

# Catalogue de formations



## **Préambule**

*Vous trouverez, ci-dessous, une liste non exhaustive des formations qui peuvent être proposées par Peuple et Culture Wallonie - Bruxelles.*

*Peuple et Culture, en tant qu'opérateur de formation associatif, offre régulièrement des formations mais répond aussi à des demandes particulières émanant d'organisations diverses et variées : demande de formation ou accompagnement/supervision d'équipe.*

*La plupart de ces dispositifs de formation peuvent être ajustés à vos besoins et votre réalité professionnelle, qu'elle soit (socio-)culturelle, sociale ou éducative.*

*Nos formations peuvent faire l'objet d'une intervention financière du fond 4s. N'hésitez pas à vous renseigner sur le site de l'apef (<http://www.apefasbl.org/les-fonds-de-formation/secteur-socioculturel-et-sportif>)*

*Pour toute demande ou toute question, vous pouvez contacter Émilie de Liamchine, responsable des projets de formations au 04 368 82 32 ou 0491 08 69 42, ou par email : [emilie.deliamchine@peuple-et-culture-wb.be](mailto:emilie.deliamchine@peuple-et-culture-wb.be)*

## **Méthodologie, contenu et démarche développés dans nos formations.**

*Les formations proposées par Peuple et Culture développent des capacités d'analyse critique et contribuent à l'émergence d'une citoyenneté active respectueuse du sens du bien commun et de l'intérêt général.*

*Les pratiques des formateurs de P.E.C. W/B s'inscrivent en rupture avec l'enseignement traditionnel. Ils ont tous une longue expérience et savent que former des adultes c'est faire le pari de la transformation des représentations, des pratiques et des comportements.*

*Pour relever ce défi, ils placent les participants au cœur du processus d'apprentissage en s'aidant de méthodes actives (étude de cas, jeu de rôle, mise en situation, technique de la démonstration, groupe de production ...) qui se centrent sur le faire et sur l'être en mettant les individus et le groupe en situation d'agir.*

*Ils adhèrent tous aux principes qui fondent une approche spécifique de la formation des adultes :*

*L'adulte apprend pendant toute sa vie. Les activités qu'il mène, les expériences qu'il accumule, les relations qu'il établit sont sources de savoirs et de compétences multiples tant dans les domaines professionnel que personnel.*

*Les adultes sont motivés pour une formation lorsqu'ils découvrent quels besoins ils pourraient satisfaire, ce qu'ils pourraient améliorer et changer grâce à elle.*

*Les adultes aspirent à se déterminer eux-mêmes : ils ont conscience d'être responsables de leurs propres décisions et de leur vie. Ils ont besoin d'être traités comme des personnes capables de s'organiser et d'assumer leurs décisions.*

*Le rôle de l'expérience est important, c'est le plus grand facteur d'apprentissage des adultes : l'adulte en a plus que le jeune et d'un autre type car l'expérience est constructrice de l'identité de la personne.*

*Le développement des compétences est central dans la formation des adultes : l'orientation des apprentissages se fait autour de la vie à partir d'une tâche ou d'un problème. Elle ne peut se contenter d'un thème général.*

## Entraînement mental – 1<sup>er</sup> degré

Dans une société qui se mondialise, se globalise, se complexifie les citoyens, les professionnels ou les militants éprouvent de réelles difficultés à identifier les problèmes, à cerner l'essentiel, à dégager des marges de manœuvre et d'actions suffisantes pour améliorer cette situation. La culture méthodologique de l'Entraînement mental qui s'appuie sur l'expérience du vécu, la diversité et la confrontation des points de vue, l'identification des divers aspects, la formulation dialectique et contradictoire d'une situation problème, favorise et renforce la capacité d'analyse critique, de penser et d'agir dialectique et éthique.

La culture méthodologique de l'Entraînement mental articule :

Une approche logique reposant sur les quatre phases de l'EM - la représentation, la problématique, l'explication, l'action - et les outils nécessaires pour travailler dans chacune de ces phases.

Une approche dialectique qui tente de repérer et de traiter au mieux les zones de tensions et de contradictions présentes dans des situations problématiques.

Un débat éthique qui invite à la vigilance et au défi de la responsabilité.

### Objectifs poursuivis

Permettre aux participants de découvrir, questionner, renforcer une approche complexe de situations dites problématiques à partir de et avec la culture méthodologique de l'Entraînement mental afin de pouvoir mieux analyser les situations et ajuster l'action.

