



Ecole d'Analyse transactionnelle
Montpellier

✓ École certifiée Qualiopi

CYCLE 1 · ANNEE 1 · PARCOURS DE FORMATION 2027

1^{ère} Année

Les fondamentaux de l'Analyse Transactionnelle

Apprenez à décoder vos relations, à mieux vous comprendre et à communiquer autrement. Une année pour poser des bases solides, dans un cadre bienveillant et structuré - au service de votre vie personnelle comme professionnelle.

+500 stagiaires depuis 1998

Certification EATA / ITAA

A partir de 60 h · 10 journées

POURQUOI L'ANALYSE TRANSACTIONNELLE

Une approche humaniste pour comprendre les relations humaines

L'Analyse Transactionnelle (AT) offre des outils concrets et accessibles pour transformer votre quotidien et vos échanges. La 1^{re} année vous en donne le socle : les concepts clés, leurs liens entre eux, et vers une première maturité relationnelle.



Comprendre ses Etats du Moi

Explorez le Parent, l'Adulte et l'Enfant et décryptez vos comportements.



Améliorer sa communication

Développez des compétences relationnelles concrètes pour des échanges plus authentiques et efficaces.



Gagner en autonomie

Décryptez jeux psychologiques et scénarios de vie pour reprendre la main sur vos relations.



Une formation reconnue

Des heures de formation reconnues à l'international (EATA / ITAA) et une école certifiée Qualiopi.

À qui s'adresse cette 1^{re} année ?

Débutants curieux

Professionnels de l'accompagnement

RH

Éducation & enseignement

Thérapeutes

Coachs

Personnes en questionnement

Managers

Pré-requis

Aucun prérequis, si ce n'est la curiosité.

Le Cours 101 en est la porte d'entrée idéale, que votre projet soit personnel ou professionnel.

VOTRE PARCOURS EN 10 JOURNÉES

Une progression pensée pour une intégration progressive et durable

De la pose du cadre jusqu'à votre projet professionnel, chaque journée vous fait avancer pas à pas - de la découverte des concepts vers une vraie intégration.

1

MER. 13 JAN. 2027

Le cadre & se rencontrer

Contrat, signes de reconnaissance (strokes) et structuration du temps : la dynamique de groupe démarre.

2

MER. 17 FÉV. 2027

Histoire, positions de vie & contrats

Éric Berne, l'esprit de l'AT, les positions de vie existentielles et la logique contractuelle.

3

MER. 17 MARS 2027

États du moi & transactions

Le diagramme fonctionnel, l'égogramme et les lois de la communication pour lire les comportements.

4

MER. 14 AVR. 2027

Structure & diagnostics

Diagramme structural, exclusions, contaminations, impasses — et la notion d'Adulte intégré.

5

MER. 12 MAI 2027

Les jeux psychologiques

Triangle dramatique de Karpman, formule G : reconnaître les jeux et apprendre à en sortir.

6

MER. 9 JUIN 2027

Les scénarios de vie

Comprendre son plan de vie, l'appareil scénarique, et la redécision pour le faire évoluer.

7

MER. 15 SEPT. 2027

Sentiments parasites

Émotion authentique vs racket, le circuit du sentiment parasite et le matériel des Schiff.

8

MER. 13 OCT. 2027

Méconnaissances & passivités

Repérer les mécanismes qui bloquent l'action et les leviers pour les dépasser.

9

MER. 24 NOV. 2027

Théorie organisationnelle

Lire les dynamiques de groupe et de système avec les outils de l'AT.

10

MER. 15 DÉC. 2027

Évaluation & projet

Bilan de l'année, mini-scénario et formalisation de votre projet personnel & professionnel.



Chaque mercredi de cours peut être prolongé par un Jeudi "Eurêka" (*) : des temps forts pour vivre l'AT à travers un groupe de pairs.

(*) Facultatif : selon projet personnel et professionnel.

FORMATION TRANSVERSALE · TOUTES PROMOTIONS

Les Jeudis Eurêka

Des journées de formation transversales, organisées chaque mois, qui réunissent l'ensemble des promotions - dès la 1^{re} année. Un brassage des expériences et des regards qui crée une dynamique collective unique : les concepts d'AT y sont partagés et mis en perspective par tous, quel que soit le niveau d'avancement dans le cursus.

» **Brasser les niveaux** Mélanger les promotions et les projets professionnels de la 1A à la 4A et plus, au sein de l'école.

» **Ouvrir les cadres** Confronter et élargir ses cadres de référence au contact des autres regards.

