

Accueillir les émotions



Brian Donovan

Laissez s'exprimer les émotions, accueillez-les, ne vous précipitez pas pour les « gérer » ou les dépasser. Explorez leur sens pour découvrir les besoins sous-jacents et assurez-vous que les perspectives et valeurs importantes sont prises en compte.



*Équilibrer processus et contenu ~ Lâcher la pression
Écouter ~ Présence ~ Attention bienveillante*

Adapter la taille



Aziz J.Hayat

N'ayez pas les yeux plus gros que le ventre. Le groupe, sa composition et le temps à disposition dictent la taille des bouchées. Subdivisez les sujets complexes et les objectifs ambitieux pour les traiter morceaux par morceaux, et adaptez en conséquence les tâches, le contenu et le processus.

*Être à l'affût ~ Le pouvoir des contraintes ~ Trajectoire
Voir les arbres et la forêt ~ Plénière / Sous-groupes
Fractales ~ Cibler les priorités*

Apprécier



Sindrome Feliz

Exprimez votre enthousiasme et votre gratitude, ils sont contagieux et approfondissent la confiance et les liens au sein du groupe. L'énergie positive étant le meilleur des terreaux, appréciez et construisez à partir de ce qui se produit pour tous et avec chacun.

*Célébration ~ Feedback ~ Présumer la bonne foi
Culture commune ~ Respecter chaque personne
Écouter ~ Prendre soin des relations*

Attention bienveillante



Irish Labour Party

Offrez vos observations sans jugement, à partir du cœur. Avec bienveillance et présence, concentrez votre attention sur ce qui est en train de se produire devant vous plutôt que sur vos propres réactions.



*Accueillir les émotions ~ Maintenir l'espace ouvert
Écouter ~ Réfléter ~ Rien de personnel
Présence ~ Partager des histoires*

Beauté du lieu



Peggy Holman

Des lieux de réunion à la fois beaux, confortables, pratiques et arrangés avec créativité pour les besoins spécifiques de la rencontre nourrissent notre énergie vitale et la libèrent pour contribuer efficacement au travail collectif. Arrangez et décorez l'espace avec soin pour inspirer, faire converger et nourrir le travail du groupe.

*Cercle ~ Gaïa ~ Être l'hôte ~ Utiliser les coins et les recoins
Le pouvoir des contraintes ~ Le pouvoir du lieu ~ Être à l'affût*

Bien se connaître



Ed Yourdon

Plus et mieux vous vous connaissez et connaissez le groupe, plus vous pourrez vous engager, faire les bons choix et atteindre vos objectifs. Découvrez et écoutez vos valeurs, sentiments, rêves, besoins, biais, résistances etc.



*Feedback ~ Présence ~ Histoire et contexte ~ Refléter
Rien de personnel ~ Réflexion / Action ~ Transparence*

Capter l'essentiel



Philipp Schroeder

Pour soutenir l'attention au cours des discussions, synthétisez et récapitulez régulièrement ce qui a été dit ou appris. Établissez ce vers quoi tendent les différents éléments en recherchant leur sens commun ; concentrez-les pour en faire apparaître l'essentiel et l'intégrer en un tout.

*Terrains d'entente ~ Divergence et convergence ~ Récolter
Nourrir la conscience du groupe ~ Mesurer et représenter
Cheminer vers l'alignement ~ Mettre des mots*

Célébration



sa.racdent.ca

Célébrez les étapes et événements récurrents. Ces moments construisent l'identité du groupe : ils affirment une histoire commune et cristallisent un sentiment d'accomplissement. Ils peuvent être planifiés et ritualisés, ou aussi spontanés que des applaudissements ou le fait de boire un verre ensemble.

*Apprécier ~ Partager des histoires ~ Partager un repas
Terrains d'entente ~ Culture commune ~ S'amuser ~ Rituels*

Cercle



David Woo

Le cercle est un espace rassurant, solide, délimité sans être fermé, avec un dedans et un dehors, où l'attention peut circuler sans obstacle ; c'est une forme accueillante pour voir et entendre tout le monde ; il invite à l'expression, au partage.

*Beauté du lieu ~ Culture commune ~ Maintenir l'espace ouvert
Ouvrir et accueillir ~ Considérer le pouvoir
Partager la parole ~ Partager le leadership et les rôles*

Changer de perspective



Ashley Webb

Sortez de votre perspective habituelle pour mieux comprendre les personnes qui vous entourent. Mettez-vous dans les bottes des autres et changez de niveau d'énergie, revoyez vos jugements, découvrez de nouvelles idées et perspectives.



*Inclure dissonances et différences ~ Expression artistique
Niveau méta ~ Partager des histoires ~ Voyager dans le temps
Valoriser les marges ~ Attention bienveillante*

Cheminer vers l'alignement



Martin Bailey

Pour agir ensemble, nous cheminons depuis nos différentes perspectives vers un sens commun de ce qui est, de ce que nous désirons et de ce que nous ferons pour l'accomplir. L'alignement du groupe émerge au travers des conversations qui génèrent des histoires, des compréhensions et des décisions partagées.

*Engagement ~ Terrains d'entente ~ Capturer l'essentiel
Divergence et convergence ~ Lâcher prise
Clarifier les intentions ~ Trajectoire*

Choix du format



National Coalition for Dialogue & Deliberation

Libérez-vous de la discussion générale et explorez d'autres formats : visuel, audio, en mouvement, formel, informel, cercle de dialogue, jeu de rôles... Choisissez ceux qui conviennent le mieux aux intentions du groupe et alternez-les stratégiquement pour insuffler du rythme et accéder aux différents modes de fonctionnement des individus.

Oser le premier pas ~ Expression artistique

Culture commune ~ S'amuser ~ Partager la parole

Plénière / Sous-groupes ~ Changer de Perspective

Cibler les priorités



Philipp Schroeder

Guidez l'énergie, le rythme et la trajectoire du groupe pour qu'il atteigne son but. Encouragez-le à établir des priorités et à s'y tenir, mais n'oubliez pas pour autant que son intérêt propre évolue aussi.

