

# Formation à la facilitation de La Fresque des étapes humaines du changement

## Programme et modalités pratiques

### NIVEAU 1 – Fresque Découverte

#### DURÉE DE LA FORMATION :

2 jours :  
1 jour en présentiel  
2 x 0,5 jour en distanciel  
+ travaux d'intersessions  
**Total d'heures d'apprentissage : 14h**

#### THEMATIQUES CLES :

Facteur humain  
Étapes du changement humain  
Accompagnement du changement et des transformations  
Jeu sérieux pour adultes

#### PLUBLIC VISE :

Acteurs et leaders de l'écologie, du climat et de la RSE, des entreprises à mission et toute thématique connexe  
Acteurs de l'innovation, de la transformation des organisations et de l'accompagnement du changement  
RH  
Organisations publiques et privées  
Dirigeants  
Consultants et leaders de la transformation  
Codir  
Managers  
Animateurs de réseaux  
Coachs, mentors et facilitateurs

#### MOYENS PÉDAGOGIQUES

En présentiel et en distanciel  
Jeu expérimenté sur la base d'un cas réel et concret  
Atelier expérientiel et collaboratif  
Mise en mouvement  
Apports théoriques  
Mentora sur la mise en œuvre du jeu chez ses clients  
Communauté des facilitateurs-trices

#### TOOL KIT

Jeu de cartes sous plusieurs formats (à imprimer soi-même)  
Déroulé pédagogique de la fresque  
Note détaillée de présentation du modèle transthéorique  
Livrables clients  
Supports de présentation et de vente de la fresque  
Nombreux supports et ressources  
Quizz sur les apprentissages

#### PRE\_REQUIS :

*Pour la formation à la Fresque Découverte*  
Avoir une bonne expérience de la facilitation d'ateliers en collectifs.

#### NOMBRE DE PERSONNES PAR FORMATION :

4 à 10 personnes.

Ce programme concerne une formation à la facilitation de la fresque sous son format Découverte.

#### Objectifs globaux de la formation

- Apprendre à animer et faciliter la Fresque, jeu apprenant et transformant pour adultes en situation de changement et de transformation dans leur contexte professionnel ou personnel.
- Apprendre le fonctionnement par étapes du changement chez un individu ou au sein d'une équipe ou d'une organisation, autour d'un modèle scientifiquement validé : le modèle universitaire Transthéorique des Dr. En psychologie Prochaska et DiClemente.
- Apprendre un outil qui transforme chez nos clients leur représentation du changement et les aides à prendre des décisions et mettre en œuvre des actions de transformation qui tiennent compte de la réalité humaine du changement.
- Développer ses compétences en accompagnement du changement individuel, collectif et organisationnel.
- Développer ses compétences dans l'utilisation d'outils issus des sciences humaines, sociales et cognitives.
- Disposer d'un outil ludique et scientifique qui favorise la résolution des situations de blocage.
- Développer sa posture de facilitateur-trice et d'accompagnateur-trice du changement.

#### Objectifs pédagogiques de la formation

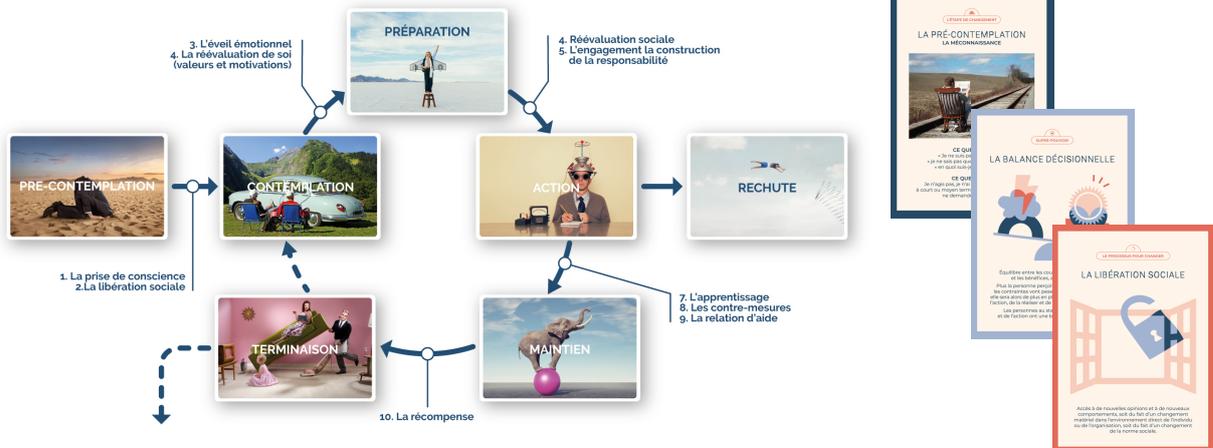
##### Les participant-es ayant suivi le parcours sont capables de :

