

L'enseignement Tipi

L'apprentissage que nous vous proposons tout au long de votre formation a été élaboré par Luc Nikon.

Avant de découvrir et d'enseigner la régulation émotionnelle Tipi, l'activité principale de Luc a été la conception et la mise en place de méthodes et de supports pédagogiques adaptés à toutes sortes de milieux et de connaissances (enfance, scolarité, sport, travail).

L'essentiel de son apport dans le domaine de la pédagogie réside dans l'utilisation de nos capacités sensorielles (qui nourrissent ce que nous appelons communément l'intuition) au détriment de notre intellect. Cette nouvelle façon d'enseigner, notamment en mêlant mémoire sensorielle et mémoire émotionnelle, permet une intégration des connaissances très rapide et durable.

Ses contributions en recherches et applications dans les sciences de l'éducation ont été suffisamment marquantes pour que l'Université de Berkeley, en Californie (USA), propose à Luc, en 2003, un poste de chercheur et d'enseignant. Luc, qui venait tout juste d'éditer son premier livre *Comprendre ses émotions*, déclinera finalement cette proposition pour se consacrer à part entière à ses recherches sur la régulation émotionnelle.

Dans la conception de l'apprentissage que nous vous proposons, Luc a mêlé plusieurs approches pédagogiques :

⇒ Faire de la place pour accueillir la nouveauté

Entasser des connaissances les unes sur les autres nous conduit à les mélanger et au final à ne pas les utiliser correctement.

Si auparavant vous avez appris une technique de soins et que vous apprenez ensuite la régulation émotionnelle sans veiller à bien séparer chaque pratique, il est fort probable que vous comprendrez la régulation émotionnelle à travers le filtre de votre apprentissage initial. Évidemment, il ne s'agit pas de désapprendre ce que vous savez mais de vous efforcer, à chaque pas, d'adopter un regard, une posture différente.

⇒ Chaque fois que vous abordez une nouvelle leçon, un nouveau document, pensez systématiquement à "changer de casquette". Le temps que vous consacrez à votre apprentissage, laissez de côté les pratiques et les connaissances que vous maîtrisez : vous intégrerez plus facilement et plus rapidement la régulation émotionnelle Tipi.

⇒ Redécouvrir

Prendre le train en marche ne suffit pas, il faut refaire tout le trajet depuis le point de départ. Pour maîtriser un ensemble de consignes, par exemple, il est très déterminant pour s'approprier cet enchaînement de faire tout le chemin qui a conduit à ces consignes comme la personne qui les a créées a pu le faire. Pour cela, vous ne devez pas partir des consignes mais bien de la nécessité qui a conduit à ces consignes.

⇒ À toutes les étapes de votre enseignement, il vous sera proposé, à partir de problèmes à résoudre, de découvrir par vous-même le chemin à emprunter. Si vous parvenez au résultat : super ! Si vous vous égarez, c'est également très bien : vous aurez exploré les directions qui vous semblaient les plus évidentes et vous serez ainsi en mesure de comprendre où vous avez fait fausse route et pourquoi.



⇒ S'approprier la connaissance

Le maître montre, l'élève reproduit. Si cette forme d'enseignement peut éventuellement convenir dans l'artisanat et l'industrie, son utilisation dans le développement personnel est d'une grande pauvreté pédagogique.

Pour s'approprier valablement une connaissance qui nous met en interaction avec les autres, nous ne devons pas nous référer à un modèle que nous copions tant bien que mal mais comprendre la nature de cette connaissance pour la vivre (et la faire vivre) à travers notre personnalité.

⇒ Au cours de votre formation, il ne vous sera pas montré comment faire. Ce sera peut-être déroutant, voire agaçant : "Ce serait tellement plus simple que l'on nous montre comment faire !". Plus simple ? Oui, si vous vous contentez de copier la personne qui vous montre... mais à l'arrivée, l'interaction avec la personne en difficulté émotionnelle ne sera pas de bonne qualité ; il faut parvenir à une interaction "habituée" pour que votre accompagnement soit pertinent et que la personne se sente en confiance.