Poser le cadre ~ Équilibrer processus et contenu

Maintenir l'espace ouvert ~ Cheminer vers l'alignement

Raison d'être ~ Clarifier les intentions ~ Trajectoire

Clarifier les intentions



Zach Dischner

Réfléchissez à vos intentions et nommez-les pour éclairer le chemin à parcourir. Pour un groupe, établir ses intentions permet de se souvenir de ses engagements et responsabilités, et guide naturellement vers les actions les plus en phase avec les intentions posées.

Engagement ~ Maintenir l'espace ouvert

Rituels ~ Inviter ~ Ouvrir et accueillir

Cibler les priorités ~ Raison d'être

Clore



sa.racdent.ca

Conclure le temps passé ensemble par un rituel formel permet de boucler la boucle. Incluez tout le monde, prenez conscience du cycle qui se termine et marquez la transition vers ce qui suivra.

*Célébration ~ Engagement ~ Divergence et convergence
Feedback ~ Récolter ~ Cheminer vers l'alignement ~ Rituels*

Considérer le pouvoir

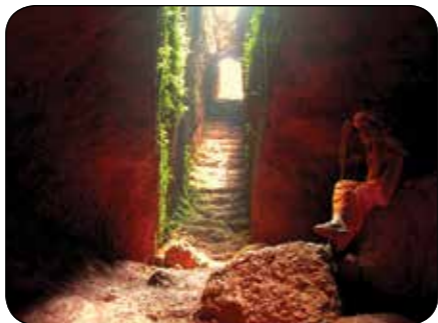


K. Kendall

La conscience et la transparence autour des relations de pouvoir peuvent, si elles sont bien entretenues, permettre au groupe d'adapter les structures de l'autorité à ses valeurs ou ses buts. Partager le pouvoir n'est pas toujours facile, mais la récompense peut être grande pour les groupes qui s'y essaient.

*Remettre en question ~ Cercle ~ Mettre des mots
Partager la parole ~ Partager le leadership et les rôles
Transparence ~ Valoriser les marges*

Creuser



Rohit Gowalkar

Repérez et approfondissez ce qui doit l'être. Prenez le temps d'évaluer les commentaires reçus, épilchez les problèmes comme un oignon, couche après couche, à la recherche des dynamiques et sentiments sous-jacents, jusqu'au cœur où se cache ce qui importe vraiment.

*Exemplarité ~ Maintenir l'espace ouvert ~ Questionner
Procéder par itérations ~ Écouter
Voir les arbres et la forêt ~ Plénière / Sous-groupes*

Culture commune

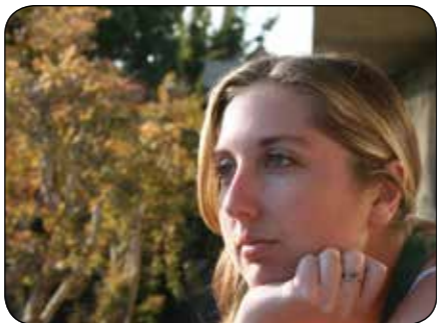


Mike Baird

Au fil du temps, les groupes se construisent une culture propre basée sur les connaissances, croyances, pratiques et comportements que leurs membres partagent. La conscience d'une culture commune sert de ciment à la collaboration en renforçant la confiance, la cohésion et le sentiment de sécurité entre les membres.

Partager un repas ~ Célébration ~ Histoire et contexte
Rituels ~ Partager des histoires
Prendre soin des relations ~ Unité et diversité

Délibérer



"pink_fish13"

Prenez le temps d'analyser les tenants et aboutissants d'une situation pour faire des choix éclairés. Réfléchir ensemble nous aide à prendre du recul, à appréhender l'ensemble dans sa complexité ; cela permet de réagir de manière adéquate et créative à des réalités en perpétuelle évolution.

*Creuser ~ Nourrir la conscience du groupe ~ Questionner
Lâcher prise ~ Réflexion / Action ~ Silence*

Divergence et convergence



Randen Pederson

Les divergences ouvrent le champ des possibles, offrent de nouvelles perspectives. Les convergences mènent l'intelligence collective vers des décisions précises, des résultats concrets, et vers la fin de la session de travail. Un bon processus passe naturellement de l'un à l'autre ; repérez les moments opportuns pour passer à la convergence.



Capter l'essentiel ~ Inclure dissonances et différences
Révéler les possibles ~ Procéder par itérations
Trajectoire ~ Cheminer vers l'alignement ~ L'instant juste

Écouter



TMF

Écoutez avec une curiosité sincère, en accueillant l'expression des opinions, des réflexions et surtout des émotions. Lorsque nous écoutons de tout notre être, au-delà des mots, les personnes se sentent entendues et leur énergie peut se déployer vers d'autres directions, cherchant naturellement à entrer en relation avec les autres.



*Respecter chaque personne ~ Questionner
Réfléter ~ Rien de personnel ~ Présence
Partager la parole ~ Attention bienveillante*

Émergence



"spettacolo puro"

Explorez les espaces qui se trouvent entre la rigidité d'une structure fixe, l'improductivité du chaos, l'habitude qui engourdit et l'anxiété qui paralyse. La complexité est une marmite bouillonnante qui appelle la flexibilité, l'auto-organisation et l'exploration. Accueillir ce qui se présente fait émerger formes et perspectives nouvelles.

*Suivre l'énergie ~ Questionner ~ Lâcher prise
Présence ~ Se fier au groupe
Valoriser les marges ~ Réunir tout le système*

Engagement



William Murphy

Un groupe qui croit en son travail survit aux obstacles, distractions et moments d'errance. Rappelez-vous du sens profond de votre action et de ce qui vous tient vraiment à cœur. Lorsqu'il est temps de passer à l'action, soutenez l'efficacité en clarifiant les rôles, tâches, échéances et moyens à mettre en œuvre.

*Raison d'être ~ Respecter chaque personne ~ Clore
Clarifier les intentions ~ Prendre des responsabilités
Exemplarité ~ Partager le leadership et les rôles*

Équilibrer processus et contenu



Ana Cotta

Le contenu concerne le sujet de la conversation, les résultats d'une session de travail. Le processus concerne la manière dont se passe la conversation. Comme les ailes d'un oiseau, les deux sont nécessaires pour assurer équilibre, hauteur et mouvement.

