

# RENFORCER LE POUVOIR D'AGIR DES PUBLICS AVEC LES ATELIERS DU CHANGEMENT

21 novembre 2024



# Intervenants

- Bertrand Mertens - La Boucle / Plie Angers
- Roseline Meyer - Plie La Roche sur Yon
- Coralie Tirton - Plie La Roche sur Yon
- Nathalie Legrand - RPE 49

## Animation

- Nadine Morilleau - Cariforef



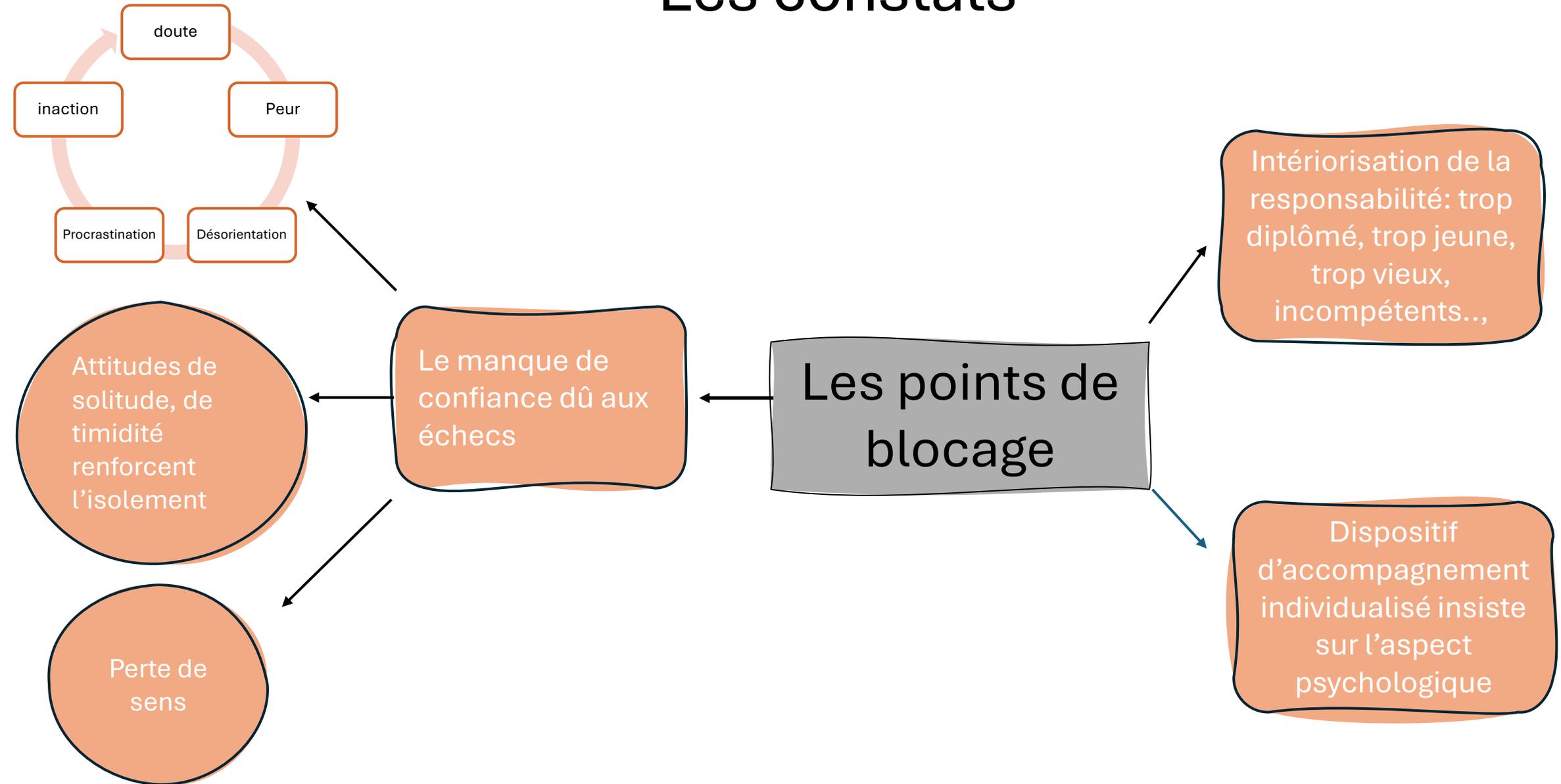
# Que sont Les ateliers du changement ?

