

SE FORMER

ÉCHANGER

# LE NOUSISTAN

PROGRAMME 2019-2020

FORMATIONS

ACCOMPAGNEMENT

•• FACILITATION ••



ÉCHANGER

# LE NOUSISTAN

## ...PROPOSE...

### DES FORMATIONS

Autour des pratiques et enjeux de l'**intelligence collective**, de la **coopération**, de la **gouvernance partagée** et d'outils concrets pour l'**action collective**.

### DES ACCOMPAGNEMENTS

Pour **soutenir la vie de votre structure**, pour prendre du recul sur vos pratiques, penser vos dynamiques collectives, animer des démarches participatives, un temps fort, des périodes de transition, de conflits, de changements de gouvernance, etc.

### DES INTERVENTIONS SUR MESURE

Le Nousistan peut aussi **s'inviter chez vous** pour **faciliter** une réunion, un événement, pour **animer** un atelier ou une formation dont nous co-construisons les intentions et modalités ensemble.

## ...AGIT ...

### PARTAGE LES COMPÉTENCES

Le Nousistan initie des groupes d'échanges de pratiques, de formation réciproque et d'expérimentation entre les acteurs et actrices du territoire engagé-e-s dans des processus collectifs.

### SUSCITE LA PARTICIPATION

Nous intervenons dans l'espace public à la rencontre des habitant-e-s pour susciter des questionnements et accompagner les personnes vers leur pouvoir d'action.

### NOS VALEURS

Nous nous revendiquons d'une **éducation populaire politique et engagée** pour une société fondée sur des valeurs de **coopération**. A la recherche de nouvelles formes pour les **organisations humaines** qui soutiennent la vie, nous favorisons à la fois l'expression du meilleur potentiel collectif et celle du "pouvoir-du-dedans", créatif et intuitif, de chaque individu.



### NOS OUTILS

Nous disposons d'une **boîte d'outils variés et complémentaires**. Les participant-e-s peuvent faire appel à leurs **différentes intelligences** : *Analyse théorique, récits de vie, expression créative et corporelle, jeu, écoute, attention et conscience, ...*

Nous abordons les **enjeux clés de la vie des groupes** tels que la gestion de conflits, la prise de décision, la répartition du pouvoir, ...

# UN VENT DE CHANGEMENT ET DE COHÉRENCE

De la brise au typhon, des vents s'infiltrant, attisent et soulèvent des questions de fonctionnement au sein de nos organisations, de nos collectifs.

Le modèle pyramidal, où le pouvoir s'impose du sommet à la base, de manière « verticale » correspond de moins en moins aux attentes des personnes qui fonctionnent en équipe.

En réaction, des groupes de plus en plus nombreux cherchent à mettre en œuvre un mode de fonctionnement « horizontal », où l'on veille à ce que les membres ne prennent pas de pouvoir aux dépens des autres. Ces expériences ont produit des trésors de savoir-être et de réalisations concrètes.

Le mouvement des gilets jaunes a su réunir une très grande diversité de personnes qui s'organisent et luttent ensemble. Les listes citoyennes qui se constituent au vu des prochaines municipales y travaillent aussi. Notre territoire voit émerger de nombreux projets qui souhaitent répondre à des enjeux d'autonomie, d'écologie, de solidarité et de mutualisation de nos ressources. Du côté des entreprises, d'importantes remises en cause du modèle hiérarchique marque notamment le mouvement des entreprises libérées.

Pourtant, malgré ce désir de plus d'horizontalité et de coopération, perdure souvent un décalage entre nos valeurs, nos idéaux et nos réalités.

Parfois des rapports de pouvoir oppressifs continuent de se cacher derrière une gouvernance dite « partagée », les réunions sont traversées de prises de paroles intempestives et s'étirent sur des prises de décision à rallonge, des non-dits se transforment en conflit, des personnes sont frustrées et voudraient que cela avance plus vite...