UN PARCOURS EN 4 PHASES · 10 THÈMES

De la pose du cadre jusqu'à la projection de soi

01

Phase 1 - Poser le cadre

« Se doter d'une grille de lecture avant d'explorer »

1. Les cadres de référence
2. Le stress

02

Phase 2 - Explorer l'identité

« Qui suis-je ? D'où viennent mes constructions ? »

3. Genre, identité et sexualité
4. Honte et culpabilité
5. Le chant : trouver sa voix

03

Phase 3 - Les grandes traversées

« Les thèmes cliniquement les plus exigeants, sur une base solide »

6. Le deuil
7. Le suicide

04

Phase 4 - Intégrer et se projeter

« Qui est-ce que je choisis d'être, et comment ? »

8. Créativité, écriture et scénario
9. Soi véritable et pouvoir exécutif
10. L'identité professionnelle

LES 10 THÈMES DÉVELOPPÉS

Ce que vous explorerez

1 Les cadres de référence

« Voir le monde à travers ses propres filtres »

Nous ne voyons pas le monde tel qu'il est, mais tel que nous sommes : prendre conscience des filtres qui colorent notre perception et nos relations.

2 Le stress

« Décoder ce que le stress dit de notre scénario »

Le stress lu à travers les drivers, les jeux et les états du Moi sous tension. Comment sortir de l'impasse en mobilisant l'Adulte et ses propres permissions.

3 Genre, identité et sexualité

« Qui suis-je au-delà des injonctions ? »

Les multiples façons dont nous construisons et habitons notre identité de genre et notre vie affective, entre héritage, normes sociales et désir d'authenticité.

4 Honte et culpabilité

« Parasites ou messagères ? »

Ces émotions qui nous gouvernent : comprendre leur rôle dans nos vies pour mieux s'en dégager et retrouver une relation plus libre à soi-même.

5 Le chant : trouver sa voix

« De la voix étouffée à la voix incarnée »

De la voix chantée à la voix intérieure — explorer ce que « prendre la parole » signifie pour chacun, dans le corps, dans la relation et dans l'existence.

6 Le deuil

« Perdre, traverser, se retrouver »

Toute perte — d'un être cher, d'un rôle, d'une illusion — engage un processus singulier : traverser ensemble ce que le deuil demande et ce qu'il peut ouvrir.

7 Le suicide

« Écouter, comprendre, accompagner »

Un thème difficile et nécessaire, abordé avec bienveillance et rigueur, pour mieux comprendre la souffrance et savoir comment accompagner.

8 Créativité, écriture et scénario

« Écrire, créer, imaginer »

Autant de portes d'entrée vers soi-même et vers les grandes lignes, souvent invisibles, du scénario de vie que chacun rejoue.

9 Soi véritable et pouvoir exécutif

« Ainsi va l'Adulte intégrant »

Qui décide vraiment en nous ? Explorer la distance parfois grande entre ce que nous sommes profondément et ce qui gouverne nos comportements.

10 L'identité professionnelle

« Se situer, se choisir, se projeter »

Pourquoi l'AT ? Un temps de réflexion sur le sens de cette formation : ce qui m'a amené·e ici, et ce que je veux faire de l'AT dans ma vie et ma pratique.

Facultatifs mais précieux. Les Jeudis Eurêka sont nécessaires pour s'engager vers un parcours certifiant ou la psychopraticque. Chaque thème, y compris les plus exigeants, est encadré avec bienveillance par des formateurs certifiés.

Remarque : programme prévisionnel pouvant être amené à évoluer.

FORMAT, ÉQUIPE & MODALITÉS

Tout ce qu'il faut savoir pour vous décider

● Le rythme de l'année

A partir de 60h sur 10 journées :

- » 10 mercredis de cours (jan. à déc.)
- » 10 Jeudis Eurêka - facultatifs, mais nécessaires pour un parcours certifiant (recommandés pour la psychopratique)

● Reconnaissance & validation

- » École certifiée Qualiopi
- » Heures reconnues à l'international (EATA / ITAA)
- » Évaluation : examen écrit à livre ouvert + entretien de projet
- » Attestation de formation remise en fin d'année
- » Passerelle directe vers la 2^e année

● Modalités pratiques

- » **Site** : eAT Montpellier - 12 rue des Capriers, 34790 Grabels
- » **Horaires des cours** : 9h-12h / 13h-16h
- » Accessibilité : notre référent handicap étudie vos besoins

● Tarifs

- » Individuel (mercredis seuls) : **1325 €**
- » Individuel (mercredis + jeudis) : **2240 €**
- » Entreprise (mercredis + jeudis) : **2830 €**
- » Adhésion annuelle école : **20 €**

Financement entreprise / OPCO possible
Non éligible CPF

● Vos formatrices



Joëlle Peschot

Formatrice & superviseure
TSTA-E



Nathalie Rouzau

Formatrice
En contrat CTA-E

● Dates 2027 (mer-jeu)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| • 13-14 janv. 2027 | • 9-10 juin 2027 |
| • 17-18 févr. 2027 | • 15-16 sept. 2027 |
| • 17-18 mars 2027 | • 13-14 oct. 2027 |
| • 14-15 avr. 2027 | • 24-25 nov. 2027 |
| • 12-13 mai 2027 | • 15-16 déc. 2027 |

Prêt·e à vous lancer ?

Demandez le programme détaillé et votre devis personnalisé, ou faites votre premier pas avec le Cours 101. Nous vous accompagnons avec bienveillance dès la première prise de contact.

EMAIL

info@eat-montpellier.com

TELEPHONE

+33 6 51 30 59 72

EN LIGNE

www.eat-montpellier.com