### Méthodologie

C'est essentiellement à partir de situations concrètes amenées par les participants que la formation favorise la découverte des différents mécanismes de pensées et d'actions. Il ne s'agit pas de traiter les situations mais de les travailler pour dégager des pans d'interrogations, d'analyses et de perspectives d'actions. Cette approche doit permettre :

- De découvrir la culture méthodologique de l'Entraînement mental sur quoi il s'appuie et se développe
- Comment il se pratique
- Quelles en sont les clés
- Ce qu'on peut en faire.

**Durée :** 5 jours

## **Entraînement mental – 2<sup>d</sup> degré**

Moment privilégié de ré-appropriation de l'Entraînement mental, la formation au second degré favorise la confrontation critique des expériences menées en référence à l'Entraînement mental ou à toute autre démarche méthodologique approchée par les participants depuis leur initiation à l'Entraînement mental.

Lors d'un premier degré, les formateurs invitent les participants à les suivre dans le dédale d'un Entraînement mental qu'ils ne connaissaient pas encore. Pendant le « second degré », ce sont les formateurs qui suivent les participants dans leurs incertitudes et questionnements principalement méthodologiques, s'adaptant à leurs rythmes, sans cependant se départir de leurs sensibilités propres.

### **Objectifs poursuivis**

Repérer et élucider les difficultés rencontrées avec l'Entraînement mental, conçu comme entraînement à un mode de pensée ternaire qui articule « raisonnement logique », « pensée dialectique » et « délibération éthique ».

Appliquer ce triangle méthodologique aux questions des participants

Questionner l'Entraînement mental dont la force opératoire passe par l'abandon de son exploitation utilitariste, à contre-courant des termes efficacité et rentabilité tels que définis par certaines pensées dominantes.

### **Méthodologie**

La formation partira des questions que se posent les participants et reviendra également avec insistance sur le triangle méthodologique Logique/dialectique/éthique :

- Sur l'articulation logique et les « outils » nécessaires pour travailler dans chacune des 4 phases.
- Sur la pensée dialectique pour repérer et traiter au mieux les zones de tensions et de contradictions présentes dans des situations problématiques.
- Sur la délibération éthique et le défi de la responsabilité.

**Durée :** 5 jours

# Formation de formateurs à la culture méthodologique de l'Entraînement Mental

Culture méthodologique, l'Entraînement mental (E.M.) a contribué, depuis La Libération, au développement du Mouvement d'Éducation populaire en France. Dans les années 80, en Belgique, Peuple et Culture Wallonie organise de nombreux stages d'Entraînement mental auxquels participent des animateurs, des éducateurs, des formateurs, des animateurs, des travailleurs sociaux, des enseignants, des syndicalistes...

Au fil des années et des enjeux de société, l'Entraînement mental s'est revigoré et reconstruit sur les trois dimensions logique, dialectique et éthique pour nous permettre de PENSER CONTRE les idées toutes faites, les pensées uniques, les habitudes et COMPLEXE en questionnant nos certitudes et en nous mettant en capacité d'affronter la réalité d'une situation dans toute son épaisseur.

## La culture méthodologique de l'Entraînement mental :

- Propose des outils d'analyse directement utilisables en réunion, pour construire une animation, pour animer un débat, pour écrire un projet...
- Émancipe notre pensée des conditionnements qui la brident.
- Donne des repères qui permettent de réconcilier créativité intellectuelle, développement personnel et responsabilité sociale.
- Développe nos capacités d'expressions écrites et orales et notre pratique de l'observation, de l'écoute comme de la lecture actives,
- Permet de comprendre les enjeux de sociétés et de trouver/retrouver un sens à son implication citoyenne.
- Favorise l'accès à des connaissances produites par/pour/avec d'autres, par la lecture documentaire et l'auto-formation.
- Organise l'activité individuelle et nos capacités à animer l'action collective. Le dispositif comporte trois modules complémentaires:
- Entraînement mental 2ème degré (5 jours)
- Épistémologie et Méthodologie de l'entraînement mental (3 jours)
- Pédagogie et Didactique de l'entraînement mental (3 jours)

Ils sont suivis d'un stage, de séances trimestrielles d'intervision (GREM : groupe de recherche en entraînement mental), et enfin, d'un travail de fin de parcours formatif.