Ce sera donc à vous d'expérimenter, de trouver votre propre voie, votre rythme, l'intensité, la vibration, l'attitude qui doivent vous animer pour obtenir un résultat satisfaisant. Vous devrez certainement tâtonner avant de trouver la bonne alchimie... mais c'est à cette condition que vous serez finalement vous-même, en pleine confiance avec un savoir-faire incomparable.

⇒ Comprendre concrètement

Un apprentissage efficace passe par une confrontation des connaissances avec la réalité. Nous devons nous efforcer d'inscrire ce que nous apprenons dans des actions concrètes. Par exemple, si vous apprenez les consignes d'accompagnement en régulation émotionnelle, vous les intégrerez d'autant mieux si vous appréhendez leur utilité en imaginant systématiquement le comportement de plusieurs personnes avant, pendant et après ces consignes.

Bien sûr, cela demande de s'investir activement dans l'apprentissage, de le personnaliser et, a priori, d'y passer plus de temps mais le résultat n'est pas comparable avec notre façon traditionnelle d'apprendre passivement.

⇒ Dans les vidéos de formation, de nombreuses pauses sont aménagées pour permettre des mises en situation virtuelles.

⇒ Lors des Master-Class en visioconférence avec vos formateurs, de nombreux jeux de rôle concrétiseront votre apprentissage.

⇒ Apprendre le plus intuitivement possible

Lors des Master-Class avec les formateurs ou en visionnant une vidéo de formation, lorsque vous prenez des notes, vous n'êtes plus à l'écoute ce qui est dit : cela altère votre compréhension et, régulièrement, par la suite, vous devez revenir sur certains passages en faisant répéter votre enseignant ou en retournant en arrière dans la vidéo.

Votre formation est conçue pour favoriser une intégration naturelle. Mieux vaut écouter vraiment et restituer ensuite en résumant à votre façon, en un schéma ou par écrits, ce que vous avez intégré de la formation.

⇒ Vous ne pourrez pas télécharger la plupart des documents pédagogiques qui sont mis à votre disposition sur internet. Cette limitation est volontaire pour vous inciter à consigner à votre façon et en fonction de ce qui vous semble important les nouvelles connaissances qui vous ont été proposées.



⇒ Apprendre durablement

L'enjeu n'est pas seulement de comprendre sur le moment, mais d'intégrer une bonne fois pour toutes ce que nous apprenons.

Pour cela, la mémorisation sensorielle liée à un objet et à une action physique est très efficace.

Si vous apprenez une consigne d'accompagnement en régulation émotionnelle par cœur (comme on apprend une table de multiplication), lorsque vous en aurez le besoin, il y a de fortes chances que vous l'ayez oublié ou, au mieux, que vous n'ayez pas le réflexe de vous en servir valablement.

Si, pour apprendre cette consigne, vous vous mettez physiquement en situation (debout, par exemple) pour la dire à voix haute et en vous déplaçant vers un repère particulier, l'impact dans la mémorisation de cette consigne sera beaucoup plus efficace sur du long terme et sur votre prédisposition à utiliser cette consigne.

⇒ Dans la plupart des vidéos, il vous sera demandé de disposer au sol, entre vous et votre écran, un assemblage de 5 cartons de couleur.

Gris ■■■■ - **Bleu** ■■■■ - **Orange** ■■■■ - **Rouge** ■■■■ - **Violet** ■■■■

Pour visionner les vidéos qui utilisent ce dispositif (vous serez prévenu dans les vidéos), restez debout derrière les cartons et chaque fois que vous verrez apparaître l'un de ces cartons, placez-vous précisément derrière le carton concerné.

À l'apparition d'une nouvelle couleur, vous vous déplacerez vers le carton de cette couleur.

Cette association entre une consigne, une couleur et votre implication physique vous permettra d'intégrer très rapidement le processus de la régulation émotionnelle.

Également...

⇒ Pour concerner des modes d'intégration différents, chaque vidéo sera systématiquement accompagnée par sa retranscription écrite. À la suite de chaque vidéo, de préférence un jour après, lisez attentivement le texte : vous comprendrez plein de nouvelles choses.

⇒ À la fin de certains modules, vous accéderez à un questionnaire qui vous permettra de revisiter encore différemment l'apport de connaissances du module que vous venez de terminer. Vous pourrez reprendre le questionnaire autant de fois que nécessaire pour arriver au meilleur résultat.