



Plongez au coeur des disputes  
et apprenez à en sortir !



# GUIDE PÉDAGOGIQUE



# BIENVENUE A TOI !

Merci infiniment d'avoir soutenu notre projet lors de la campagne de financement participatif ! Grâce à toi, le jeu voit le jour, et nous sommes vraiment ravis que tu en aies un exemplaire entre les mains. 🎉

Nous te souhaitons plein de moments enrichissants, ludiques, apprenants et surtout... pleins de grabuge ! 😊

## QU'Y A-T-IL DANS CE GUIDE ?

Nous avons conçu ce guide pour **t'accompagner dans l'exploitation de Grabuge** en tant qu'**outil pédagogique**. Plus qu'une simple ressource, il s'agit d'une **boîte à outils** remplie de **bonnes pratiques** et **d'astuces** qui t'aideront à utiliser Grabuge au mieux dans tes interventions.

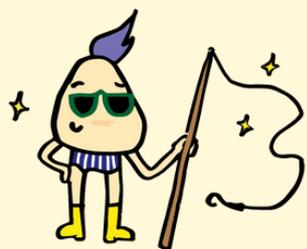
Les partages ici sont issus de **multiples expériences** avec Grabuge, **testées dans divers contextes** et avec **différents types de participants**, pour que chaque session soit aussi enrichissante que possible.

D'ailleurs, tu peux aussi **participer à l'évolution de ce guide** ! Partage-nous tes retours, tes astuces ou tes moments marquants, et nous pourrons les intégrer dans notre **"Foire aux Bonnes Ludipratiques"**.

Et bien sûr, **ce guide est une proposition** : libre à toi de t'en inspirer, de l'adapter à ta manière, ou même de le laisser de côté. Après tout, ce Grabuge est le tien ! 😊

## A QUI EST DESTINÉ CE GUIDE ?

- A toutes les **personnes** qui souhaitent utiliser le jeu Grabuge dans leurs **accompagnements, formations et animations** : Formateur, coach, manager, collaborateur, ...
- **Même en famille**, c'est possible de l'utiliser ! *Précaution d'usage* : nous te conseillons toutefois d'être à l'aise avec le jeu et ses concepts pour que le Grabuge en famille puisse être bénéfique.



## SOMMAIRE

### BIENVENUE A TOI !

- Qu'y a-t-il dans ce guide ?
- A qui est destiné ce guide ?

### PRÉSENTATION DU JEU

- Grabuge, c'est quoi ?
- But du jeu
- Objectifs pédagogiques du jeu
- Contenu du jeu
- Déroulement du jeu
- A qui est destiné Grabuge ?
- Dans quelle(s) situation(s) est-ce bénéfique d'utiliser Grabuge ?

### LES GRANDES ÉTAPES D'ANIMATION

### FOIRE AUX BONNES LUDI-PRATIQUES

### CONDITIONS D'UTILISATION ET DE COMMERCIALISATION

### NOTRE ÉQUIPE

### NOTRE OFFRE

### NOTRE COMMUNAUTÉ

### NOS RENDEZ-VOUS

Nous te souhaitons une excellente exploration de Grabuge, de ce guide et de toutes les aventures ludiques qui t'attendent !

À bientôt,  
L'équipe du Labo du Je 🎲



# PRÉSENTATION

## GRABUGE, C'EST QUOI ?

Grabuge est un jeu sérieux qui se joue de **2 à 6 joueurs**, prévu pour **1h15**, **débriefing inclus**.

### Ce qui le rend unique ?

- Il est **auto-porté**, ce qui signifie que tu apprends les règles tout en jouant.
- Fun ET sérieux, il offre une expérience à la fois ludique et formatrice.

L'**objectif de Grabuge** est de t'aider à comprendre **pourquoi et comment les disputes se déclenchent**.

Il permet de **vivre** et **comprendre** la théorie des **Jeux Psychologiques** de l'**Analyse Transactionnelle** et le **triangle de Karpman**.

