

Graines de Vies est une association qui a pour objectif de promouvoir la santé et le bien-être en permettant à chacun de découvrir et de développer ses compétences psychosociales à travers l'éducation émotionnelle. A travers des ateliers ou des formations, l'association s'adresse aussi bien aux enfants qu'aux adultes, aux particuliers comme aux professionnels.

Mais qu'est-ce donc l'éducation émotionnelle ou encore les compétences psychosociales ?

Cela vise à développer l'ensemble des compétences liées aux différents aspects de la relation à soi-même, aux autres, à l'environnement et à la collectivité :

- Équilibre émotionnel
- Éducation relationnelle
- Éducation sociale
- Maîtrise du mental, pensée créative, pensée critique, pensée positive
- Réalisation de soi, confiance, affirmation, décision, initiative, solution de problèmes
- Éveil corporel et conscience du corps

Mais encore ? Il s'agit d'offrir un espace qui permet à chacun de trouver ses ressources personnelles pour aller vers le bien-être donc vers une bonne santé comme par exemple en étant en capacité de connaître ses limites, de savoir dire oui/non, d'être responsable de ses choix... ce qui entraîne le cercle vertueux des réussites scolaire, professionnelle, familiale.

Je vous entends penser...mais tout ceci c'est bien beau mais ça prend du temps.... Oui et non. L'éducation émotionnelle permet d'aborder tous les thèmes suivants (la liste est non exhaustive) tour à tour dans la bienveillance, le rire, le jeu, la coopération, de façon simple, claire et pratique :

- Sécurité et confiance : souder le groupe
- Ressentis et émotions : reconnaître, nommer, gérer
- Besoins : identifier, exprimer
- Demandes : exprimer de manière acceptable
- Responsabilité : identifier ses choix, assumer ses choix
- Jugement et observation : voir – entendre - reconnaître
- Communication : écoute et expression de soi
- Connaissance de soi, conscience de soi
- Estime de soi, confiance, affirmation de soi
- Acceptation des différences, empathie
- Maîtrise du mental : schémas de pensée, de croyance
- Valeurs et objectifs : se positionner, faire des choix, identifier des objectifs
- Les ressources personnelles : évaluer, accéder, utiliser

- Autonomie, autogestion, auto-évaluation
- Gérer les conflits : médiation, gagnant-gagnant
- Coopération, travail en équipe : engagement, responsabilité, entraide
- Civisme, partage et solidarité
- Leadership et jeux de pouvoir : comment prendre l’initiative dans une groupe sans tomber dans le dominant-dominé ?
- Être dans le présent : présent à soi-même et aux autres
- Identité: qui suis-je réellement ?
- Espaces intérieurs : espaces blessés, espaces ressources, respiration, relaxation, méditation
- Initiative et créativité : libérer ses modes d’expression
- Neuropédagogie : développer les intelligences multiples
- Conscience écologique : éduquer à la responsabilité envers l’environnement

Les outils de l’éducation émotionnelle sont les suivants :

- “ 1 – Les jeux divers
- “ 2 – Le cercle de parole (avec thèmes de discussion)
- “ 3 – Les activités éducatives (questionnaires, explorations)
- “ 4 – Les activités artistiques libérant l’expression de soi
- “ 5 – Le travail en équipe, en sous-groupe
- “ 6 – Le travail corporel, danse, mouvement, voix, chant
- “ 7 – Le théâtre spontané, théâtre-forum, marionnettes
- “ 8 – Jeux de rôles, mises en scène, psychodrame
- “ 9 – Le travail intérieur (respiration, relaxation, visualisation...)
- “ 10 – Les contes
- “ 11 – L’écriture (journal, réflexions, explorations...)
- “ 12 – Les activités extérieures

Les stratégies pédagogiques de l’éducation émotionnelle avec 6 principes de base :

- Pédagogie active
- Pédagogie positive
- Pédagogie coopérative

- Pédagogie diversifiée : intelligences multiples et neuropédagogie
- Pédagogie ludique
- Pédagogie démonstrative

Graines de Vies organise une **formation d'animateurs en éducation émotionnelle niveaux 1 et 2**.

Le niveau 3 de 5 jours (35 heures) est facultatif mais recommandé, il consiste en un stage d'approfondissement à la gestion des émotions, l'accompagnement émotionnel et l'ancrage dans les ressources individuelles avec des pratiques individuelles, animation et évaluation des compétences acquises. Ce niveau 3 pourra être organisé par l'association en 2018 en fonction du nombre de personnes intéressées.

Le formateur est **Michel Claeys Bouuaert** :

Après une brève carrière d'avocat dans les années 70, Michel Claeys a suivi diverses formations (Gestalt, hypnose Ericksonnienne, Psychosynthèse) avant de s'installer comme psychothérapeute en Belgique (dans les années 80-90). De 2000 à 2014 il a ensuite vécu, travaillé et enseigné pendant 15 ans à Pékin (Chine Populaire). Auteur de plusieurs livres, parmi lesquels '*L'Éducation Émotionnelle, de la maternelle au lycée*' (éditions du Souffle d'Or, 2014) et '*Thérapeute à Cœur Ouvert*' (éditions du Souffle d'Or, 2008), président de *l'Association pour l'éducation émotionnelle*, initiateur et coordinateur du *Forum de l'éducation émotionnelle* (depuis 2011), professeur honoraire à la Beijing Union University (faculté de psychologie appliquée), Michel Claeys forme les enseignants à l'éducation émotionnelle depuis 2006. Son approche se situe dans la ligne des psychologies humanistes (approche rogérienne, Gestalt, dialogue intérieur) tout en incluant des aspects de psychologie cognitivo-comportementale et de psychanalyse Jungienne. Michel Claeys est prestataire de formation au sein de la société **SOLSTICE**, SCOP-SARL, SIRET 438 279 382 00032, NAF 7490B, numéro d'organisme de formation enregistré en Préfecture de Région : 82 26 01148 26.

La durée de la formation est de 11 jours (7h par jour, total 77 heures) :

- Niveau 1 : lundi 22 mai au samedi 27 mai 2017
- Niveau 2 : Mardi 30 mai au samedi 03 juin 2017

Les places sont limitées à 30 personnes.

Le coût de la formation est de 90 000 F par personnes pour les 11 jours.

Les objectifs :

À la fin de cette formation, les stagiaires seront en capacité de :

- définir et comprendre l'intérêt et la spécificité de l'approche éducative proposée par l'éducation émotionnelle ;
- s'approprier la méthode et les outils pédagogiques de l'EE ;
- élaborer et mettre en œuvre un projet éducatif favorisant le développement des compétences psychosociales (CPS) en s'appuyant sur cette approche ;
- participer à l'activité d'un réseau de professionnels dans le cadre d'une démarche d'analyse de pratiques.

La méthode :

En conformité avec ce qu'elle cherche à enseigner, la formation adopte une stratégie de participation active, coopérative, positive et ludique. Les stagiaires auront l'occasion d'expérimenter et d'animer eux-mêmes bon nombre d'outils proposés. Ils devront impérativement se préparer activement à la formation, de manière à y contribuer de manière significative. Les compétences seront évaluées sur base d'une 'fiche d'observation'.

Tout au long de la formation, l'accent sera placé sur les compétences d'animation, la gestion de la dynamique de groupe et les stratégies pédagogiques qui permettent d'accompagner efficacement les apprentissages requis. Chaque session comportera un aspect expérientiel (l'exploration d'outils concrets) et un aspect théorique permettant de valider les apprentissages et de les situer dans une logique pédagogique claire.

Le contenu de la formation en deux étapes :

CERTIFICAT D'ANIMATEUR EN EDUCATION EMOTIONNELLE

Module 1 : formation de base (6 jours - 42 heures) : expérimentation et exploration personnelle ; pratique d'outils simples.

- Concepts de l'Education Émotionnelle et des stratégies pédagogiques appropriées ;
- Présentation de supports, outils et exercices ;
- Échanges d'expérience dans le domaine de leur application concrète dans le cadre de l'éducation nationale ;
- Travaux et exercices permettant d'optimiser les postures pédagogiques ;
- Mise en œuvre d'un **journal de bord EE** permettant la réalisation d'un bilan écrit sur l'expérience professionnelle ou sur la mise en place du projet EE du stagiaire au cours des 6 mois suivant la fin de la formation de base ;
- Ébauche d'un projet personnel en EE ;
- Introduction à l'utilisation des outils d'évaluation et d'analyse de pratique.

Module 2 : formation pratique à l'animation en EE (5 jours - 35 heures) : animation et évaluation des compétences acquises.

- Pratique active des divers outils, avec évaluation des menées par les stagiaires ;
- Clarification du projet personnel en EE ;
- Débriefing personnel, évaluation du 'journal de bord EE' et bilan de l'utilisation des outils d'évaluation.

Module 3 : stage d'approfondissement à la gestion des émotions, l'accompagnement émotionnel et l'ancrage dans les ressources individuelles (5 jours - 35 heures). Avec pratiques individuelles, animation et évaluation des compétences acquises. NB : cette troisième étape est facultative mais grandement recommandée.