Parfois pour atteindre nos objectifs nous ne faisons pas assez attention au chemin pour y parvenir.

Au Nousistan nous offrons des espaces où travailler à cette cohérence.

Car il est précieux de créer des moments de pause, où être ensemble permet de découvrir des expériences et de creuser des questions qui permettent de poser de la conscience sur des mécanismes jusque là invisibles ou déguisés.

- Nos formations sont donc pensées pour permettre de s'outiller, d'avoir des espaces de réflexions et de partage d'expériences.
- Nos accompagnements sont destinés à soutenir votre organisation dans son cheminement.

Cette année nous avons envie de nous rendre plus disponible pour répondre à des besoins particuliers des personnes et des groupes. Pour cela, notre nouveau fonctionnement propose des formations à dates fixes, d'autres qui seront programmées en fonction des demandes et enfin des formations, accompagnements, ateliers, et facilitation de groupe issues de demandes spécifiques et co-construits avec les personnes concernées.



# SOMMAIRE DES FORMATIONS

## Les formations programmées :



**Mener une réunion participative**

**Mardi 5 novembre 2019**



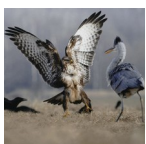
**Rôles et dynamiques de groupe**

**Jeudi 5 décembre 2019**



**Focus sur des outils de décision collective**

**Mercredi 5 février 2020**



**Des dominations au coeur de nos réunions ?**

**Lundi 2 mars 2020**



**Focus sur l'accompagnement des conflits  
(2 jours non dissociables)**

**Jeudi 2 avril 2020 et  
vendredi 3 avril 2020**

Pour vous inscrire sur l'une de ces formations programmées, rendez-vous sur <https://framaforms.org/inscription-formation-1547834343> ou contactez-nous par mail sur [contact@nousistan.org](mailto:contact@nousistan.org) !

*Note : Nous vous invitons à vous inscrire **au plus tard 15 jours avant** la date du début de la formation, car c'est le moment où la décision sera prise de la maintenir ou non, en fonction du nombre d'inscrit-e-s.*

## Les formations à la demande :

Les autres formations seront programmées en fonction des demandes ! Nous vous invitons à découvrir ce programme et à nous contacter sur [contact@nousistan.org](mailto:contact@nousistan.org) si certaines formations vous intéressent !

- A partir de 4 personnes intéressées pour une formation, nous vous contactons pour définir une date qui convienne à chacun-e.
- Une fois la date fixée, un engagement de participation est demandé aux participant-e-s avec des arrhes.
- Nous diffuserons l'annonce de cette formation dans notre programme officiel et notre communication tout au long de l'année. Nous comptons aussi sur le soutien des personnes inscrites pour diffuser l'information.
- Si vous avez une demande spécifique (mixer différents modules, adapter certains modules aux besoins de votre structure...), contactez nous directement par mail ou téléphone !

Liste des formations proposées « à la demande » :



**Voir les rapports de pouvoir**



**Formalisme et spontanéisme**



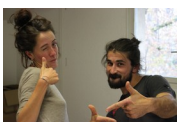
**Cartographie de nos rapports de pouvoir**



**Ma Place de leader (2 jours )**



**Nos intelligences multiples**



**Cycle "Clés de l'intelligence collective" (5 jours)**



**Stage résidentiel : Entre chiens et loups I (5 jours)**

**Les formations qui sont déjà programmées peuvent faire également l'objet de nouvelles programmation sur de nouvelles dates, n'hésitez pas à nous faire part de vos besoins !**

# Formations programmées

Ces formations auront lieu à Romans-sur-Isère

**Horaires : De 9h à 17h30**

*Renseignements et inscriptions : Nina Jail au 06 05 69 68 87*

## Mener une réunion participative

De bonnes bases pour des premiers pas

**Mardi 5 novembre 2019**

*Intervenantes : Nina Jail et Julie Infanti*



Pour les personnes débutantes qui souhaitent se lancer et animer des réunions, ou pour améliorer sa pratique et développer le plaisir de se réunir et de collaborer !

