

ANTICIPER/GERER UN CONFLIT ET LE TRANSFORMER EN LEVIER DE PROGRES

Dans la vie associative, les désaccords sont inévitables : savoir les anticiper et les gérer est essentiel. Cette formation vous donne des clés pour transformer les conflits en opportunités de dialogue et de progrès collectif.

Public cible :

Acteurs associatifs essonniers (hors adhérents)

Format :

1 heure de 18h à 21h en visioconférence

Prérequis :

Aucun

Objectif de la thématique :

- Identifier les signes précurseurs d'un conflit
- Comprendre les mécanismes d'un conflit
- Mettre en œuvre des outils de communication pour désamorcer un conflit
- Transformer le conflit en opportunité d'amélioration ou de cohésion

Contenu de la formation

1. Définir les sources de conflits et les comprendre

- Définition : conflit interpersonnel, organisationnel, de valeurs...
- Les causes courantes de conflit dans une association (exemples concrets : divergences de vision, manque de reconnaissance, flou des rôles...)
- Les stades du conflit (de la tension à la rupture)
- Les besoins des personnes (Pyramide de Maslow)
- Discussion : que risque-t-on à ne pas agir ?

2. Prévenir et désamorcer le conflit

- L'écoute active : principes, attitudes à adopter
- La communication non-violente (CNV) : méthode OSBD (Observation, Sentiment, Besoin, Demande)
- L'impact des émotions et comment les réguler
- La médiation entre bénévoles : rôle, posture, étapes
- Développer son intelligence émotionnelle
- Développer des comportements assertifs (le triangle de Karpman...)

3. Transformer le conflit en levier de progrès

- Prendre du recul après un conflit : que s'est-il passé ? qu'en tirer ?
- Mettre en place des espaces d'expression réguliers
- Instaurer une culture du « feedback » dans l'équipe bénévole
- Favoriser la coopération
- Cas d'école : "Comment un conflit a renforcé notre collectif" (partage de bonnes pratiques ou étude de cas fictive)

4. Conclusion et échanges

Ressources, fiches pratiques, pistes pour aller plus loin...