Fiche formation

Programme et informations pratiques · version du 21/10/2026

Trois journées pour utiliser la coopération afin de prévenir les conflits et mieux les gérer au sein d'un collectif.

Les participant·e·s vivent l'intelligence collective par l'expérience, comprennent ce qu'est un conflit et comment il s'escalade, font le lien entre émotions, besoins et conflits, pratiquent l'écoute active et les bases de la communication non violente, et rejouent des situations réelles grâce au théâtre forum.

La formation se conclut par l'analyse d'une situation vécue et la co-construction d'une charte de coopération : les règles, les rituels et le protocole que l'équipe se donne pour passer d'une logique de confrontation à une logique de co-responsabilité.

Durée	21 heures (3 jours de 7 heures)
Modalité	Présentiel, Intra et inter-entreprise
Tarifs	INTER : 300 € HT par jour et par personne (900 € HT par personne) INTRA : 900 € HT par jour pour le groupe (2 700 € HT), hors frais de déplacement
Effectif	De 4 à 12 participant·e·s (4 minimum pour des raisons pédagogiques : nos activités d'intelligence collective ont besoin d'un groupe)
Délai d'accès	15 jours minimum
Reconnaissance	Formation non certifiante : attestation de fin de formation précisant les objectifs, la nature, la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis.
Financement	Formation financée par la structure employeuse (plan de développement des compétences) ou à titre personnel, sur devis et convention ou contrat de formation. Facilitic ne délivre pas de formation certifiante : aucun financement lié à une certification (CPF notamment) n'est mobilisable.
Prérequis	Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation. Les participant·e·s doivent être volontaires.
Formateur·rice·s	Sylvain Pellier

Public visé

Toute personne souhaitant améliorer sa capacité à coopérer et à mieux gérer les conflits au sein d'un collectif : équipes et collectifs de travail, managers et responsables d'équipe, responsables RH et dirigeant·e·s, acteur·rice·s associatif·ve·s et de l'ESS.

De 4 à 12 participant·e·s : 4 au minimum pour des raisons pédagogiques (les activités d'intelligence collective ont besoin d'un groupe), 12 au maximum. En INTRA, le groupe est composé de membres d'une même structure ; en INTER, il réunit des personnes de structures différentes.

Objectifs opérationnels

À l'issue de la formation, les participant·e·s seront capables de :

- définir le conflit et repérer ses signaux d'alerte et ses étapes d'escalade ;
- reconnaître et accueillir les émotions et les besoins en jeu dans un conflit ;
- pratiquer l'écoute active et la reformulation ;
- formuler un message selon les bases de la communication non violente ;
- mettre en place des règles collectives qui préviennent les conflits ;
- analyser une situation de conflit pour passer de la confrontation à la co-responsabilité.

Objectifs pédagogiques et évaluation

Objectif	Critères de réussite	Méthode
Mettre en place des règles collectives qui préviennent les conflits	La charte produite comporte des engagements, au moins un rituel et un protocole en cas de tension. La charte est adoptée par consentement.	Projet
Formuler un message selon les bases de la communication non violente	Rédige un message OSBD complet sur une situation réelle. L'observation ne contient pas de jugement et la demande est concrète et négociable.	Mise en pratique
Reconnaître et accueillir les émotions et les besoins en jeu dans un conflit	Identifie l'émotion et le besoin en jeu dans une situation vécue. Fait au moins une hypothèse sur le besoin de l'autre personne.	Observation
Analyser une situation de conflit pour passer de la confrontation à la co-responsabilité	Complète la fiche d'analyse sur une situation réelle. Identifie sa part de responsabilité et une action qui dépend de lui ou d'elle.	Étude de cas
Pratiquer l'écoute active et la reformulation	En trinôme, reformule le propos de son interlocuteur·rice de façon validée par celui-ci ou celle-ci. L'observateur·rice relève au moins une reformulation sans jugement.	Mise en pratique
Définir le conflit et repérer ses signaux d'alerte et ses étapes d'escalade	Explique la différence entre un désaccord et un conflit. Situe une situation donnée sur l'échelle d'escalade et cite au moins deux signaux d'alerte.	Exercice

