



École le jet d'Ancre inc.  
164 rue Cowie, C.P. 13  
Granby QC Canada J2G 8E2  
+1 450 372 4669  
admin@journalcreatif.com  
journalcreatif.com

## **Formation – Europe 2018-2019**

### **Accompagner et animer avec le Journal Créatif®**

Avec Anne-Marie Jobin, ATPQ (Art-thérapeute professionnelle du Québec)  
Formatrice, auteure, art-thérapeute  
Assistée par une équipe de formatrices certifiées en Journal Créatif

Formation de 200 heures destinée à des professionnels de la relation d'aide, de l'animation et de l'accompagnement souhaitant intégrer la méthode du Journal Créatif® dans leur pratique professionnelle.

### **Le Journal Créatif®**

Le Journal Créatif est une approche dynamique fondée sur une combinaison des forces de l'art-thérapie et de l'écriture créative. C'est un journal intime non conventionnel où l'écriture, le dessin spontané et le collage se côtoient et interagissent de façon à maximiser l'accès au monde intérieur et aux richesses qui s'y trouvent. Des jeux de création sont intégrés à la méthode afin de stimuler le processus créateur et de contrer les blocages.

### **A qui s'adresse cette formation ?**

Cette formation s'adresse à des personnes qui souhaitent non seulement intégrer le Journal Créatif dans leur vie quotidienne mais aussi amener cet outil dans leur travail. L'objectif de la formation est pédagogique et non thérapeutique, même si le travail peut avoir une portée thérapeutique. Les personnes suivantes sont donc spécialement visées par cette formation.

- Thérapeutes
- Coachs, Formateurs, Consultants en créativité
- Accompagnateurs en insertion professionnelle
- Professionnels de la santé et des services sociaux
- Professeurs, Éducateurs, Animateurs
- Animateurs en bibliothèques, en centres sociaux, en maisons de retraite
- Autres professionnels

### **Prérequis**

- Avoir un minimum d'expérience ou de formation en relation d'aide et/ou en animation
- Avoir suivi l'introduction au Journal Créatif en ligne avec l'École le jet d'Ancre (payable indépendamment de la formation). Ce cours est offert régulièrement et les candidats à la formation ont la possibilité de le suivre à tout moment si leur inscription ne coïncide pas avec une offre de notre calendrier. Ce cours compte pour 20 heures du programme de 200 heures.

## Objectifs de la formation

**Avertissement** : Ne remplace pas une formation en relation d'aide ou en art-thérapie.

Formation professionnalisante visant à ce que les participants :

- Acquièrent les connaissances théoriques et méthodologiques de base sur la méthode
- Fassent l'expérience intensive de la pratique du Journal Créatif pendant la durée du programme
- Soient capables de concevoir et d'animer des ateliers de Journal Créatif adaptés aux besoins des participants et/ou d'accompagner leurs clients avec cet outil
- Utilisent le Journal Créatif avec éthique professionnelle
- Puissent faire face aux différentes situations qui peuvent se présenter dans le cadre spécifique de l'utilisation du Journal Créatif en animation ou en accompagnement

## Contenu en 2 modules de 90 heures

Programme détaillé en pages 5 et 6.

**Module 1 : La méthode du Journal Créatif** (90 h) Animé par Anne-Marie Jobin assistée de son équipe. Le cours en ligne est facilité par une adjointe à la formation et supervisé par Anne-Marie Jobin.

**Du 1<sup>er</sup> au 5 juin 2018, séminaire de 5 jours** (35 h).

Lieu : Centre l'Ilon, Namur, Belgique <http://www.centrelilon.be/index.php/presentation>

**Du 28 juin au 1er novembre 2018, cours en ligne** (10 semaines étalées sur 20 ; 50 h)

Un cours en ligne composé de lectures, de vidéos, de travaux pratiques et d'échanges via un forum de discussion. Horaire flexible, pas de cours « en direct ». Facile d'utilisation. Suivi individualisé.

