

# Découverte de l'Entraînement mental

## Programme de formation

### Modalités pratiques

- **Dates** : du mardi 12 mars 2019 à 14h au vendredi 15 mars 2019 à 14h
- **Durée** : 24 heures
- **Horaires** : de 9h à 13h (sauf le mardi), de 14h30 à 18h30 (sauf le vendredi)
- **Lieu** : Saint Germain sur Ille (à 20 km au nord de Rennes)
- **Frais pédagogiques** : 500 €
- **Frais annexes** : 200 € en pension complète sur le lieu de stage

### Public

Tout professionnel souhaitant découvrir et s'approprier l'une des méthodes historiques de l'éducation populaire. Les accompagnateurs de projets, responsables d'équipes et formateurs y trouveront une réflexion sur leur posture professionnelle ainsi qu'une démarche précise et outillée leur permettant l'animation de réflexions collectives.

### Objectifs

Pour revisiter nos habitudes de pensée comme d'action, pour que la théorie éclaire le réel sans dicter ce qu'il devrait être, contre la scission entre les « intellectuels » et les « manuels », nous proposons un stage de découverte de l'entraînement mental. Méthode forgée dans les années 30 par Joffre Dumazedier, fondateur de la fédération « Peuple et Culture », et enrichie ensuite par ses praticiens, l'entraînement mental travaillé ici conjugue complexité, responsabilité et logique.

Il se transmet par la pratique et invite chacun/chacune à s'approprier ses points de repères à sa guise. Dans un cadre collectif, il permet à chacun de se situer un peu plus clairement par rapport à ce qui est en jeu. Dans un cadre professionnel, l'entraînement mental permet d'appréhender la complexité des situations et d'adopter une démarche centrée sur une résolution juste et efficace des problématiques posées en évitant les représentations et en prenant en compte la diversité des regards croisés sur la situation.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 74 02722 74 auprès du préfet de région Rhône-Alpes  
Coordonnées bancaires: Crédit Coopératif - IBAN : FR76 4255 9000 1821 0033 0780 782 - BIC : CCOPFRPP  
TVA Intracommunautaire FR 41 410 829 477



**OXALIS** · 603 boulevard Président Wilson · 73100 Aix-les-Bains

**04 50 24 44 55** ● Fax 04 79 61 09 28 ● [info@oxalis-scop.org](mailto:info@oxalis-scop.org) ● [www.oxalis.coop](http://www.oxalis.coop)

SCOP-SA à capital variable ● RCS Chambéry ● SIREN 410 829 477 ● APE 8299Z

## Contenus

Cette formation est fondé sur l'articulation d'apports théoriques, méthodologiques, de temps d'analyse et d'expérimentation des outils.

- Présentation des stagiaires et des formateurs
- Arpentage d'ouvrages et articles sur l'entraînement Mental
- Apports théoriques sur l'histoire de l'EM : le cheminement de Joffre Dumazedier, la remise en perspective des termes et intentions à sa création dans les années 30, les années fastes d'après guerre, le déclin des années 80, le renouveau et la réappropriation contemporains.
- Méthode et application de formulations de « Situations Concrètes Insatisfaisantes »
- Apport théorique sur le cheminement de l'entraînement mental à partir des 4 cases
- Travail sur les situations à partir des 4 cases : les faits (hélicoptère en petit groupe) les problèmes (aspects et points de vues), les explications (causes et conséquences) et les solutions (urgent et important) • Apport théorique sur le triangle : Logique, dialectique, éthique
- Travail sur les situations à partir du triangle.
- Groupes de suivis et de ressentis

## Moyens pédagogiques

Une alternance de temps en plénière, en petits groupes et en individuel rythmeront les journées. Les savoirs chauds comme les savoirs froids seront sollicités. Une attention aux corps et aux émotions sera apportée en offrant d'autres pratiques que l'échange d'arguments autour d'une table... Mes outils sont le paper-board et le marqueur, des livres et un peu de petit matériel. Pas de powerpoint ni de photocopiés.

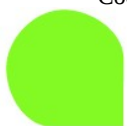
## Évaluation :

Des bilans collectifs et individuels seront effectués tout au long de la formation afin de mesurer les écarts potentiels entre les objectifs de départ et le déroulement effectif de la formation ainsi que la compréhension et l'appropriation des contenus par les stagiaires.

## Encadrement :

Cette formation sera encadrée par Anthony Brault.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 74 02722 74 auprès du préfet de région Rhône-Alpes  
Coordonnées bancaires: Crédit Coopératif - IBAN : FR76 4255 9000 1821 0033 0780 782 - BIC : CCOPFRPP  
TVA Intracommunautaire FR 41 410 829 477



OXALIS · 603 boulevard Président Wilson · 73100 Aix-les-Bains

04 50 24 44 55 ● Fax 04 79 61 09 28 ● info@oxalis-scop.org ● www.oxalis.coop

SCOP-SA à capital variable ● RCS Chambéry ● SIREN 410 829 477 ● APE 8299Z

## SANS TRANSITION

### Champs d'intervention

#### Formations

Nos formations proposent de découvrir des pratiques d'éducation populaire, de s'approprier des grilles d'analyse articulant le conflit et la coopération, la transformation personnelle et la transformation sociale.