Nous aborderons notamment les phases de la réunion, la répartition des rôles et de la parole, des outils simples pour une animation participative et ludique, la notion de posture de l'animateur ou de l'animatrice...

Un jeu d'écho entre le fond et la forme de la formation permettra aux participant-e-s de faire l'expérience en temps réel des apports théoriques qui leurs seront transmis et ainsi, d'ancrer leurs apprentissages dans un vécu concret.



## Rôles et dynamique de groupe

Pour des groupes vivants où chacun-e trouve sa place

**Jeudi 5 décembre 2019**

*Intervenantes : Nina Jail et Julie Infanti*



Chacun-e a une manière bien particulière de contribuer dans un groupe. Nous nous trouvons souvent, bon gré mal gré, à jouer le même rôle, à porter la même voix ou à assumer la même responsabilité. Dans quelle mesure sommes-nous conscient-e-s de ce qui se joue pour soi ou pour les autres dans la dynamique du groupe ?

- Quels sont les rôles qui me sont les plus familiers ou les plus étrangers ?
- Comment les autres contribuent-ils à la vie du groupe ? Quelles dimensions font-il exister
- Comment faire pour décroiser nos modes de pensée et voyager ensemble dans ces différentes dimensions ?
- De quoi le groupe a-t-il besoin pour être vivant et faire la meilleure place à chacun-e ?

**Ressources théoriques** : Les six chapeaux de la réflexion de Edward de Bono, la typologie des 5 rôles de Starhawk, la micropolitique des groupes, le Rêve du dragon de John Croft.

**Modalités d'animation** : Durant cette formation, vous serez invité-e-s à bouger, à jouer, à rester conscient de ce qui se vit en vous, à co-construire du savoir et partager vos expériences... et à expérimenter des modes de fonctionnements qui vous sont un peu étrangers!



## Focus sur des outils de décision collective

***Mercredi 5 février 2020***

*Intervenantes : Nina Jail et Julie Infanti*



Prendre des décisions collectivement n'est pas une mince affaire. Du petit collectif aux grandes assemblées générales, quels outils choisir et comment les adapter ? Quelles sont les conditions pour que chacun.e adhère à la décision prise ? Comment être créatifs, efficaces tout en étant à l'écoute des enjeux personnels et collectifs ?

Entre théorie et mise en pratique, nous explorerons le pouvoir de décision. Un pouvoir fondamental dans le groupe qui gagne à être partagé. Pour cela, nous aborderons les questions ci-dessus et nous verrons différentes façons d'utiliser des outils

de prise de décisions.

Afin d'être au plus proche de vos réalités, des mises en situation permettront aux participant.e.s. d'expérimenter ces outils à partir de situations qu'ils ou elles auront apportées.

## Des dominations au cœur de nos réunions ?

**Comment gérer les inégalités d'accès à la parole, à l'initiative et au pouvoir dans nos réunions et inventer un fonctionnement de plus en plus inclusif ?**

***Lundi 2 mars 2020***

*Intervenantes : Nina Jail et Julie Infanti*



Des inégalités marquées dans l'accès à la parole, à l'initiative ou à la prise de décision dans nos réunions sont souvent liées à des différences de genre, d'origine, d'âge, de parcours scolaire ou professionnel, de sensibilité et de tempérament... Comment faire pour établir plus d'équilibre ? Comment réagir dans les situations inconfortables ? Comment s'éduquer les un-e-s les autres à sortir de nos postures enfermantes et ainsi offrir au groupe l'opportunité de bénéficier pleinement de la richesse de chacun-e ?

