

Peuple 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.

**Vous êtes intéressés par nos activités,
vous voulez en savoir plus ?**

www.peuple-et-culture-wb.be

Entraînement mental



Renseignements pratiques:

Peuple et Culture Wallonie Bruxelles asbl
Rue du Beau Mur 45 - 4030 Grivegnée
Émilie de Liamchine :
Tél. 0491 08 69 42 ou 04 368 82 32
emilie.deliamchine@peuple-et-culture-wb.be

Formation
17, 18, 19, 25 & 26
septembre 2014

Initiation à l'Entraînement mental

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.

L'entraînement mental cherche à articuler trois dimensions :

Une approche **logique** découpée en quatre phases dynamiques:

- o La représentation
- o La problématique
- o L'explication
- o L'action

Mon raisonnement respecte-t-il les règles de la logique qui m'évitent de tout confondre: fait, problème, analyse, besoin, désir, demande, possible, probable, souhaitable, morale, éthique, déontologie, but, objectif, finalité...?

Une approche **dialectique** qui permet de repérer et d'appréhender au mieux les zones de tension et de contradiction présentes au cœur des situations problématiques.

Dans l'étude des situations concrètes, est-ce que je tiens compte suffisamment de la complexité, de l'hétérogénéité et du caractère contradictoire de l'agir humain ...?

Un engagement **éthique** qui invite à la vigilance et pose le défi de la responsabilité à travers l'action.

Est-ce que je m'autorise à cette liberté de pensée, de conscience nécessaire au questionnement de la morale, de la déontologie, du sens du devoir tels qu'habituellement prescrits dans mon milieu d'origine, d'appartenance ou de travail ?

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.

Informations pratiques :

La formation aura lieu les 17, 18, 19, 25 et 26 septembre 2014 de 09h à 17h à l'Espace Cacerès, rue Beau Mur 45 à 4030 Grivegnée. Les frais de participation s'élèvent à 150 € et comprennent le café, les collations et le repas sandwich de midi.

Formateurs :

Pierre Arnoldy, animateur formateur à Peuple & Culture Wallonie Bruxelles.

Jean-Luc Degée, formateur en Entraînement mental.

Bulletin d'inscription

À renvoyer par mail:
emilie.deliamchine@peuple-et-culture-wb.be

Par courrier:
Peuple et Culture WB, rue du Beau Mur 45 à 4030 Grivegnée

Nom:

Prénom:

Adresse:

Téléphone:

Courriel:

Association/EMPLOYEUR éventuels:

Fonction:

Je m'inscris à la formation «Entraînement mental» qui se déroulera les 17, 18, 19, 25 et 26 septembre 2014

La déclaration de créance pour le paiement de ma participation sera adressée à

- Moi-même
- Mon employeur à l'adresse suivante :

Date:

Signature: