



Entraînement Mental

Méthode créée par l'association Peuple et Culture et son fondateur Joffre Dumazedier en 1945 :

L'entraînement mental est une méthode, une démarche, une invitation à l'entraînement de la pensée, individuel et collectif, et à l'engagement dans l'action.

Objectif (s) _ A quoi ça sert ?

- faire émerger des solutions à une situation concrète

Principe _ Quelle est l'idée principale ?

- Décortiquer le problème

Déroulement _ Quelles sont les étapes ?

SCI = Situation Concrète Insatisfaisante => bien la définir, la développer.

Pourquoi est-ce un problème ? Pour qui ? => plusieurs problèmes, et bien souvent ce n'est pas un problème pour les résidents

Identifier des solutions par racine, on agit ainsi sur la cause.

Expliquer pour comprendre : quelles sont les racines de ces problèmes ? Ne pas hésiter à faire des schémas.

Méthode d'animation _ Quelle posture ? Quelles attentions spécifiques ?

- accompagner le groupe dans le passage des étapes

Matériel _ Que faut-il préparer ?

- Paperboard
- Feutres
- accès internet, bibliothèque...

Aller plus loin _ Se former : <http://www.entrainementmental.org/> en autres