Formation professionnelle
Penser et agir dans la complexité - Découvrir l'entraînement mental
Du 9 au 12 février 2027 à Grenoble

Organisme de Formation
La Turbine à Graines
50 Rue de la Gare
26 340 Saillans
contact@laturbineagraines.net

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 82 26 02412 26
N°SIRET : 805 064 748 000 33 / Code APE : 8499Z
Organisme de formation certifié Qualiopi au titre de ses actions de formation

Présentation de la formation

« Attentif aux conditions sociales d'exercice du travail intellectuel et aux inégalités culturelles, l'entraînement mental tente de susciter le désir et la capacité d'autoformation individuelle et collective. »
Joffre Dumazedier 1987

L'entraînement mental, de quoi s'agit-il ?

L'entraînement mental est une méthodologie invitant à cultiver son esprit critique, éclairer la finalité de nos actions, situer son point de vue. Il s'agit de s'entraîner à repérer les contradictions, résister aux solutions toutes faites et aux évidences moralisatrices. L'entraînement mental est une façon de renforcer nos capacités individuelles et collectives d'expression, d'analyse, d'imagination, d'action, à partir de situations issues de nos vies quotidiennes

La méthodologie a pour objet :

- d'observer, d'analyser une situation, de la problématiser, et d'évaluer les différentes solutions, et/ou actions à mener
- de distinguer les faits, les points de vue, les théories et les croyances, les a priori et les affects ;
- de travailler sur les contradictions ; sortir du binaire et penser la complexité ;
- de s'entraîner à la rigueur intellectuelle et à la recherche de ressources théoriques et pratiques permettant de mieux appréhender les contextes dans lesquels les acteurs s'impliquent ;
- de se construire des outils d'animation, d'écriture, de prise de parole en public et de lecture critique.

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.

Objectif général : Découvrir et s'exercer à la méthodologie de l'Entraînement Mental
1- être en mesure de construire des stratégies d'interventions sociales qui allient exigence de rationalité, respect de l'humanité et acceptation de la complexité à l'œuvre par :
- la capacité à comprendre et clarifier les situations complexes
- la capacité à se saisir de la méthode en vue d'agir

2- enrichir sa culture méthodologique par :
- Un retour réflexif collectif sur ses pratiques
- Une meilleure connaissance des postures et outils

Objectifs opérationnels :
- Connaître les bases théoriques de l'entraînement mental
- Savoir mobiliser les différents repères théoriques pour analyser une situation complexe
- Comprendre nos chemins de pensée et identifier comment élargir les possibilités
- Élaborer des stratégies d'actions dans la complexité

Public concerné
Cette formation s'adresse à toute personne impliquée dans des projets de transformation sociale curieuse de découvrir l'entraînement mental, souhaitant acquérir des outils pour mieux comprendre des situations complexes, mieux s'organiser et prendre des décisions, et en particulier aux personnes concernées par l'animation de groupe, le travail en équipe, l'accompagnement de personnes et de projets divers.

N'hésitez pas à nous demander toute précision qui vous serait utile concernant l'accessibilité du stage et à nous exprimer vos besoins spécifiques. Nous nous engageons à assurer le lien avec le prestataire du lieu de la formation, et à chercher ensemble comment prendre en compte les handicaps pour accueillir chacun.e dans les meilleures conditions possibles. Voir laturbineagraines.net/la-turbine-c'est-pour-qui ?

Pré-requis - Niveau de connaissances préalables nécessaire
Pour suivre cette action de formation, il suffit d'être volontaire. Si vous avez des difficultés physiques, de langue ou des besoins d'aménagement spécifiques, merci de nous contacter.

Effectif maximum
La formation est organisée pour un effectif maximum de 12 stagiaires.

Durée, dates et lieu de la formation
Cette formation se déroulera du 9 au 12 février 2027 à Grenoble (soit 28h réparties sur 4 jours) de 9h à 13h et de 14h à 17h, à Grenoble 38100 (la Baj'Art : lieu à confirmer)

Programme prévisionnel de la formation

Jour 1 :
Matin : accueil, présentation des participant-es et du programme. Éléments d'histoire et première mise en situation ;
Après-midi : exercices de formulation de situations, schéma et articulation dialectique /logique/éthique.

Jour 2 :

Matin : présentation des outils de la dimension logique : les opérations de base, articulation pratique/théorie ;

Après-midi : application et mise en pratique par un travail en sous-groupes sur des situations concrètes insatisfaisantes ; mise en commun des avancées et difficultés. Apports d'éléments de méthodes complémentaires, précisions par les formatrices.

Jour 3 :

Matin : reprise du travail sur les situations concrètes insatisfaisantes : travail sur la question des contradictions et de leurs tensions ;

Après-midi : apports méthodologiques : notions d'aspects/points de vue et contradictions. Exercices d'appropriation de la notion de complexité dans la prise de décisions collectives et l'animation de groupe. Travail sur les notions de statuts, rôles et fonctions dans les situations professionnelles. Introduction aux rapports de pouvoirs et à l'autorité.

