



Centre de formation
L'art de l'équilibre

Enseignement durable de la technique Alexander en groupe. (Comme processus d'apprentissage d'une éducation de qualité).

L'enseignement durable en groupe de la Technique Alexander est une initiative qui vise à enrichir les compétences des enseignants tout en favorisant un apprentissage collaboratif. En intégrant des méthodes innovantes, cette formation permet de s'adapter aux divers contextes de vie des apprenants, ce qui est essentiel pour ancrer durablement la Technique Alexander dans leur quotidien.

L'échange interculturel est un élément clé de cette formation, car il permet aux participants de partager leurs expériences et d'apprendre les uns des autres. La visite d'un institut d'éducation des adultes offre également une occasion précieuse d'expérimenter les méthodes en pratique, renforçant ainsi la compréhension des principes de la Technique Alexander.

Pour introduire ces principes dans un cadre de groupe, il est important de les présenter de manière accessible et engageante. Cela peut se faire par des discussions interactives, des démonstrations pratiques et des exercices en petits groupes. Encourager les participants à exprimer leurs réflexions et à poser des questions peut également favoriser une communication ouverte et enrichissante.

Enfin, trouver un équilibre entre les besoins individuels des apprenants et le "flow" d'enseigner à un groupe est un véritable art. Cela nécessite une écoute attentive et une flexibilité de la part de l'enseignant, afin de s'assurer que chaque participant se sente valorisé tout en maintenant une dynamique de groupe harmonieuse. En cultivant cet équilibre, l'enseignement devient une expérience enrichissante pour tous.

Objectifs d'apprentissage de la formation :

1. Optimiser les méthodes pour un apprentissage durable en groupe.
Adapter les stratégies pédagogiques aux différents contextes culturels et styles d'apprentissage.
2. Développer des techniques d'enseignement verbales et non verbales.
Améliorer la communication pour soutenir la perception de soi et le dialogue en groupe.
3. Identifier les meilleures pratiques pour des processus éducatifs durables.
Intégrer des méthodes éprouvées dans l'enseignement pour adultes.
À l'issue de la formation, l'étudiant sera en capacité de partager ses apprentissages avec d'autres formateurs en technique Alexander et de les appliquer dans ses différents cours, afin de renforcer l'impact durable du processus d'apprentissage.
4. Améliorer la manière dont nous réfléchissons et dont nous comprenons.
5. Renforcer nos compétences sociales, notre empathie et notre intelligence émotionnelle
6. Encourager à se comporter et à agir de manière positive.

Programme :

- **Jour 1** pose les bases avec une introduction aux objectifs Erasmus+ et à la Technique Alexander, ce qui est crucial pour comprendre comment ces éléments peuvent influencer l'enseignement.
- **Jour 2** se concentre sur la **dynamique de groupe et la diversité culturelle**, ce qui est essentiel dans un monde de plus en plus globalisé. Les exercices pratiques et les jeux de rôles sont d'excellentes façons d'apprendre à naviguer dans ces défis.
- **Jour 3** met l'accent sur la **communication, un aspect fondamental** pour tout enseignant. La formation à la voix et à la présence est particulièrement intéressante, car elle peut vraiment transformer la manière dont les enseignants se connectent avec leurs élèves.
- **Jour 4** offre une approche unique en **intégrant l'apprentissage interculturel dans un cadre urbain**, ce qui permet d'explorer comment l'environnement influence notre perception et notre enseignement.
- **Jour 5** est l'occasion de mettre en pratique tout ce qui a été appris, ce qui est essentiel pour **ancrer ces nouvelles compétences**. L'enseignement entre pairs favorise également un échange d'idées très enrichissant.
- **Jour 6** permet de **réfléchir** sur les progrès réalisés et de planifier comment **intégrer** ces apprentissages dans la pratique quotidienne.
La remise des certificats est une belle façon de clôturer cette expérience.



L'art de l'équilibre

DEVIS

Formation à l'enseignement durable de la technique Alexander en groupe.

Meike Strohbach
Gesundheitsberaterin Alexandertechnik
Marienburger Str. 9
10405 Berlin

Jours/ Thématiques	
Jour 1 Pose les bases, introduction	80€
Jour 2 Dynamique de groupe et diversité culturelle	80€
Jour 3 communication, un aspect fondamental	80€
Jour 4 intégration de l'apprentissage interculturel dans un cadre urbain	80€
Jour 5 Ancrer ces nouvelles compétences	80€
Jour 6 Réflexion sur l'intégration. Remise des certificats	80€
Total	480€