



Développer la cohésion d'équipe

Comprendre les dynamiques d'équipe,
traverser les conflits et faire grandir chacun



Pousser la porte d'un stade, enfiler un maillot, s'insérer dans une équipe, c'est s'ouvrir au monde et accepter de vivre avec l'autre. Mais cette démarche n'est pas simple. Elle demande de sortir de son fonctionnement propre, de faire confiance, de se mettre au service du groupe, parfois au détriment de soi-même.

Dans ce processus, les tensions sont inévitables. Elles font partie de toute construction collective, et c'est souvent là que tout se joue. Une équipe qui sait les traverser ensemble en ressort plus solide, plus soudée, plus capable de grandir.

La mission de l'éducateur est de créer ce cadre collectif épanouissant et sécurisant, dans lequel chacun trouve sa place, apporte ses compétences au groupe et où les conflits deviennent des leviers plutôt que des obstacles.

Cette formation donne aux éducateurs les outils pour comprendre les dynamiques de leur équipe, créer les conditions de la cohésion et réguler les conflits pour faire vivre à leurs jeunes une vraie histoire collective.

Informations pratiques

Durée	2j - 14 h	Format	Présentiel - intra ou inter
Public	Educateurs et entraîneurs sportifs, éducateurs spécialisés, managers		
Pré-requis	Aucun	Tarif intra	1000 € / jour + frais de mission

Ce que vous serez capable de faire

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de comprendre les dynamiques de son équipe, de créer les conditions de la cohésion et de réguler les conflits pour faire grandir chacun de ses membres au sein du collectif.

Fil Rouge : les compétences sociales

Les compétences sociales (communication, coopération, empathie, gestion des conflits, affirmation de soi) sont au cœur de toute dynamique d'équipe. Définies par le référentiel Santé Publique France, elles constituent le fil rouge de cette formation : chaque activité, chaque situation analysée y renvoie. En clôture, chaque participant réalise un bilan de ces compétences — pour lui-même et pour ses jeunes.

Objectifs pédagogiques

COMPÉTENCE 01 : Comprendre les dynamiques d'équipe

- 1.1 Identifier les étapes de construction et de cohésion d'une équipe à travers les modèles de Tuckman et Lencioni
- 1.2 Situer les situations vécues dans son équipe au sein de ces modèles
- 1.3 Identifier les leviers permettant de faire progresser son équipe d'une étape à l'autre sur les modèles de Tuckman et Lencioni
- 1.4 Analyser, à partir de situations concrètes, les dysfonctionnements les plus fréquents et leurs impacts sur la cohésion et la motivation



"Je comprends où en est mon équipe et ce qui favorise ou freine sa cohésion. Je peux maintenant agir sur les situations qui bloquent."

COMPÉTENCE 02 : Réguler les conflits au sein de son équipe

- 2.1 Analyser les impacts d'un conflit mal géré sur l'individu, la relation et l'équipe
- 2.2 Décrypter une situation conflictuelle - ce qui se joue chez soi et chez l'autre - pour mieux comprendre avant d'agir
- 2.3 S'approprier la méthode OSBD de la Communication Non Violente
- 2.4 Appliquer la CNV dans des mises en situation concrètes issues du terrain



"Je sais décrypter un conflit et j'ai les outils pour le réguler. Je peux créer les conditions pour que l'équipe grandisse ensemble."

COMPÉTENCE 03 : Nourrir les besoins pour faire grandir l'équipe

- 3.1 Évaluer le niveau de satisfaction des besoins fondamentaux des membres de l'équipe
- 3.2 Identifier des réponses concrètes pour nourrir les besoins de chaque membre au sein du collectif
- 3.3 Concevoir et animer un atelier qui mobilise les leviers identifiés pour développer les compétences sociales de son équipe
- 3.4 Réaliser un bilan des compétences sociales travaillées tout au long de la formation en s'appuyant sur le référentiel Santé Publique France



"Je repars avec une grille de lecture de mon équipe, des leviers concrets pour nourrir les besoins de chacun, des outils pour réguler les conflits, et une séquence pédagogique prête à être mise en œuvre."

Contenu de la formation

Jour 01 - Matin

Comprendre les dynamiques d'équipe

La matinée s'ouvre sur les modèles de Tuckman et Lencioni, utilisés comme des grilles de lecture concrètes. Les participants associent leurs propres situations vécues aux différentes étapes, et commencent à décrypter ce qui se joue dans leur équipe. En parallèle, des activités de cohésion font vivre ces dynamiques de l'intérieur et servent de matériau pour la suite de la formation.

Jour 02 - Matin

La communication non violente

On aborde ensuite l'outil OSBD, à travers des jeux d'association, des quiz et des exemples concrets, avant de le mettre en pratique dans des mises en situation issues du terrain. Puis, en travaillant de manière collaborative, les participants évaluent les besoins fondamentaux des jeunes de leur équipe et identifient ensemble les leviers que l'éducateur peut mobiliser pour les nourrir.

Jour 01 - Après-midi

Cohésion sportive et conflits

Une session sportive de cohésion permet de vivre les compétences sociales de l'intérieur, les participants les identifient et les évaluent à travers ce qu'ils viennent de vivre. On aborde ensuite les conflits : les situations difficiles apportées en début de journée sont décryptées pour comprendre ce que chacun vit dans ces moments : pensées, besoins, émotions, réactions.

Jour 02 - Après-midi

Développer les compétences

Chaque participant conçoit et anime un atelier en salle centré sur une compétence sociale de son choix. Un feedback collectif suit chaque animation. La formation se conclut par un bilan individuel des compétences sociales, pour soi-même et pour l'un de ses jeunes.

Méthodes pédagogiques

Cette formation place les participants au cœur de leur apprentissage, en partant toujours de situations réelles vécues dans leurs équipes. La théorie est ancrée dans la pratique.

- ➔ **Apprentissage par l'action** : chaque concept est vécu, nommé, puis analysé
- ➔ **Activités ludopédagogiques** : des jeux et exercices sportifs pour vivre les dynamiques de cohésion de l'intérieur
- ➔ **Modèles de référence** : Tuckman et Lencioni comme grilles de lecture applicables
- ➔ **Mises en situation** : jeux de rôle et exercices CNV sur des situations réelles, puis animation d'ateliers pédagogiques
- ➔ **Lien avec le terrain** : les situations apportées par les participants nourrissent les échanges tout au long de la formation

Évaluation des acquis

- ➔ Analyse des situations vécues dans son équipe à travers les modèles de Tuckman et Lencioni
- ➔ Application de l'outil OSBD dans des mises en situation concrètes
- ➔ Conception et animation d'un atelier de développement des compétences sociales
- ➔ Bilan individuel des compétences sociales, pour soi-même et pour l'un de ses jeunes
- ➔ Questionnaire de satisfaction en fin de formation

Nos formateurs

Nos formateurs LIBERO sont des praticiens du terrain, spécialistes de l'éducation par le sport et du développement des compétences psychosociales. Passionnés par les sciences des émotions et de la motivation, ils traduisent des concepts issus de la psychologie et des neurosciences en outils concrets, directement applicables sur le terrain. Ils interviennent régulièrement auprès de clubs sportifs, d'éducateurs et de structures socio-éducatives.

Contacts

Pour toute question sur la formation, contactez



Pascal Stefani

06 67 47 59 34

pascalstefani@liberoeducation.org
www.liberoeducation.org

Personnes en situation de handicap,
prenez contact avec notre référent handicap



Mohamed Berrag

06 50 45 89 06

mohamedberrag@liberoeducation.org