## L'association La Boucle

- Créée en 1995 par Thierry Benoit.
  - Des champs d'action multiples: l'emploi et le chômage, l'égalité entre les hommes et les femmes, la lutte contre les discriminations, la notion de changement.
  - Le concept des Boutiques Club Emploi.
  - Formation aux différentes démarches pédagogiques créées par La Boucle, dans le cadre d'une démarche pédagogique active alliant théorie et pratique.
  - A initié avec les universités Paris 3 et Paris 6 et le 1er diplôme « Conseiller-e /référent-e-s égalité entre les femmes et les hommes » et le diplôme « REAGIR » avec l'Université de Limoges pour les jeunes décrochés.
- 

# Que sont les ateliers du changement?

## Les constats



# L'ATELIER DU CHANGEMENT

Ateliers du 1<sup>er</sup> au 22 juin 2023

Espace Frédéric Mistral, 4 All. des Baladins à Angers

## SÉANCES 1 & 2

Jeudi 1<sup>er</sup> juin 2023 > 9h - 16h

- > Qu'est ce qu'on va faire ?
- > Et si j'utilisais tout mon cerveau ?

## SÉANCE 7

Jeudi 15 juin 2023 > 14h - 17h

- > Le chômage, la déprime, la colère

## SÉANCE 3

Lundi 5 juin 2023 > 9h - 12h

- > Au cinéma avec  
« Mon Oncle d'Amérique »

## SÉANCE 8

Mardi 20 juin 2023 > 9h - 12h

- > Démontons les stéréotypes !

## SÉANCE 4

Jeudi 8 juin 2023 > 14h - 17h

- > Le plaisir

## SÉANCES 9 & 10

Jeudi 22 juin 2023 > 9h - 16h30

- > Soyons positifs !
- > Comment développer et utiliser  
mon réseau de connaissance ?
- > Je donne un nouvel élan à ma  
recherche d'emploi !

