



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

## Formation – Granby 2021-2022

### 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 d'adjointes 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® à 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 et de contrer les blocages.

### À 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. Elle s'adresse donc aux personnes suivantes :

- Conseillers et thérapeutes
- Coachs, formateurs, consultants en créativité
- Professionnels de la santé et des services sociaux
- Professeurs, éducateurs, animateurs
- Intervenants du milieu communautaire
- Autres professionnels, personnes en transition de carrière, etc.

### 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 sera 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. Il compte pour 20 heures du programme de 200 heures.

N.B. : Vous pouvez envoyer votre candidature avant d'avoir suivi l'atelier *Introduction au Journal Créatif*, mais celui-ci doit être terminé avant le début de la formation certifiante.

## Objectifs de la formation

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

**Toutes les rencontres ont lieu** au 164, rue Cowie, local 335, à Granby, sauf possiblement certaines rencontres en sous-groupes. Une partie du programme se fait à distance. Programme détaillé aux pages 5 à 7. **Toutes les dates sont encore à confirmer.**

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

**Jeu. 9 sept. 2021** : À distance (pas en direct) - Introduction à la méthode (vidéo) et exercices (2 h).

**Du 17 au 19 septembre 2021, rencontre de groupe** (15 h).

Début à 13 h le vendredi et se termine à 12 h 30 le dimanche.

**Jeu. 7 octobre 2021** : À distance (pas en direct) Apport de l'art-thérapie (vidéo) et exercices (3 h).

**Du 15 au 17 octobre 2021, rencontre de groupe** (15 h). Même horaire qu'en septembre.

**Du 21 octobre 2021 au 17 février 2022, cours en ligne** (10 leçons, sur 3 mois ; 50 h)

Un cours en ligne composé de vidéos, de lectures, de travaux pratiques et d'échanges via un forum de discussion. Horaire flexible, pas de cours en direct. Facile d'utilisation. Suivi individualisé. Facilité par une adjointe à la formation et supervisé par Anne-Marie Jobin.

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

**MODULE 2 : Aspects pratiques et expérientiels** (90 h) Animé par Anne-Marie Jobin.

**Du 25 au 27 février 2022** : Aspects pratiques de l'animation et de l'accompagnement (20 h)

\* Réservez le week-end suivant en cas de tempête. Rencontre de 3 jours débutant à 10 h le vendredi et se terminant à 16 h le dimanche.

**28 février, 5 OU 6 mars : Rencontres en sous-groupe** (10 h, incluant suivi). **Une journée au choix.**

**Lundi 28 février** : réservé aux personnes venant de loin.

**Entre mars et juin 2022 : Stage de 15 h**, supervisé à distance, organisé par l'étudiant (35 h, incluant préparation et supervision). Suivi par un membre de l'équipe de formation.

**Du 17 au 19 juin 2022 : Rencontre de clôture** (20 h) Trois jours (même horaire qu'en février), animé par Anne-Marie Jobin.

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

---

## Méthodes et outils pédagogiques

### Durant les rencontres :

- Des exposés théoriques accompagnés d'exercices pratiques et de réflexion sur la pratique
- De nombreux échanges entre les étudiants
- Des exercices en sous-groupes.

### Entre les modules :

- Avant certaines rencontres il y aura de courts exposés théoriques (par vidéo) accompagnés d'exercices pratiques (pas en direct).
- Participation à un forum de discussion, incluant le visionnement de vidéos, des exercices et des lectures, des réflexions à écrire sur le forum et une semaine de « marrainage (compter au moins une demi-journée de travail par leçon durant le cours en ligne).
- Suivi individuel via le forum et les bilans.
- Retour à faire sur forum sur la question de l'éthique.
- Des pause-café par visioconférence seront offertes quelques fois durant la formation. Participation libre. Dates à être fixées en début de formation.
- Minimum d'une rencontre en groupe de pairs incluant une courte animation par l'étudiant et de l'analyse de pratique.
- Stage pratique de 15 h fait au module 2 : ce stage est organisé par l'étudiant-e, et est supervisé à distance par un membre de l'équipe de formation. Peut se faire autant en accompagnement individuel qu'en animation de groupe.
- Pratique régulière (4-5 fois/sem.) du Journal Créatif pendant toute la durée de 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, l'étudiant-e devra reprendre la portion de formation manquée avec un autre groupe de formation qui aura lieu subséquentement, 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 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 à la suite de 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. Il 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 l'étudiant-e a manqué à l'une de ces exigences. Si celles-ci ne sont pas satisfaites pendant la durée du programme, certaines mesures peuvent être prises pour compenser. Le certificat est alors émis quand l'étudiant-e a rempli ces conditions supplémentaires.

Cette formation donne une certification en Journal Créatif et non un titre 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 étudiants-es doivent s'appuyer sur leur formation de base ou aller chercher une formation connexe pour offrir des ateliers de Journal Créatif, particulièrement s'ils sont à objectif thérapeutique.