Accueillir les émotions ~ Raison d'être ~ Niveau méta
Maintenir l'espace ouvert ~ Cibler les priorités
Suivre l'énergie ~ Transparence

Esprit



B Hartford J Strong

Travailler avec esprit c'est inviter les forces fondamentales de l'univers à être co-créatrices à nos côtés. Cette perspective plus large nous connecte au sens profond des choses et offre sagesse, inspiration et soutien.

*Émergence ~ Gaïa ~ Lâcher prise
Magie ~ Présence ~ Rituels ~ Silence*

Être à l'affût



Robert Taylor

Anticipez ce qui pourrait se passer et soyez à l'affût. Cela vaut tant pour la préparation qu'en maintenant une attention constante durant l'évènement. Planifiez le déroulement de la séquence et assurez-vous de la disponibilité des ressources nécessaires, de la présence des bonnes personnes et de la vitalité du processus.

*Faire appel à l'expertise ~ Histoire et contexte
Être l'hôte ~ Raison d'être ~ Trajectoire*

Être l'hôte



Linda Lane

Aidez à créer le sentiment d'être comme à la maison. Lorsqu'une personne se sent à l'aise, elle peut se consacrer pleinement au travail commun. Prenez soin du bien-être des individus comme du groupe.

*Beauté du lieu ~ Partager un repas ~ Culture commune
Respecter chaque personne ~ Être à l'affût
Ouvrir et accueillir ~ Faire des pauses*

Exemplarité



sa radent.ca

Quelqu'un doit se risquer à faire le premier pas : prendre la parole, tester un nouveau comportement, exprimer un doute, demander un avis... Agissez avec honnêteté, ouverture, authenticité, audace et intelligence en le faisant. Ainsi, vous jouerez le rôle de catalyseur d'une dynamique en montrant aux autres que c'est possible et comment.

*Remettre en question ~ Feedback ~ Mettre des mots
Considérer le pouvoir ~ Prendre des responsabilités
Oser le premier pas ~ Transparence*



Expression artistique



Ballin kobe8

La discussion a ses limites. Pour une expérience plus intuitive et holistique, écrivez ensemble sketches et chansons, écoutez de la poésie, dessinez, bougez avec votre corps. Les arts sont une source importante d'inspiration, d'enseignements, d'émotions et d'engagement ; ils permettent d'emmener un groupe jusqu'à des endroits habituellement inaccessibles.

*S'amuser ~ Creuser ~ Culture commune
Choix du format ~ Partager des histoires
Oser le premier pas ~ Récolter*

Facilitation spontanée



Garry Knight

La facilitation spontanée se produit lors de rassemblements sans véritable organisation ou lorsque la facilitation est chancelante ou inadéquate. De même, toute personne peut sentir comment faire avancer le groupe en intervenant constructivement à un moment donné.



*Exemplarité ~ Suivre l'énergie ~ Improviser
Cibler les priorités ~ Partager le leadership et les rôles
Prendre des responsabilités ~ Se fier au groupe*

Faire appel à l'expertise



USArmyAfrica

Par leur aide et avis techniques et leurs apports basés sur des connaissances pointues, les experts constituent une aide précieuse. Tenez compte de leur apport, tout en misant sur l'expérience, les valeurs et l'engagement des parties prenantes, à qui revient le pouvoir de décision.

Nourrir la conscience du groupe ~ Questionner

Considérer le pouvoir ~ Partager la parole

Partager le leadership et les rôles ~ Réunir tout le système

Faire des pauses



Ellen Reitman

Créez des espaces imprévus pour la détente, la réflexion, l'intégration et pour nourrir les relations sociales au sein du groupe. Introduire suffisamment de temps d'arrêt dans un processus améliore les résultats globaux, nous régénère et nous permet de revenir en session avec de nouvelles idées et perspectives.

*Partager un repas ~ Gaïa ~ Suivre l'énergie ~ Être l'hôte
Silence ~ Utiliser les coins et les recoins ~ Réflexion / Action*

Faire feu de tout bois



Luc Viatour / www.lucnix.be

Utilisez tout ce qui se présente à vous : erreurs, confusion, blagues, frustrations, incompréhensions, tout ce qui se passe est source potentielle d'apprentissage, de renforcement des liens ou de mise à jour d'informations restées jusque-là invisibles.

*Apprécier ~ Équilibrer processus et contenu ~ Émergence
Feedback ~ Suivre l'énergie ~ Improviser ~ Lâcher prise*

Feedback



NASA Goddard Space Flight Center

Le feedback, c'est le fait d'offrir et de recevoir de l'information, de différentes manières, pour apprendre et s'adapter. Il peut concerner aussi bien le groupe dans son ensemble que les personnes. Le feedback nous renseigne sur ce qui fonctionne et nous permet d'ajuster le tir pour atteindre nos objectifs.

*Apprécier ~ Récolter ~ Suivre l'énergie
Écouter ~ Refléter ~ Mesurer et représenter*

Fractales



Randy Robertson

Les phénomènes se répètent souvent à différents niveaux : la dynamique d'une équipe peut se retrouver dans l'organisation globale, un questionnement lors d'une séance préparatoire peut se reposer ailleurs. Lorsque vous repérez un tel schéma, identifiez les autres niveaux concernés et apportez les changements nécessaires à chaque niveau.

Histoire et contexte ~ Voir les arbres et la forêt
Plénière / Sous-groupes ~ Procéder par itérations
Creuser ~ Réunir tout le système

Gaïa



James Long

La présence de la nature, que ce soit par le lieu, la décoration ou d'autres éléments, apaise, apporte beauté et inspiration. Elle remet en perspective, rappelle que nous sommes de petites parties d'un tout, reliées ensemble.

*Beauté du lieu ~ Utiliser les coins et les recoins
Esprit ~ Silence ~ Faire des pauses
Le pouvoir du lieu ~ Choix du format*

Histoire et contexte



Normad Tales

Ayez conscience de l'histoire et du contexte, ils ont une influence majeure sur le processus. Prêtez attention aux attentes des personnes présentes. Sachez discerner quand il convient de respecter la culture du groupe et ses usages, et quand, au contraire, il s'agit d'innover.