## SÉANCE 5

Lundi 12 juin 2023 > 9h - 12h

- > La soumission à l'autorité

## SÉANCE 6

Mardi 13 juin 2023 > 9h - 12h

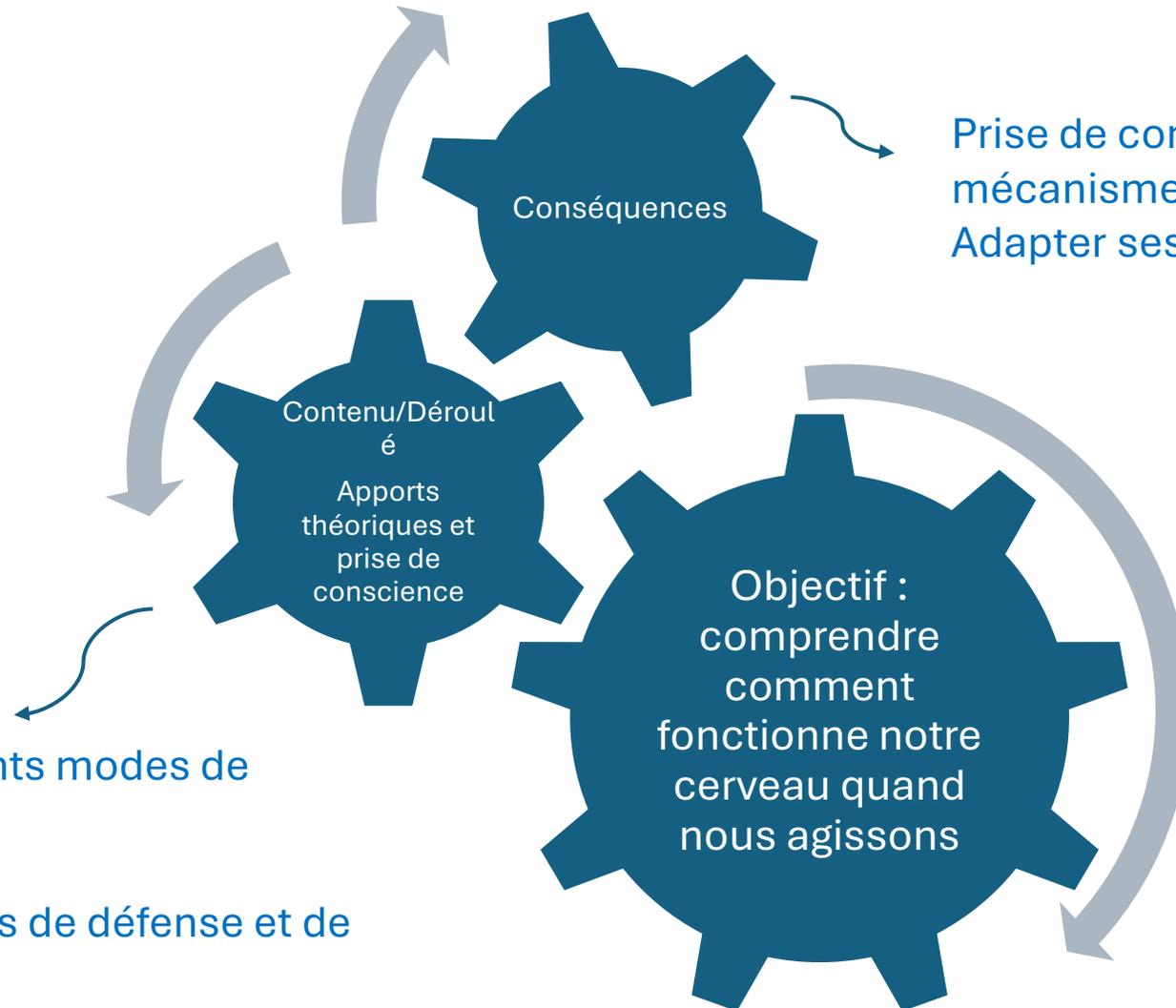
- > La maîtrise de soi et l'initiative



Que sont les ateliers  
du changement?  
la démarche  
pédagogique



# Focus sur la séance 1 et 2: « le fonctionnement du cerveau »



Prise de conscience de ses réactions et des mécanismes en jeu  
Adapter ses réactions aux situations

Comprendre les différents modes de fonctionnement  
(fuite, lutte, inhibition )  
Repérer les mécanismes de défense et de résistance

**Ateliers** 

Quizz sur le cerveau

[Echiquier d'Adelson](#)  
[illusion d'optique](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=UrafxCna9hE>

Pari : changer de place

# Démarrons par un QUIZZ sur le cerveau !

Quel est le poids moyen d'un cerveau adulte ?

A

900 grammes

B

1,3 kg

C

1,6 kg

## Explication :

Le cerveau d'un adulte pèse en moyenne 1,3 kilogramme, soit 2 % de sa masse corporelle. Celui d'un nouveau-né pèse environ 400 grammes et celui d'un enfant de 2 ans, autour de 1 kg.

Combien de neurones contient un cerveau ?

A

10 millions

B

100 millions

C

100 milliards

**Explication :**

Un cerveau contient environ 100 milliards de neurones. Si l'on ajoute à ce nombre les 100 milliards de cellules gliales (qui assurent aux neurones des fonctions immunitaire, nourricière, protectrice et accélèrent la conduction nerveuse), on arrive à 200 milliards, soit presque autant que d'étoiles dans notre galaxie, qui compterait 234 milliards d'étoiles !