#### Interventions

Nous formons à nos outils par des expérimentations dans le contexte réel de l'équipe, ou de ses publics, et nous intervenons avec ces outils notamment dans des situations de tensions ou de conflits dans des associations, des entreprises et des collectivités territoriales.

#### Conférences gesticulées

Objet hybride entre le spectacle et la conférence, la conférence gesticulée mélange des savoirs «chauds » et des « savoirs froids ». Je forme à cette convention et en propose une autour des liens entre collapsologie et éducation populaire.

### Principes d'intervention

#### Partir des stagiaires

Les premiers temps de nos interventions consistent à partager des récits d'expérience apportés par les stagiaires de nos formations. Les apports font la part belle aux réactions et aux débats des stagiaires. Les derniers temps explorent les utilisations possibles des apports du stage dans leurs contextes réels.

#### Favoriser l'expérimentation

C'est souvent l'isolement, le manque de légitimité ou de cadre pour agir qui empêche des changements de se produire, bien plus qu'un manque de savoir-faire. Pour échapper à ce constat, la tentation de la recette magique est toujours grande. Les outils que nous proposons sont expérimentés et critiqués collectivement pendant le stage, pour les utiliser en sachant les adapter à son contexte.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 74 02722 74 auprès du préfet de région Rhône-Alpes  
Coordonnées bancaires: Crédit Coopératif - IBAN : FR76 4255 9000 1821 0033 0780 782 - BIC : CCOPFRPP  
TVA Intracommunautaire FR 41 410 829 477



OXALIS · 603 boulevard Président Wilson · 73100 Aix-les-Bains

04 50 24 44 55 ● Fax 04 79 61 09 28 ● info@oxalis-scop.org ● www.oxalis.coop

SCOP-SA à capital variable ● RCS Chambéry ● SIREN 410 829 477 ● APE 8299Z

## Privilégier le vécu sur le prévu

Nos interventions répondent «in-situ» au vécu des participants, à leurs besoins et leurs intérêts exprimés, aux questions et aux difficultés repérées. Ce qui nécessite un recueil régulier des ressentis mais surtout un travail d'observation, raison pour laquelle nous intervenons le plus souvent possible en binôme.

## Penser complexe

Passer directement des faits aux solutions ne résout pas grand chose. Accepter que la vérité a de multiples visages est difficile. S'y refuser, c'est abdiquer sur tout changement en profondeur. Pour penser complexe, nous privilégions le pragmatisme à l'idéologie et utilisons notamment les démarches de l'analyse institutionnelle et de l'entraînement mental.

## Présentation de l'intervenant

D'abord animateur dans le champ de l'enfance-jeunesse, puis formateur BAFA-BAFD, j'ai conçu de nombreux dispositifs de débats, d'abord dans des colonies de vacances puis dans les rues piétonnes de Tours, ville où j'ai grandi, à destination des passants, puis dans des colloques, des assemblées générales, des mouvements sociaux...

J'ai importé ces méthodes - les débats mouvants, les porteurs de parole, le GrO-DéBaT... - au sein de la coopérative Le Pavé que j'ai co-fondé en 2007 et dont j'ai été salarié et co-gérant jusqu'à sa dissolution en décembre 2014. Formateur, consultant et conférencier-gesticulant, j'interviens depuis dix ans auprès de structures le plus souvent en lien avec l'éducation populaire.

Actuellement indépendant au sein de la coopérative d'entrepreneurs Oxalis, je me suis spécialisé dans l'approche socianalytique, qui, croisée avec mes savoirs-faire antérieurs, me permet d'intervenir dans des situations difficiles, de crise, dans le milieu du travail. Sans transition est le nom de mon activité d'indépendant au sein de cette coopérative.

## Contacts

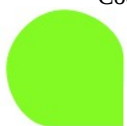
Sans Transition - Brault Anthony - 06 33 56 66 62

15, rue de la Rabine aux Fouteaux - 35250 SAINT GERMAIN SUR ILLE

[anthonybrault@gmail.com](mailto:anthonybrault@gmail.com) – [www.sanstransition.org](http://www.sanstransition.org)



Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 74 02722 74 auprès du préfet de région Rhône-Alpes  
Coordonnées bancaires: Crédit Coopératif - IBAN : FR76 4255 9000 1821 0033 0780 782 - BIC : CCOPFRPP  
TVA Intracommunautaire FR 41 410 829 477



**OXALIS** · 603 boulevard Président Wilson · 73100 Aix-les-Bains

**04 50 24 44 55** ● Fax 04 79 61 09 28 ● [info@oxalis-scop.org](mailto:info@oxalis-scop.org) ● [www.oxalis.coop](http://www.oxalis.coop)

SCOP-SA à capital variable ● RCS Chambéry ● SIREN 410 829 477 ● APE 8299Z