**Autres travaux pratiques** : Bilans et semaine de « marrainage » (5 h).

**Module 2 : Aspects pratiques et expérientiels** (90 h) Animé par les adjointes à la formation.

**Du 23 au 25 novembre 2018 : Aspects pratiques de l'animation et de l'accompagnement** (20 h)

Lieu : Centre L'Ilon, Namur.

**Décembre 2018 : Rencontres en sous-groupe** (10 h, incluant suivi) : dates et lieux à définir en juin selon la provenance des stagiaires.

**Entre décembre 2018 et avril 2019 : Stage de 15 h**, supervisé à distance, organisé par le ou la stagiaire (35 h, incluant préparation et supervision). Suivi par une adjointe à la formation.

**5 au 7 avril 2019 : Rencontre de clôture – séminaire de 3 jours** (20 h) Animé par Anne-Marie Jobin assistée de son équipe.

Lieu : Centre L'Ilon, Namur.

**Autres travaux pratiques** : Bilans et réflexion sur l'éthique (5 h).

## Méthodes et outils pédagogiques

### Durant les séminaires :

- Des exposés théoriques accompagnés d'exercices pratiques et de réflexion sur la pratique (l'acquisition des compétences nécessite que le participant expérimente sur lui-même les exercices du journal afin d'en mesurer la portée et les effets)
- Des échanges entre les stagiaires
- Des exercices en sous-groupes (laboratoires pratiques)

### Entre les modules :

- La pratique régulière du Journal Créatif pendant toute la durée de la formation
- La participation à un forum de discussion, incluant des exercices faits à la maison et des lectures, des réflexions à écrire sur le forum et une semaine de « marrainage » (compter au moins une demi-journée par semaine de travail durant le cours en ligne)
- Du suivi individuel via le forum et les bilans
- Un retour à faire sur le forum sur la question de l'éthique
- Une rencontre en groupe de pairs incluant une courte animation par le stagiaire
- Un stage pratique de 15 h fait au module 2 : ce stage est organisé par le stagiaire. Il est supervisé à distance par une adjointe à la formation

### Modalités d'évaluation :

- La participation aux rencontres est requise. Les absences doivent être compensées par la reprise des exercices à domicile mais si elles totalisent plus de 10 heures, le ou la stagiaire devra reprendre la portion de formation manquée avec un autre groupe de formation qui aura lieu subséquemment, dans un délai de 2 ans. Dans certains cas exceptionnels, cette participation pourrait être compensée par une supervision individuelle organisée par l'École, avec frais supplémentaires
- Participation hebdomadaire au forum (durant le cours en ligne) incluant une semaine de « marrainage »
- Un premier bilan du processus personnel incluant un rapport de lecture
- Un mini-rapport suite à la lecture du code d'éthique (sur forum)
- Animation de 30 minutes et rédaction d'un compte-rendu
- Un rapport de stage et un dernier bilan personnel

### Certification :

Un certificat est émis à la fin de la formation et donne le droit d'utiliser la marque de commerce *Journal Créatif* dans la promotion de ses activités.

L'École le jet d'Ancre ne peut émettre de certificat si le ou la stagiaire a manqué à l'une de ces exigences. Si celles-ci ne sont pas satisfaites durant la durée du programme, certaines mesures peuvent être prises pour compenser. Le certificat est alors émis quand le ou la stagiaire a rempli ces conditions supplémentaires.

Cette formation donne le titre *Certifié-e en Journal Créatif* et non celui de thérapeute ou d'art-thérapeute. C'est une formation qui donne des compétences sur un **outil spécifique** (le Journal Créatif) mais pas de compétences en relation d'aide ou en animation de groupe. Ces sujets sont vus brièvement en cours de programme mais il est entendu que les stagiaires doivent s'appuyer

sur leur formation de base ou aller chercher une formation connexe pour donner des ateliers de Journal Créatif, particulièrement s'ils sont à objectif thérapeutique.