### **Pré Requis :**

Pour participer à la formation de formateurs en Entraînement Mental, il est indispensable d'avoir déjà suivi une formation en Entraînement Mental 1<sup>er</sup> degré.

## **Positionner ses valeurs avec la culture méthodologique de l'Entraînement Mental**

La culture méthodologique de l'Entraînement Mental s'adresse aux femmes et aux hommes dans l'exercice de leur vie quotidienne comme en situation professionnelle. Elle favorise la réflexion personnelle et l'engagement collectif pour des changements porteurs du sens du bien commun et de l'intérêt général. Vous pourrez le mettre en œuvre pour définir, développer et évaluer vos actions et projets, pour gérer des débats, pour conduire des réunions, pour prendre des décisions collectives et pour conduire vos animations.

### **Objectifs poursuivis**

- Rendre les travailleurs socioculturels capables de formuler, expliquer, et accréditer, auprès de collègues, partenaires de projets, participants, pouvoirs subsidiant, ... les éléments qui distinguent, rassemblent et rapprochent leur association d'autres. Construire ensemble le tronc commun idéologique qui permet de travailler individuellement et collectivement.
- Développer la capacité d'analyse critique et s'entraîner à prendre en compte la diversité des points de vue.
- Expérimenter la mise en œuvre du prisme des valeurs par des mises en situation.
- Explorer les contractions dialectiques internes et externes et les arguments qui appuient et s'opposent à ces référents idéologiques.

**Durée :** 5 jours

# Communiquer et négocier avec l'Entraînement Mental comme culture méthodologique

La négociation est une activité courante et indispensable du dialogue social. Elle nécessite autant de trouver les bons arguments pour convaincre que d'utiliser des techniques appropriées. La communication - interpersonnelle ou médiatique - occupe quant à elle une place centrale dans le processus de la négociation et de l'information du grand public.

Dans un monde de plus en plus complexe, source de multiples dysfonctionnements et d'inégalités croissantes, il n'est pas d'interventions réussies sans recours à beaucoup de rigueur et de vigueur de la pensée.

## Méthodologie

C'est essentiellement à partir de situations concrètes amenées par les participants que la formation favorise la découverte des différents mécanismes de pensées et d'actions. Il ne s'agit pas de traiter les situations mais de les travailler pour dégager des pans d'interrogations, d'analyses et de perspectives d'actions. Cette approche doit permettre :

- De découvrir la culture méthodologique de l'Entraînement mental - sur quoi il s'appuie et se développe
- Comment il se pratique
- Quelles en sont les clés
- Ce qu'on peut en faire.

## Description de l'EM

Culture méthodologique, l'Entraînement Mental permet d'agir et de penser dans la complexité et s'adresse aux femmes et aux hommes dans l'exercice de leur vie quotidienne comme en situation professionnelle. A ce titre, la méthodologie qui articule le raisonnement logique, la pensée dialectique et l'engagement éthique s'applique et se prête aisément aux situations de communication comme de négociation.

## Objectifs poursuivis

- Découvrir et expérimenter la communication et les outils de la communication
- Mieux connaître le monde de la presse : Fonctionnement, spécificités et



contraintes des journalistes TV/Radio

- Gérer des situations de communication avec des journalistes : Spécificités et règles de l'interview Radio/TV
- Maîtrise du discours sur le fond et sur la forme : hiérarchiser l'information, aller à l'essentiel, déjouer les questions pièges...
- Préparer une négociation : Déterminer la stratégie, élaborer la proposition et l'argumentation
- Conduire une négociation : Mener la discussion et renforcer l'écoute, Faire progresser l'argumentation, interpréter et utiliser les blocages et les temps forts.
- Conclure la négociation : organiser le suivi et anticiper les obstacles.

**Durée :** 5 jours

## **Définir, développer et évaluer son projet**

Dans un monde de plus en plus complexe, source de multiples dysfonctionnements et d'inégalités croissantes, définir et gérer des projets est une compétence essentielle qui conditionne tant leur réussite que l'octroi d'aides financières publiques et privées.