Conditions de participation :

Pour le module 1 :

- 1° avoir et pratiquer une expérience d'animation de groupes (enfants, ado ou adultes) ;
- 2° avoir lu attentivement le livre de Michel Claeys 'EE de la maternelle au lycée' ainsi que le document de base récapitulatif des éléments théoriques de l'éducation émotionnelle (tous deux fournis par le formateur);
- 3° effectuer un travail d'observation permettant d'amener à la formation des cas exemplatifs précis de situations difficiles en relation avec les thèmes étudiés (problème d'intégration, problème émotionnel, problème de motivation, problème de discipline, conflit entre élèves...);
- 4° proposer une esquisse de projet concret en éducation émotionnelle (qui sera examinée par le formateur) ;

Pour le module 2 :

- 1° avoir participé au module 1 ;
- 2° concevoir et se préparer à l'animation d'un programme d'activités (d'une durée approximative de 1 heure, en fonction du nombre de participants). Les animations doivent être tirées du 'kit de base de l'EE' (à choisir en accord avec le formateur) ou (si elles n'en font pas partie) être acceptées par le formateur sur base d'une 'fiche d'animation' détaillée ;
- 3° présenter au formateur un bilan écrit et verbal sur le travail effectué entre les deux modules (journal de bord, fiches d'évaluation, analyse de pratique).

Pour le module 3 : Avoir participé aux modules 1 et 2.

Le programme de la formation :

(Note : le programme qui suit indique les thèmes qui seront abordés. La priorité y sera donnée à la pratique d'outils concrets, d'activités susceptibles de favoriser le développement des compétences voulues. Une large part est également consacrée aux échanges d'expérience concernant la mise en application de ces outils dans le cadre de l'éducation nationale. Les participants seront sensés s'être familiarisés aux aspects théoriques des différents thèmes avant la formation.)

JOUR 1 (module 1) : INTRODUIRE L'ÉDUCATION ÉMOTIONNELLE

- 1.1 - les concepts utilisés ; nécessité et bénéfices ; conditions de mise en place ;
- 1.2 - les stratégies pédagogiques (pédagogie active, positive, coopérative, diversifiée, ludique, démonstrative) ;
- 1.3 - les compétences de l'animateur ; introduction aux menées individuelles ; introduction au journal de bord EE ;
- 1.4 - les thèmes et les outils de l'éducation émotionnelle.

RELIANCE, CONFIANCE ET AFFIRMATION DE SOI

- 1.5 - installer la confiance dans un groupe ;
- 1.6 - trouver sa place, prendre sa place dans un groupe ;
- 1.7 - acceptation des différences ;
- 1.8 - gérer la dynamique du groupe : défis et solutions.

1.9 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 2 (module 1) : ENSEIGNER LA COMMUNICATION

2.1 - jeux et activités pédagogiques ;

2.2 - les règles de la communication ; conditions et obstacles à une bonne écoute ; les stratégies et apprentissages de l'écoute active ;

2.3 - le cercle de parole / le cadre à poser / gérer les difficultés ;

2.4 - la communication non-verbale ; le langage du corps (de l'enseignant, des élèves) ;

2.5 - observation et jugement ; développer l'acceptation et le non-jugement ;

2.6 - s'exprimer, se dévoiler, s'affirmer.

2.7 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 3 (module 1) : RECONNAÎTRE ET GÉRER L'ÉMOTION

3.1 - les jeux et activités pédagogiques ;

3.2 - identifier, nommer, exprimer, accepter ses propres émotions et celles des autres ;

3.3 - différencier émotion – pensée – comportement et l'être lui-même ;

3.4 - symboliser l'émotion ;

3.5 - identifier ses besoins et exprimer des demandes de manière recevable ;

3.6 - gérer le stress, apprendre à se détendre ; mener une séance de relaxation.

3.7 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 4 (module 1) : CHOIX ET OBJECTIFS ; INITIATIVE ET CRÉATIVITÉ

4.1 - responsabiliser : faire des choix, assumer ses choix ;

4.2 - se fixer des objectifs et atteindre ses objectifs : activités ludiques et pédagogiques ;

4.3 - pédagogie active : éduquer à l'autonomie ;

4.4 - pédagogie positive : valider, soutenir, assurer, rassurer, motiver ; les clés de la motivation ;

4.5 - recadrer les schémas de pensée et systèmes de croyance négatifs ; apprendre à penser juste, à utiliser la pensée positive ;

4.6 - les jeux qui développent la spontanéité, la prise de risque, l'observation, la créativité ;

4.7 - activités pour clarifier ses valeurs et se positionner.