Cette journée nous permettra de poser de la conscience sur les situations que nous rencontrons dans nos quotidiens et les rôles que nous y jouons. A travers un jeu de rôles, nous expérimenterons ensemble des pistes créatives pour réagir de manière constructive aux situations insatisfaisantes auxquelles nous nous confrontons le

plus souvent. Nous nous approprierons également des outils d'animations de réunion spécifiques, tout en questionnant la posture de la facilitation.

## Accompagner les Conflits (2 jours)

**Jeudi et vendredi 2 et 3 avril 2020**

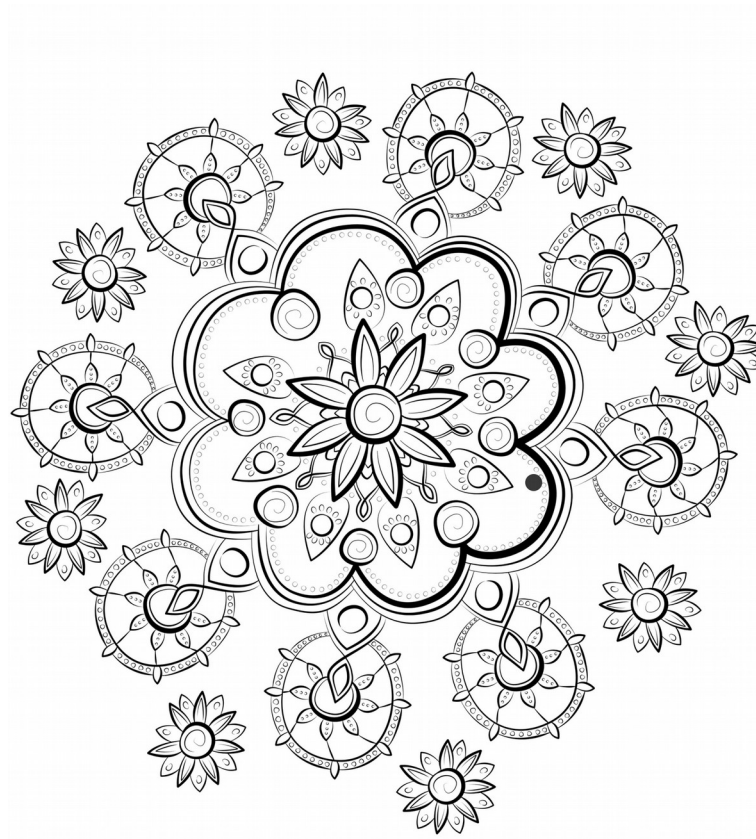
*Intervenantes : Nina Jail et Julie Infanti*



Et si l'on ne cherchait pas à éviter voire même à « gérer » les conflits au sein d'un groupe mais plutôt à les accompagner ? Ce module est un espace de recherche collective autour de l'accompagnement des conflits.

Basé sur une alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques, d'échanges en groupe, il vient questionner ce que sont les conflits et comment les aborder.

Nous mêlerons différentes approches inspirées des intelligences multiples, émotionnelle, de la CNV, des cercles restauratifs et de celles que vous souhaitez apporter.



# Formations à la demande

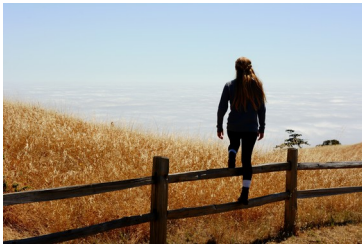
**Ces formations pourront être organisées dans le secteur de Drôme-Isère-Ardèche, en fonction des demandes.**