Jour 4 :

Matin : apports théoriques, organisation de l'action et des solutions, mise en pratique par la fin du travail sur les situations apportées par les participant·e·s ;

Après-midi : synthèse et précisions méthodologiques sur les difficultés de chacun-e, repères bibliographiques et documentaires, ressources disponibles pour tous. Bilan et perspectives.

Nature et caractéristique des actions de formation

Conformément à l'article Article L6111-1, « la formation professionnelle tout au long de la vie constitue une obligation nationale. Elle vise à permettre à chaque personne, indépendamment de son statut, d'acquérir et d'actualiser des connaissances et des compétences favorisant son évolution professionnelle, ainsi que de progresser d'au moins un niveau de qualification au cours de sa vie professionnelle. »

Selon l'article L6313-3, les actions de formation ont pour objet :

« 1° De permettre à toute personne sans qualification professionnelle ou sans contrat de travail d'accéder dans les meilleures conditions à un emploi ;

2° De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail. Elles peuvent permettre à des travailleurs d'acquérir une qualification plus élevée ;

3° De réduire, pour les travailleurs dont l'emploi est menacé, les risques résultant d'une qualification inadaptée à l'évolution des techniques et des structures des entreprises, en les préparant à une mutation d'activité soit dans le cadre, soit en dehors de leur entreprise. Elles peuvent permettre à des salariés dont le contrat de travail est rompu d'accéder à des emplois exigeant une qualification différente, ou à des non-salariés d'accéder à de nouvelles activités professionnelles ;

4° De favoriser la mobilité professionnelle. »

Méthodes pédagogiques

Nous animons les échanges en utilisant des méthodes actives et en alternant des temps de travail en petits groupes avec des temps de travail en plénière. Nous mobilisons des dispositifs variés issus des champs de l'éducation populaire, des pratiques corporelles, de l'analyse institutionnelle et du psycho-social. qui invite à l'expression de chacun-e, l'analyse collective et la prise de décision collective, ainsi que l'évaluation continue du processus. La diversité de ces outils nous permet de nous adapter facilement à différents contextes, personnes et aux différents types de demandes.

Nous animons un aller-retour permanent entre l'expérience et l'analyse. Nous valorisons les expertises de chacun-e. Le travail d'analyse s'appuie souvent sur les mises en récit d'expériences des participant-e-s, à partir desquels nous pouvons identifier les savoirs de chacun-e, les « savoirs chauds ». Dans chaque stage, nous portons également une attention au détour théorique et à l'appropriation collective de « savoirs froids » et aux outils de pensée critique : concepts, grilles de lectures, mise en perspective historique……Voir nos principes pédagogiques.

Points d'attention

L'immersion dans une dynamique de groupe aux prises avec ces thématiques est prenante et parfois confrontante. De même, nos cadres et nos partis pris pédagogiques demandent une forme d'engagement puisque nous travaillons avec les questionnements et les expériences de chacun-e. Nos dispositifs sont impliquants et parfois dérangeants, mais nous pensons que c'est justement cette immersion dans le collectif et l'implication qu'elle induit qui permet des transformations concrètes sur ces questions. Nous proposons différents espaces de régulation pour permettre à tous-tes de se saisir de leur vécu et l'utiliser ou non comme matière de la formation.

Supports pédagogiques

Tout au long de la formation, nous transmettons des articles et/ou des outils sous forme papier, nous investissons l'espace de formation avec les productions des stagiaires et les traces des contenus théoriques abordés. Nous envoyons ensuite par mail les photos de toutes ces traces, les articles, les fiches-outils ainsi que des références bibliographiques et numériques.

Évaluation de l'atteinte des objectifs

Nous aménageons quotidiennement des espaces d'expression et de prise de recul permettant à chacun.e de se positionner sur son cheminement dans la formation, et à l'équipe pédagogique d'entendre le vécu des stagiaires, de s'assurer de l'appropriation des contenus et de réajuster le déroulé si besoin.
Un temps en fin de formation est consacré au bilan sur les objectifs et les perspectives d'appropriation des contenus dans les contextes personnels et professionnels de chacun.e.
En clôture, l'équipe de formateurices délivre un certificat de réalisation.

Recueil des appréciations

En fin de stage, les stagiaires sont invité.e.s à remplir un questionnaire de retour à chaud et ensuite, pour relever les points forts et les points à améliorer sur les méthodes de travail utilisées.
Dans les mois suivant la formation, nous envoyons par mail aux stagiaires un questionnaire de retours à froid.