- Animer et faciliter la fresque.
- Connaître, décrire/expliciter le fonctionnement du modèle transthéorique qui sert de base à la fresque.
- Décrire/expliciter les 6 étapes + 1 du modèle, les 10 processus et les 2 facteurs.
- Identifier à chaque étape les processus de changement et les facteurs adaptés.
- Évaluer concrètement ce qui permet à une personne de passer à l'action ou pas.
- Prendre de la hauteur sur les situations de blocage.
- Prendre appui sur des connaissances du changement issues des sciences humaines, sociales et cognitives.
- Accompagner l'élaboration de quelques actions à l'issue de la fresque.

#### CONTACT :

Séverine Millet  
[contact@nature-humaine.fr](mailto:contact@nature-humaine.fr)  
06 82 07 51 47

## Présentation de la fresque



## Déroulé de la Fresque Niveau 1

- Les participants choisissent une ou plusieurs actions, projets de changement ou situations en lien avec une problématique (écologique, climatique, sociétale, RSE ou autre), qu'ils ont mis ou souhaitent mettre en œuvre (selon le contexte : dans leur organisation, dans leur vie professionnelle ou privée).
- A travers ces cas pratiques, ils identifient les étapes clés du processus du changement qu'ils ont eux-mêmes vécues/vivent et/ou que l'équipe ou l'organisation a traversé ou traverse.
- Puis ce travail est structuré autour du modèle de changement Transthéorique, en 6 étapes, 10 processus et 2 facteurs.
- A chaque étape, les participants vont analyser les processus d'accompagnement indispensables pour permettre de passer d'une étape à l'autre et de se diriger avec robustesse vers un changement effectif et pérenne.
- Pourront alors être déterminées avec précision la nature des informations et des actions indispensables pour avancer d'étape en étape.
- A la fin de la fresque, quelques actions sont déterminées.

## Formation à la Fresque Niveau 1 – programme et modalités pratiques

### 1 - PRE-REQUIS pour se former

Avoir une bonne expérience de la facilitation d'ateliers en collectif.

Il vous sera demandé de renseigner lors de votre pré-inscription votre expérience en la matière, éventuels diplômes en facilitation ou autre.

### 2 – MODALITÉS pratiques de la formation

#### Composition de la formation : 3 modules et travaux intersessions

- Un premier module de 1 journée en présentiel
- Un 2d module de 0,5 jour en distanciel
- Un 3e module de 0,5 jour en distanciel
- Des travaux intersessions en autonomie sont demandés (voir détail ci-après)

#### Durée de la formation :

- Durée de la formation à la facilitation de la Fresque Découverte : 14h (hors taches intersessions)
- La formation s'étale sur une durée de 1,5 à 2 mois maximum, avec en moyenne 3 semaines entre chacun des 3 modules.

#### Horaires de la formation :

1 journée en présentiel : 9h à 12h30 - 14h à 17h30

2 demi-journées en distanciel : soit de 9h à 12h30, soit de 14h à 17h30.

### Lieu de la formation :

Le lieu dépend des dates de la formation.  
Se reporter aux dates de formation indiquées sur le site.  
Les formations ont lieu à Paris et Lyon de façon récurrente.  
Et ponctuellement sur demande dans d'autres villes.