Vers quel âge le développement d'un cerveau humain s'achève-t-il ?

A

à la naissance

B

6 ans

C

20 ans

**Explication :**

Organisé très tôt avec 100 milliards de neurones déjà connectés entre eux, le cerveau d'un nouveau-né n'est pourtant pas un cerveau adulte en miniature. Il est plastique et se modèle sous l'influence des expériences vécues. Son développement ne s'achève que vers l'âge de 20 ans.

On appelle plasticité cérébrale...

A

La capacité des connexions neuronales à se modifier pour acquérir de nouvelles connaissances

B

La capacité du cerveau à se façonner pour bien se mouler dans la boîte crânienne

C

La capacité du cerveau à se reformer lorsqu'un tissu est endommagé.

### Explication :

La plasticité cérébrale est la capacité des connexions neuronales à se créer, se modifier, se renforcer pour acquérir de nouvelles connaissances sous l'action d'un apprentissage. Sans mémoire ni plasticité du cerveau, aucun apprentissage ne serait possible. Cette plasticité varie avec l'âge, et certaines époques de la vie sont plus favorables à tel ou tel apprentissage.

## Histoire biologique

### *Ce qui agit en moi*

 Gènes communs à l'espèce animale et à l'espèce humaine.

 Mais gènes uniques à chaque individu.

*« En cas d'urgence mon cerveau réagit automatiquement ».*

## Histoire socio-culturelle

### *Ce que je sais*

 Mémoire collective

- Apprentissage
- Formation
- Education
- Sacralisation /religion

*Histoire socio-culturelle commune aux individus selon les sociétés, mais unique pour chaque individu.*

## Histoire affective

### *Ce que je ressens*

 Combinaison de l'histoire biologique et de l'histoire socio-culturelle.