Faire feu de tout bois ~ Culture commune

Partager des histoires ~ Mettre des mots ~ Ouvrir et

accueillir ~ Être à l'affût ~ Changer de Perspective

Improviser



Quinn Dombrowski

Malgré tous nos efforts de planification, les circonstances nous contraignent parfois à improviser. Brodez, inventez, ouvrez de nouvelles voies ! Ce type de construction à la volée peut ouvrir de nouvelles perspectives.



*Faire feu de tout bois ~ Oser le premier pas ~ Exemplarité
Suivre l'énergie ~ Lâcher prise ~ Présence ~ L'instant juste*

Inclure dissonances et différences



Darryl Wallis

Encouragez votre groupe à accueillir les points de vue contradictoires, en acceptant l'incertitude et le malaise que cela peut engendrer. Reconnaissez que toutes les perspectives sont valables et explorez-les avec autant de détails que nécessaire, en particulier lorsque la tension monte et que le désaccord gronde.

*Remettre en question ~ Terrains d'entente ~ Creuser
Présumer la bonne foi ~ Respecter chaque personne
Écouter ~ Prendre soin des relations*

Inviter



Marina Guimarães

Une intention claire et un objectif bien défini vous permettront de réunir les bonnes personnes autour d'un but commun. Dites-leur ce qui les attend, pourquoi leur participation est importante et demandez-leur de vous faire l'honneur de leur présence.

*Poser le cadre ~ Terrains d'entente ~ Histoire et contexte
Raison d'être ~ Clarifier les intentions
Prendre soin des relations ~ Réunir tout le système*

L'instant juste



Liz West

Quel est le bon moment pour proposer une idée, changer de processus, clore la discussion, approfondir un point précis, faire une pause ou introduire une expertise extérieure ? Sentez l'esprit du moment pour nager avec le courant et non contre lui, faites preuve de patience et d'attention. Et lorsque vous sentez l'instant juste, agissez !

Cibler les priorités ~ Trajectoire ~ Feedback

Divergence et convergence ~ Maintenir l'espace ouvert

Équilibrer processus et contenu ~ Suivre l'énergie

Lâcher la pression



"su nekô"

Dans les situations bloquées par la colère, la frustration, la peur, la douleur, l'anxiété ou le désespoir, reconnaître l'émotion vécue permet de dépasser le blocage et d'avancer. Votre sensibilité vous dira s'il faut le faire de manière directe ou de manière détournée grâce à l'humour, à une profonde respiration ou à une balade en extérieur.

*Remettre en question ~ Accueillir les émotions ~ Refléter
Inclure dissonances et différences ~ Bien se connaître
Rien de personnel ~ Attention bienveillante*



Lâcher prise



"Bird Eye"

Libérez-vous de vos préjugés, de votre ego et de vos peurs. Cultivez l'ouverture et le détachement du résultat. Soyez dans la présence, la fluidité, laissez entrer en vous ce qui est au service du groupe, du monde et de vous-même.

*Gaïa ~ Rien de personnel ~ Faire des pauses
Bien se connaître ~ Silence ~ Esprit ~ Se fier au groupe*

Le pouvoir des contraintes



"Dyogi"

Considérez les limites et les contraintes comme une source d'inspiration. Reconnaître les obstacles permet de comprendre comment s'appuyer dessus pour les dépasser, ou trouver comment s'y adapter. En les acceptant, les contraintes se transforment, ouvrant de nouvelles possibilités et incitant à la créativité.

*Révéler les possibles ~ Improviser ~ Questionner
Lâcher prise ~ Prendre des responsabilités
Faire feu de tout bois ~ Changer de Perspective*

Le pouvoir du lieu



sa radent.ca

La localisation, la beauté et l'aménagement d'un site influencent profondément l'énergie du groupe et sa capacité à entrer en contact. Recherchez des lieux de réunion qui servent vos intentions.

Beauté du lieu ~ Gaïa ~ Culture commune

Histoire et contexte ~ Être l'hôte

Utiliser les coins et les recoins ~ Raison d'être

Magie



NASA Goddard Space Flight Center

Il émerge parfois du groupe quelque chose qui le dépasse, accompagné d'un sentiment d'émerveillement... et d'une impression unanime de réussite mêlée d'étonnement. Passion commune, ouverture, confiance, énergie et un certain sentiment d'urgence sont à la base de ces instants magiques. Leur alchimie exacte reste cependant un mystère, rien n'est garanti...

*Émergence ~ Improviser ~ Lâcher prise ~ Présence
Raison d'être ~ Esprit ~ Réunir tout le système*

Maintenir l'espace ouvert



"alegrí"

Ayez conscience de tout ce qui est en train de se passer dans la rencontre. C'est dans l'ici et maintenant que se joue la présence, en termes physique, énergétique, émotionnel et intellectuel. Ouvrez et maintenez l'espace psychologique et spirituel pour offrir un centre et un cadre stables. Préservez sereinement la confiance, la sécurité et la concentration.



*Poser le cadre ~ Équilibrer processus et contenu
Inclure dissonances et différences ~ Ouvrir et accueillir
Accueillir les émotions ~ Présence*

Mesurer et représenter



Nancy White

Révélez le passé, visualisez concrètement les données et les idées, dessinez ce qui vous attend. L'usage habile des moyens de représentation graphique focalise l'attention, aide à donner du sens à nos expériences, renforce la mémoire collective et permet de partager le travail effectué avec celles et ceux qui n'étaient pas là.

*Capter l'essentiel ~ Faire appel à l'expertise ~ Récolter
Nourrir la conscience du groupe ~ Choix du format
Être à l'affût ~ Réflexion / Action*

Mettre des mots



Babak Fakhamzadeh

Dites les choses ! Mettre des mots sur ce que vous voyez ou ressentez permet au groupe de reconnaître ce qui n'a pas encore été dit ou vu, parfois sur ce qui est tabou. Comme dans un processus alchimique, les mots servent ainsi à transformer et apportent le changement dans leur sillage.