Le projet d'une association est un processus unique qui s'inscrit sur un(des) territoire(s) et qui consiste en un ensemble d'activités complémentaires et coordonnées, destinées à changer des réalités sociales insatisfaisantes. A ce titre, le projet traduit les valeurs portées par la ou les associations partenaires. Il vise le plus souvent à apporter des compétences nouvelles, à satisfaire les besoins et à rencontrer les attentes de ceux et celles auxquels il s'adresse sans négliger pour autant le sens de l'intérêt général et du bien commun.

Le choix d'une méthodologie pour définir, développer et évaluer des projets est un atout qui permet à tous les acteurs de mener conjointement les actions prévues, de les évaluer et de les réorienter au besoin.

### **Objectifs poursuivis**

- Appréhender, globalement et concrètement, les différentes étapes de la conduite d'un projet, - Définir et de développer des projets porteurs de sens et d'intérêt pour vous, pour votre association, pour la collectivité,
- Se fixer des objectifs et d'évaluer les résultats obtenus dans différents do-

maines : citoyenneté, environnement, culture, cohésion sociale...,

- Penser ses pratiques et de faire le point sur les actions en cours ou déjà réalisées.

**Durée :** 5 jours

## Démarche projet

Un projet, c'est un ensemble d'activités organisées, dans un temps déterminé, par des personnes, pour apporter des réponses à des besoins exprimés par une population déterminée. C'est un processus unique, un ensemble d'activités coordonnées développées pour atteindre des objectifs définis.

Articuler la raison sociale de son association avec les envies et besoins des populations ciblées n'est pas chose aisée. Ceci explique peut-être pourquoi des associations développent des activités ponctuelles dont la convergence vers des objectifs communs existent peu voire pas du tout. Dans ces conditions, il est toujours difficile de faire état de pertinence et de la cohérence et d'atteindre les résultats escomptés.

La formation vous permettra de vous entraîner à passer de l'action ponctuelle au projet en :

- Réalisant une photographie sociale, économique, culturelle, historique et géographique de votre/vos territoire(s).
- Posant des diagnostics pour éclairer les problèmes apparents, les besoins et les envies des populations.
- Formulant des objectifs.

**Durée :** 3 jours

## Répondre à un appel à projet

Nous recevons régulièrement des appels à projets qui nous permettent d'obtenir des aides financières et/ou matérielles pour améliorer des réalités sociales insatisfaisantes.

Compléter le dossier de candidature n'est pas toujours aisé dans la mesure où le(s) porteur(s) du projet doivent être en capacité de le mettre en forme,

de vérifier son adéquation avec les caractéristiques de l'appel, de prendre en considération les critères de sélection...

Au départ de différents appels à projet, la formation propose aux participants d'expérimenter une méthode d'écriture de projet.

## **Méthodologie**

Les formateurs privilégieront les pédagogies ascendantes et les méthodes actives.

## **Objectifs**

Au terme de cette formation, les participants seront en capacité d'appréhender, globalement et concrètement différentes étapes de l'écriture de projet dans le cadre d'un appel à projet :

- Clarifier les idées
- Dresser un état des lieux
- Définir des objectifs
- Bâtir le plan d'action
- Élaborer le budget prévisionnel
- Évaluer et rendre compte

**Durée :** 3 jours

## **Conduite de réunion**

Les réunions occupent une place de plus en plus importante dans la vie professionnelle en général et associative en particulier : notre société est, entend-t-on souvent, atteinte de la « réunionite aiguë ». Ces moments de travail en groupe, quand ils sont nécessaires, ne satisfont pas toujours ceux qui y participent : ils se révèlent tantôt trop fréquents, souvent trop longs voire fatigants et régulièrement contre-productifs.

Si les causes sont multiples, elles relèvent souvent de manques en compétences de ceux qui les animent et les conduisent.

Conduire une réunion, animer un groupe de travail, se fixer des objectifs à atteindre, mettre en œuvre les techniques et outils capables de garantir la

qualité et l'efficacité du travail collectif ne s'improvise pas. Les types de réunions sont multiples, la façon de les conduire tout autant et les outils à la disposition de ceux qui les animent sont nombreux. La formation souhaite répondre aux besoins et attentes des participants dans ce domaine.

