

Formation

Penser et agir avec l'entraînement mental

A la découverte de la méthodologie de l'entraînement mental : A partir de situations insatisfaisantes vécues, ce stage vous invite à développer une pensée critique autonome et complexe.

Dates du mercredi 27 au samedi 30 novembre 2019

Durée 28 heures réparties en 4 journées

Lieu Maison des Associations de Chambéry (Savoie)

Formatrice : Claire Ichou



formation@entre-autres.org
11 Bd Verdun 01300 Belley
07 82 46 2007- 06 74 41 60 69

Numéro de SIRET
810 104 364 00015
N° de déclaration d'activité de formations
84010174501

Penser et agir avec l'entraînement mental

A partir de situations telles que...

Je ne trouve plus de sens dans mon engagement professionnel car je ne suis pas d'accord avec les moyens mis en œuvre.

J'ai besoin de méthode pour mieux travailler en groupe et animer une réunion.

Nous n'arrivons pas à impliquer de nouveaux bénévoles dans notre association. Ce sont toujours les mêmes qui s'engagent.

J'ai l'impression que la routine m'empêche d'avoir de nouvelles idées.

Je trouve simpliste la façon dont les médias parlent de certains sujets de société.

J'ai envie d'agir et être solidaire mais ne sais pas par où commencer.

...l'entraînement mental permet de:

- Analyser des situations et appréhender leur contexte
- Construire des stratégies d'intervention dans leur complexité
- Faciliter l'action individuelle et collective

Origine de l'entraînement mental

L'entraînement mental est une méthode élaborée par Joffre Dumazedier pendant l'expérience de l'École d'Uriage (1940-1942) puis expérimentée dans les mouvements de la Résistance dans le Vercors. Après 1945, elle a été développée par le mouvement d'éducation populaire Peuple et Culture.

Originalité de l'entraînement mental

L'entraînement mental est une méthode à utiliser seul ou à plusieurs. Elle articule la logique (comment on organise sa pensée), avec la dialectique (pour tenir compte de la complexité en jeu) et l'éthique (sur ma responsabilité et ce qui me semble juste).

Contenu du stage

L'entraînement mental est une méthodologie qui permet de se doter d'outils et de méthodes pour :

- distinguer les faits, les points de vue, les théories et les croyances, les a priori et les affects
- travailler sur les contradictions
- s'entraîner à la recherche de ressources théoriques et pratiques
- construire des outils d'animation, d'écriture, de prise de parole en public et de lecture

Avec quoi je repars de la formation ?

L'entraînement mental peut nourrir des démarches d'analyses de pratiques professionnelles ou associatives et coopératives, permettre à des équipes pluridisciplinaires de travailler leur objet commun, accompagner des personnes pour réduire l'écart entre discours et réel.

Penser et agir avec l'entraînement mental

Public

Je suis curieux de cette méthode et souhaite l'utiliser en tant que professionnel, responsable associatif, bénévole, éducateur, travailleur social, professionnel du médico-social, fonctionnaire...

Qui est entre-autres ?

entre-autres est une association d'éducation populaire, référencée en tant qu'organisme de formation dans Data-dock. Nous proposons des formations, des accompagnements et des animations autour de quatre objectifs :

1. Déconstruire nos représentations et mettre en question les rapports sociaux basés sur nos différences,
2. Construire notre pensée critique, à partir de points de vue et d'imaginaires différents,
3. Créer une culture des rencontres et ouvrir des espaces pour la relation,
4. Et enfin donner envie d'agir le monde et accompagner les actions.

entre-autres pense et structure son action :

- Dans la convivialité,
- A partir d'échanges, de jeux interactifs, d'études de cas pratiques et de mises en situation,
- En s'inspirant de théories des sciences sociales, de témoignages et d'œuvres artistiques,
- En partant du positionnement individuel de chacun.e et de sa trajectoire, dans des allers-retours permanents entre « je » et « nous », entre réflexion individuelle et intelligence collective,
- Sans boîte à outils ni formule magique, sans réponse toute faite, faite, certitude ni vérités d'experts,
- En prenant le temps de prendre du recul et en acceptant la complexité des questions posées.

Qui est l'intervenante ?

Claire Ichou a découvert l'entraînement mental de retour de dix ans d'expériences universitaire, professionnelle, militante en Afrique du Sud, au Zimbabwe, aux États-Unis, en Haïti et au Royaume-Uni. Elle se sentait dans un moment de questionnement sur sa place dans les organisations de développement international. L'entraînement mental l'a aidé à clarifier ses besoins, notamment éthiques. Elle a depuis cofondé l'association entre-autres et intervient pour des formations, des accompagnements de projet et des animations sur les thèmes de l'égalité, de l'interculturalité et du pouvoir d'agir.

Penser et agir avec l'entraînement mental

En pratique

Du mercredi 27 au samedi 30 novembre 2019

Durée 28 heures réparties en 4 journées

à la Maison des Associations - 67, Rue Saint-François de Sales à Chambéry

Formatrice : Claire Ichou

Coût & financement

Professionnel - 840€ TTC (soit 30€/ heure)
(financé par l'employeur, plan de formation, CIF, AIF - pôle emploi, ...)

Personnel - 250€ TTC (possibilité de régler en plusieurs fois)

Nous pouvons vous aider à faire le point sur les possibilités de financement. Si le financement professionnel est accordé, vous pouvez également demander la prise en charge de vos frais de déplacement et d'hébergement.

Nous souhaitons que les personnes dont la situation ne leur permet pas de bénéficier de financement puissent participer à nos formations, c'est pourquoi nous proposons un 2ème tarif dit personnel.



Pour nous contacter

formation@entre-autres.org

11 boulevard Verdun 01300 Belley

07 82 46 20 07 - 06 74 41 60 69

Numéro de SIRET : 810 104 364 00015

N° de déclaration d'activité de formations : 84010174501