En plus d'être un outil pédagogique, Grabuge reste un jeu amusant. Il combine une **mécanique de pli** avec de **l'improvisation**, offrant des **parties courtes et dynamiques**. Et pour couronner le tout, le **débrief intégré** aide les joueurs à prendre du recul et à réfléchir sur les situations vécues.

## BUT DU JEU

Le but de Grabuge ? **Vous disputer... et voir qui réussira à avoir le dernier mot !** 😊 Après avoir choisi le motif de la dispute, chaque joueur pose une carte "**Réplique**" en suivant les règles de pose. À chaque tour, tu pourras sortir ta meilleure réplique, et peut-être finir par avoir le dernier mot dans l'échange !

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DU JEU

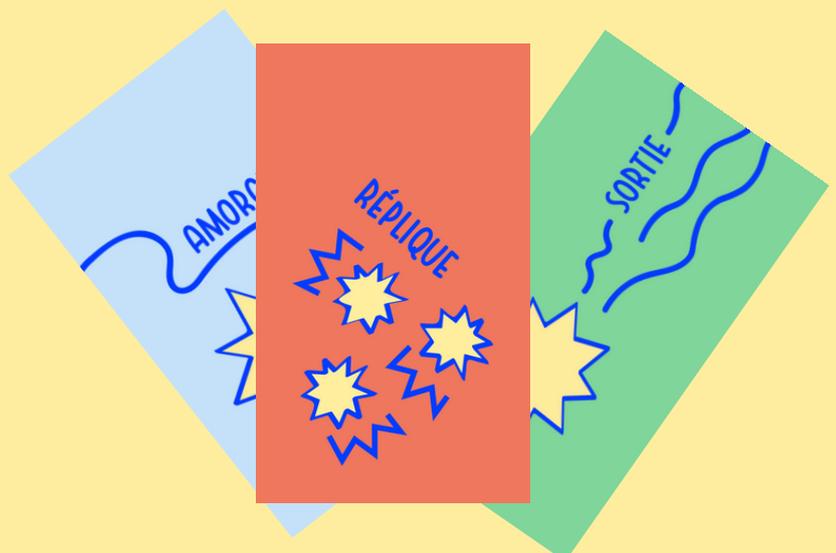
Avec Grabuge, tu pourras :

- **Comprendre pourquoi tu te disputes** : Analyse les dynamiques de conflit et découvre ce qui se cache derrière.
- **Dédramatiser les disputes** : Apprends à gérer les conflits et à trouver des solutions pour en sortir.
- **Découvrir les clés du triangle dramatique** : Familiarise-toi avec ce concept pour mieux comprendre les interactions humaines.

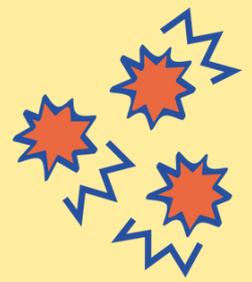
## CONTENU DU JEU

Ce jeu comprend 67 cartes :

- 13 cartes règles et théorie
- 11 cartes *Amorce*
- 27 cartes *Réplique*
- 2 cartes *Débrief*
- 13 cartes *Sortie*
- 1 carte *Clôture*



# DU JEU



## DÉROULEMENT DU JEU

Les manches s'enchaînent rapidement et les joueurs s'amusent à se disputer, les mécanismes et les répliques sortent vite.

Une fois la partie finie, le débriefing, inclus dans le jeu, permet aux joueurs de mettre des mots sur ce qu'ils ont vécu et de prendre de la hauteur sur ce qu'ils font au quotidien.

On peut jouer une seconde partie en y incluant les cartes "Sorties" qui permettent d'adapter son comportement en fonction de l'autre, de faire un pas de côté par rapport au triangle de Karpman et peut-être réussir à sortir du jeu psychologique.

## A QUI EST DESTINÉ GRABUGE ?

Tu peux utiliser Grabuge sur des accompagnements individuels et/ou collectifs, formations, cours en école, coachings collectifs et/ou individuels, facilitation, etc.