*Exemplarité ~ Écouter ~ Rien de personnel
Considérer le pouvoir ~ L'instant juste ~ Transparence*



Niveau méta



Il faut parfois changer de focale pour analyser un problème. De la tactique à la stratégie, du plan annuel à un horizon à dix ans, du contenu au processus. Si le niveau de réflexion semble inadéquat, pensez à vous déplacer vers l'extérieur.



*Équilibrer processus et contenu ~ Raison d'être ~ Changer
de Perspective ~ Histoire et contexte ~ Faire feu de tout bois
Fractales ~ Voir les arbres et la forêt*

Nourrir la conscience du groupe



ACEI Cheung

Rassemblez des faits, des sensations et des perspectives à offrir au groupe pour lui permettre d'approfondir sa connaissance de lui-même et du monde qui l'entoure. L'information la plus utile provient de plusieurs sources ; elle est précise, pertinente, accessible et sûre.

*Capter l'essentiel ~ Faire appel à l'expertise ~ Récolter
Questionner ~ Mesurer et représenter
Feedback ~ Réunir tout le système*

Oser le premier pas



Rachel Kramer

Parfois la voie à suivre apparaît sombre et incertaine. Dans de tels cas, il s'agit de faire un premier pas, avec la volonté d'apprendre de tout ce qui en sortira. Plonger peut être le seul moyen de découvrir la route à suivre.

*Faire feu de tout bois ~ Creuser ~ Improviser
Questionner ~ Présence ~ Trajectoire ~ Se fier au groupe*

Oui, et



Charlie Vinz

« Oui, et... » met en mouvement, renforce la proposition précédente et permet d'aller plus loin ou plus en profondeur dans ce qui vient d'être dit. Utilisez cette formulation pour relancer ou maintenir l'impulsion, l'énergie de la discussion, et pour relier entre-elles les idées et les situations.

*Délibérer ~ Capturer l'essentiel ~ Suivre l'énergie
Creuser ~ Écouter ~ Cheminer vers l'alignement*

Ouvrir et accueillir



saradent.ca

Les premiers instants donnent le ton. Débutez en sachant où vous allez, d'une manière qui invite les personnes présentes à entrer en contact, à apporter leur voix au cercle et à participer avec authenticité. Ayez à cœur de susciter l'enthousiasme, l'engagement et la concentration pour le travail à effectuer.

*Beauté du lieu ~ Culture commune ~ Être l'hôte
Histoire et contexte ~ Clarifier les intentions
Raison d'être ~ Partager des histoires*

Partager des histoires



Peter Worsley

Au contraire des données brutes, les histoires, les métaphores et les mythes véhiculent la complexité des idées, des contextes et du sens. Les histoires personnelles relient, activent l'imagination et expriment l'essence de qui nous sommes ; elles nous connectent par nos expériences et nous permettent d'interagir avec des systèmes complets.

Expression artistique ~ Culture commune

Nourrir la conscience du groupe ~ Choix du format

Ouvrir et accueillir ~ Partager la parole ~ Oui, et

Partager la parole



Voka Kamer van Koophandel Limburg

Tout le monde a le droit d'être entendu. Nous détenons toutes et tous un bout de la solution. Ne vous contentez pas de la participation des personnes les plus bavardes, les mieux informées ou les plus anciennes. Allez chercher l'apport de celles qui sont plus hésitantes ou silencieuses.

*Structure et souplesse ~ Maintenir l'espace ouvert
Écouter ~ Respecter chaque personne ~ Cercle
Plénière / Sous-groupes ~ Valoriser les marges*

Partager le leadership et les rôles



Faites tourner les rôles : facilitation, prise de notes... et offrez leur place aux voix marginales. Partager les responsabilités accroît l'engagement et met à profit tous les talents présents au sein du groupe. Favorisez l'équité et l'autonomisation en partageant l'autorité, les compétences et la préoccupation pour le bien commun.

*Apprécier ~ Faire appel à l'expertise ~ Raison d'être
Plénière / Sous-groupes ~ Choix du format
Considérer le pouvoir ~ Réunir tout le système*



Partager un repas



"Kennisland"

Partager un repas est l'une des plus anciennes formes de vie d'une communauté. La connexion se fait, littéralement, par les tripes. Nourrir ainsi les corps et la relation permet une meilleure collaboration et un meilleur travail en groupe.

*Célébration ~ Terrains d'entente ~ Être l'hôte
Culture commune ~ Faire des pauses
Rituels ~ Prendre soin des relations*

Plénière / Sous-groupes



Blue Oxen Associates

Les petits groupes sont parfaits pour l'engagement individuel, pour réaliser des tâches précises et pour créer un espace de partage sécurisant. Les plénières apportent le contexte, le sens et la convergence aux moments critiques. Passez stratégiquement de l'un à l'autre pour tirer avantage de leur nature complémentaire.

Utiliser les coins et les recoins ~ Terrains d'entente

Choix du format ~ Voir les arbres et la forêt

Partager la parole ~ Unité et diversité

Poser le cadre



Paul Stephenson

Renforcez la sécurité et l'intégrité en positionnant les limites lorsque cela est nécessaire. Restez pour cela au service du processus. Réaffirmez la finalité pour inciter le groupe à garder le cap. Accueillez les émotions fortes avec bienveillance et restez dans l'ouverture du cœur. Répondez aux interpellations avec clarté et candeur.



*Équilibrer processus et contenu ~ Rien de personnel
Utiliser les coins et les recoins ~ Cibler les priorités ~ Suivre
l'énergie ~ Maintenir l'espace ouvert ~ Attention bienveillante*

Prendre des responsabilités



Sue Woehrlin

La prise de responsabilités donne le sens de son propre pouvoir, aussi bien individuellement que collectivement. Peu importe qui a fait quoi, et quand. Demandez-vous ce que vous pouvez faire, ici et maintenant. Et si vous voyez quelque chose à faire, allez-y !



*Présumer la bonne foi ~ Clarifier les intentions ~ Engagement
Inclure dissonances et différences ~ Facilitation spontanée
Lâcher prise ~ Partager le leadership et les rôles*

Prendre soin des relations



Tom Atlee

Il s'agit de prendre soin les uns et les unes des autres pour atteindre, ensemble, les objectifs fixés. Les organisations et les mouvements bénéficient sur le long terme de ce contreponds aux tâches, résultats et produits.