## **Objectifs**

La formation permettra aux participants d'acquérir des techniques et des outils de conduite de réunion et d'être en capacité de :

- Identifier différents types de réunions.
- Déterminer et d'attribuer les rôles des participants.
- Prévoir les fonctions à assurer durant les réunions.
- Animer le groupe en réunion.
- Fixer des objectifs.
- Favoriser un processus de décision collectif

**Durée :** 3 jours

## **Dynamique de groupe**

A l'heure des réseaux sociaux, de la virtualisation des échanges et d'une psychologisation à outrance des relations interpersonnelles, vouloir aborder le groupe, dans ses aspects spécifiques et dynamiques, tient presque de la gageure....

Et pourtant, en tant que vecteur de changement sur le plan politique, culturel et social, en tant qu'espace de socialisation où s'expérimente la démocratie, le groupe reste une réalité incontournable et sans cesse interrogée par les travailleurs du champ socioculturel notamment.

Maillon indispensable entre individu et société, le groupe répond à des propriétés spécifiques que la dynamique de groupes va chercher à faire émerger par une observation attentive des phénomènes à l'œuvre tant dans la zone du travail, de l'affection que du pouvoir.

Le module de sensibilisation à la dynamique des groupes que nous proposons devrait permettre aux participant(e)s de :

- Discerner un certain nombre de concepts fondamentaux relatifs à la dynamique

de groupe.

- Etre mieux à même d'appréhender la réalité groupale à travers des exercices, des mises en situation spécifiques, des analyses de situations professionnelles impliquant l'ensemble des participant(e)s.
- Pouvoir s'exercer à l'observation dans les groupes.
- Pouvoir identifier les phénomènes groupaux liés à la communication, l'influence, l'exercice des normes, la répartition des rôles, la participation, ...

**Durée :** 4 jours

## Mind mapping

La Mind Map®, concept déposé par Tony BUZAN (psychologue anglais), a été développé sur le postulat scientifique suivant : l'écriture linéaire ne reflète pas notre mode de pensée et limite la créativité et l'apprentissage. Dès qu'une idée nous traverse l'esprit, nous visualisons des éléments complémentaires, connexes, opposés, synonymes... à cette idée. Chaque idée ou mot est obligatoirement rattaché à d'autres dans notre mémoire, ces liens forment notre schéma de pensée (Mind Mapping = représentation visuelle du fonctionnement de la pensée).

Recourir au « Mind Mapping » permet donc d'être plus créatif et plus efficace tant dans la gestion de l'information (lectures, prises de note, séminaires) que dans la création d'informations (développements de projet, brainstormings, résolutions de problèmes, préparations de réunion).

La formation, permet d'acquérir les bases théoriques et pratiques du Mind Mapping® pour l'intégrer à votre pratique professionnelle quotidienne : dans vos projets, vos réunions, vos prises de paroles et votre gestion d'équipe, ...

### Objectifs

- Définir des objectifs et mettre en place un plan d'action.
- Trouver de nouvelles idées.
- Optimiser votre temps.
- Organiser et partager facilement l'information entre les travailleurs et/ou les partenaires.
- Prendre des notes efficaces lors de réunions.

- Garder une mémoire collective et commune des projets.
- Structurer son discours.

**Durée :** 2 jours

## Questionnement critique des Médias

Parce qu'ils façonnent l'opinion publique, orientent notre vision du monde et participent à la construction de notre identité, les médias cristallisent de nombreuses critiques : subjectivité, médiocrité, absence d'éthique, marchandisation, désinformation ...

Ils ont pourtant longtemps été considérés comme le pouvoir dont disposait les citoyens pour dénoncer, combattre et peser démocratiquement, sur des choix politiques illégaux, injustes voire criminels. Qu'est-ce qui a changé ? Deux révolutions – libérale et numérique - sont passées par là. Elles ont eu pour effet, en deux décennies, de priver les médias de leur fonction essentielle de contre-pouvoir. Aujourd'hui, la plupart des médias se sont constitués en groupes planétaires qui globalisent trois domaines d'activités naguère autonomes : la culture de masse avec ses émissions populaires et sa logique commerciale - la communication avec la publicité, le marketing, la rhétorique de la persuasion - l'information enfin c'est à dire l'univers de tous les journalismes. S'il convient de ne pas négliger le rôle important joué par les TIC dans les récentes révolutions arabes, nous devons constater que les grands groupes contrôlent l'écrit, l'image et le son qu'ils diffusent par la presse, les radios, les télévisions, Internet et les réseaux sociaux. Ce faisant, ils décident du contenu de l'information, soutiennent la pénétration des idées capitalistes dans tous les domaines de nos vies, formatent nos manières de penser et d'agir, occultent nos imaginaires sociaux. Entre information et audimat, ils ont choisi la rentabilité financière ainsi que le déclarait, avec cynisme, Patrick Le Lay, ancien président-directeur général de TF1 : « Ce que nous vendons à Coca-Cola, c'est du cerveau humain disponible ».