4.8 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 5 (module 1) : L'ESTIME DE SOI, L'AFFIRMATION DE SOI

5.1 - activités pour s'observer, se percevoir, s'évaluer, se transformer ;

5.2 - clarifier son sens d'identité, ses appartenances, ses ressources personnelles (forces, faiblesses, défis, opportunités) ;

5.3 - appréciation de soi et des autres ; soutien mutuel ;

5.4 - activités pour développer l'estime de soi, la confiance en soi ;

5.5 - activités pour s'affirmer de manière constructive ;

5.6 - pédagogie positive : activités pour éliminer la peur de l'erreur ;

5.7 - intelligences multiples et neuropédagogie ;

5.8 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 6 (module 1) : LA COOPÉRATION

6.1 - la classe coopérative et ses règles ; les compétences qui facilitent la coopération ;

6.2 - jugements, stéréotypes et discriminations : les activités qui invitent à conscientiser et développer l'acceptation de la différence ;

6.3 - apprendre à coopérer : les jeux coopératifs ;

- 6.4 - coopérer pour apprendre : la mutualisation des savoirs ;
- 6.5 - faire valoir son point de vue, négocier, rechercher un consensus ;
- 6.6 - s’impliquer dans un projet collectif : la coopération et le travail en équipe dans la classe ;
- 6.7 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord. Évaluation mi-stage. Préparation du suivi.

JOUR 7 (module 2) : DISCIPLINE POSITIVE

- 7.1 - principes et application de la discipline positive : regard positif, soutien, le questionnement invitant ; appréciation ;
- 7.2 - autorité éducative ; sanctions positives ;
- 7.3 - animations proposées par les stagiaires + évaluation des animations ;
- 7.4 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 8 (module 2) : RÉOLUTION DES CONFLITS

- 8.1 - activités pour aider à solutionner les problèmes et conflits ;
- 8.2 - sortir de la relation prof-élève (la gestion d’individus) ; utiliser la dynamique de groupe comme base des apprentissages ; gérer les conflits multiples et les réactions en chaîne ; comment utiliser les conflits pour apprendre : trouver des solutions gagnant-gagnant ;
- 8.3 - introduction et pratique du ‘message clair’ ;
- 8.4 - enseigner et pratiquer la médiation ;
- 8.5 - animations proposées par les stagiaires + évaluation des animations ;
- 8.6 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 9 (module 2) : RÉOLUTION DES CONFLITS

- 9.1 - enseigner et pratiquer la médiation (suite) ;
- 9.2 - le conseil de coopération ;
- 9.3 - animations proposées par les stagiaires + évaluation des animations ;
- 9.4 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 10 (module 2) : L’INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE DE L’ÉDUCATEUR

- 10.1 - présence et congruence : le langage corporel, le langage émotionnel, le langage verbal ;
- 10.2 - gestion du stress et ressourcement de l’enseignant ;
- 10.3 - animations proposées par les stagiaires + évaluation des animations ;
- 10.4 - forum : partage des acquis de la journée. Journal de bord.

JOUR 11 (module 2) : PRATIQUE, SUIVI ET EVALUATION

- 11.1 - environnement scolaire et éducation émotionnelle ;
- 11.2 - animations proposées par les stagiaires + évaluation des animations ;
- 11.3 - entretiens individuels avec le/les formateurs ;
- 11.4 - analyse du vécu de la formation ;
- 11.5 - suivi de la formation.

Le suivi de la formation :

Chaque niveau de la formation propose et assure des éléments de suivi qui incluent :

1° la tenue d'un journal de bord lié à l'expérience de l'EE dans la pratique au jour le jour (ceci dès le début de la formation et sur une durée d'au moins 6 mois)

2° un rapport écrit sur cette expérience de journal après 6 mois (minimum 2 pages, maximum 4 pages, remis au formateur pour évaluation) ;

3° utilisation et bilan d'utilisation des fiches d'évaluation et d'analyse de pratique ;

4° la participation à un binôme de soutien (ou trinôme), afin d'assurer une motivation suivie (en veillant à associer ceux qui sont géographiquement proches) ;

5° la participation aux échanges du groupe, travail en réseau, constitution de groupes de travail ou de réflexion.

6° soutien dans l'élaboration et la mise en place d'un projet personnel d'animation EE.

Pour vous inscrire :

Merci de contacter grainesdeviesnc@gmail.com

Le lieu de la formation vous sera communiqué en début d'année 2017.

Les repas ne sont pas compris dans le coût de la formation.