*Apprécier ~ Partager un repas ~ Présumer la bonne foi
Respecter chaque personne ~ Écouter
Réfléter ~ Attention bienveillante*

Présence



James Jordan

Cultivez la présence, dans l'instant, de tout votre être. La qualité de votre écoute et votre attention totale vous ouvrent et vous permettent de vous connecter à l'ici et maintenant, d'où jaillissent l'amour et la présence au service du groupe.

*Suivre l'énergie ~ Maintenir l'espace ouvert ~ Lâcher prise
Écouter ~ Ouvrir et accueillir ~ Bien se connaître ~ Esprit*

Présumer la bonne foi



Présumer l'intention positive renforce la confiance et l'efficacité. Au lieu d'interpréter les actions « négatives » comme autant de tentatives de manipulation, d'insulte ou de passage en force, dites-vous que les gens font de leur mieux et cherchez des valeurs ou des besoins communs sous-jacents.

*Apprécier ~ Terrains d'entente ~ Rien de personnel
Attention bienveillante ~ Prendre soin des relations
Clarifier les intentions ~ Prendre des responsabilités*

Procéder par itérations



Sue Woehrlin

Faites le même exercice deux, trois fois. Les résultats d'une session enrichiront la suivante, en approfondissant, ouvrant, générant de nouvelles perspectives. Pour aller plus loin, plus profondément, répétez un processus plusieurs fois, maintenant ou plus tard.

*Divergence et convergence ~ Émergence ~ Feedback
Creuser ~ Questionner ~ Réflexion / Action ~ Trajectoire*

Questionner



Christopher Holdien

Cultivez votre curiosité. Les bonnes questions provoquent, interpellent, forcent à aller plus loin et ouvrent des portes. Elles sont à la base de nombreux outils et techniques très performants. Quelle est la question la plus inspirante que vous pouvez (vous) poser maintenant ?

*Délibérer ~ Creuser ~ Nourrir la conscience du groupe
Suivre l'énergie ~ Révéler les possibles
Lâcher prise ~ Partager des histoires*

Raison d'être



Kate Ter Haar

Le but est la destination choisie dans l'océan des possibles. Un but commun rassemble et concentre les énergies, en même temps qu'il évolue avec notre compréhension du sujet. Il donne l'impulsion et l'énergie nécessaires pour travailler. Lorsque nous partageons un objectif authentique, l'énergie circule et les choses arrivent naturellement.

*Engagement ~ Clarifier les intentions ~ Esprit
Maintenir l'espace ouvert ~ Terrains d'entente
Voir les arbres et la forêt ~ Cibler les priorités*

Récolter



US Department of Agriculture

La récolte est constituée par les fruits que vous avez dans votre panier à la fin du processus. Réunissez ce qui a été dit, fait, décidé ou laissé sans réponse et distribuez-le. Donnez une forme tangible à la mémoire collective et enregistrez-la.

*Capter l'essentiel ~ Nourrir la conscience du groupe
Divergence et convergence ~ Mesurer et représenter
Choix du format ~ Réflexion / Action ~ Unité et diversité*

Refléter



Tom Atlee

Offrez un miroir empathique à la personne qui s'exprime afin qu'elle se sente écoutée, sincèrement reconnue et appréciée. Une telle attention à l'autre peut soigner les individus et les relations, débloquer les situations douloureuses et remettre l'énergie en circulation.

*Capter l'essentiel ~ Rien de personnel ~ Écouter
Présumer la bonne foi ~ Attention bienveillante*



Réflexion / Action



Mike Baird

Un processus efficace qui fait avancer les groupes est souvent cyclique. La réflexion mène à l'action, qui mène à une nouvelle réflexion, et ainsi de suite. Cette alternance nourrit l'engagement et favorise l'adaptation dans la résolution de problèmes ; elle favorise la capacité d'apprentissage et permet de tenir compte de l'évolution du contexte.

*Délibérer ~ Capturer l'essentiel ~ Feedback
Questionner ~ Procéder par itérations
Mesurer et représenter ~ Trajectoire*

Remettre en question



Kennisland

Remettre en question les idées reçues et les habitudes déclenche la réflexion créative et permet de surmonter les réflexes de complaisance. Cela pousse à réexaminer notre acceptation passive des conventions et du statut quo.



*Faire feu de tout bois ~ Inclure dissonances et différences
Écouter ~ Prendre soin des relations ~ Se fier au groupe*

Respecter chaque personne



Tetyana Pryymak

Respectez la dignité fondamentale de chaque personne. Les croyances, approches et préoccupations singulières sont autant de ressources pour le groupe. Tolérez et même encouragez les particularités, car la reconnaissance et l'appréciation permettent la pleine contribution.

*Apprécier ~ Présumer la bonne foi ~ Histoire et contexte
Refléter ~ Partager le leadership et les rôles
Écouter ~ Prendre soin des relations*

Réunir tout le système



Chris Metcalf

Un sous-ensemble du tout peut initier le changement. Réunissez un échantillon de l'organisation ou de la communauté qui inclut toutes les parties du système et vous aurez à disposition l'information et la connaissance nécessaires, ainsi que le pouvoir de prendre des décisions. Pour un processus efficace et un changement durable et éclairé.

*Terrains d'entente ~ Histoire et contexte ~ Inviter
Nourrir la conscience du groupe ~ Être à l'affût
Plénière / Sous-groupes ~ Changer de Perspective*

Révéler les possibles



Nancy White

Sortez du cadre ! Liberté d'expression et stimulation favorisent la créativité. Remuez-vous les méninges, jouez, improvisez, faites appel à l'art et posez des questions inhabituelles. Qu'est-ce qui est possible maintenant ? Générez une abondance de réponses.

Plénière / Sous-groupes ~ Divergence et convergence
Questionner ~ Le pouvoir des contraintes ~ S'amuser
Choix du format ~ Changer de Perspective

Rien de personnel



Quinn Dombrowski

Ne prenez pas tout contre vous. Séparez les personnes de leurs paroles. Unissez-vous contre le problème et considérez les idées pour elles-mêmes, sans leur chercher des interprétations interpersonnelles.