Formatrice :

Perrine Boissier, accompagnatrice – formatrice en éducation populaire

« Depuis les chemins buissonniers des arts appliqués, j'ai pris les autoroutes des agences d'éco-design, puis les impasses de la médiation culturelle et de la rénovation urbaine, pour enfin prendre

la direction de l'éducation populaire, où je trace aujourd'hui ma propre route. A la Turbine depuis 2018, je propose des ateliers, des temps d'accompagnements collectifs ou de formation pour interroger nos pratiques coopératives et nos démarches participatives, notamment à travers le travail du conflit et des postures d'écoutes. Je m'intéresse particulièrement au rapport au travail, aux dynamiques de groupes, à la pédagogie et la déhiérarchisation des savoirs. Depuis ma rencontre avec l'éducation populaire, je me suis formée en entraînement mental, en analyse institutionnelle et socianalyse, et poursuit depuis 5 ans ma formation en approche clinique de la psychosociologie.

Entre 2016 et 2020, j'ai porté une démarche d'école expérimentale dite «l'école flottante», articulant faire et penser pour explorer différentes manières d'être attentif-ve à soi, à l'autre, à notre environnement, et continuer d'apprendre tout au long de la vie. »

Intervenante :
Morgane Cohen, actrice-chercheure – formatrice en éducation populaire

Après des études en architecture m'ayant mené à la question de la participation des habitant.es dans les projets urbains, j'ai choisi de m'investir dans un milieu associatif en quartier populaire. C'est dans cette aventure que j'ai rencontré l'éducation populaire, le community organising et la pédagogie sociale. C'est aussi dans ce contexte que j'ai pris la mesure de la ségrégation sociale spatiale et des enjeux liés aux politiques des quartiers dit « prioritaires ».

Je me suis formée progressivement à l'approche de l'éducation populaire avec l'association Mme Ruetabaga (où j'ai travaillé plusieurs années), la Scop l'Orage, puis la Turbine à Graines. et ces dernières années, je me suis également formée à l'entraînement mental et la recherche-action avec le Réseau des Crefad en préparant le Diplôme des Hautes Études en Pratique Social au sein du Séminaire Itinérants des Acteurs et Entrepreneurs Sociaux (SIAES 2023-2025).

Je travaille depuis 3 ans au sein de l'association Modus Operandi sur des chantiers de recherche-action autour de l'accueil des personnes exilées dans la société française et plus largement aux enjeux de justice sociale et environnementale.

Présentation de la Turbine à Graines :
La Turbine est une association d'éducation populaire qui œuvre pour renforcer nos capacités à agir sur la transformation de nos vies, le sens de nos métiers et de nos engagements, le lien à nos territoires. Elle agit pour favoriser la coopération et les pratiques démocratiques contre les rapports d'oppression, inégalités et discriminations.

Sa démarche se décline principalement à travers la formation, l'accompagnement et la recherche. Elle s'invente également au travers des expérimentations sur nos territoires pour faire vivre la transformation sociale dans l'espace public, ou hors des sentiers battus.

La Turbine à Graines dans différents champs : éducation, culture, économie sociale et solidaire, travail social, santé, numérique, solidarité internationale, habitat, agriculture…Elle s'adresse aussi bien à des collectifs, associations, collectivités, réseaux, syndicats, coopératives, qu'à toutes personnes intéressées et curieuses de questionner et mettre en mouvement leur vie et leur environnement.

La Turbine est membre du réseau des CREFAD et de l'Association Pour l'Intervention en Analyse Institutionnelle (APIAI), elle est aussi impliquée dans les réseaux et projets locaux en Drôme et en Isère.

Démarche d'inscription et coûts

Pour s’inscrire, contactez-nous d’abord par mail (contact@laturbineagraines.net) en indiquant le stage, les dates, vos noms, mail, téléphone, adresse et statut professionnel.

Ce stage peut être financé dans le cadre de la formation professionnelle. Vous pouvez vous renseigner auprès de votre employeur et/ou nous contacter pour mettre en place une démarche de financement. Nous pouvons étudier ensemble vos besoins, vos questions, vos possibilités de financement et vos droits à la formation professionnelle.
Pour les personnes bénéficiant de prise en charge, voir devis.
Pour les personnes ne bénéficiant pas de prise en charge, ce stage est proposé à prix libre. Un temps d'échange sur cette démarche pourra être aménagé pendant le stage.

Nous vous enverrons ensuite une convention de formation à nous retourner signée.

Enfin, **l’inscription ne sera confirmée qu’à réception de la copie de l’accord de prise en charge, ou à réception d’un virement de 80€ correspondant aux frais d’inscriptions,** en indiquant le nom du stage, le mois et l’année en objet. IBAN FR76 1027 8089 3100 0207 0310 148.
Les frais d’inscription ne sont pas remboursables en cas d’annulation de votre part car ils couvrent des frais fixes de l’organisme de formation. Merci de nous contacter si ces frais représentent une difficulté pour vous.

Avant chaque formation ou intervention, nous envoyons un mail d’information pratiques précisant les conditions d’accueil (lieu, hébergement, repas selon les formations) dans lequel nous mettons en relation les stagiaires pour organiser entre elle-eux des mutualisation (covoiturage, matériel, ressources, etc.)