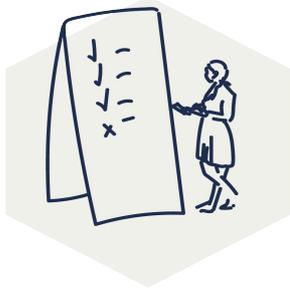




Le cadre des échanges (aussi appelé "règles de vie" ou "cadre de confort" ou "cadre de sécurité" ou encore "bulle de confort") est un ensemble de principes que le groupe se donne pour créer les conditions de confiance, de responsabilité et d'engagement nécessaires au bon fonctionnement du collectif pendant toute la durée de la rencontre (ou d'un projet). C'est un cadre simple, évolutif, idéalement co-construit avec l'ensemble des participants, dont chacun est responsable.



EXCELLENT POUR

- Clarifier les contours, la membrane entre l'intérieur et l'extérieur d'un groupe
- Clarifier les règles du jeu individuel et collectif
- Créer les conditions de confiance, de responsabilité et d'engagement nécessaires au bon fonctionnement du groupe
- Sécuriser les membres du groupe vis-à-vis de situations de blocages ou de malveillance.
- Recadrer des échanges ou des comportements à tout moment de l'atelier



5 à 10 minutes

ANIMATION PAS À PAS

Nous vous recommandons de poser le cadre des échanges en tout début d'atelier, après avoir donné l'intention de la rencontre et présenté l'agenda. Vous pouvez le faire avant ou après le temps d'inclusion, selon votre préférence et le profil des participants (parfois, poser le cadre avant le temps d'inclusion permet aux participants de se lancer avec confiance dans l'inclusion). Choisissez l'expression ("cadre des échanges", "bulle de confort", "cadre de sécurité", etc.) qui vous convient et qui correspond le mieux à la culture du collectif. Par expérience, certains collectifs sont "allergiques" au mot "cadre" ou au mot "sécurité" alors que pour d'autres, c'est essentiel.



2 à plus de 100 participants

Option 1 : En tant que facilitateur, vous pouvez proposer des principes puis demander aux participants s'ils leur conviennent et s'ils souhaitent en ajouter d'autres pour se sentir à l'aise. Lorsque vous proposez le cadre, expliquez son utilité : le cadre permet à chacun de se sentir écouté et en confiance dans le groupe afin que les échanges soient les plus constructifs et fertiles possibles.



1 feuille de paperboard pour écrire les règles de vie afin qu'elles restent visibles pour tous pendant toute la durée de la rencontre.

Option 2 : Si vous avez le temps et si le groupe va se retrouver sur plusieurs rencontres, vous pouvez aussi co-construire le cadre des échanges avec les participants en leur demandant : "quels principes aimeriez-vous adopter pour créer les conditions de confiance, de responsabilité et d'engagement nécessaires au bon fonctionnement de notre groupe pendant toute la durée de notre rencontre/projet/démarche ?". Organisez un tour de parole et prenez note des principes proposés par les participants sur une feuille de paperboard. Lorsque le tour de parole s'épuise, demandez aux participants si le cadre ainsi co-construit leur convient et invitez-les à en être co-responsables pendant toute la durée de la rencontre.

Exemple de principes à intégrer dans le cadre des échanges :

- *Equivalence de parole (la parole de chacun a la même valeur que celle des autres)*
- *Parler en son nom ("je pense que..."), ne pas accuser l'autre ("le tu tue")*
- *Écouter pour comprendre vs. écouter pour répondre (éviter de couper la parole)*
- *Respecter la confidentialité des partages*
- *Privilégier une parole courte (pour laisser à chacun l'opportunité de s'exprimer)*
- *Être co-responsable (du cadre, du respect des horaires, de la production du groupe, etc.)*
- *Eteindre les téléphones*
- *Fairplay : se donner mutuellement le droit de se tromper*
- *Être dans le plaisir (rires, légèreté)*
- ...