

PROGRAMME DE FORMATION



Praticien·ne Méthodes PEAT

Cette formation s'adresse aux **professionnels de l'accompagnement** et aux personnes en reconversion souhaitant intégrer les **Méthodes PEAT** dans une pratique thérapeutique existante ou en cours de construction.

Elle propose un **parcours structuré, rigoureux et expérientiel**, permettant une appropriation progressive des outils et une utilisation concrète en séance.

Les Méthodes PEAT offrent un cadre de travail permettant d'accompagner des problématiques émotionnelles, relationnelles, psychosomatiques ou existentielles, en s'appuyant sur un processus de libération des charges émotionnelles et des conflits internes.

La formation vise le développement d'une **posture de praticien autonome**, capable d'articuler présence, discernement clinique et maîtrise des protocoles.

À qui s'adresse cette formation ?

Cette formation est conçue pour :

- psychologues, psychothérapeutes et praticiens de la relation d'aide,
- thérapeutes corporels ou énergétiques,
- professionnels du champ médico-social ou éducatif,
- personnes en reconversion disposant déjà d'une expérience d'accompagnement.

Les Méthodes PEAT peuvent être utilisées comme **outil principal ou complémentaire**, dans le respect du cadre, de l'éthique et des limites propres à chaque pratique professionnelle.

Organisation de la formation

La formation Praticien·ne Méthodes PEAT est structurée par différents modules.

- Les **modules 1 et 2** constituent le socle de la formation professionnelle et sont requis pour l'obtention du titre de Praticien·ne Méthodes PEAT.
- Les **modules Deep PEAT et Identité du praticien** sont proposés comme des modules complémentaires selon le projet de chacun.

Module 1 – Les Fondamentaux

5 sessions de formation en distanciel (live)

Les Méthodes PEAT offrent un ensemble de techniques uniques pour **neutraliser les charges émotionnelles et intégrer les polarités**. Ce premier module est la **porte d'entrée** de votre cursus : il vous permet d'acquérir les piliers fondamentaux des Méthodes PEAT pour une mise en pratique immédiate grâce à des outils concrets, efficaces et profonds.

Fondements théoriques

Ce temps théorique vise à clarifier les principes fondateurs des Méthodes PEAT, du concept de dualité et d'unité, ainsi que du rôle central de l'alternance des polarités dans les processus de régulation et de transformation émotionnelle.

Le Basic PEAT classique

C'est le rescue émotionnel, pour les situations négatives et douloureuses. Indispensable lorsqu'un consultant se sent submergé par des émotions. Ce Basic PEAT est une aide incroyable, il apaise en quelques minutes et permet d'appréhender la situation de façon plus apaisée et moins réactive.

Le Basic PEAT positif

Le Basic PEAT positif est, quant à lui, une aide pour sortir d'une spirale émotionnelle infernale. Il permet également la stabilisation dans un état de bien-être neutre. **Théorie** : Exploration de l'origine de l'approche PEAT, du concept de dualité/unité et de l'importance de l'alternance des polarités.

La Fin des mots

Ce protocole est facile à mettre en œuvre et accessible à tous. Il met en lumière les croyances limitantes de vos consultants pour les désintégrer, grâce au principe d'alternance.

Il permet de prendre conscience qu'il existe en chaque chose, chaque émotion, chaque mode de pensée un élément positif et un élément négatif.

Ce processus aide le consultant à cesser de rejeter certaines choses dites négatives, et rechercher d'autres choses dites positives, afin de se retrouver dans cet espace d'ouverture à tous les possibles que la vie peut offrir.

La méthode U.P.

Ici, on alterne entre un élément négatif et un élément positif jusqu'à la fusion, c'est-à-dire jusqu'à la dissolution des oppositions et des contradictions. Le consultant dissout un conflit interne, une difficulté à faire un choix, et appréhende ensuite le problème sous un angle inattendu.

Le DP4 classique

Méthode phare des Méthodes PEAT, elle se décline en de multiples applications.

A partir d'une scène précise et par un processus d'alternance, toutes les charges émotionnelles vont se dissoudre. Cette méthode va annuler tout ce qui est dans l'évènement, mais aussi qui se rattache par écho au vécu passé.

Le DP4 est utilisé par de nombreux thérapeutes. Il accélère les processus de guérison des deuils ou des séparations. Elle est d'une grande aide pour les phobies et TOC. Il permet de restaurer la confiance en soi et l'estime de soi. Il est utilisé également pour les problématiques de stress, de dépendance affective et les peurs en général.

Le DP4 intégration de qualités

Cette technique a la particularité de nous permettre d'intégrer des qualités, des capacités, des talents que nous croyons ne pas posséder ou tout du moins que nous ne pouvons pas manifester à cause de conditionnements ou blocages personnels.

Cet outil vient compléter le précédent en annulant les charges négatives et en développant de nouvelles capacités et croyances porteuses.

Informations pratiques

- **Format :** 5 sessions en direct via **Zoom**.
- **Pédagogie :** Alternance de théorie, démonstrations et exercices pratiques en binôme.
- **Prérequis :** Aucun. Ce module constitue le premier palier obligatoire vers la certification.