## **3 - PROGRAMME des 2 jours de formation**

### **J1 – Expérimenter et prendre en main la fresque**

1 journée en présentiel et en continu sur :  
1 – Expérimenter collectivement la fresque : 0,5 jour (matinée)  
2 – Prendre en main le modèle transthéorique : son histoire, sa logique, son fonctionnement, son adaptation à la question de la transformation des organisations et des individus face aux enjeux sociétaux  
3 – Entrer plus en détail dans la description des étapes, des processus et facteurs  
4 – Intégrer la dynamique entre les 3 niveaux de cartes du jeu

### **Travaux d'intersession n°1 (travail en autonomie)**

Compter 0,5 à 1 jour de travail en autonomie.  
Prendre en main le déroulé de facilitation de la fresque.  
Approfondir sa compréhension des étapes et processus (note descriptive sur le modèle transthéorique)  
Répondre au quizz sur les connaissances sur le modèle TTM en mode aveugle (sans regarder les réponses)  
Vous aurez 2 à 3 semaines pour faire ce travail en autonomie.  
Ce travail pourra être approfondie après la première visio-conférence.

### **J2- Faciliter la fresque**

#### **J2.a – Prendre en main le déroulé de facilitation de la fresque**

3h30 en visio-conférence  
Atelier d'accompagnement sur la prise en main du déroulé de facilitation de la fresque.  
En collectif avec le groupe de formés  
3 semaines après la J1  
Questions et réponses autour de la mise en œuvre du déroulé

#### **Travaux d'intersession n°2 (travail en autonomie)**

Dans l'intersession de la 1ere et de la 2de visio.  
Animer en solo ou en binôme et en présentiel la fresque 0,5 jour  
Après d'un collectif d'un minimum de 6 personnes  
Dans les 2 à 3 semaines suivant la J2.a.  
L'animation + la préparation de l'animation équivaut à 1 à 1,5 jour de travail en autonomie.

#### **J2.b – Superviser sa facilitation de la fresque**

3h30 en visio-conférence  
Retour sur cette expérience de facilitation  
Apport de la formatrice sur les écueils et difficultés rencontrées ou possibles  
Échanges et partages des questionnements pour faciliter et vendre la fresque  
En collectif avec le groupe de formés  
3 semaines après la J2.a

### **Accès à la communauté des facilitateurs**

- Après avoir terminé la formation, le-la formé-e a accès à la communauté des facilitateurs, via un whatsapp. Cette communauté doit permettre dans un premier temps des échanges de soutien entre facilitateurs. Par la suite elle permet d'informer la communauté, de se soutenir et de partager les besoins et les opportunités commerciales.
- 3 à 4 rendez-vous par ans en visio-conférence sont proposés gratuitement aux membres de la communauté. Ils permettront des échanges et des apports complémentaires.
- Enfin le-la formé-e aura accès à la mise à jour des documents et aux ressources complémentaires régulièrement mis dans le drive.

### **Accès à un drive**

Les documents supports de la fresque Niveau 1 sont mis en ligne sur un drive, sur lequel ils pourront être mis à jour régulièrement – on y trouvera :

- Le set du jeu de cartes en plusieurs formats
- Le déroulé pédagogique
- La note de présentation de modèle scientifique servant de base à la fresque
- Des ressources
- Livrables clients
- Quizz sur les apprentissages
- Du matériel de promotion commerciale, etc.

#### 4 - Planning détaillé de la formation

Pour connaître les dates et lieu de la session de formation que vous avez choisie, se rendre sur le programme de chaque session programmée.

Ici : <https://nature-humaine.fr/formation/formation-a-la-fresque>

	Contenu	Modalité	Date	Lieux
J1	Expérimenter et prendre en main la fresque et le modèle TTM	En présentiel et en collectif	Déterminée pour chaque formation.	A Lyon ou Paris (récurrent) – ou d'autres villes (ponctuel)
Intermède n°1	Prendre en main le déroulé de la fresque et les cartes du jeu  Répondre au quizz sur les connaissances sur le modèle	En autonomie Prévoir entre 0,5 et 1 jour de travail pour prendre en main le déroulé et le modèle transthéorique.	Dans l'intervalle entre J1 et J2.a  Cet intervalle a une durée de 15 jours.	
J2.a	Prendre en main le déroulé de la fresque et les cartes du jeu – supervision	En visio-conférence et en collectif	15 jours après le présentiel Date déterminée pour chaque formation	En distanciel, via Zoom
Intermède n°2	Expérimenter en présentiel la facilitation de la fresque auprès d'un groupe	En autonomie Prévoir 1 jour de travail minimum : 0,5 jour pour préparer l'animation 0,5 jour pour animer la fresque	Dans l'intervalle entre J2.a et J2.b  Cet intervalle à une durée de 2 à 3 semaines	
J2.b	Supervision de l'expérimentation	En visio-conférence et en collectif	15 jours à 3 semaines après la La première visio. Date déterminée pour chaque formation	En distanciel, via Zoom
Ensuite...	Accès à la communauté des facilitateurs			

#### 5 - Coût de la formation à la Fresque Niveau 1 Découverte

**Tarif formation intra** : sur devis.

**Tarifs formation en individuel :**

Les prix sont nets de taxes.