Tu peux l'inclure dans un parcours de formation déjà existant ou bien y jouer en capsule de 1h30-2h.

## DANS QUELLE(S) SITUATION(S) EST-CE BÉNÉFIQUE D'UTILISER GRABUGE ?

La théorie du triangle dramatique de Karpman abordé dans *Grabuge* peut entrer dans un parcours pédagogique traitant des sujets suivants :

- Gestion de conflit
- Assertivité
- Communication interpersonnelle
- Connaissance de soi
- Management
- Travail d'équipe
- ...

En fonction des besoins de ta cible et des objectifs visés, à toi de décider dans laquelle (ou lesquelles) des situations, Grabuge sera le plus bénéfique.

## UTILISATION DU GUIDE "POUR ALLER PLUS LOIN"

Avec le financement participatif, nous avons validé le pallier proposant un guide à destination des joueurs pour aller plus loin sur les sujets traités par le jeu. Sur l'une des dernières cartes du jeu, il y a ce QR code qui amène sur le guide.



# LES GRANDES ÉTAPES D'ANIMATION

Dans cette partie, nous retraçons les grandes étapes de Grabuge, avec quelques bonnes pratiques déjà testées en situation réelle.

## 1. CADRE

Comme dans tout accompagnement, nous t'invitons à **poser un cadre** afin que le groupe se sente à l'aise et en sécurité.

Exemples bonnes pratiques :

- Si tu utilises Grabuge comme **une capsule unique**, à toi de préparer en amont le cadre et de le proposer au groupe et/ou de le co-construire avec le groupe si tu as l'espace.
- Si tu utilises Grabuge à **l'intérieur d'une formation et/ou d'une séquence pédagogique**, tu peux rappeler le cadre posé en début de séquence (par exemple)

## 2. THÉORIE DES JEUX PSYCHOLOGIQUES D'ERIC BERNE (OPTIONNEL)

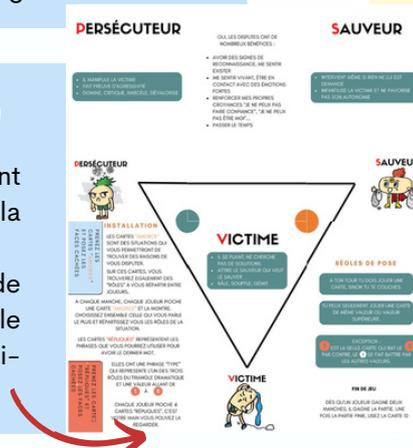
Si tu es à l'aise avec les **concepts de l'Analyse Transactionnelle**, nous t'invitons à **inclure Grabuge après avoir abordé la théorie** des jeux psychologiques.

## 3. SENSIBILISATION DU JEU

Afin de susciter l'intérêt et de donner envie de jouer, vous pouvez planter le décor du sujet des disputes, surjouer le fait de se disputer, de bagarrer...

## 4. LANCEMENT DU JEU

- Les 6 joueurs max se mettent autour d'une table pour lire la première carte.
- Le jeu leur demande de placer les cartes sur la table afin de réaliser le plateau ci-contre :



## 5. RÉPARTIR LES JOUEURS

- Par groupe de 2 ou 3 joueurs.
- Chaque joueur pioche 4 cartes "réplique" et chaque groupe pioche une carte "amorce".

## 6. PARTIES DE GRABUGE

- Les joueurs jouent une manche.
- Une fois terminée, chacun peut choisir un ou plusieurs autres adversaires pour rejouer une manche. A nouveau, piocher 4 nouvelles cartes "répliques" par joueur, 1 carte "amorce" pour le groupe. C'est parti pour lancer la nouvelle manche ! Continuez cette étape jusqu'au moment où l'un des joueurs gagne deux manches.