---

## La formatrice et son équipe

### Anne-Marie Jobin, formatrice principale

Formée en travail social (UQAM) et en art-thérapie (Vancouver Art Therapy Institute), Anne-Marie Jobin a développé la méthode du Journal Créatif qu'elle enseigne depuis 1998. Elle donne des conférences, ateliers et formations sur cette méthode et elle a fondé l'École le jet d'Ancre en 2004. Elle est l'auteure de [plusieurs livres](#). Elle est membre de l'Association des art-thérapeutes du Québec et de l'Association canadienne d'art-thérapie.

**L'équipe :** Anne-Marie est accompagnée par une équipe de professionnels certifiés en Journal Créatif. Nous vous les présentons à la [page Équipe](#) de notre site web (voir adjoint-es à la formation, Québec).

---

## Coûts

**3 000 \$ (plus taxes), payable en 2 ou 8 versements.**

**Reçus pour frais de scolarité, déductibles d'impôts.**

## Procédure d'inscription

Envoyez à l'adresse suivante : C.P. 13, Granby, (Québec) J2G 8E2 ou par courriel à [admin@journalcreatif.com](mailto:admin@journalcreatif.com) :

- Votre curriculum vitae ou résumé de votre parcours professionnel.
- Une photo (qui sera utilisée sur le forum de la formation).
- Un texte d'une ou deux pages sur vos motivations à entreprendre cette formation et sur votre pratique du journal personnel.
- 120 \$ (non remboursable) pour étude de dossier et frais administratifs (paiement au nom de École le jet d'Ancre inc.). **Attendre un mot de notre part avant d'envoyer le paiement.**
- Après admission, un contrat est envoyé à l'étudiant-e qui le signe et le renvoie avec ses paiements postdatés. Les montants et les dates précises sont indiqués au contrat.
- C'est l'ordre de réception des dossiers de candidature qui détermine la priorité d'analyse de votre dossier pour accès à un groupe de formation. Nous vous invitons donc à envoyer votre dossier aussi tôt que possible puisque les groupes se remplissent souvent rapidement.
- Quelques semaines avant le début de la formation, toutes les informations pratiques sont envoyées par l'École le jet d'Ancre par courriel (quoi apporter, etc.).

Maximum de 25 étudiants-es.

## Programme détaillé

### Module 1 : La méthode du Journal Créatif

**Jeudi 9 septembre 2021, première leçon à distance - FORUM - à faire avant le 17 septembre**

**Introduction à la formation; vidéo et exercices :**

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

**Première rencontre : du 17 au 19 septembre 2021 – SUR PLACE**

**N.B. Les portes ouvrent toujours seulement une demi-heure avant l'heure prévue.**

Vendredi 17 septembre : 13 h à 17 h 30

Samedi 18 septembre : 9 h à 17 h

Dimanche 19 septembre : 9 h à 12 h 30

#### **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®
- Les voies d'accès à l'inconscient et la sécurité affective dans le processus
- Les approches introspectives et l'échelle des techniques
- L'aspect ludique dans le Journal Créatif

**Jeudi 7 octobre 2021, deuxième leçon à distance - FORUM - à faire avant le 15 octobre**

**Devoir incluant vidéo et exercices :**

- L'apport de l'art-thérapie

**Deuxième rencontre : du 15 au 17 oct. 2021 - SUR PLACE - Même horaire qu'en septembre**

#### **Les langages du Journal Créatif – plus en profondeur**

- Les approches introspectives et les approches créatives dans chacun des langages
- Approches concernant l'exploration des créations
- L'apport des artistes
- L'usage de la main non-dominante
- L'association des médiums et différentes combinaisons de techniques
- La créativité et autres modalités artistiques

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

**Cours en ligne (du 21 octobre 2021 au 17 février 2022) - FORUM - 2 leçons par mois.**

- 21 octobre : Semaine 1 - L'inconscient, le plus vaste et l'imaginaire
- 28 octobre : Semaine 2 - La source de créativité
- 11 novembre : Semaine 3 – La présence et l'état de relaxation
- 18 novembre : Semaine 4 - Le corps, le stress, la santé globale
- 2 décembre : Semaine 5 - La vie courante et le travail avec les difficultés
- 16 décembre : Semaine 6 - La nature (3 semaines d'écart)
- 6 janvier : Semaine 7 - Le langage de la métaphore

- 20 janvier : Semaine 8 - Le langage poétique
- 3 février : Semaine 9 - Les rêves
- 17 février : Semaine 10 - Les mandalas - fermeture

### **Suivi du processus individuel**

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

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

#### **Fin de semaine sur les aspects pratiques (du 25 au 27 février 2022) - SUR PLACE**

Pour cette rencontre hivernale, vous êtes prié-e de réserver aussi le week-end suivant (du 4 au 6 mars) au cas où le mauvais temps nous forcerait à la reporter.