*Renseignements et inscriptions : Julie Infanti 06 45 18 42 90*

## Voir les rapports de pouvoir

**Identifier les rapports de pouvoir qui nous traversent pour trouver plus de liberté !**

*Intervenantes : Julie Infanti et Nina Jail*



Tout au long de notre histoire, nous cotoyons différentes institutions (famille, école, ...) qui définissent le cadre dans lequel nous sommes invité-e-s à évoluer. Des rapports de pouvoir y sont transmis et reproduisent des relations d'oppressions que l'on retrouve de soi à soi, de soi à l'autre, d'institutions à individu... Ces rapports existent et il s'agira dans ce module de les déceler et d'échanger sur « ce qu'on fait de ce que l'on a fait de nous ». L'intention est de dépasser nos dispositions, notre héritage, ce qu'on a incorporé, et nos situations actuelles pour prendre position

et travailler sur nos trajectoires individuellement et collectivement. Nous identifierons les différents systèmes d'oppressions pour réinventer, peut être, de nouvelles façons de vivre ensemble, en contactant notre pouvoir du dedans.

## Formalisme et spontanéisme

*Intervenantes : Julie Infanti et Nina Jail*



En position d'animation de groupe, nous sommes souvent confrontés à la question suivante : « Comment naviguer entre structure cadrée et spontanéité, afin de limiter les inégalités, tout en préservant des processus vivants ? ».

Lorsque nous sentons que le groupe tend à aller ailleurs que ce que l'on avait imaginé, comment l'accompagner au mieux sans imposer la rigidité ? Comment être dans une posture de lâcher prise tout en garantissant une confiance suffisante dans le cadre proposé ? De plus, il arrive parfois que le cadre soit vécu comme un

pouvoir imposé. Mais en son absence, d'autres règles implicites ont cours, excluant les personnes qui n'en ont pas les clés.

Dans ce module, nous interrogerons la posture de la facilitation, en recherche permanente d'équilibre entre ces deux pôles que sont la spontanéité et le formalisme. Nous aborderons la question de l'utilisation des outils en mettant en lumière leurs avantages et leurs limites.

## Les outils de la cartographie pour repérer les enjeux de pouvoir

Pour cela, nous vous proposons une cartographie sensible en 3D de ces pouvoirs en nous appuyant sur les trois dimensions qui ont donné la thématique à l'ensemble du

## Ma place de leader (2 jours)

A black and white illustration of a man's face peering through a jagged hole in a white surface, with his hands gripping the edges of the opening. The man has a serious expression, looking directly at the viewer. The lighting creates strong shadows, emphasizing the texture of the surface and the man's features.

Ce module est constitué de jeux, d'expériences concrètes, créatives et sensibles, au service d'une double invitation - d'une part rencontrer sa raison d'être personnelle, se laisser toucher par la richesse des autres, sentir en soi les résistances et les obstacles à l'expressivité... Et d'autre part, poser de la conscience sur les enjeux du « pouvoir sur » qui nous traversent, reflets des inégalités sur lesquelles reposent nos sociétés.



## Nos intelligences multiples

*Intervenante : Stéphanie Truchot*

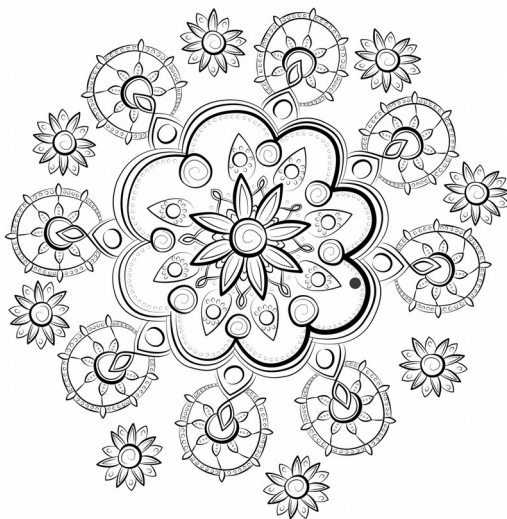


Le rapport que l'on entretient avec le monde et avec les autres peut être très différent d'une personne à l'autre et d'un moment à l'autre de la journée ou de la vie. Il se traduit par les mots que l'on emploie, nos valeurs, les sujets qui captent notre attention, nos logiques, nos rythmes, ce qui compte pour chacun-e, les facultés que l'on a développées, nos manières d'être, nos ambitions... Résultat : quand on essaie de coopérer, on se confronte à des rugosités, si ce n'est à des blocages ! Comment faire pour mieux se comprendre et développer notre capacité à coopérer en valorisant la richesse de nos différences ?

