

## Méthodologie de l'Entraînement Mental (EM)

### THÈMES ABORDÉS

Méthodologie d'analyse de situations concrètes insatisfaisantes.

### OBJECTIFS

Éviter les « yaka » dans les situations-problèmes et analyser plus pertinemment une difficulté rencontrée dans une situation d'apprentissage.

### NATURE ET MODALITÉS D'UTILISATION

Schéma logique d'analyse en 4 temps : au départ d'une situation concrète insatisfaisante énoncée, il est possible, avec cette méthodologie, d'identifier plusieurs hypothèses de problèmes et donc d'aider l'utilisateur à proposer des hypothèses de solutions plus proches de la réalité.

### RÉFÉRENCE DE L'OUTIL

Méthodologie d'autoformation et d'éducation populaire mise au point par Joffre Dumazedier et Bénigno Cacérés avec Peuple et Culture.

### RETOUR D'EXPÉRIENCE

Cette méthodologie est connue et utilisée dans des organisations d'éducation permanente comme les GRETA, l'IN-JEP, la formation des animateurs ou l'Éducation nationale. Également dans des entreprises comme l'EDF.

### OBSERVATIONS

#### Méthodologie en 4 temps :

Situation Concrète Insatisfaisante :

1. De quoi s'agit-il ? (Représentation)
2. Quel est le problème ? (Problématisation)
3. Pourquoi est-ce ainsi ? (Explication)
4. Que faire ? (Action/solution) aborde uniquement l'approche logique (défi de la rationalité) de l'EM.

Pour être complète, l'analyse de la situation doit également être confrontée à une approche Dialectique (défi de la complexité) et une approche Ethique (défi de la responsabilité).

Néanmoins, dans un premier temps, l'opération de base en 4 étapes permet déjà d'y voir plus clair (mais ne nous y trompons pas, cela reste incomplet pour une analyse en profondeur).

Dans le contexte d'apprendre à apprendre, cette méthodologie est plutôt destinée à des formateurs.