## La formatrice et son équipe

### Anne-Marie Jobin

Formée en travail social (*Université du Québec à Montréal*) et en art-thérapie (*Vancouver Art Therapy Institute*), elle a développé la méthode du Journal Créatif qu'elle enseigne depuis 1998. Afin de former des professionnels à cette méthode, elle a fondé l'École le jet d'Ancre en 2004. Elle est membre de l'Association des art-thérapeutes du Québec et de l'Association canadienne d'art-thérapie et elle est l'auteure des livres suivants :

*Mon cahier mieux-être* (Éd. de l'Homme, 2017)

*Fantaisies et gribouillis* (Le Jour, 2015)

*Exprime-toi* (Le Jour, 2015)

*Créez la vie qui vous ressemble* (Le Jour, 2013; de l'Homme, 2017)

*Exercices créatifs zen* (Le Jour, 2012)

*Le nouveau journal créatif* (Le jour, 2010) et trois titres précédents aux Éditions du Roseau.

### L'équipe

Anne-Marie est accompagnée par une équipe de formatrices et de formateurs certifiés en Journal Créatif. Nous vous les présentons sur la page Équipe de notre site web (voir adjointes à la formation, Europe) <http://journalcreatif.com/fr/equipe.php>. Nathalie Hanot sera l'adjointe principale cette année.

### Coûts

2 900 € + 300 € d'arrhes non remboursables (hébergement en sus).

Les arrhes doivent être envoyées **après acceptation du dossier seulement**, et sont payables, soit par chèque à l'ordre de l'École le jet d'Ancre inc., soit par virement sur le compte bancaire suivant :

Banque AXA (Belgique)

Anne-Marie Jobin (attention, compte à ce nom)

Numéro de compte 750-6513560-71

Format international : IBAN BE49 7506 5135 6071 Code BIC : AXABBE22

**La formation sera facturée aux dates suivantes :**

**1<sup>er</sup> mai 2018 : Module 1 : 1 450 €**

**23 octobre 2018 : Module 2 : 1 450 €**

**Ces sommes sont payables** par chèque ou par virement bancaire. Elles doivent avoir été payées une semaine avant le début du module.

### Procédure d'inscription

1. Envoyez par mail à [admin@journalcreatif.com](mailto:admin@journalcreatif.com)
  - ✓ un curriculum vitae ou un résumé de votre parcours professionnel
  - ✓ une photo (qui sera utilisée sur le forum de la formation)
  - ✓ un texte d'une à 2 pages sur vos motivations à entreprendre cette formation et sur votre pratique du journal personnel
2. Attendez l'acceptation de votre dossier puis envoyez les arrhes tel que décrit ci-dessus
3. Une convention à signer et à retourner vous est ensuite envoyée par mail
4. Quelques semaines avant le début de la formation, toutes les informations pratiques sont envoyées par mail.

## Programme détaillé

### Module 1 : La méthode du Journal Créatif

Du 1<sup>er</sup> au 5 juin 2018, séminaire de 5 jours

Horaire : du vendredi 1<sup>er</sup> au lundi 4 juin : 9 h à 17 h 30

Mardi 5 juin : 9 h à 16 h 30

#### Contenu : Introduction

- Historique et différentes approches de travail du journal intime
- Introduction sur l'approche développée par Anne-Marie Jobin

#### Les bases du Journal Créatif

- Fondements théoriques de la méthode
- Fondements et approches connexes en fonction des 3 langages
- Spécificités de la méthode du Journal Créatif®
- Fondements au niveau de la psychologie
- Les voies d'accès à l'inconscient et la sécurité affective dans le processus
- L'aspect ludique dans le Journal Créatif

#### Les langages

- L'écriture : les approches introspectives et les approches créatives
- Le dessin : les approches introspectives et les approches créatives
- Théories et pratiques en art-thérapie
- L'usage de la main non-dominante
- Le collage : les approches introspectives et les approches créatives
- Approches concernant l'exploration des créations

#### L'association des médiums

- Association des médiums et différentes combinaisons de techniques
- Autres modalités artistiques et Journal Créatif

#### Encadrement sur les aspects pratiques de la formation

Du 28 juin au 1<sup>er</sup> novembre 2018, cours en ligne de 10 semaines (une leçon aux 2 semaines, rien en direct donc il est possible de décaler les semaines selon vos disponibilités).

