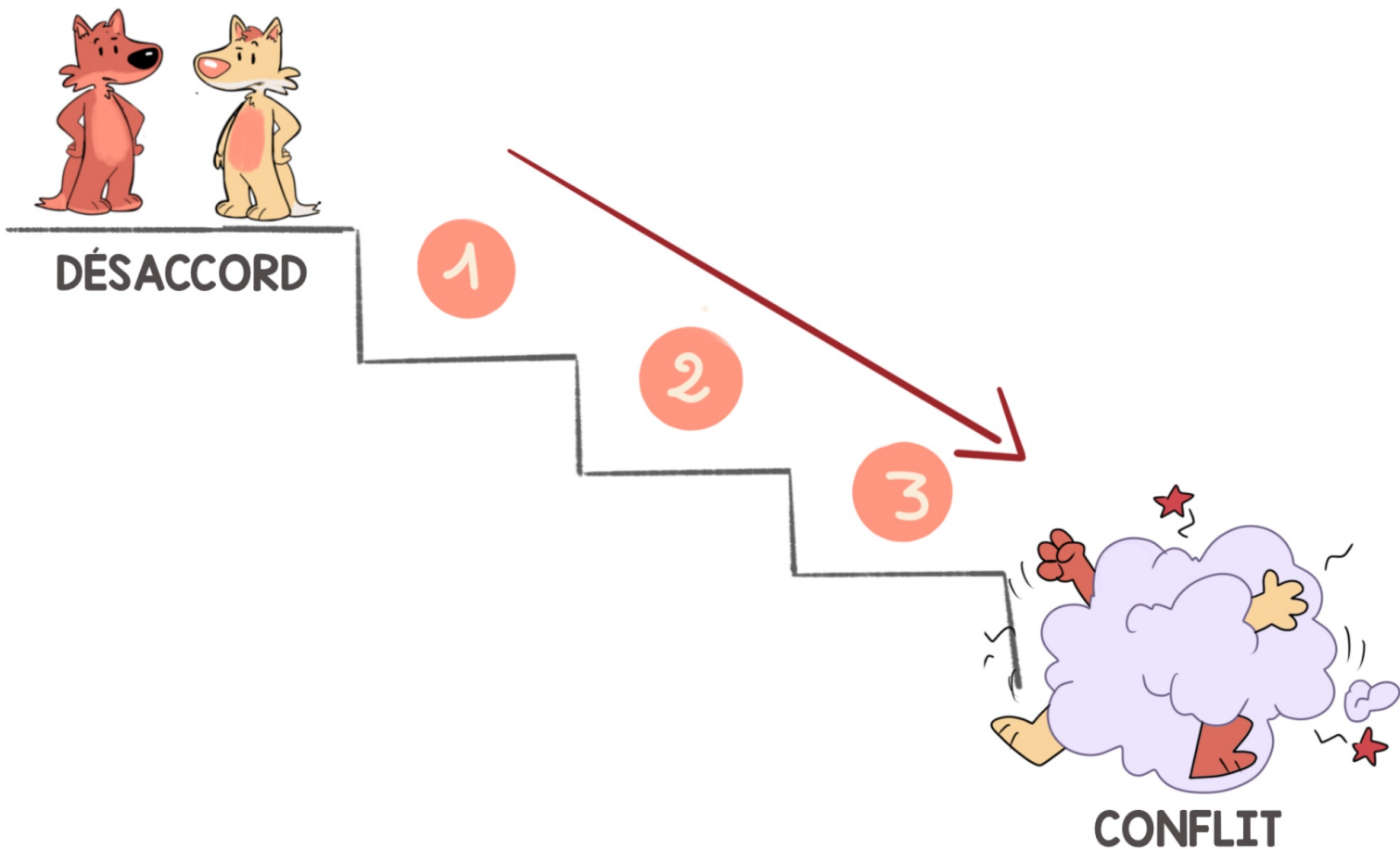


# COMMENT LES DESACCORDS DÉGÉNÈRENT EN CONFLITS ?



# Des étapes communes à tous les conflits !

Selon Pierre Pelissier, formateur et psychanalyste, le chemin vers le conflit suit depuis toujours les **3 mêmes étapes**.



# 1-L'Argumentation

Lors d'un désaccord, nous utilisons en premier l'ARGUMENTATION pour convaincre l'autre qu'il est dans l'erreur.

Il faudrait que tu ranges le garage. Il y a trop de fouillis, on ne peut plus circuler et j'aimerais accéder à l'étagère du fond.

ARGUMENTATION



C'est pas du fouilli, ce sont mes affaires. Je ferai du tri quand j'aurai le temps. Et l'étagère est accessible, n'exagère pas !

CONTRE-ARGUMENTATION



## 2-Les Menaces

L'argumentation n'ayant pas abouti, pour gagner en puissance de persuasion les protagonistes vont ensuite utiliser les MENACES.





# 3-Les Attaques Personnelles

Comme ni l'un ni l'autre ne souhaite se soumettre à la MENACE, on en vient à l'attaque personnelle pour dénigrer non plus les propos de l'autre, mais qui il est.



# Le conflit

Les conflits ne font que des **perdants**. Même si en apparence l'un l'emporte, tôt ou tard l'autre se vengera.

« Ce qui est obtenu par la force contient en soi la graine d'une future défaite. » P.Pelissier



# Choisir...

**Connaitre ces étapes permet de se voir agir** et ainsi augmente **notre capacité de choisir d'autres voies** qui favorisent la coopération.



Certains mécanismes d'oppression créent des jeux de pouvoir qui empêchent l'accès à nos ressources relationnelles et diminuent notre capacité de choisir des alternatives



# Faire autrement...

Voici quelques **ALTERNATIVES** pour transformer la dynamique d'un désaccord et éviter qu'il ne dégénère en conflit :

- **Etre au clair** avec son intention : est-ce que je veux avoir raison ou avoir un dialogue ?
- **Eviter** de contre-argumenter, contre-menacer, contre-insulter
- **Ecouter** ce qui anime chacun derrière ses mots
- **Reformuler** pour soutenir la connexion
- **Exprimer** ce qui nous anime avec assertivité
- **Inclure** l'autre et ses besoins dans la recherche de solution ou d'accord.
- **Demander** du soutien à un tiers quand nous sommes à notre limite





Envie d'expérimenter l'impact de ces différents styles d'écoute à travers un jeu rôle ludique et interactif ?

## Découvrez le jeu « JEU t'écoute »



uniquement sur  
**APPRENTIE—GIRAFE.COM**