

RESET.SOS – Accompagner une personne en difficulté émotionnelle

Professionnalisation • RESET • Distanciel ou présentiel

Formation pour apprendre à accompagner une personne en difficulté émotionnelle grâce à une méthode simple, concrète et directement applicable en situation réelle.

DURÉE
27 heures**TARIF**
647 € net**PARTICIPANTS**
8**MODALITÉ**
Distanciel ou présentiel

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les mécanismes des émotions
- Identifier les perturbations émotionnelles
- Appliquer la méthode RESET pour soi et pour les autres
- Accompagner une personne en situation émotionnelle difficile
- Renforcer sa posture d'accompagnant

Programme de la formation

Module 1 — Comprendre les émotions et leurs mécanismes

- Différencier émotion et perturbation émotionnelle
- Comprendre leur impact
- Identifier les mécanismes physiologiques

Module 2 — Appliquer la méthode RESET

- Comprendre la procédure RESET
- L'appliquer pour soi
- Identifier les blocages
- Mettre en place une régulation efficace

Module 3 — Accompagner une personne

- Accompagner en situation réelle
- Adopter la bonne posture
- Gérer les situations émotionnelles difficiles
- Renforcer la relation d'aide

Module 4 — Analyser sa pratique et valider ses acquis

- Analyser ses accompagnements
- Identifier ses axes d'amélioration
- Renforcer ses compétences
- Se préparer à la certification

Public visé

- Professionnels accompagnant déjà des personnes dans leur activité
- Personnes souhaitant aider un proche ou un public en difficulté émotionnelle
- Praticiens souhaitant enrichir leur boîte à outils

Prérequis

- Accompagner déjà des personnes (cadre professionnel ou associatif)
- Avoir suivi RESET.ME est un plus, mais n'est pas obligatoire

Méthode pédagogique

- Apports théoriques
- Mises en situation
- Analyses de cas
- Travail sur des situations réelles

Modalités pratiques et délais d'accès

- Inscription via le formulaire de contact ou lors d'un rendez-vous téléphonique
- Délai d'accès : 14 jours entre l'inscription et le début de la formation (sous réserve de places disponibles)
- Distanciel : ordinateur, connexion internet et un espace calme suffisent
- Présentiel : lieux et dates précisés lors de l'inscription
- Accessibilité : formation ouverte aux personnes en situation de handicap — contactez notre référent handicap pour étudier les adaptations possibles

Modalités d'évaluation et de suivi

- Auto-positionnement en début et en fin de formation
- Évaluation continue : mises en situation, études de cas et exercices pratiques
- Questionnaire de satisfaction à chaud en fin de formation
- Attestation de formation remise à l'issue de la formation
- Préparation à la certification interne Atypikali de praticien RESET — certification propre à Atypikali, non inscrite au RNCP ni au Répertoire Spécifique de France Compétences.

Certification interne Atypikali — Cette formation prépare à la certification interne de praticien RESET, délivrée par Atypikali. Certification propre à Atypikali, non inscrite au RNCP ni au Répertoire Spécifique de France Compétences.

Indicateurs de résultats

Aucune session réalisée à ce jour — données non disponibles.

Dernière mise à jour des indicateurs : août 2026

Accessibilité handicap

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap, sous réserve d'une étude de la situation et des besoins d'adaptation. Pour échanger sur vos besoins spécifiques, contactez notre référente handicap Maryse Ménec : contact@atypikali.com — 06 40 60 64 72.

Atypikali, nom commercial de Maryse Ménéci EI — SIRET 805 111 523 00033 — 16 route du Moulin, 29550 Plonévez-Porzay — 06 40 60 64 72 — contact@atypikali.com

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53291041429 auprès du préfet de la région Bretagne. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.