

Descriptif détaillé de la formation

## **Penser et structurer son action dans la complexité et initiation au clown** (méthode entraînement mental)

Cette formation propose une démarche appropriable par tous pour travailler une pensée critique autonome.

La méthode de l'entraînement mental est ancrée dans l'histoire de l'éducation populaire comme résistance aux habitudes de pensée et aux postures réductrices. Il nous importe aujourd'hui de le proposer à tous et à chacun pour comprendre et agir plutôt que subir, pour rire de nous plutôt que d'en pleurer, pour cultiver notre humanité plutôt que d'y renoncer.

Selon les souhaits, les usages, les situations, 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 pensée et action, entre discours et réel.

Ces stages s'adressent à des professionnels, responsables associatifs, bénévoles, éducateurs, travailleurs sociaux, professionnels du médico-social, salariés de la fonction publique...

Le travail du clown en lien avec les méthodologies d'intervention sociale peut permettre de trouver le recul nécessaire dans son intervention auprès des publics au quotidien pour travailler les situations complexes auxquelles les professionnels sont confrontés. Prendre en compte sa posture physique, savoir la travailler dans les dimensions plurielles du corps en lien avec sa pensée dans ses relations d'accompagnement est un élément qu'il nous semble important de travailler, particulièrement dans les métiers engageant de la relation aux autres et à des publics qui peuvent être dans des situations de fragilité .

Les stages du Crefad Loire sont encadrés par des formateurs inscrits dans la dynamique collective du réseau des Crefad et engagés pour la transmission de l'entraînement mental sous différentes formes.

Davantage de détails : [www.entrainementmental.org](http://www.entrainementmental.org)

## Objectifs pédagogiques généraux

---

- Faciliter la conduite du changement au sein de son organisation par un approche articulante logique, éthique et dialectique ;
- Savoir construire des stratégies qui allient exigence de rationalité, respect de l'humanité et acceptation de la complexité ;
- Améliorer sa capacité à prendre en compte plusieurs points de vue ;
- Intervenir en réunion et prendre la parole en public ;
- Amélioration de sa manière de conduire et d'animer des réunions et débats ;
- Mieux analyser son projet et ses actions au regard des objectifs et finalités de départ ;
- Enrichir sa culture méthodologique par un retour réflexif sur ses pratiques et une meilleure connaissances des postures et outils ;
- Donner une approche plurielle du corps afin de le prendre en compte dans toutes les activités et postures sociales du quotidien, tant professionnelles que pédagogiques ou militantes ;
- Se doter de grilles de lecture et d'outils opérationnels à inclure dans ses outils d'intervention ou d'accompagnement ;

## Capacité et compétences visées

---

- Savoir animer un réunion / un travail en collectif
- Conduire un projet en intégrant l'ensemble des parties-prenantes
- Prendre une décision individuellement et collectivement
- Savoir lire et comprendre les corps à travers les postures des personnes accompagnées ;
- Savoir être à l'écoute des autres ;

## Méthodes pédagogiques

---

Des exercices pratiques alterneront avec des apports techniques ou théoriques. Ces exercices porteront sur des situations concrètes proposées et choisies par les participants, en rapport avec leurs expériences professionnelles passées et présentes. Les apports théoriques sont essentiellement d'ordre méthodologique et seront articulés à des éclairages très précis issus de sciences humaines : sociologie, sciences du langage, étymologie, philosophie, entre autres.

## Programme détaillé

---

### Jour 1

#### **Matin : Les ressources de la méthodologie de l'entraînement mental**

Accueil, présentation des participants et du programme.

Logique / Éthique / Dialectique (le défi de la complexité)

L'analyse et la synthèse (méthodologie)

Les opérations mentales de base (méthodologie)

Le ballon des points de vue (méthodologie) : éclairer une situation, situer et se situer dans un environnement

#### **Après-midi : Rencontrer, découvrir son clown et celui des autres**

Exercices d'échauffements et de technique

Apprendre les règles du jeu de clown et son rapport au monde

Observer chez soi et les autres ces petits gestes, démarches, posture, tics inconscients

Travail sur l'ancrage et de posture

Mettre un nez rouge et laisser naître le clown

### Jour 2

#### **Matin : Les ressources de la méthodologie de l'entraînement mental (suite)**

Statut / Rôle / Fonction / Place : Décrypter et se situer dans une organisation collective

La dialectique : Explorer la complexité, trouver des ressorts intellectuels

Les sites du discours : Situer son discours, situer le discours des autres

Pourquoi / Comment ? Situer une solution dans une stratégie

L'objectif / Mes objectifs : situer et se situer

#### **Après-midi : Travailler nos 5 sens**

Ateliers d'expressions : comment utiliser nos 5 sens,

Utiliser le rire et le mouvement pour entrer en relation.