En 1983, Howard Gardner identifie neuf directions dans lesquelles les humains développent leurs aptitudes, et formule la théorie des « intelligences multiples ». Ce faisant, il prend à contre-pied l'a priori véhiculé par le concept de « QI », comme quoi « être intelligent » correspondrait à avoir bien développé son potentiel logique et linguistique, le reste étant sans doute décoratif... Aujourd'hui, les neurosciences vont plus loin et démontrent combien ces différentes dimensions de nos êtres sont interconnectées et se soutiennent les unes les autres. Mettre à l'écart le corps ou encore le dessin dans nos processus d'apprentissage ou lors de nos réunions créatives semble bien être la meilleure manière de piétiner !

Durant ce module, nous découvrirons la théorie de Howard Gardner et nous déploierons notre créativité dans les neuf directions. Nous construirons sur mesure des outils très concrets qui nous permettront :

- D'aborder les problématiques que nous rencontrons dans nos groupes de manière plus inclusive et ludique,
- De mieux valoriser les potentiels et l'estime de soi de chacun-e,
- De mieux partager le pouvoir et l'initiative dans nos collectifs.



## Stage résidentiel « Entre chiens et Loups » - 5 jours

### Exploration des porosités entre l'individu et le collectif... sur le plan relationnel

Intervenantes : Julie Infanti et Nina Jail



« Entre chiens et loups » est une invitation à plonger dans ces moments où nos différents mondes se côtoient, à la rencontre de notre vie intérieure et de notre vie sociale. En meute ou solitaire, domestiqué ou sauvage... les modes d'interaction entre nos individualités et le collectif sont multiples. Nous vous invitons à la croisée des mondes pour vivre des expériences partagées, à l'interface de nos espaces intérieurs, politiques et spirituels

#### Intentions

Qu'est-ce qui se vit en moi dans l'interaction avec le groupe ? Qu'est-ce qui se passe pour les autres ? Comment mon histoire relationnelle s'est-elle construite ? Mes attitudes sont-elles déterminées par des normes sociales ? Comment trouver la liberté de vivre de nouvelles expériences dans ma relation à un groupe ?

... Et si nous prenions le temps de nous rencontrer en profondeur et de visiter ces différentes facettes ? Cheminer ensemble, en entremêlant **nos histoires de vie**, c'est aussi partager nos richesses et construire **des solidarités collectives**.

Ce stage résidentiel de 5 jours nous permettra de **grandir individuellement** dans notre rapport au collectif ; et de **progresser collectivement** dans notre compréhension de cette dimension silencieuse, **intime autant que politique**, de ce qui se joue pour les individus dans un groupe.

#### Outils

Grâce à une boîte à outils variée, nous ferons appel à **nos différents modes d'intelligence** (réflexions, ressentis, approches corporelles...) pour avancer avec quelques lanternes partagées sur ces porosités entre l'individu et le collectif.

Pour conduire notre recherche à la **rencontre du sensible et du politique**, nous expérimenterons des outils de l'éducation populaire, des moments d'expression artistique, de danse, de visualisations guidées ou d'explorations sensorielles.

Nous prendrons le temps de **mettre de la conscience** dans ce qui se vit en nous durant ces temps collectifs animés, ainsi que durant les temps informels et d'autogestion de la vie quotidienne. A cette fin, nous nous appuierons sur des pratiques issues de la pleine conscience et de la co-écoute (accueil des émotions). Des temps d'écriture individuelle seront proposés, ainsi que des moments de soutien en petits groupes de confiance et



# I INFORMATIONS PRATIQUES



## ACCOMPAGNEMENTS

Les organisations humaines sont vivantes et évoluent au fil de leur histoire. En plus des formations, nous pouvons prendre un temps particulier pour un accompagnement au plus près des besoins de votre organisation.