- 28 juin : Semaine 1 : L'inconscient et l'imaginaire
- 12 juillet : Semaine 2 : La créativité en lien avec l'histoire de vie
- 26 juillet : Semaine 3 : Le corps, la santé, le stress, la relaxation
- 9 août : Semaine 4 : Le langage de la métaphore : archétypes et personnages
- 23 août : Semaine 5 : Le langage de la métaphore : contes et allégories
- 6 septembre : Semaine 6 : La nature
- 20 septembre : Semaine 7 : Le langage poétique dans le journal
- 4 octobre : Semaine 8 : Les rêves
- 18 octobre : Semaine 9 : Les mandalas
- 1er novembre : Semaine 10 : Approfondissement et bilan

#### Suivi du processus individuel

- Par mail, via les bilans individuels de pratique
- Par forum, via les discussions

## **Module 2 : Aspects pratiques et expérientiels**

### **23 au 25 novembre 2018 : Rencontre sur les aspects pratiques**

**Horaire :** Vendredi 23 et samedi 24 novembre : 9 h à 17 h

Dimanche 25 novembre : 9 h à 16 h

#### **Contenu :**

- Différents types d'ateliers et différentes approches en accompagnement individuel
- Comment introduire l'outil de façon adéquate
- Organisation d'ateliers
- Applications pratiques en intervention individuelle
- Aspects professionnels et éthiques
- Applications pratiques selon des clientèles spécifiques (enfants, adolescents, santé mentale, problèmes physiques/maladies, etc.)
- Problèmes d'animation et interventions possibles

### **Décembre 2018 : Mini-animations en sous-groupes, (participation à **UNE** journée seulement).**

Supervisé par Nathalie Hanot ou une autre adjointe à la formation. Les inscriptions pour ces journées se feront en juin. Le lieu principal pour ces rencontres sera à St-Géry en Belgique. Une journée réservée aux gens venant de plus loin aura lieu à Namur le **26 novembre**. Toutes les autres dates sont encore à déterminer. D'autres lieux pourraient être offerts selon la provenance des participants. Les heures sont à définir selon le nombre de personnes. Comptez une journée.

Durant cette rencontre, chaque personne anime une activité de Journal Créatif de son choix, durant 30 minutes, puis elle assiste aux animations de ses pairs, tout ceci dans un climat de bienveillance et de soutien mutuel.

**Entre décembre 2018 et avril 2019 : Stage et suivi** (horaire flexible, déterminé par le ou la stagiaire).

- Stage de 15 heures organisé par le ou la stagiaire et supervisé à distance par une adjointe à la formation
- Échange sur les stages et partage d'outils de travail (par le forum)

Le choix du stage se fait en fonction des objectifs de le ou la stagiaire et le **format** est flexible. Par exemple, le ou la stagiaire peut choisir de faire ses stages en 2 journées complètes ou en 5 rencontres de 3 heures. Il ou elle peut faire un stage de groupe ou en accompagnement individuel, ou encore une combinaison de deux projets plus courts. Les stages peuvent se faire autant dans le **lieu** de travail qu'auprès d'une organisation ou dans une salle louée pour l'occasion. **La supervision** consiste en des commentaires sur le plan de stage ainsi que de suivis par mail, Skype ou téléphone avec la superviseure attitrée.