Module 2 - Libération des traumas et outils corporels

2 jours en présentiel à La Picotière (Villefranche - 41)

Ce module est une **étape majeure** de votre cursus. Durant deux jours, vous quittez l'écran pour l'immersion : vous apprendrez à libérer les charges émotionnelles et les mémoires cellulaires tout en intégrant les fondamentaux de la psycho-traumatologie moderne.

Théorie du Trauma et approche "trauma-informée"

Ce temps de formation apporte des repères essentiels sur le trauma, permettant de distinguer le trauma simple du trauma complexe, et de comprendre leurs mécanismes ainsi que leur impact sur le système nerveux.

Il éclaire les réponses de survie et les adaptations pouvant s'installer durablement, afin de mieux appréhender certaines réactions émotionnelles, corporelles ou relationnelles observées en séance.

Les principes d'une approche dite « trauma-informée » sont présentés afin de soutenir un accompagnement sécurisant, attentif au rythme de la personne et aux besoins de stabilisation. Ils permettent de poser un cadre de travail respectueux, de limiter les risques de retraumatisation et de favoriser une utilisation ajustée des outils de libération émotionnelle.

Le Vortex

La technique de libération des chocs traumatisques à connaître absolument ! En 10 minutes, vous permettez d'effacer toute la charge émotionnelle en rapport à un événement passé ou récent. Le consultant se sent apaisé et rompt les liens ancrés dans la mémoire corporelle.

La Toupie

La deuxième technique pour la libération des traumas. Telle que le Vortex, celle-ci tout autant fulgurante, elle est complémentaire à la précédente.

La Sphère

Cet outil de libération des traumas se pratique très facilement avec les enfants et vient également soulager les ruminations mentales, ainsi que les sensations physiques douloureuses.

La Petite Méthode Magique et Emotrance

S'utilisent seuls ou en fin de processus quand une douleur ou un inconfort corporel subsiste. Ces outils sont d'une grande puissance, car ils permettent de passer directement par le corps, là où parfois les mots manquent. L'émotion cristallisée dans le corps disparaît en même temps que la tension physique présente.

Méditation active et Breathwork (usage personnel)

Des temps de méditation active et de Breathwork viennent ponctuer ces deux journées. Ces pratiques corporelles permettent d'approfondir la libération émotionnelle, de soutenir les processus d'intégration et de renforcer la présence à soi. Elles favorisent un état de disponibilité intérieure, propice au travail en binôme et à l'accueil des transformations vécues. Ces techniques sont transmises pour un usage personnel, elles n'entrent pas dans le cadre des techniques apprises lors de la formation.

La cohérence cœur-cerveau

La cohérence cardiaque est abordée, en premier lieu, dans sa dimension théorique et pratique à partir des résultats des recherches de l'institut américain HeartMath.

En effet, elle accélère le rétablissement de l'harmonie cœur-cerveau, qui est une manière de se mettre en cohérence intérieure, en état d'unité.

L'apprentissage de la cohérence cardiaque va guider le consultant vers le monde de l'Unité, l'aider à reconnecter à ses sensations corporelles et accélérer son développement spirituel.

Informations pratiques

- **Durée :** 2 jours de 9h à 17h
- **Logistique :** Arrivée la veille à 18h, sur le lieu du stage

- **Lieu :** [Site de La Picotière](#), Villetrun (41)
- **Hébergement et restauration (obligatoire, 2 jours en pension complète) :** Chambre partagée à 85 € /jour/pers, et chambre individuelle à 105 €/jour/pers. Pas compris dans le prix de la formation.
- **Prérequis :** Aucun. Ce module constitue le deuxième palier obligatoire vers la certification. Il peut être fait également indépendamment de la formation Praticien·ne Méthodes PEAT.

Certification Praticien·ne Méthodes PEAT

La formation aux Méthodes PEAT proposée par l'association est **la seule reconnue** en France, Danielle Soleillant est la représentante francophone des Méthodes PEAT. Elle permet d'obtenir le titre de Praticien·ne Méthodes PEAT.

Pour obtenir la **certification**, il est demandé de :

- Avoir participé aux modules 1 et 2
- Avoir vécu les outils de l'intérieur par une pratique personnelle ou en binôme
- Présenter un livret de pratiques
- Avoir participé à 5 [sessions d'approfondissement des outils](#) en groupe ou en individuel
- Être présent à un entretien de certification

Une fois le certificat de Praticien·ne obtenu, vous pouvez demander à **figurer dans l'annuaire** des Praticien·ne.s Méthodes PEAT.

Module complémentaire : Deep PEAT – Neutralisation des Polarités

4 sessions en distanciel (live)

Ce module s'adresse aux praticien·ne·s souhaitant **approfondir leur pratique** et travailler avec des processus émotionnels particulièrement profonds.

Le Deep PEAT est le processus le plus emblématique des Méthodes PEAT. Ce module vous accompagne dans un **travail en profondeur sur les dualités fondamentales** qui nous traversent depuis la naissance. Un processus de **fusion des polarités** permet une réconciliation intérieure, ouvrant à un état de paix profonde.