Indépendant : 1400 €

Salariés entreprises – de 10 salariés : 1400 €

Salarié entreprise de 10 à 100 salariés : 1600 €

Salarié entreprise + 100 salariés : 1900 €

Collectivités publiques : 1600 €

**Prise en charge :**

Votre organisme de formation déclaré en Préfecture est certifié Qualiopi pour ses actions de formation.

Vous pouvez demander une prise en charge à votre organisme de prise en charge (OPCO), en présentant ce programme et le devis que vous aurait reçu sur demande à [contact@nature-humaine.fr](mailto:contact@nature-humaine.fr).

#### Les droits du-de la formé-e

A l'issu de la formation, le ou la formé-e aura le droit de faciliter la fresque auprès de ses clients et publics, dans les conditions financières et organisationnelles prévues par la licence d'utilisation de la fresque.

Accès à la licence : <https://nature-humaine.fr/licencedutilisation/>

## Les conditions et engagements pour se former et faciliter la fresque

---

La formation et la possibilité d'animer la fresque des étapes humaines du changement sont la propriété de Séverine Millet, qui exploite lucrativement la formation à la fresque via le cabinet de conseil Nature Humaine. En parallèle, l'association à but non lucratif du même nom, dont la vocation est la recherche scientifique, récupère une partie des droits versés dans un but de recherche scientifique sur la fresque.

De ce fait, il est demandé, à l'issue de la formation, à toute personne formée, de respecter les engagements suivants :

- L'adhésion annuelle à l'association Nature Humaine de 150 euros par an et par facilitateur-trice.
  - L'adhésion est remboursée immédiatement par les premières redevances issues de la vente de fresques. Cette adhésion a pour objectif de permettre l'accès aux documents et ressources et sur les accompagnements proposés 3 à 4 fois par an, même lorsque le facilitateur-trice ne vend pas de fresque. Cette adhésion permet un accès égalitaire à ces ressources aux membres de la communauté qui vendent des fresques et ceux qui n'en vendent pas.
- La signature de la licence d'utilisation de la fresque qui régit les règles financières concernant la vente des fresques. La licence est envoyée au moment de la finalisation de l'inscription.

## Pour s'inscrire à la formation

Inscription à la formation via ce lien : [ICI](#)

## CV de la conceptrice et formatrice de la Fresque - Séverine Mille

---



Ancienne avocate auprès des juridictions pénales internationales de l'ONU (droit humanitaire et droits de l'humain), puis consultante RSE à partir de 2004, Séverine Millet développe depuis 2006, à travers Nature Humaine, une expertise et des outils sur la dynamique humaine psycho-sociale, cognitive et culturelle du changement des comportements face aux enjeux environnementaux et sociétaux dans les organisations et sur les territoires. Elle a formé des milliers d'acteurs de l'écologie, du climat et de la RSE, pour leur permettre de comprendre et prendre en compte les freins au changement, la motivation et les étapes de changement que les individus traversent pour changer durablement.

Elle s'intéresse à la nature même des résistances liées au changement et aux difficultés liées à l'engagement. Elle constate que les résistances sont des clés de changement et des indicateurs indispensables dans la résolution des problématiques.

Elle construit des outils et des jeux, dont la fresque des étapes humaines du changement, afin de faciliter la prise en main et l'utilisation opérationnelle par ces acteurs des connaissances en sciences comportementales.

Elle accompagne aussi des dirigeants en individuel à développer leurs ressources intérieures et leur résilience émotionnelle, afin de construire un sentiment de pleine capacité à porter les démarches RSE, malgré l'ampleur des enjeux, la hauteur de la tâche et l'éco-anxiété.