**Du 5 au 7 avril 2019 : Rencontre de clôture animée par Anne-Marie Jobin, assistée par son équipe.**

**Horaire :** Vendredi 5 et samedi 6 avril : 9 h à 17 h

Dimanche 7 avril : 9 h à 16 h

#### **Contenu :**

- Échanges sur les stages
- Bilan personnel de la formation
- Aspects professionnels et questions relatives à la post-formation
- Activités de fermeture

## Autres informations

### Hébergement

La formation se donne cette année au Centre l'Ilon, situé en plein cœur de la jolie ville de Namur en Belgique. L'hébergement est organisé par chaque participant-e de façon autonome (le centre de formation n'offre pas d'hébergement). Vous trouverez de multiples possibilités en suivant les liens qui suivent.

[www.paysdenamur.be/fr/hebergement](http://www.paysdenamur.be/fr/hebergement)

[www.booking.com](http://www.booking.com)

[www.gitesdewallonie.be/hebergement/gite-rural/namur](http://www.gitesdewallonie.be/hebergement/gite-rural/namur)

[www.lesgitesduvieuxnamur.be](http://www.lesgitesduvieuxnamur.be)

### Matériel

**Inclus dans la formation** : Documents de cours et matériel spécial requis durant les cours. Le temps de suivi individuel lié aux travaux pratiques, aux bilans et au stage est inclus mais est limité à environ 5 heures par stagiaire. Si un suivi thérapeutique plus approfondi est nécessaire, les stagiaires doivent se faire accompagner par un ou une thérapeute à l'extérieur de la formation.

**Matériel à fournir par le ou la stagiaire** : Matériel d'art de base et journaux personnels.

**Matériel à apporter** : Le matériel de base est assez simple et n'a pas à être haut de gamme. L'important est d'avoir un peu de variété dans les types de crayons et dans les largeurs de pointes. L'École apportera aussi un peu de matériel, et puis on pourra partager.

- Cahier fait de papier non ligné, format A4 (environ)
- Crayons pour écrire, 1 ou 2 crayons permanents
- 1 ou 2 deux pinceaux (taille moyenne) et une vieille carte de crédit ou fidélité
- Pastels secs et pastels gras
- Crayons de bois et crayons feutres (marqueurs)
- Un médium à l'eau : aquarelle en pastilles ou petits tubes d'acrylique \*
- Colle en bâton **et** colle blanche (style scolaire ou de menuisier)
- Ciseaux
- Quelques magazines pour découpage (2 ou 3 suffiront) \*
- Quelques bouts de papier de soie et/ou papier japonais, chinois, emballages... \*
- Une **PHOTO DE VOUS** (que vous aimez) - pour la journée collage (il y aura une alternative pour les personnes qui n'en auraient pas). \*

\* Ce matériel ne sera pas nécessaire en novembre.

**Investissement de temps à prévoir entre les rencontres** (approximatif) :

- Pratique régulière du Journal Créatif durant tout le programme (totalisant une moyenne de 45 h sur 7 mois, calculé à 5 X 20 min. par semaine)
- Cours en ligne : 4 à 5 heures par semaine incluant : visionnement d'une vidéo (10 à 20 min.) ; 3 à 5 exercices à faire dans son journal (2 h) ; compte-rendu à écrire sur le forum (10 à 30 min.) et une vingtaine de pages à lire dans un recueil de textes (1 h). Ajouter environ 30 min. lors de la semaine de « marrainage »

- Une animation de 30 min. lors de la rencontre en sous-groupe (compter environ 3 h de préparation et 30 min. pour le compte-rendu). Assister aux animations des autres (une journée au total)
- L'organisation d'un stage pratique de 15 h (compter 20 h pour préparation et rapport)
- Deux bilans de pratique et un compte-rendu de lectures (compter 30 à 60 min. par bilan)

### **Nombre de stagiaires par groupe :**

Le minimum est de 20 et le grand maximum est de 50. Les deux dernières années, la moyenne a été de 40 stagiaires. Le nombre d'assistantes varie selon le nombre final d'inscriptions.