Parce que l'exercice d'une citoyenneté critique, responsable et émancipatrice est une des conditions majeures du développement d'une démocratie culturelle, les travailleurs socioculturels doivent être capables d'éduquer les citoyens à une lecture complexe de l'information.

### **Objectifs poursuivis**

- De prendre de la distance sur les contenus médiatiques,
- De mobiliser les compétences et connaissances nécessaires à comprendre les rôles et les effets des médias dans nos quotidiens.
- D'éclairer les processus d'influence et de manipulation à l'œuvre.
- D'analyser les enjeux qui se cachent derrière l'information.
- D'identifier les médias alternatifs
- De reporter leurs acquis en situation professionnelle avec leurs publics.

**Durée :** 5 jours

## **Atelier d'échanges collectifs de savoirs expérientiels et professionnels**

En partant du concept des Réseaux d'Échanges Réciproques de Savoirs, Peuple et Culture Wallonie Bruxelles propose de créer un RECSEP - Réseau d'Échanges Collectifs des Savoirs Expérientiels et Professionnels dans la perspective de développer un espace collectif au sein duquel les travailleurs, bénévoles et militants du secteur socioculturel pourront échanger leurs pratiques, confronter leurs difficultés, rechercher des solutions ... acquérir de nouvelles capacités et aptitudes.

### **Objectifs poursuivis**

- Faciliter l'échange et le soutien entre pairs.
- Prendre du recul par rapport à ses réalités professionnelles quotidiennes.
- Développer de nouvelles compétences professionnelles.
- Identifier et mieux comprendre les difficultés rencontrées.
- Mettre en évidence des manières de faire utiles pour gérer les difficultés et les traverser. Dégager des pistes de solutions et améliorer la qualité de son action.
- Faciliter l'apprentissage de la communication, de processus de travail et d'animation de groupe.

## **Méthodologie**

Le RECSEP s'organise une fois par mois. La démarche d'échange s'appuie, en dehors de tout cadre hiérarchique, sur des situations professionnelles concrètes amenées par les participants. Le RECSEP est accompagné par un animateur/formateur garant méthodologique du dispositif.

**Durée/atelier :** 3 heures.

## **Des potagers en résistance**

Aujourd'hui, les potagers collectifs ou jardins solidaires, qu'ils soient à l'initiative de citoyens ou d'institution, sortent de terre un peu partout en Wallonie et à Bruxelles. La trentaine de projets collectifs, urbains et ruraux, produisent des expériences diversifiées mais s'organisent néanmoins autour d'objectifs communs : produire une nourriture locale de qualité, cultiver le lien social en même temps que les légumes, et respecter l'environnement physique.

Au delà de ces visées communes, ceux-ci peuvent également permettre de mener collectivement une réflexion sociétale plus générale sur les modes de production et de consommation ainsi que leur conséquences économiques et écologiques.

Cette formation propose d'éclairer les aspects de cette réflexion durant trois journées.

## **Objectifs**

- Acquérir des éléments de la définition de projet : élaborer des objectifs et des critères d'évaluation, établir un plan d'action afin d'inscrire son projet dans une démarche concrète et réalisable.
- Éclairer les enjeux de société qui découlent des projets de jardins collectifs et solidaires.
- Expérimenter quelques outils et formes possibles d'animation.

**Durée :** 3 jours



# Initiation à la pensée Systémique

## La complexité, c'est simple ?

La complexité est à la mode... Elle sert même trop souvent à éteindre tout débat et à justifier notre impuissance citoyenne.

Pourtant, depuis trente ans, Edgar MORIN nous met en garde sur cette confusion dangereuse entre complexe et compliqué. La complexité, c'est en effet simple. « Penser complexe » est en revanche compliqué parce que toutes nos éducations nous l'interdisent ou, au mieux, nous le rendent difficile.