Programme

JOURNÉE 1 : COMPRENDRE LE CONFLIT ET POSER LE CADRE

Poser un cadre de sécurité indispensable pour parler de conflits, puis explorer ce qu'est un conflit : le jeu des objectifs contradictoires fait vivre une tension née d'objectifs perçus comme incompatibles, avant un travail sur les représentations et l'escalade du conflit. L'après-midi, les tours coopératives montrent comment le mode de décision peut prévenir les tensions, et un accélérateur de projet traite une tension réelle de l'équipe.

- Accueil (15 min)
- Introduction et positionnement (25 min)
- Météo des émotions (20 min)
- Accords de groupe (30 min)
- Le jeu des objectifs contradictoires (25 min)
- Qu'est-ce qu'un conflit ? (35 min)
- L'escalade du conflit (45 min)
- Energizer : le robot marcheur (15 min)
- Les tours coopératives : décider sans s'affronter (60 min)
- Accélérateur de projet : une tension de notre collectif (75 min)
- Fresque mémoire (30 min)
- Déclusion : pépites, cailloux, canif (15 min)

JOURNÉE 2 : ÉMOTIONS, BESOINS ET COMMUNICATION

Faire le lien entre émotions, besoins et conflits, puis pratiquer l'écoute active, la reformulation et le message en quatre temps de la communication non violente (observation, sentiment, besoin, demande). L'après-midi, le théâtre forum permet de rejouer des situations réelles et d'essayer d'autres manières d'agir, avant un entraînement à la formulation de messages.

- Accueil (15 min)
- Brise-glace : j'ai déjà… (15 min)
- Introduction de la journée (15 min)

- Émotions et besoins (60 min)
- Écoute active et reformulation (60 min)
- Les bases de la CNV : le message en 4 temps (30 min)
- Energizer : compter jusqu'à 20 (15 min)
- Théâtre forum : rejouer un conflit (90 min)
- Entraînement : OSBD et feedback SCI-D (60 min)
- Relecture : ce qui m'aide à rester en lien (15 min)
- Déclusion : pépites, cailloux, canif (15 min)

JOURNÉE 3 : ANCRER DES RÉFLEXES COOPÉRATIFS

Vivre un escape game observé pour mettre à l'épreuve la coopération sous pression, puis en tirer les enseignements avec la matrice KISS. Chacun·e analyse ensuite une situation de conflit vécue pour passer de la confrontation à la co-responsabilité. L'après-midi, l'équipe co-construit sa charte de coopération (engagements, rituels, protocole en cas de tension). La formation se termine par l'évaluation des acquis, la satisfaction et une clôture qui renforce la confiance.

- Accueil (15 min)
- Brise-glace : j'ai déjà… (15 min)
- Introduction de la journée (15 min)
- Escape game : coopérer sous pression (60 min)
- Feedback : la matrice KISS (30 min)
- Analyse réflexive : une situation de conflit vécue (60 min)
- Energizer : le robot marcheur (15 min)
- Notre charte de coopération (60 min)
- Partage des apprentissages et plan d'action (30 min)
- Évaluation des acquis et de la satisfaction (45 min)
- Cadeaux : le feedback appréciatif (30 min)
- Clôture : pépites, cailloux, canif (15 min)

Méthodes pédagogiques

Approche par le vécu et le ressenti : pas de PowerPoint, pas de cours magistral, mais des mises en situation ludiques, du jeu, du mouvement, des activités coopératives et des temps de partage et d'écoute.

Chaque séquence suit le même cycle :

1. présentation de l'activité ;
2. activité ludique ou outil d'intelligence collective permettant de vivre l'expérience ;
3. retour sur ce qui a été vécu ;
4. mise en lien avec la théorie (apports courts, fiches remises) ;
5. mise en lien avec l'activité professionnelle.