Attrance/répulsion  
Goût/dégoût

 Mais histoire unique selon les individus

*« chaque cerveau crée son propre système du plaisir... »*

## Histoire imaginante

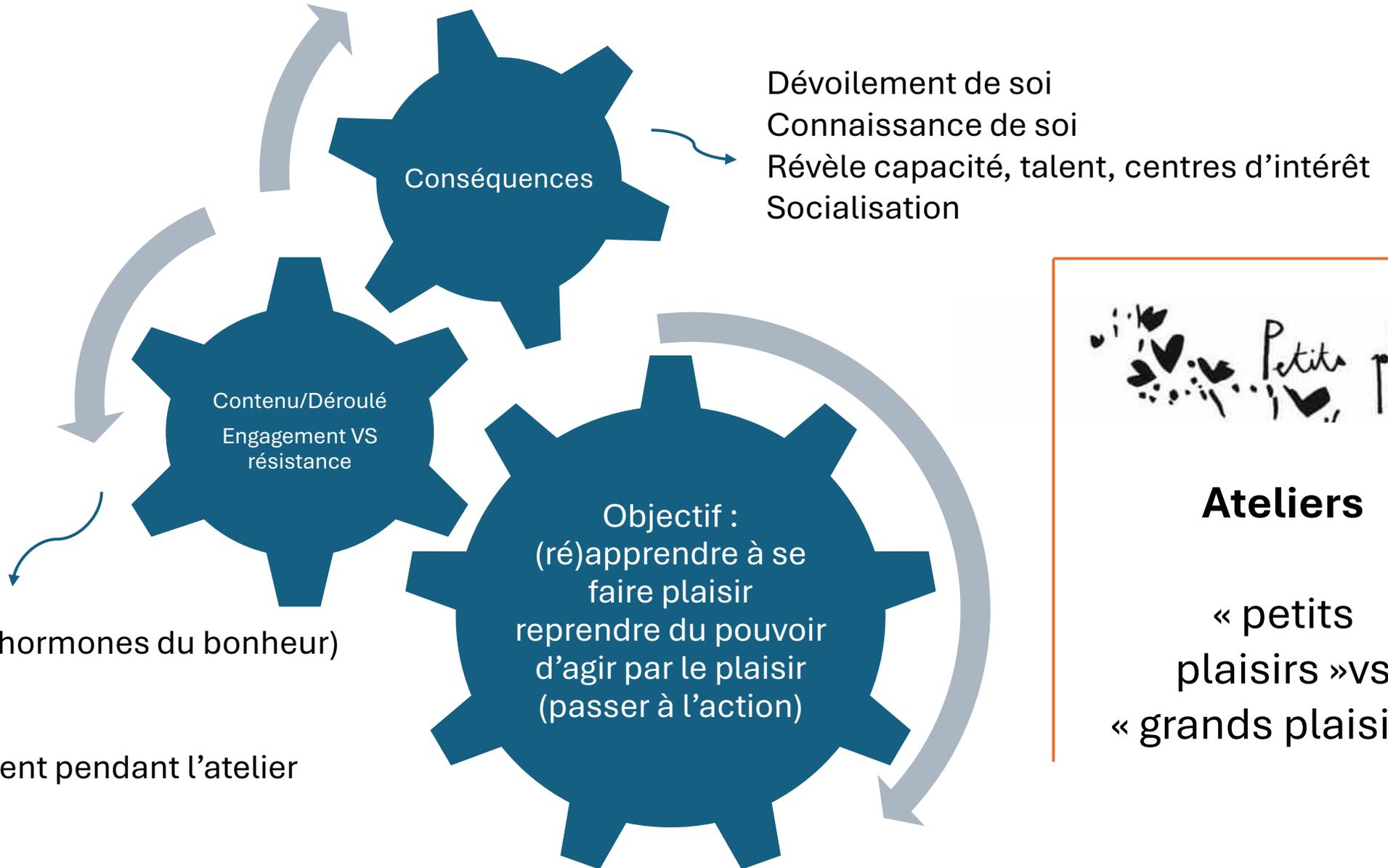
### *Ce que je pense*

 Combinaison des 3 histoires précédentes.

- \* Conscience de la mort
- \* Projection dans le futur
- \* Capacité à imaginer sa vie

*« Sans émotions et sans projection, ma raison et ma pensée ne fonctionnent pas... »*