## BONNES LUDIPRATIQUES

Pendant que les participants jouent, vous pouvez observer et noter :

- **les rires, les "paf dans tes dents", les "tu vas voir !"** : pour souligner après le plaisir coupable de se disputer, la sensation de se sentir vivant qui font partie des "bénéfices" des disputes.
- **la facilité dont les participants trouvent la suite des répliques**, qui montre une certaine expérience en la matière.
- **les sujets d'amorces qui font plus facilement consensus**, afin d'appuyer sur le fait que le sujet n'est qu'un prétexte à se disputer.
- **les joueurs qui réalisent à quel point ils tombent souvent dans les jeux psychologiques** afin de les accompagner à mettre des mots sur cela en phase de débrief.

## 7. PREMIER DEBRIEF

- Rassemblez les **joueurs** et faites les **piocher** la **carte débrief**.
- Laissez leur le temps de **se poser les questions** et **d'échanger** sur leurs réponses.
- Une fois que cela est fait, nous te conseillons d'**encadrer un autre débrief** dans lequel tu reformules ce que les joueurs mettent en mots.

## 8. CARTES THÉORIQUE "TRIANGLE COMPASSION"

Les joueurs révéleront les cartes introduisant la suite de la théorie de Stephen Karpman. **Cet apport permettra aux joueurs d'avoir des outils pour sortir des disputes.**

## 9. RÉPARTIR LES ÉQUIPES ET TABLES DE JEU

- Par groupe de 2 ou 3 joueurs.
- Chaque joueur pioche 4 cartes "réplique", une carte "sortie" et chaque groupe une carte "amorçe"



## 10. PARTIES DE GRABUGES AVEC LES CARTES SORTIES

Même fonctionnement que l'étape 6 vous pouvez aussi observer :

- un joueur met *une carte sortie* et le jeu continue. Ce n'est pas parce qu'il a décidé de sortir de la dispute que l'autre le veut aussi.
- un joueur met une carte réplique alors qu'il a joué *une carte sortie* au tour d'avant. Parfois, dans une dispute, si je tente d'en sortir et que l'autre m'y replonge, alors j'y vais encore plus fort.
- un groupe qui ne joue pas de *carte sortie* pour montrer le fait que parfois, seule la dispute est importante.

## 11. SECOND DEBRIEF

- Comme à l'étape 7, rassemblez les joueurs pour lire et échanger autour de la **carte débrief 2**.
- Vous pouvez ensuite **accompagner les joueurs dans leurs cheminements et prises de conscience**.
- Nous vous invitons aussi à mettre de la douceur et de l'humilité. **Sortir des jeux psychologiques est un long et complexe chemin.**

## 12. CONCLUSION ET CLÔTURE

Vous pouvez inviter les joueurs à **scanner le QR code "pour aller plus loin"** qui leur donne accès à un résumé de la théorie et d'autres ressources.

# Foire aux Bonnes Ludi-Pratiques

**J'AI UN GROUPE  
DE PLUS DE 6 PARTICIPANTS  
ET  
JE N'AI QU'UN JEU  
DE GRABUGE**

Dans ce cas, vous pouvez diviser le groupe en deux et laisser la moitié jouer à Grabuge en autonomie, pendant que vous lancez une autre activité pédagogique (sur ce sujet ou un autre) pour l'autre moitié. Ensuite, inversez les groupes. Pour aller encore plus loin, vous pouvez réunir l'ensemble du groupe afin de proposer un retour d'expériences sur les deux activités.

**DES ÉMOTIONS  
SURVIENNENT LORS D'UNE  
PARTIE, COMMENT  
ACCOMPAGNER ?**

C'est là l'un des bénéfices du jeu, qui agit comme vecteur d'émotions et d'ancrage mémoriel. Si cela se produit, vous pouvez mettre le jeu en pause et accompagner ce qui émerge, en fonction de vos compétences et du cadre de la mission. Travailler sur l'émotion ressentie ici et maintenant est un excellent moyen de favoriser la prise de conscience.

