aujourd'hui pleinement outillée pour guider les autres dans leur compréhension de leur design humain. Maryse m'a donné bien plus que des compétences : elle m'a transmis une nouvelle manière de voir et d'accompagner les autres. Si vous rêvez d'allier passion et professionnalisme dans l'univers du design humain, cette formation est un must !

JULIE 🌻

ILS EN PARLENT MIEUX QUE MOI

→ **“Le Design Humain et elle ont transformé ma vie personnelle et sont en train de transformer également ma vie professionnelle !”**

Maryse m'accompagne depuis le début de ma 'crise de la quarantaine'. Je l'ai rencontrée à un atelier 'définir sa mission de vie'. Je suis littéralement tombée dans le Design Humain et je me suis tout de suite inscrite à ses cours en ligne. Elle aborde ses enseignements avec humilité, conviction et ouverture. Elle personnalise tous ses cours en fonction de ses stagiaires. Elle a à cœur de transmettre sa vision du Design Humain et de nous rendre autonome. Le Design Humain et elle ont transformé ma vie personnelle et sont en train de transformer également ma vie professionnelle !

Marion, Coach

→ **“A « consommer sans modération »...”**

J'ai contacté Maryse après m'être engagée dans une formation en Design Humain qui ne me convenait pas...Je m'en félicite.

J'ai entrepris avec elle une formation de coach en Design Humain, me suis inscrite à ses masterclasses. Maryse est une pédagogue investie, pour qui aucune question n'est stupide et aucun partage n'est jugé. L'acquisition des connaissances se fait avec bienveillance.

A « consommer sans modération ».

Anne, artisan d'art et professeure

→ **“Je remercie Maryse pour les différentes formations que j'ai pu suivre avec elle sur le Design Humain car elle m'a permis de comprendre le HD de façon plus claire, plus concrète et à un autre niveau.”**

Je remercie Maryse pour les différentes formations que j'ai pu suivre avec elle sur le Design Humain car elle m'a permis de comprendre le HD de façon plus claire, plus concrète et à un autre niveau.

Ses nombreux exemples de vie, son expérience, ses connaissances avérées en Design Humain sont des réels atouts pour s'approprier cette approche. Elle sait contextualiser, elle sait adapter les termes pour les rendre plus compréhensibles, elle sait nous guider pour construire les liens dans le schéma et offrir ensuite une lecture intuitive du schéma. Je recommande ses formations.

Chloé, Dirigeante et coach

ILS EN PARLENT MIEUX QUE MOI



“Les supports de formation sont bien faits, clairs et font d’excellents mémentos pour une utilisation ultérieure. Vous l’aurez compris, je recommande vivement !”

« Maryse est une formatrice passionnée, très humaine, qui sait rendre ses cours vivants et interactifs. Elle est à l’écoute de ses élèves et cherche toujours à répondre au mieux à leurs interrogations. Ses cours regorgent d’exemples concrets tirés de sa propre expérience ce qui aide à mémoriser les informations et les concepts. Les supports de formation sont bien faits, clairs et font d’excellents mémentos pour une utilisation ultérieure. Vous l’aurez compris, je recommande vivement ! »

Emmanuel, coach



FORMONS NOUS ENSEMBLE



→ TÉLÉPHONE **06 40 60 64 72**

→ EMAIL **contact@atypikali.com**

→ SITE **<https://formations.atypikali.com/>**
<https://atypikali.com/>

