

Démarches (pour les détails, voir : www.cooperer.org/demarches)

1. Constitution du groupe, de l'équipe, du collectif	Mettre en lien les personnes, les impliquer en confiance et clarifier les intentions pour initier une coopération
2. Définition de règles relationnelles	Se concerter sur des règles favorisant un climat de sécurité et une communication optimale
3. Clarification des rôles	Définir les rôles pour assurer la qualité des processus de coopération et des résultats
4. Accueil et inclusion	Permettre à chacun.e dans le collectif d'exprimer son état intérieur et de se sentir relié.e aux autres
5. Expression et accueil des émotions	Permettre l'expression des émotions et leur accueil sans jugement de la part du collectif
6. Développement d'un sens partagé	Élaborer une réflexion permettant de cibler la raison d'être du collectif, ses visées et l'utilité de la coopération
7. Identification et mobilisation de ressources	Mettre en jeu de manière optimale les diverses ressources dont dispose le collectif
8. Evaluation et régulation de processus collectifs	Prendre du recul pour apprécier la manière dont la coopération se développe et l'améliorer selon besoin
9. Apprentissage expérientiel	Apprendre à partir d'une activité collective en développant et partageant des observations et réflexions
10. Partage de représentations	Connaître et considérer les points de vue de chaque membre du collectif sur un objet donné
11. Prise de décision collective	Travailler à une prise de décision qui mobilise et intègre l'ensemble des ressources et points de vue présents
12. Gestion de problème	Analyser une difficulté, un problème et y apporter des réponses dans une élaboration collective
13. Conduite de projet	Mener en commun une réalisation sous forme de projet collectif, du rêve à la concrétisation
14. Échange d'expériences, espace de dialogue	Partager des vécus et réflexions autour d'une question ou d'un thème, en étant ouvert à apprendre
15. Analyse de pratiques	Prendre du recul collectivement sur des pratiques exposées à tour de rôle par une personne
16. Gestion de tensions et conflits	Reconnaître et gérer les tensions et les conflits en mobilisant une approche constructive
17. Innovation, mobilisation de la créativité	Développer de nouvelles idées, de nouveaux produits et services, des solutions créatives face aux défis rencontrés
18. Accompagnement de changement	Développer une capacité collective à changer, faciliter la réalisation de transitions
19. Partage d'infos, feed-back, questionnement	Mettre en commun des informations, se donner du feed-back, explorer, mener une consultation, une enquête
20. Planification	Prévoir les étapes, les tâches, le calendrier, etc. pour une réalisation concrète

Une démarche correspond à un déroulement, une séquence organisée par rapport à une visée. Elle développe une logique propre mais peut se décliner en différentes variantes. Chaque démarche comprend plusieurs étapes et aide à organiser le travail collectif en fonction du but visé.

Méthodes (pour les détails, voir : www.cooperer.org/methodes)

1. Préparation et ordre du jour d'une séance	Favoriser la coopération durant une réunion de travail en préparant des conditions optimales
2. Echange tournant en duos	Permettre à chacun.e d'être rapidement mobilisé.e et impliqué.e par de brefs échanges deux à deux
3. Associations libres avec photos, images,...	Donner l'occasion à chacun.e de s'exprimer oralement en lien avec un support visuel choisi
4. Les chapeaux de la pensée	Travailler de concert en choisissant, en conscience, les formes de réflexion et d'expression mobilisées
5. Communication NonViolente	Développer des modalités de communication favorisant des relations respectueuses de soi et de l'autre
6. Travail en groupes parallèles	Mobiliser simultanément toutes les personnes en organisant le travail en plusieurs sous-groupes
7. Brainstorming ou remue-méninges	Produire un maximum d'idées nouvelles en un minimum de temps sans se censurer
8. Critères et matrice de décision	Utiliser une approche concertée pour prioriser des options et rendre plus efficaces les décisions complexes
9. Dessin collectif	Réaliser une production collective de manière créative, ludique et visuelle
10. Jeux coopératifs	Développer des formes motivantes et ludiques d'apprentissage et dynamiser des activités collectives
11. Négociation gagnant - gagnant	Développer un accord lors d'un différend ou d'un conflit en prenant en compte l'ensemble des besoins et intérêts
12. Décision collective validée par consentement	Prendre une décision sur la base d'une proposition qui est validée lorsqu'il n'y a plus d'objection raisonnable
13. Carte conceptuelle (mindmap)	Récolter, trier, catégoriser, organiser, mettre en valeur des idées
14. Jeu de rôle, mise en situation, théâtre-forum	Mettre en relief des situations vécues, passées, présentes ou à venir, en les incarnant
15. Expression et contractualisation des attentes	Mettre en commun les attentes, les croiser, identifier les points d'accord et de désaccord, se concerter
16. Tour de parole (infos, vécus, besoins, tensions)	Permettre l'expression de chacun.e, récolter du feed-back sur les vécus, identifier d'éventuels ajustements souhaités
17. Temps « méta »	Faire une pause, prendre du recul, réfléchir sur les vécus et les réflexions produites, méta communiquer
18. Brise-glace et échauffement	Faire connaissance, mettre en confiance, mobiliser les énergies
19. Construction de scénarios futurs	Prototyper des déroulements possibles, évaluer leurs avantages et inconvénients et leur probabilité de réalisation
20. Enquête appréciative	Identifier des réussites, compétences, forces présentes et construire des propositions concrètes pour la suite

Chaque méthode sert une visée définie, comprend différentes étapes et requiert une implication et des relations spécifiques. Une méthode n'est pas une panacée. Elle vient soutenir le travail collectif et peut s'inscrire dans diverses démarches. Différentes méthodes peuvent être utilisées dans une visée équivalente. Elles sont, comme les outils, innombrables.