

# VIVRE LE CONFLIT COMME OPPORTUNITÉ DE TRANSFORMATIONS

Et si contrairement à toutes nos idées préconçues, le conflit était une chance ? Une occasion de mieux se connaître soi-même, de changer notre rapport à l'autre et aux autres pour aller vers un mieux vivre ensemble. Une occasion de faire évoluer des structures de l'intérieur, en prenant appui sur des valeurs et la satisfaction des besoins du collectif et des personnes qui le composent. Pour cela, il est nécessaire d'oser entrer en conflit, avec une représentation précise de la dynamique et du potentiel constructif de celui-ci.

Cette formation est une sensibilisation à l'Approche et Transformation Constructives du Conflit (ATCC®)

## COMPÉTENCES VISÉES

Identifier ses représentations sur ce qui est perçu comme conflit

Prendre du recul par rapport à un conflit et accueillir ses réactions émotionnelles

Transformer jugement sur soi ou sur l'autre en dérangement

Oser dire et doser le dire

Revenir à l'objet du conflit pour sortir du conflit d'identité

Sortir du sentiment d'impuissance et se prémunir du risque de toute puissance en adoptant un rôle de garant

Formuler une intention constructive pour soi dans la relation à l'autre

Transformer la situation en se positionnant en garant.e

## BÉNÉFICE ATTENDU

Vivre des relations apaisées,  
denses, source  
d'apprentissage tant dans la  
vie personnelle que  
professionnelle, amicale,  
associative, de voisinage...

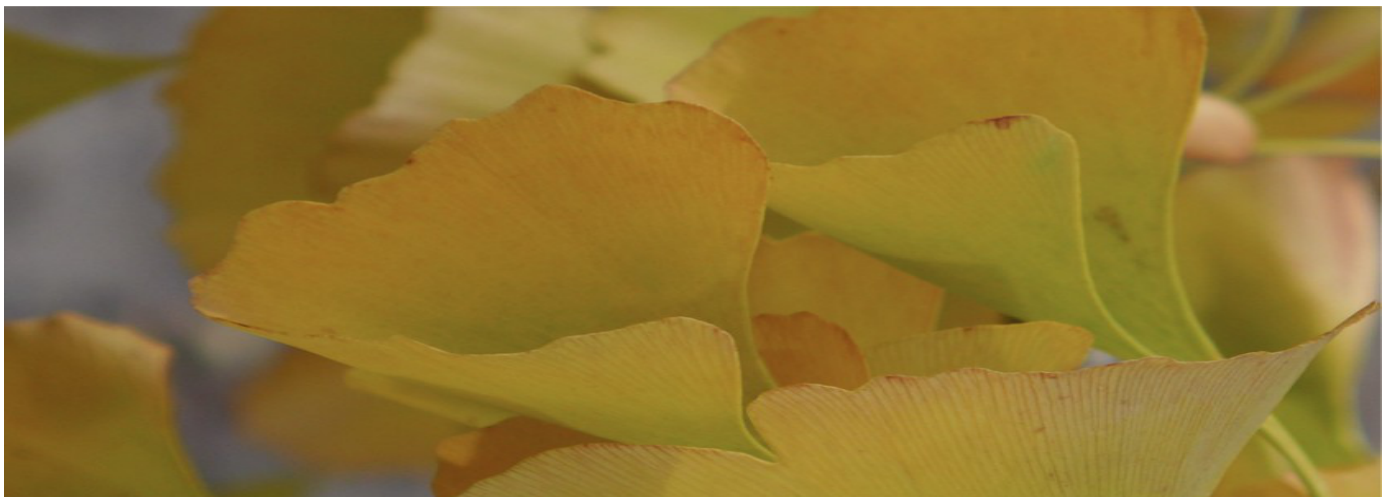
Quand une opportunité se  
présente, considérez- la  
comme unique, saisissez- la  
et agissez !

## MÉTHODE DE FORMATION

Démarche de formation interactive : dans un cadre posé sécurisant, la formation prend appui sur les pratiques et les besoins des participant.e.s.

Les participant.e.s sont actifs les  $\frac{3}{4}$  du temps. Les exercices sont des occasions d'expérimenter, jouer, oser, rire, et de construire de la confiance dans ses capacités à agir.

Un support participant.e comportant des repères conceptuels, notamment l'outil PISTES et l'hexagone des conflits, des références bibliographiques sera remis aux participant.e.s.



# PROGRAMME DE FORMATION

## JOUR 1:

- Accueil à partir de 8h45.  
Démarrage de formation : 9h
- Présentations
- Représentations, définitions
- Dépliage d'un conflit vécu personnellement
- Hexagone du conflit
- Mode de réaction, mécanisme de défense et outil de protection
- Frustrations et besoins fondamentaux

## JOUR 2 :

- Ancrage de la veille
- Communication assertive
- Conflit d'identité et conflit d'objet
- PISTES : un outil pour sortir de l'impuissance ou du risque de la toute puissance
- L'intention pour parvenir en Garant
- Bilan de formation
- Fin de formation : 17h



## INTERVENANT·ES

Les intervenant·es sont certifié·es en Approche et Transformation Constructives des Conflits à l'issue d'un parcours formatif de 280 heures réparties sur une année. Issu·es de formation initiale et de milieux professionnels variés, ils et elles sont régulièrement supervisé·es et annuellement accrédité·es.

**L'Approche et Transformation Constructives des Conflits - ATCC® - permet de mettre en place des dynamiques positives en transformant les conflits en opportunités d'apprendre, de s'ajuster, de se transformer.**

**L'ATCC® permet :**

- \* de s'entraîner à sortir des positions de victime ou d'agresseur et à nous repositionner intérieurement**
- \* de contribuer à diminuer la violence dans les relations et dans les systèmes humains**
- \* de renforcer sa capacité à agir de façon décisive et d'exercer pleinement ses responsabilités personnelles et professionnelles**
- \* de construire des compétences fortes pour animer des processus collaboratifs, agiles et émancipateurs**

## MODALITÉS

### TARIF

**200 € TTC**

L'aspect financier ne doit pas être un frein à l'inscription. Nous contacter si besoin.

Organisme de formation engagé dans une démarche d'accueil et d'accompagnement de chaque personne, merci de nous signaler tout besoin spécifique en terme d'aménagement.

### CONDITIONS

Deux journées de 7 heures de formation – 9h-12h30 et 13h30-17h  
Possibilité de manger sur place (repas sorti du sac).

### INTERVENANTES

#### **Bénédicte LE ROY**



Accompagnatrice de projet d'habitats participatifs depuis 2010, formée en ATCC® depuis 2022. Elle nourrit ses interventions de ses diverses expériences de dynamiques collectives, et de son parcours de développement personnel.

#### **Mélanie CARON**



accompagne, forme, intervient auprès des associations, collectivités, institutions, portée par plus de 18 ans d'expériences dans des réseaux associatifs. Inspirée par l'éducation populaire, le rapport à soi et à l'autre dans un collectif. Formée au cycle 1 en A.T.C.C.® depuis 2025.