Associations, collectivités, entreprises ou collectifs, nous prenons le temps de cheminer avec vous pour imaginer d'autres possibles, pour soutenir la vie de votre structure, pour prendre du recul sur vos pratiques, penser vos dynamiques collectives, animer des démarches participatives, un temps fort, des périodes de transition, de conflits, de changements de gouvernance, etc.

Chaque structure est particulière et a des besoins qui lui sont propres. Dans un processus d'échanges permanents, nous accompagnons la remise en question et en mouvement de vos dynamiques. La posture d'intervenants extérieurs permet ainsi à chaque personne de participer pleinement au travail de transformation de l'organisation.

## POSTURE DES FORMATRICES ET FORMATEURS

Dans nos formations, nous cultivons une **posture d'écoute et de disponibilité à l'instant** : aux élans, aux besoins, aux envies, aux difficultés et aux richesses de chacun-e.

Fidèles aux pratiques de l'**éducation populaire**, nous intervenons depuis une posture « **non-sachante** ». Les sujets abordés lors des ateliers-formations sont ceux qui nous animent et pour lesquels nous conduisons nos recherches et expérimentations depuis plusieurs années. Pour les aborder, nous trouverons des appuis dans les différents outils que nous pratiquons et que nous pouvons transmettre... Et nous partons du principe que cela peut-être vrai aussi pour les participant-e-s ! Chacun-e est riche de sa propre expérience et de nombreux savoirs.

Aussi, nous créons le cadre [un contexte propice à la rencontre et à la créativité, des stimulations, des ressources, des méthodes de travail, des jeux, du rythme, de l'attention et de la conscience, etc. ] qui permet aux stagiaires de **contacter leur propre expérience**, de la **partager**, de préciser leurs recherches... et de **construire ensemble** de nouveaux savoirs, ressources et outils sur mesure !

# TARIFS ET FINANCEMENTS

Pour ses ateliers-formations, le Nousistan pratique **la participation libre & consciente** afin qu'ils soient accessibles à tou-te-s et que le critère financier ne soit pas un frein pour celles et ceux qui souhaitent se former.

**Nos formations s'inscrivent dans le cadre de la formation professionnelle continue.** Si vous êtes salarié-e, chômeur-euse ou bénévole dans le cadre associatif, des possibilités de financements existent et permettent de soutenir économiquement nos actions de formations afin que nous puissions continuer de pratiquer la participation libre et consciente pour celles et ceux qui n'y ont pas accès.

**> Si vous êtes salarié-e ou chômeur-euse :**

Contactez-nous ! Une réforme de la formation professionnelle est en cours et les possibilités de financement sont mouvantes. Nous vous accompagnerons du mieux que nous pourrons pour trouver les pistes qui vous concernent !

**> Si vous êtes bénévole dans le cadre associatif :**

Le FDVA (Fond pour le Développement de la Vie Associative) ouvre chaque année un appel à projet qui permet aux associations de mobiliser des subventions pour la formation de leurs bénévoles. Les formations que nous proposons sont éligibles, il est possible de faire financer jusqu'à 80 % du coût de la formation. Les demandes sont à déposer entre janvier et mars de chaque année.



Dans tous les cas, **contactez-nous**, afin que nous échangions sur vos possibilités de financements !

**Inscriptions et renseignements :**

**Nina Jail au 06 05 69 68 87 ou Julie Infanti au 06 45 18 42 90.**



[CONTACT@NOUSISTAN.ORG](mailto:CONTACT@NOUSISTAN.ORG)

[WWW.NOUSISTAN.ORG](http://WWW.NOUSISTAN.ORG)