Née aux Etats Unis au début des années 40 pour apporter une réponse aux insuffisances de moyens de la pensée analogique, l'approche systémique permet de comprendre, de s'orienter et d'agir sur la complexité du réel organisée par les grands systèmes biologiques, économiques et sociaux : l'instabilité, l'ouverture, le désordre, la fluctuation, le flou, le chaos, la créativité, la contradiction, l'ambiguïté, le paradoxe...

L'approche systémique permet de modéliser la complexité et d'éclairer les systèmes dans lesquels nous vivons et travaillons : elle permet d'observer ce qui est à la fois, trop grand, trop lent et trop complexe pour nos yeux. Interdisciplinaire et transversale, elle éclaire et fait prendre conscience que les règles de fonctionnement, les normes culturelles et la dynamique interne de chaque système conditionnent nos choix, nos comportements et nos actions.

## Objectifs

- S'initier à l'approche systémique et à ses différents concepts : système, interaction, rétroaction, régulation, organisation, finalité, vision globale, évolution...
- Expérimenter la mise en œuvre de ces concepts dans des situations concrètes;
- Reporter dans ses pratiques quotidiennes les outils méthodologiques de base de l'approche systémique, afin de mieux prendre en compte les différents phénomènes interactionnels dans lesquels nous sommes impliqués et d'agir.

**Durée :** 3 jours

# Initiation à l'analyse transactionnelle

Élaborée par le médecin-psychiatre Eric Berne, l'Analyse Transactionnelle (AT) est une théorie de la personnalité et de la communication qui distingue, en chacun de nous, des attitudes relevant de trois grands rôles, trois « Etats du Moi » : le Parent, l'Adulte et l'Enfant.

Tous les jours de notre vie, à des degrés divers et de manière inconsciente, nous agissons sous l'influence de l'un ou l'autre de ces rôles. En situation de communication, ces Etats du Moi s'expriment dans des « transactions » qu'Eric Berne définit comme des échanges relationnels formatés.

Quand les rôles activés sont complémentaires ou complices, la communication fonctionne bien. Par contre, des difficultés apparaissent dès qu'un « jeu » s'amorce et/ou que les rôles s'opposent.

En étudiant les Etats du Moi, les comportements qu'ils engendrent, les jeux qu'ils entraînent, jusqu'aux scénari qu'ils provoquent, l'A.T. permet une meilleure compréhension de ce qui se joue ici et maintenant, dans les relations entre deux personnes et dans les groupes.

Proche du courant humaniste, l'A.T. postule la nature fondamentalement positive de l'être humain, sa capacité à faire des choix et à les assumer. Attachée à la vulgarisation des savoirs, elle utilise un langage simple et accessible.

La formation vous propose de découvrir une nouvelle grille de lecture pour comprendre et prévenir des difficultés de communication que nous rencontrons quotidiennement dans les groupes et qui peuvent aboutir à des jeux psychologiques stériles.

## Objectifs

- S'initier aux concepts de base de l'A.T.
- Co-construire une nouvelle méthode de lecture et d'analyse des situations de communication interpersonnelle dans les groupes.
- S'entraîner avec des Études de cas.

**Durée :** 4 jours





**P**euple et Culture est un mouvement démocratique d'actions culturelles et éducatives.

Fondé en France, en 1945, par des militants issus de la Résistance, il s'est développé en un réseau d'associations régionales.

P.E.C W/B est une association autonome, reconnue, depuis 1978, comme association d'éducation permanente par le Ministère de la Culture de la Communauté française.

Depuis ses débuts, Peuple et Culture est un milieu favorable à la rencontre et à la formation de militants politiques et syndicaux, d'enseignants, d'animateurs, de personnes engagées dans la lutte contre les inégalités sociales et culturelles.

Peuple et Culture a ainsi été amené à jouer un rôle non négligeable dans les recherches novatrices en matière de formation des adultes.

P.E.C a choisi d'agir prioritairement sur le terrain de l'action culturelle et de la formation pour lutter contre les inégalités, les aliénations, les conditionnements et toutes les formes d'exclusions qui font obstacles à la démocratie dans les institutions, à l'autonomie, à la responsabilité et à la citoyenneté des personnes.

Pour de plus amples informations :  
Émilie de Liamchine  
Tél. 0491 08 69 42 ou 04 368 82 32  
[emilie.deliamchine@peuple-et-culture-wb.be](mailto:emilie.deliamchine@peuple-et-culture-wb.be)  
Rue du Beau Mur 45 - 4030 Grivegnée