**PUIS-JE UTILISER GRABUGE  
EN COACHING  
INDIVIDUEL ?**

Oui, Grabuge peut être utilisé en séance individuelle. Dans ce cas, tu peux jouer avec la personne que tu accompagnes. Nous t'invitons à être toi-même, sans "surjouer" dans le jeu.

**PUIS-JE UTILISER GRABUGE  
DANS UN ENVIRONNEMENT  
OU UNE ÉQUIPE  
CONFLICTUELLE ?**

En fonction de vos compétences et du cadre de la mission, nous vous invitons à utiliser ce support (il a été conçu pour ce type de situations). Le fait de "jouer" à se disputer permet de prendre du recul par rapport aux conflits et de les aborder avec davantage de légèreté. Grâce aux apports théoriques inclus dans le jeu, vous pourrez ainsi mettre en lumière les triangles dramatiques du "ici et maintenant".

**J'AI MES PROPRES  
SUPPORTS DE FORMATION,  
PUIS-JE UTILISER  
QUAND MÊME GRABUGE ?**

Ce jeu est désormais le vôtre ; vous en faites ce que vous souhaitez. Vous pouvez, par exemple, retirer les cartes théoriques et les cartes de débrief pour ne conserver que les cartes *Amorce*, *Réplique* et *Sortie*. Dans ce cas, vous utilisez uniquement le jeu et ses mécaniques.

**UN.E PARTICIPANT.E  
NE VEUT PAS JOUER,  
QUE FAIRE ?**

Nous sommes partisans de la libre participation aux activités ludiques. Peut-être que le sujet dérange, que l'exercice n'est pas simple, que le cadre n'est pas assez sécurisé, qu'il y a des freins ou appréhensions, etc. Une personne n'a pas besoin de jouer pour cerner les sujets d'apprentissages. A toi de voir si tu souhaites exploiter les raisons ou non pour permettre au participant d'être entendu et/ou pourquoi pas de lui confier un autre rôle (ex : observateur ? prise de notes ? ...) pour qu'il puisse être dans l'expérience quand même.

**JE NE SUIS PAS FORMÉ.E À  
L'ANALYSE  
TRANSACTIONNELLE,  
PUIS-JE UTILISER GRABUGE ?**

Grabuge dévulgarise la notion du triangle dramatique de Karpman. Il peut être utilisé pour découvrir cette notion, les différents rôles et les moyens d'en sortir. Cependant cet outil rentre dans le cadre de la théorie des jeux psychologique d'Eric Berne qui est un contenu complexe et sensible. Nous vous recommandons donc d'être au moins sensibilisé à cette théorie.

**J'AI DES DIFFICULTÉS  
À ANIMER LE JEU**

La posture de Ludopédagogue ou de Coach par le jeu est complexe et demande de la pratique et de l'expérience. Nous proposons des formations afin de monter en compétences sur ces sujets, si cela vous intéresse allez voir le catalogue dans l'onglet "formations" de notre site.

**A QUOI SERVENT LES NUMÉROS  
EN HAUT À GAUCHE  
DU DOS DES CARTES ?**

Ils servent à ranger les cartes dans le bon ordre pour la prochaine partie. Classez les dans l'ordre croissant.

# Conditions d'utilisation et de commercialisation

## 1. Propriété intellectuelle

Le Jeu, incluant ses illustrations, règles, contenus et tout autre élément associé, est protégé par les lois sur la propriété intellectuelle. Le Labo du Je détient l'ensemble des droits relatifs au Jeu. Toute reproduction, modification ou distribution du Jeu, en tout ou en partie, sans autorisation écrite préalable du Labo du Je, est strictement interdite.

## 2. Utilisation du Jeu

Le Jeu est conçu pour servir d'outil de facilitation et d'animation, destiné aux formateurs et coachs professionnels. L'utilisateur final est responsable de l'intégration du Jeu dans ses activités pédagogiques et de son utilisation conforme aux bonnes pratiques. Toute utilisation à des fins commerciales doit faire l'objet d'une autorisation expresse du Labo du Je, conformément aux conditions détaillées ci-contre.

