

## Démarches (pour les détails, voir : [www.cooperer.org/demarches](http://www.cooperer.org/demarches))

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

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