Le projet de l'Âme dans l'incarnation : Les Polarités Primordiales

- Au-delà du mental : Une exploration de nos contenus émotionnels profonds pour dégager des charges très anciennes et résoudre les problèmes à leur racine.
- Intégration des Polarités : Découverte et intégration de votre « polarité primordiale », cette mémoire originelle qui structure vos comportements et votre relation au monde depuis la naissance, voire avant.
- Libération durable : Transformer l'opacité de l'inconscient en clarté pour passer d'une vie de "réactions" à une vie d'actions conscientes et lucides.

Les Spécificités du processus Deep PEAT

- Transformation Multi-niveaux : Un protocole unique permettant la libération d'un grand nombre d'émotions en une seule session.
- Émergence Spontanée : Contrairement aux autres outils, ici la polarité se présente d'elle-même sans intervention du mental.
- Ouverture et Stabilité : Accéder à un espace de neutralité et de stabilité émotionnelle profonde, souvent décrit comme un état d'ouverture spirituelle.

Le Processus Circulaire : Résolution des Conflits

Ce processus est particulièrement utile pour accompagner les conflits interpersonnels. Il permet d'accéder à un autre point de vue, celui de l'autre personne et d'envisager la situation sous un angle complètement neuf.

La fusion des polarités qui s'opère permet également, au consultant, d'agir en miroir, sur son propre monde intérieur.

Informations Pratiques

- **Format :** 4 sessions en direct via **Zoom** de 13h à 17h.
- **Pédagogie :** Alternance de théorie, démonstrations et exercices pratiques en binôme.
- **Prérequis :** Avoir validé le Module 1 (ou être en cours de cursus)

Module complémentaire : Identité et positionnement du praticien

2 sessions en distanciel (live) et modules en e-learning

Ce module accompagne les participant·e·s dans le **développement et le réajustement de leur positionnement professionnel**, en lien avec leur pratique des Méthodes PEAT.

À travers des modules e-learning et des exercices guidés, il permet de clarifier l'offre, de renforcer la lisibilité de l'activité et de lever les freins pouvant en limiter le déploiement.

Développer son rayonnement professionnel

Ce module accompagne les participant·e·s dans le développement et le réajustement de leur activité professionnelle, en articulation avec leur pratique des Méthodes PEAT. Il permet de travailler un positionnement clair, une communication ajustée et un rayonnement professionnel en accord avec ses valeurs, afin de rendre son activité plus lisible.

La formation se déroule en deux temps. Un premier temps en e-learning, composé de vidéos pratiques, permet d'explorer les bases du positionnement, de la communication et de la visibilité professionnelle. Un second temps, via des sessions live, est dédié à un travail d'approfondissement, portant à la fois sur les ressources motrices de la pratique – ce qui fait sens et soutient l'engagement – et sur les freins pouvant entraver le déploiement de l'activité, notamment lors d'une installation ou d'un réajustement professionnel.

L'installation professionnelle de l'indépendant

Un module bonus en e-learning qui traite de l'installation professionnelle et du statut d'indépendant complète la formation. Ils offrent des repères concrets sur la tarification, l'organisation du temps, le business plan et les démarches administratives.

Informations Pratiques

- **Format :** 2 sessions en direct via **Zoom** de 13h à 17h et modules en e-learning.
- **Pédagogie :** Alternance de théorie, démonstrations et exercices pratiques en binôme.
- **Prérequis :** Avoir validé le Module 1 (ou être en cours de cursus)

Les atouts de notre formation

La formation allie rigueur et souplesse avec un **format 100 % live**, mêlant **théorie, démonstrations** et temps de pratique en direct.

Chaque outil est expérimenté en binôme en salles zoom supervisées par les deux formatrices, et renforcé par des temps de pratique personnelle à l'inter-session, en autonomie. L'ensemble des sessions théoriques et démonstratives est **accessible en replay**, pour permettre à chacun·e d'intégrer à son rythme.

Une **session immersive** consacré aux outils de libération des traumas est également inclus dans le parcours. Il permet de pratiquer **en présentiel** dans un cadre soutenant, de vivre l'efficacité des outils en direct, et de créer une **cohésion forte** au sein du groupe. Ce moment clé du programme favorise l'intégration en profondeur et l'ancrage des apprentissages. Le transport, l'hébergement et la pension complète ne sont pas compris dans le prix de la formation. Le lieu du stage permet de loger tout le monde. Les informations seront transmises au moment de l'inscription à la formation.

Après la formation, vous pouvez accéder à des **sessions d'approfondissement** sans limitation de durée pour réviser, poser vos questions et approfondir les outils vus ensemble.

La formation comprend également des manuels de formation détaillés, les supports de présentation, ainsi que **l'intégration à une communauté vivante**. Vous rejoignez le groupe WhatsApp de votre promotion, où les formatrices sont disponibles pour répondre à vos questions et vous accompagner pendant et après la formation. Les **échanges entre promotions** enrichissent encore davantage votre parcours.