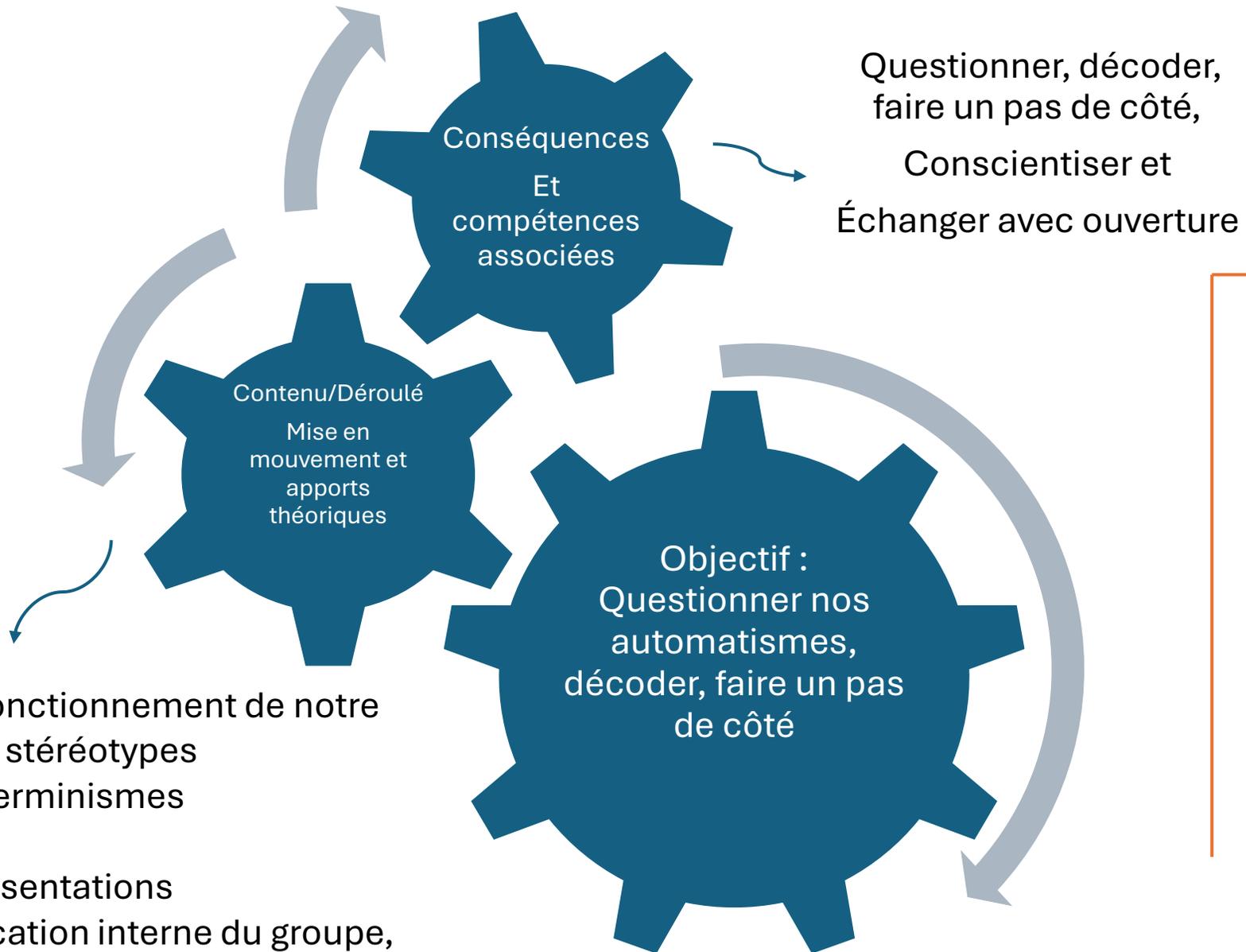
# Focus sur la séance n° 4: « Le plaisir »



## Ateliers

« petits  
plaisirs » vs  
« grands plaisirs »

# Focus sur la séance n° 8 : « Les stéréotypes »



Comprendre le fonctionnement de notre  
cerveau face aux stéréotypes  
Expliquer les déterminismes  
Pas de fatalité  
Déjouer les représentations  
Méta : communication interne du groupe,  
CNV



## Ateliers

Préjugés (jeux)

Expériences en  
psychologie sociale  
Marie Line Felonneau  
(vidéo/débat)

# Les résultats pour les publics

## Se sentir mieux

ce qui est signifié serait trop intrusif, seuls les pairs entre eux peuvent se permettre de « telles réflexions »

Le collectif: source d'échanges de pratiques pour rompre l'isolement

## Se mobiliser

Redevenir un individu en capacité de faire des choix

## Donner du sens

les "petits" faits et gestes qui reconstituent le puzzle de la vie

## Déculpabiliser

la notion de jugement ressenti en permanence les exclue du cercle social et institutionnel