Vendredi 25 février : 10 h à 18 h

Samedi 26 février : 9 h à 17 h

Dimanche 27 février : 9 h à 16 h

### **CONTENU**

- Les différents types d'ateliers et d'accompagnement
- Comment introduire la méthode et bâtir une activité ou une intervention à thème
- Applications pratiques selon des clientèles spécifiques (enfants, adolescents, santé mentale, problèmes physiques/maladies, etc.).
- Applications pratiques en intervention individuelle
- Aspects professionnels et éthiques
- Quelques notions d'animation et d'intervention
- Explorations préparatoires aux stages

#### **Février et mars : Mini-animations en sous-groupes.**

**Journées de mini-animations en sous-groupe** (participation à **UNE** journée seulement)

Les inscriptions pour ces journées se feront en octobre. Les heures sont à définir selon le nombre de participants. 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.

**Lundi 28 février (7 mars si tempête)** : journée spéciale réservée aux gens venant de plus loin pour leur éviter un déplacement supplémentaire. **Aussi les 5 et 6 mars.**

#### **Entre mars et juin 2022 : Stage et suivi** (horaire flexible, déterminé par l'étudiant)

- Stage de 15 h organisé par l'étudiant et supervisé à distance.
- Échange sur les stages et partage d'outils de travail (par le forum)

Le choix du stage se fait en fonction des objectifs de l'étudiant-e et le format est flexible. Par exemple, son choix peut être 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.

#### **Rencontre de clôture (du 17 au 19 juin 2022).**

Vendredi 11 juin : 10 h à 18 h

Samedi 12 juin : 9 h à 17 h  
Dimanche 13 juin : 9 h à 16 h

## CONTENU

- Synthèse du contenu
  - Retour sur la pratique
  - Échanges sur les stages
  - Aspects professionnels et questions relatives à la post-formation
- 

## Autres informations

### 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).
- Visionnement de vidéos et exercices à faire durant le premier mois : 5 h.
- Cours en ligne : 4 à 5 heures par leçon incluant : visionnement d'une vidéo (10 à 15 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 15 à 30 min. lors de la semaine de « marrainage » (minimum 2 messages).
- 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).

### Matériel fourni

Vous recevrez un cartable comprenant un cahier de l'étudiant-e avec tous les détails pratiques de la formation, les notes de cours, un recueil de textes et un journal vierge. Si vous avez un journal déjà commencé, vous pouvez l'apporter. Tout le matériel d'art est fourni.

Aussi inclus, le temps de suivi individuel lié au forum, aux bilans et au stage. Ce suivi est cependant limité à environ 5 heures par étudiant. Si un suivi thérapeutique plus approfondi est nécessaire, les étudiants doivent se faire accompagner par un-e thérapeute à l'extérieur de la formation.

**Matériel à fournir par l'étudiant :** Journaux personnels (un journal de départ est fourni).

**Lieu :** 164, rue Cowie, local 335, 3<sup>e</sup> étage.

L'itinéraire est disponible sur notre site web : <http://journalcreatif.com/fr/contact.php>

Et voici ici le lien direct vers Google Maps : <https://goo.gl/maps/rJRpgqaHm8P2>

### Stationnement

Le meilleur endroit où stationner est derrière l'édifice. Il y a 2 entrées pour ce stationnement, entre le 164 et le 166, rue Cowie et par la rue St-Jacques (au coin de Cowie). Vous pouvez stationner n'importe où, tant qu'il n'y a pas de panneau indiquant que l'espace est réservé. S'il n'y a plus de place, il est recommandé de vous stationner sur la rue.

### Covoiturage

Pour faire vos demandes (ou vos offres) de covoiturage, vous pouvez utiliser le forum où vous serez inscrits quelque temps avant le début de la formation.

### **Hébergement**

Vous trouverez une liste de lieux d'hébergement de la région sur cette page de notre site <http://journalcreatif.com/fr/contact.php> (en bas à droite).

### **Repas**

Il y a à l'atelier un coin cuisinette avec frigo, micro-ondes, petit four et vaisselle. Vous pouvez apporter votre lunch ou aller manger au resto. Thé, café, tisanes et collations légères sont fournis. Le 13 juin, nous dînerons tous ensemble pour la clôture.

### **Quoi apporter**

- Votre lunch si vous désirez manger sur place
- Votre journal courant si vous en avez un
- Vos crayons préférés si vous le désirez

### **EN CAS DE RÉSILIATION DU CONTRAT**

Comme l'énoncé fourni par l'**Office de la protection du consommateur** qui figure au contrat n'est pas vraiment clair (c'est ce que la loi oblige à annexer), je vous résume ici la politique de remboursement de l'École en cas de résiliation.

Si l'étudiant résilie le contrat (il doit le faire par écrit, avec le formulaire joint au contrat) après le début de la formation, l'étudiant n'a à payer que :

- le prix des services qui lui ont été fournis, calculé au prorata de leur valeur ;
- et la moins élevée des sommes suivantes : soit 50 \$, soit une somme représentant au plus 10 % du prix des services qui ne lui ont pas été fournis.

Ceci veut dire que si jamais vous tombez malade ou avez un problème familial ou autre, l'École n'a pas le droit de garder vos paiements. Vous ne paierez que ce qui a été suivi plus une pénalité de 50 \$ maximum. Les détails de cette loi sont disponibles via l'OPC <http://www.opc.gouv.qc.ca/>