*Terrains d'entente ~ Présumer la bonne foi
Prendre soin des relations ~ Lâcher prise
Écouter ~ Attention bienveillante*



Rituels



2010 World Wheelchair Basketball Championships

Le cérémoniel est fondamental. Il recentre, connecte et nourrit profondément l'esprit du groupe. Utilisez-le pour marquer ouvertures, transitions, cycles, jalons et en clôture de sessions. Les rituels sont aussi la répétition formelle ou habituelle des pratiques qui ont fait leurs preuves.

*Partager un repas ~ Gaïa ~ Célébration ~ Clore
Choix du format ~ Ouvrir et accueillir ~ Esprit*

S'amuser



Roger H. Goun

Associez la légèreté à la gaieté de l'esprit pour animer les corps, les sens, l'imagination et l'intellect. L'esprit du jeu favorise la créativité et renforce les liens. Il peut être amené en abordant une thématique par des activités structurées et amusantes, lors de pauses énergisantes où le rire prend le dessus, ou simplement grâce à l'humour.

Suivre l'énergie ~ Expression artistique
Oser le premier pas ~ Choix du format
Improviser ~ Faire des pauses

Se fier au groupe



sa radent.ca

En terrain inconnu, tirez l'information et l'intuition directement du groupe. Quel que soit le problème, avec un peu de patience et une bonne écoute le collectif génère spontanément sa propre voie et ses propres solutions.

*Émergence ~ Questionner ~ Suivre l'énergie
Lâcher prise ~ Présence ~ Réunir tout le système*

Silence



Joe Bunting

Ce sont les silences entre les notes qui font la musique. Prenez régulièrement un instant pour vous recentrer, en vous ou dans le groupe. Invitez le silence de façon à ralentir le processus, laisser de la place aux questions, aux transitions ou simplement pour approfondir.

*Creuser ~ Faire des pauses ~ Esprit ~ Lâcher prise
Écouter ~ Utiliser les coins et les recoins*

Simplifier



Faire les choses simplement permet de garder le but en ligne de mire. Une bonne compréhension de votre intention vous permettra de doser entre le trop et le pas assez. Donnez uniquement les détails significatifs afin que ce qui est important se détache clairement.



*Cercle ~ Capturer l'essentiel ~ Lâcher prise
Être à l'affût ~ Présence ~ Raison d'être ~ Silence*

Structure et souplesse



Paul Stevenson

La structuration, grâce à un ordre du jour, des heures de début et de fin, des règles de prise de parole, rassure et offre un cadre sécurisant dans lequel l'énergie du groupe peut s'épanouir. Cependant un groupe, pour rester vivant, a aussi besoin de souplesse et d'ouverture à ce qui est nouveau. Sachez passer de l'un à l'autre selon les besoins.

Équilibrer processus et contenu ~ Émergence

Suivre l'énergie ~ Improviser ~ Divergence et convergence

Maintenir l'espace ouvert ~ Le pouvoir des contraintes

Suivre l'énergie



"Aristocrats-hat"

Que désire réellement le groupe en cet instant précis ? Faites confiance aux indices, à l'ambiance, à l'intuition pour déterminer vos réponses et décider de la direction à prendre ; laissez s'épanouir le vivant en allant chercher l'énergie là où elle se trouve.

*Émergence ~ Équilibrer processus et contenu
Structure et souplesse ~ Feedback ~ Improviser
Présence ~ Se fier au groupe*

Terrains d'entente



Elizabeth Burke

Faites le choix conscient de rechercher les points d'accord plutôt que les points de désaccord. Les moyens de progresser ensemble émergent lorsque nous nous connectons à ce qui nous rassemble.



*Partager un repas ~ Inclure dissonances et différences
Présumer la bonne foi ~ Engagement ~ Rien de personnel
Cheminer vers l'alignement ~ Unité et diversité*

Traduire



David Fulmer

Traduire c'est jeter des ponts entre les personnes et les groupes. Les différences en matière d'activité, d'expertise, de langue, d'habitude etc. sont autant d'entraves à une bonne communication. Utilisez des mots neutres ou expliquez-les, utilisez la métaphore, le conte, les représentations graphiques et tout ce qui facilite la compréhension.

*Présumer la bonne foi ~ Respecter chaque personne
Nourrir la conscience du groupe ~ Écouter ~ Refléter
Valoriser les marges ~ Changer de Perspective*

Trajectoire



Mark Fischer

Quelle sera la forme et la durée du voyage collectif dans lequel s'engage un groupe ? Imaginez une séquence, prenez en compte l'ordre des choses, ce qui arrive avant, ce qui se passe ensuite. Structurez les activités en conséquence et gardez votre destination en vue pour atterrir en douceur.

Structure et souplesse ~ Divergence et convergence

Procéder par itérations ~ Raison d'être ~ Réflexion / Action

Adapter la taille ~ Voir les arbres et la forêt ~ Être à l'affût

Transparence



"Letting Go of Control"

Faites preuve de transparence sur ce qui est : sentiments, expériences, prise de décisions, finances, etc. La transparence naît de la conviction que les besoins du groupe sont nourris par la libre circulation de l'information et l'action honnête et franche. Bien maniée, cette ouverture engendre confiance, collaboration et sens du collectif.

Considérer le pouvoir ~ Nourrir la conscience du groupe

Partager le leadership et les rôles ~ Bien se connaître

Mettre des mots ~ Exemplarité

Prendre des responsabilités

Unité et diversité



woodleywonderworks

Ayez conscience de ce qui est unique et de ce qui est partagé. Il est parfois plus important d'insister sur les disparités et de repérer les différences ; d'autres fois il s'agit plutôt d'encourager les similitudes et ce qui nous unit. Les deux sont nécessaires.

Respecter chaque personne ~ Divergence et convergence ~ Inclure dissonances et différences ~ Terrains d'entente ~ Cheminer vers l'alignement ~ Valoriser les marges ~ Plénière / Sous-groupes

Utiliser les coins et les recoins



Michael Coghlan

Laissez s'épanouir la créativité et les relations interpersonnelles en laissant des temps non structurés et des espaces de réflexion semi-privés. En effet, l'inspiration nous vient souvent lors de discussions à bâtons rompus, ou dans des moments de rêverie, en marge du groupe. À prévoir à l'avance ou à proposer sur le moment.