Formation animée par Sylvain Pellier, formateur spécialiste de la facilitation et de l'intelligence collective.

Modalités d'évaluation

- Avant la formation : questionnaire de positionnement (attentes, besoins, niveau de départ), puis auto-positionnement sur la grille des objectifs au début de la première journée.
- Pendant la formation : évaluation des acquis par les mises en pratique (observation par les formateur·rice·s), fresques mémoire et relectures de fin de journée.
- En fin de formation : auto-évaluation de l'atteinte de chaque objectif sur la même grille, mise en regard avec les observations des formateur·rice·s ; bilan écrit individuel et bilan oral collectif.
- Questionnaire de satisfaction à chaud en fin de formation et questionnaire d'évaluation à froid environ 3 mois après ; un suivi post-formation à distance est proposé.
- Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant·e.

Modalités et délais d'accès

Formation proposée en INTER (session ouverte à des personnes de structures différentes) et en INTRA (pour une équipe, dans ses locaux ou dans un lieu adapté), en Bretagne, Pays de la Loire, Normandie et au-delà sur demande.

Tarifs : INTER 300 € HT par jour et par personne, soit 900 € HT par personne ; INTRA 900 € HT par jour pour le groupe, soit 2700 € HT, hors frais de déplacement.

Modalités d'inscription : un entretien préalable (avec la personne commanditaire en INTRA, avec chaque participant·e en INTER) permet d'analyser le besoin et les attentes ; un questionnaire de positionnement est ensuite adressé à chaque participant·e. Les participant·e·s doivent être volontaires.

Délai d'accès : 15 jours minimum entre la validation de l'inscription et le début de la formation (en INTER, dans la limite des places disponibles).

Effectif : 4 participant·e·s minimum, pour des raisons pédagogiques (intelligence collective), et 12 maximum. Une session INTER qui n'atteint pas ce minimum peut être reportée (voir nos conditions générales de vente).

Les journées peuvent être consécutives ou espacées (idéalement de 2 à 4 semaines) pour permettre l'expérimentation entre les journées.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Ayant suivi la formation « Référent·e handicap en organisme de formation », nous sommes prêt·e·s à adapter les activités, les supports et le rythme de la formation en fonction des situations de handicap et des demandes d'adaptation (activités assises, alternatives aux activités physiques, supports en gros caractères, temps de pause supplémentaires…).

Pour que nous puissions le faire dans les meilleures conditions, merci de nous l'indiquer le plus en amont possible, lors de l'entretien préalable ou dans le questionnaire de positionnement. Si nécessaire, nous mobilisons notre réseau de partenaires spécialisés.

Référent handicap : Sylvain Pellier, contact@facilitic.org, 06 60 39 26 69.

Indicateurs de résultats

Formation nouvelle : aucune session facturée réalisée à ce jour, les indicateurs seront publiés à l'issue des premières sessions.

Mode de calcul publié sur www.facilitic.org (fiche formation, rubrique « Indicateurs de résultats ») · mise à jour du 21/10/2026.

Bibliographie

- Marshall B. Rosenberg, Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs), La Découverte.
- Thomas d'Ansembourg, Cessez d'être gentil, soyez vrai !, Les Éditions de l'Homme, 2001.
- Friedrich Glasl, Confronting Conflict, Hawthorn Press, 1999.
- Stephen Karpman, « Fairy Tales and Script Drama Analysis », Transactional Analysis Bulletin, 1968.
- Augusto Boal, Jeux pour acteurs et non-acteurs, La Découverte.

Facilitic est une marque de SPONLINE, Moulin de Saint-Gilles, 22520 Binic-Étables-sur-Mer. SIRET 530 130 780 00022. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53220946922 auprès du préfet de région de Bretagne. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. Contact : contact@facilitic.org.