Prendre sa place et comprendre celle de l'autre.

Jeux d'improvisation

### **Jour 3**

#### **Matin : Mise en pratique**

Exercices pratiques, mise en situation avec les apports méthodologiques : la « problématique » et la formulation des obstacles à dépasser à partir des contradictions repérées - travail individuel, retour en collectif et précisions par la formatrice.

#### **Après-midi : Le clown sa voix/sa voie/son corps**

Exercices sur la voix parlée/chantée, seul et en groupe.

Découvrir le langage de son clown, en corps, en voix.

Travail sur l'espace du clown, sa place.

Préciser ses mouvements, ses gestes, ses sons ; les agrandir pour leur donner une dimension dans l'espace.

### **Jour 4**

#### **Matin : Exercices d'appropriation**

À partir d'une situation d'organisation professionnelle travail en petits groupes sur des situations concrètes insatisfaisantes, mise en commun des avancées et des difficultés, apports d'éléments de méthodes complémentaires.

Après-midi : Travailler la confiance en soi aux travers des émotions

Exercices posturaux sur les différentes phases émotionnelles du clown.

Expression et gestion des émotions en toute sincérité

Retrouver sa spontanéité valoriser ses capacités et ses talents.

### **Jour 5**

#### **Matin : Le dialogue et la communication**

Improvisations et rencontres de clown : Observer les réactions de l'autre, ressentir et agir à partir de situations quotidiennes

Improvisations sans paroles : observer le dit et non dit par le corps.

#### **Après-midi :**

Synthèse et précisions méthodologiques, repères bibliographiques et documentaires, ressources disponibles, ancrages des apprentissages et application par chacun.e, bilan et perspectives.

## **Modalités d'évaluation / Certification**

---

À la fin de la formation, un bilan permettra une évaluation avec les participants. Les critères utilisés : acquisition d'outils et applications concrètes envisagées. Une attestation, précisant notamment la nature, les acquis et la durée de la session, sera remise au bénéficiaire de la prestation. Les feuilles de présence seront signés par les stagiaires et les formateurs.

## **Dates et lieu de la formation**

---

Du 8 au 12 juillet 2019 à Saint Etienne

## **Durée**

---

35 heures réparties sur 5 jours

## **Frais pédagogiques**

---

980€ par stagiaires + frais d'hébergement et de repas.

## **Public**

---

Professionnels et militants du secteur associatif, professions libérales, entrepreneurs, travailleurs indépendants, personnes exerçant un métier en contact et en relation avec du public, personnes impliquées dans des projets individuels ou collectifs de transformation sociale, acteurs sociaux, professionnels de l'accompagnement, ...

## **Formatrices**

---

Julie Champagne, Catherine Duray & Sophie-Bulle Texier

## Préalable(s) requis

---

Aucun

## Nombre de participants

---

De 1 à 10 stagiaires.

## Inscription

---

Par courriel auprès du Crefad Loire ([contact@crefadloire.org](mailto:contact@crefadloire.org)) à l'aide du bulletin d'inscription. Dès réception de l'inscription et du chèque d'acompte (50€), nous vous expédions les documents nécessaires pour une prise en charge par votre employeur et/ou votre OPCA (devis et documents pédagogique et administratif) ainsi qu'une convention ou un contrat de formation.

## Modalité d'inscription et d'annulation

---

Les demandes d'annulation doivent nous parvenir au plus tard 10 jours avant la date de démarrage de la formation. Dans ce cas si un acompte a été versé, il sera intégralement remboursé. Pour toutes annulations postérieures à ce délai (sauf cas de force majeure dûment reconnue), un dédommagement des frais occasionnés correspondant à 30% du tarif de la formation sera dû au Crefad Loire. Dans la limite des places disponibles, les reports d'inscription d'une session à une autre et les demandes de remplacement sont admis à tout moment.

Le Crefad Loire peut être amené à annuler une formation ou à en modifier les dates et ce au plus tard 10 jours avant la date prévue. Chaque personne inscrite sera alors informée par téléphone, courriel ou courrier et se verra proposer une autre session ou un autre stage. En cas d'impossibilité, l'acompte versé sera intégralement remboursé.