Les changements constatés

Les résultats

## Accès à la formation

la recherche d'emploi est naturelle quand la volonté est là

## Accès à l'emploi

faire des paris et les tenir devant le groupe témoin de l'engagement

## Se responsabiliser



Témoignage d'Eliane,  
participante aux ateliers  
du changement à Angers

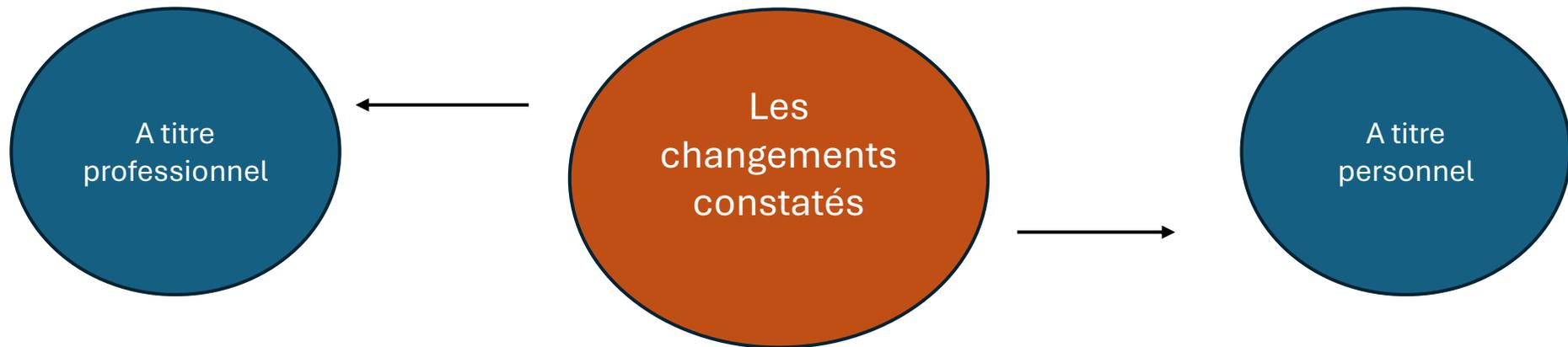
---



Témoignage de Alban, participant  
aux ateliers du changement à La  
Roche-Sur-Yon

---

# Témoignage d'une animatrice des ateliers (Coralie TIRTON -La Roche-Sur-Yon)



# La formation à l'animation des ateliers du changement

- **A qui s'adresse la formation?**
  - Professionnels de l'insertion sociale et professionnelle
  - Formateurs
  - animateurs sociaux et socioculturels
  - Consultants en mobilité professionnelle



# La formation à l'animation des ateliers du changement

## La formation a un double objectif

- Pour mettre en place cette méthode, il faut se former:
  - méthode expérientielle
  - comprendre le concept de la démarche pédagogique,
  - maîtriser les bases biologiques des comportements sociaux,
  - s'approprier le déroulé du contenu des séances (maîtriser les différentes exercices...)
- La formation apportera aussi :
  - des méthodes et des outils pour l'animation de groupe et l'accompagnement individuel.
  - des apports, des réflexions sur sa posture, ses représentations vis-à-vis des publics suivis, une autre approche de l'accompagnement.

# Les prochaines dates de formation

- 10/11/12 mars 2025 (Angers)

## Contact

- Ascape 49
  - Téléphone : 02 41 60 43 20
  - E-mail : [contact@ascape49.fr](mailto:contact@ascape49.fr)



# Pour aller plus loin....

**Témoignage vidéo. Les ateliers du changement à Angers**

<https://www.youtube.com/watch?v=9k1hDo0IL20>

**Vidéo de présentation. Les ateliers du changement à La Roche-sur-Yon**

<https://www.youtube.com/watch?v=k8tOXTSeT48>

**Livre « Agir contre le chômage de longue durée, une nouvelle pédagogie : les ateliers du changement », Thierry Benoit, Bertrand Mertens  
édition l'Harmattan.**

<https://www.editions-harmattan.fr/catalogue/livre/agir-contre-le-chomage-de-longue-duree/7692>

# Contacts: formations, séminaires...

**Bertrand Mertens**

La boucle

0683255522

Bm.laboucle@gmail.com

# Pour aller plus loin

- Retrouvez le replay et les ressources de ce webinar sur notre site : <https://pro.choisirmonmetier-paysdelaloire.fr>
- Formation **Susciter et accompagner le changement de comportement des publics** avec Bertrand Mertens le 28 février 2025.