Beauté du lieu ~ Inclure dissonances et différences

Creuser ~ Nourrir la conscience du groupe

Plénière / Sous-groupes ~ Valoriser les marges

Valoriser les marges



See-ming Lee

Accueillez et intégrez les personnes et les idées a priori hors normes. Les bordures des écosystèmes offrent un terreau fertile à l'innovation et la diversité. Il en va de même pour les dynamiques de groupe : l'évolution est souvent le fruit de perturbations venant de la marge ; peut-être de personnes moins impliquées dans le maintien du statut quo.



*Inclure dissonances et différences ~ Écouter
Traduire ~ Unité et diversité ~ Respecter chaque personne
Remettre en question ~ Réunir tout le système*

Voir les arbres et la forêt



Miguel Vieira

Animer une discussion implique de reconnaître l'instant où il s'agit de prendre de la hauteur ou, au contraire, se concentrer sur les détails. Reculez pour la vision globale, les schémas, les tendances ; zoomez pour les tâches, les exemples spécifiques et les conditions particulières.



*Fractales ~ Creuser ~ Plénière / Sous-groupes
Niveau méta ~ Divergence et convergence
Adapter la taille ~ Changer de Perspective*

Voyager dans le temps



Randen Pederson

Considérez les événements depuis différentes perspectives temporelles : placez-vous dans le passé ou le futur, aléatoirement ou aux instants cruciaux, pour faire avancer votre compréhension des possibles du moment.

Expression artistique ~ Histoire et contexte

Nourrir la conscience du groupe ~ Voir les arbres et la forêt

Partager des histoires ~ Changer de Perspective











Intention

Attachez-vous à servir la cause profonde qui porte cette réunion ainsi que sa concrétisation. Pourquoi sommes-nous là ? Quelle passion nous rassemble ? Que voulons-nous accomplir ? Cela nécessite d'aborder le sens et les conséquences à long terme de cet événement.

Cibler les priorités

Clarifier les intentions

Engagement

Inviter

Raison d'être



Contexte

Ayez conscience et respect pour le contexte global et des circonstances temporelles, géographique et culturelles dans lesquelles se situe l'action. Partez de cette compréhension pour créer le cadre dans lequel le groupe pourra s'engager.

Beauté du lieu

Cercle

Culture commune

Gaïa

Histoire et contexte

Le pouvoir du lieu

Réunir tout le système

Utiliser les coins et les recoins



Relationnel

Créez et entretenez des relations de qualité en vous préoccupant de la bonne entente et des liens d'amitié, en reconnaissant les personnes dans leur globalité et en soignant votre authenticité. Cela requiert parfois de se préoccuper des relations de pouvoir, ou de faire passer les besoins émotionnels avant les tâches.

Apprécier

Célébration

Conscience du pouvoir

Être l'hôte

Partager la parole

Partager un repas

Prendre soin des relations

Présumer la bonne foi

Respecter chaque personne

Transparence



Dynamique

Les événements collectifs ont leurs propres dynamiques. Prêtez attention à l'énergie et au rythme dès la préparation d'un événement ; et laissez ces impressions imprégner vos décisions concernant quand faire quoi, pour combien de temps et à quelle fréquence.

*Adapter la taille
Clôre*

Divergence et convergence

Équilibrer processus et contenu

Être à l'affût

Faire des pauses

L' instant juste

Ouvrir et accueillir

Plénière / Sous-groupes

Procéder par itérations

Réflexion / Action

Rituels

Structure et souplesse

Suivre l'énergie

Trajectoire



Créativité

Déployez une palette de styles de fonctionnements et de modes d'expression aussi large que possible pour ouvrir autant de possibilités créatives. Faut-il chambouler les conventions établies ou au contraire s'en accommoder ? Demandez-vous comment cette session pourrait être plus plaisante et ludique afin de mieux remplir sa mission.

Choix du format

Expression artistique

Générer des possibles

Improviser

Le pouvoir des contraintes

Remettre en question

S'amuser



Perspective

Offrez au groupe des perspectives divergentes pour l'aider à explorer les options ouvertement et avec méthode. Soyez souple et utilisez votre imagination pour considérer des points de vue multiples. La clé réside dans notre manière de voir les choses.

Changer de perspective

Fractales

*Inclure dissonances et
différences*

Niveau méta

Terrains d'entente

Traduire

Unité et diversité

Valoriser les marges

Voir les arbres et la forêt

Voyager dans le temps



Incarner

Montrez l'exemple par vos actions pour guider le groupe vers la responsabilisation individuelle et collective. Développez, chez vous et chez les autres, les compétences et les responsabilités essentielles pour la facilitation et la participation afin de rôder vos processus et d'établir vos bonnes pratiques.

Accueillir les émotions

Attention bienveillante

Bien se connaître

Écouter

Exemplarité

Facilitation spontanée

Lâcher la pression

Maintenir l'espace ouvert

Partager le leadership et les rôles

Poser le cadre

Prendre des responsabilités

Refléter

Rien de personnel

Simplifier



Questionner et synthétiser

Cherchez la cohérence et le sens partagé pour avancer vers la convergence. En récoltant le savoir et en démêlant les fils de la compréhension commune, vous pouvez parvenir au consensus et à des résultats tangibles.

Capter l'essentiel
Cheminer vers l'alignement
Creuser
Délibérer
Faire appel à l'expertise
Feedback
Mesurer et représenter

Mettre des mots
Nourrir la conscience du groupe
Oui, et
Partager des histoires
Questionner
Récolter



Confiance

Ayez confiance dans ce qui se passe et acceptez de lâcher prise. Invitez le mystère et la magie de l'émergence. Cette qualité se ressent comme un lien profond non seulement avec les personnes rassemblées et avec le but commun, mais avec l'univers tout entier.

Émergence

Esprit

Faire feu de tout bois

Lâcher prise

Magie

Oser le premier pas

Présence

Se fier au groupe

Silence

*les clés
des dynamiques
de groupe*



www.dynamiques-de-groupe.com