## 3. Limitation de responsabilité

Le Labo du Je ne garantit aucun résultat spécifique lié à l'utilisation du Jeu, celui-ci dépendant en grande partie des compétences du formateur ou coach, ainsi que de l'environnement dans lequel il est utilisé. L'utilisateur est seul responsable des résultats obtenus dans le cadre de son accompagnement ou de sa formation.

## 4. Modifications des conditions

Le Labo du Je se réserve le droit de modifier ces Conditions à tout moment. Les modifications entreront en vigueur dès leur publication. Il est de la responsabilité de l'utilisateur de consulter régulièrement les Conditions afin de rester informé des mises à jour.

## 5. Conditions de commercialisation

- **Utilisation dans des parcours de formation et d'accompagnement** : Il est permis d'intégrer le Jeu dans des parcours de formation ou d'accompagnement à condition qu'il soit utilisé en tant qu'outil parmi d'autres au sein d'une prestation plus large (formation, coaching, animation, etc.). Le Jeu est conçu pour enrichir une approche pédagogique globale et ne doit pas être utilisé comme un produit isolé sans accompagnement.
- **Interdiction de commercialiser des prestations basées uniquement sur le Jeu** : Il est interdit de commercialiser une prestation ou un service basé exclusivement sur l'utilisation du Jeu, sauf si l'utilisateur a participé à la formation "Coaching par le jeu" proposée par Le Labo du Je. Cette formation certifie que l'utilisateur a acquis les compétences nécessaires pour exploiter le Jeu de manière professionnelle et autonome dans ses prestations.
- **Licence et autorisation d'utilisation commerciale** : Toute utilisation commerciale du Jeu en dehors des cas prévus ci-dessus (intégration dans une formation ou accompagnement) doit faire l'objet d'une autorisation expresse et écrite du Labo du Je. Les coachs, formateurs ou autres professionnels ayant suivi la formation "Coaching par le jeu" du Labo du Je pourront recevoir une licence d'exploitation commerciale du Jeu, sous réserve de respecter les conditions de cette licence.

# Notre équipe



**Simon Keller**  
AUTEUR

J'accompagne les organisations sur des sujets de relations interpersonnelles, de connaissance de soi, de travail en équipe et de management. Et pour cela, j'utilise des outils ludiques pour créer des expériences apprenantes.

Lorsque je ne trouve pas les outils dont j'ai besoin pour aborder un sujet, je les conçois moi-même. - De nombreuses créations proviennent de mon esprit créatif et quelle joie de voir à quel point elles permettent aux apprenants de prendre conscience de leurs comportements. J'accompagne également les organisations dans la création de leur propre serious game ou dans la formation à la ludopédagogie.



**Elisabeth Godeau**  
ILLUSTRATRICE  
ET GRAPHISTE

En tant qu'illustratrice et artiste peintre freelance, je suis passionnée par les dégradés, les formes rondes et les couleurs. Collaborer sur des projets artistiques est pour moi comme jouer en équipe dans la cour de récré, mais avec des crayons et des idées à la place des ballons ! Que ce soit pour créer des personnages attachants ou des paysages qui stimulent l'imagination, j'aime apporter une touche ludique à la création visuelle.

Grâce à ma formation en design process et à mes diverses expériences professionnelles, j'ai développé une passion pour les projets qui allient ludisme et réflexion, dans le but de transmettre des émotions et des informations de manière joyeuse et réfléchie. Mon travail inclut la réalisation d'illustrations éditoriales, corporatives et jeunesse, ainsi qu'un service spécialisé dans la création d'identités visuelles pour les jeux de société. Je suis ravie de mettre ma créativité au service de projets aussi stimulants !



**Labo du Je**  
EDITEUR

Le Labo du Je est un espace des possibles, où la ludopédagogie est au service des pratiques professionnelles. Que ce soit par le serious game, le serious play, la gamification ou la ludification, le Labo du Je expérimente, teste, explore et transmet l'approche ludique.

