

Formation

DÉVELOPPER DES RELATIONS DE COOPÉRATION

27-28 septembre 2019

En famille, au travail, ou dans la vie associative une approche coopérative des relations est généralement appréciée et recherchée, car elle peut permettre un enrichissement mutuel, une meilleure compréhension des situations vécues, et ainsi qu'une créativité collective pour trouver des solutions aux problèmes rencontrés.

Cependant, quand plusieurs points de vue s'opposent, il est parfois difficile de les concilier et de continuer la relation de manière constructive. Souvent, cela entraîne tensions et agressions réciproques, voire même rupture de la relation.

Pour faire face à ce type de difficulté et valoriser les ressources d'un groupe, il est particulièrement utile de savoir décrypter les processus relationnels, de développer ses capacités d'écoute, de savoir affirmer son point de vue sans dévaloriser celui de l'autre, mais aussi de savoir co-construire un cadre commun pour faciliter les échanges et la dynamique collective.

OBJECTIFS

Développer ses capacités à :

- communiquer et négocier en cas de diversité de points de vue,
- concilier intérêts particuliers et intérêts communs,
- réguler les conflits de manière constructive,
- organiser échanges et travaux collectifs de façon coopérative (prise de décision collective, répartition des tâches...)
- favoriser la créativité collective (savoir faire émerger des idées pertinentes ou originales, et être capable de les formaliser et les concrétiser pour atteindre un objectif opérationnel)

CONTENU

- communication : processus relationnels, obstacles au dialogue, incidences du stress sur les modes de communication, outils et attitudes facilitant la compréhension mutuelle, affirmation de soi dans le respect mutuel, écoute active, entraînement à l'objectivité,...
- phénomènes émotionnels : place des émotions et des besoins humains fondamentaux dans les relations, liens entre émotions et communication non-verbale, régulation du stress et des émotions
- régulation des conflits : grilles d'analyse des conflits, négociation sans perdant (cf T. Gordon), communication non-violente (cf M. Rosenberg), médiation,...
- attitudes et outils pratiques facilitant la coopération : clarification des objectifs individuels et collectifs, méthodologie de conduite de réunion, outils de débats, prise de décision par consensus,...
- créativité : compréhension des processus de créativité et découverte d'outils ou méthodes favorisant la créativité individuelle et collective
- méthodologie de projets collectifs (élaboration de règles ou objectifs communs,...)

DÉMARCHE

Le stage associera en alternance :

- partage d'expérience entre les participants
- apports conceptuels et méthodologiques
- jeux coopératifs et exercices pratiques permettant l'intégration des éléments méthodologiques abordés
- mises en situation avec la méthode du théâtre-forum
- travail en sous-groupes pour un accompagnement de projets collectifs

PROGRAMME

	MATIN	APRÈS-MIDI
1^{er} jour	<p>Présentation et attentes de chacun, puis ajustement des objectifs</p> <p>Clarification conceptuelle sur la coopération (à partir de l'expression des représentations des stagiaires et la pratique de jeux coopératifs)</p> <p>Partage d'expérience sur les situations de coopération et choix de problématiques ou de situations-problèmes à explorer</p>	<p>Mise en scène et exploration d'une des situations choisies avec la méthode du théâtre-forum pour analyser les processus relationnels et leur évolution</p> <p>Atelier sur la communication et la régulation de conflits : exercices et éclairages conceptuels choisis en fonction des besoins apparus lors du théâtre-forum (apports sur communication non-violente, négociation sans-perdants, médiation,...)</p>
2^{ème} jour	<p>Exploration d'une des situations choisies avec la méthode du théâtre-forum pour expérimenter les outils de régulation relationnelle proposés</p> <p>Atelier sur les règles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - co-construction d'un cadre commun, - ajustements et adaptation du cadre - prise de décision par consensus <p>Travaux en sous-groupes pour expérimenter les outils abordés dans la préparation ou la simulation de projets coopératifs</p>	<p>Mise en commun des travaux des groupes de projets et inventaire des besoins et difficultés rencontrés</p> <p>Apports complémentaires éventuels en fonction des besoins apparus dans les projets :</p> <ul style="list-style-type: none"> - affirmation de soi dans le respect mutuel - conduite coopérative de réunion - clarification de valeurs communes - régulation des émotions, - créativité collective -... <p>Bilan et perspectives</p>

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Au cours de la formation, la démarche d'évaluation s'appuiera sur les temps suivants :

- au début de la session, ajustement collectif des objectifs précisés ci-dessus, à partir des attentes exprimées par les participants,
- à la fin de la première journée, lors d'un temps de régulation orale, permettant de réajuster le contenu et le déroulement du stage, à partir des objectifs précédemment définis
- à la fin des mises en situation (qui peuvent être l'occasion de faire apparaître de nouveaux besoins ou de clarifier certains objectifs)
- en fin de formation, un bilan formel débutera avec un questionnaire écrit qui recueillera les évaluations des stagiaires concernant les modalités pédagogiques employées, les contenus abordés, l'organisation et l'atmosphère générales de la formation, les prolongements envisagés après la formation.

Il sera complété par un tour de parole et un échange libre entre les participants et le formateur.