**Notre approche:**  
**Plutôt que de parler des choses, vivons-les !**

C'est sur ce précepte que nous avons construit notre approche : s'appuyer sur l'expérience et le vécu pour comprendre et apprendre. Et il n'y a pas de meilleur outil que le jeu pour y parvenir.

# Notre offre



Formations à la  
ludopédagogie



Edition de  
jeux sérieux



Communauté de  
ludopédagogues



Conseil à la  
création ludique

# Notre Communauté



## La communauté des Laborantins

Rejoignez la communauté passionnée du Labo du Je, où nous explorons ensemble les vastes horizons de la ludopédagogie, de la gamification et du serious game.

Avec plus de 1 700 membres partageant un intérêt commun pour l'innovation pédagogique et le pouvoir du jeu, notre communauté dynamique rassemble formateurs, coachs, facilitateurs, pédagogues, éducateurs et passionnés.

## Nos rendez-vous



### Pause Déj'eu - Visio (Midi)

Rejoignez-nous pour la Pause Déj'eu en visio, un **moment informel** où la **ludopédagogie** est à l'honneur.

Profitez de votre pause déjeuner pour échanger, discuter et rencontrer la communauté du Labo du Je.

C'est l'**occasion parfaite de partager des idées, de poser des questions et de tisser des liens dans une atmosphère détendue et ludique.**



### Ateliers du Labo - Visio (Thématiques Variées)

Explorez les *Ateliers du Labo*, des sessions en **visio** avec des **thématiques variées**. Que vous soyez **novice** ou **expert** en ludopédagogie, nos ateliers offrent une **opportunité d'approfondir vos connaissances, d'explorer de nouvelles idées et de participer à des discussions passionnantes**. Restez à l'affût des sujets stimulants que nous proposons régulièrement.



### Ludopédagogie en Action - Afterwork lillois (1 fois par mois)

Plongez au cœur de la *Ludopédagogie en Action* lors de nos **afterworks mensuels à Lille** ! Un rendez-vous convivial en **présentiel** où nous jouons, partageons des outils ludopédagogiques et échangeons sur les meilleures pratiques. Joignez-vous à nous pour une soirée enrichissante d'apprentissage et de plaisir.

## Merci aux contributeurs de Grabuge !

aprincesa590 celine-346 alagoye donnetracy philestelle laurenceseghin stephanie-dal mbcp26 sophiedefives25 marjoriedanna loic59280 vtt2vtt2 vl-ccap nathaliezandeki-1 tiphaine-sugita gaelle-1494 dom-keller59 kristinagoimier3 poupart-angelique-1989 chermant kokanboo gm-emergence labrosse\_sybille loic-duchateau62 contact-9576 emiliethieffry gamersophie jklimsza isabelle-kints flyingworm1 info-5441 timmerman-carole cdesplanques emilieclerbout mille-mariech sophieander a2coco laurence59500 olivier-durand-3 hugo\_dubucq chman59-1 kokanboo jojo\_le\_lapin emilie-croquison karinefremaux

### ET UN MERCI PARTICULIER A

- Merci à Laura, qui m'accompagne dans la vie et dans mes projets.
- À Tim, Robin et Lily, qui m'aident à garder mon âme d'enfant.
- À Jérôme, Sophie G., Cyril, Geo, Emmanuelle, Olivia et Vanessa, qui ont alpha-testé ce jeu.
- À Pierre, Vanessa, Max et Sophie A., pour leur aide dans la création des cartes théoriques.
- Merci également aux nombreux étudiants qui ont servi de cobayes (rassurez-vous, personne n'a été blessé ; ils étaient prévenus et ont été bien traités).





Contactez-nous !



Lille, 59000

06-27-06-47-39

<https://simonkeller.fr/labo-du-je/>

[laboduje@simonkeller.fr](mailto:laboduje@simonkeller.fr)